



享「瘦」飲食

體重管理講座

體重與健康息息相關，這個講座邀請營養師跟大家分享以飲食控制體重的方法，令你可以食住瘦！

✓ 日期：2024年12月11日(三)

✓ 時間：上午10:30 - 11:30

✓ 地點：1) 梁顯利油麻地社區中心
3樓303室會議室，或
2) 網上Zoom
(請在報名時標示參與方式)

✓ 對象：照顧者

✓ 備註：如用Zoom參與講座，
連結將於活動前1星期經
WhatsApp給予參加者

如有查詢，請致電
26312623與蘇姑娘聯絡

三高

心血管
疾病

脂肪肝

中央肥胖



關注以上問題的人士
請勿錯過這個講座！

請掃瞄此QR
Code登記報名

