



# 社康防疫 營養視像講座

抗疫期間，為減低人羣聚集同時又希望鞏固大家的營養及免疫力？唔洗煩惱！基督教聯合那打素社康服務社區營養服務現正提供「**抗疫營養飲食全攻略**」視像講座。

「**抗疫營養飲食全攻略**」講座透過Teams (或其他視像工具)為非牟利團體/教育或政府機構/商業或私人機構而設，透過專職醫療服務註冊營養師在網上分享，讓參加者在任何地方/工作位置都能夠參與。大家需要保持社交距離的同時，亦可以認識更多營養防疫知識及資訊！

## 講座內容：

1. 如何增加防疫能力 (Anti-pandemic Ability)
2. 鞏固免疫力必食5大營養元素及防疫飲食例子
3. 維他命補充品/劑有助抗疫？
4. 維持抵抗力營養小貼士
5. 免費社康食譜下載

社區營養服務另增設**營養煮食示範**作互動項目，主辦單位可於社康指定食譜系列內選擇其中一款食品作示範，或由主辦單位擬定煮食主題。如主辦單位於講座後同時加設**營養煮食示範**互動項目，更可享受最高7折優惠！

立即行動，聯絡社康企業傳訊及公共關係部黎先生，索取更多營養講座主題！  
電話 2172 0752  
電郵 [healthtalk@ucn.org.hk](mailto:healthtalk@ucn.org.hk)  
或聯絡社區營養服務 2172 0727



健康講座申請表