

有機營養學課程



課程簡介：

1. 何為有機：

什麼是有機食物？為何揀有機食物？如何揀有機食物？

2. 有機營養學：

主要營養素，六大類食物（素食版/肉食版），有機飲食金字塔，烹調方法

3. 食物多面睇：

十大超級食物，至潮有機果汁，型男美女食物精選，吃出靚心情，美食地雷知多啲

4. 特別食物配搭：

食物過敏症，高膽固醇飲食清單，快速食譜設計方法

5. 兒童健康生活：

懷孕期間飲食配搭，幼童、學齡兒童之健康生活，青少年之飲食與生活

日期：2011年11月5日、11月12日 (週六)

時間：下午2時至5時 (共6小時)

地址：灣仔皇后大道東80號 堅雄商業大廈3樓303室

收費：780元 (包學習筆記、有機食品樣本)；

凡於10月28日前報名或2人同行報名，可享有95折優惠



報名熱線：9010-2780, info@wellnessclubhk.com, www.wellnessclubhk.com

Facebook：Wellness Club Ltd 悠學坊

導師：車慧蘭小姐 Ms Yolanda Che, BSc, EHKIM, ProM

香港首間綠色顧問公司 - 悠學坊 Wellness Club Ltd 創辦人兼董事、業內資深人士及導師。擁有20年有機環保運動經驗、15年有機環保健康產品經營管理 (包括行銷、業務發展、培訓、食品政策等) 經驗。策劃及任教僱員再培訓課程「綠色有機銷售員證書課程」及技能提升課程「綠色有機店舖營運課程」，為有機業界培養專才。

車小姐現為綠田園基金理事、香港有機資源中心監督委員會委員，與有機業界創立「綠色有機生活協會 Association of Green Organic at Living」，出任政策委員會主席。亦為香港市務學會行政人員會士及香港專業市務師。

車小姐積極推動有機低碳飲食，接受中外傳媒如經濟日報、南華早報、飲食男女、TVB、亞視、互動電視等訪問，亦於信報、The Corporate Grocer and Caterer 專業雜誌撰文，合著「21世紀綠色投資」一書。車小姐帶領公司於2010年獲香港綠色企業大獎「明智環保採購金獎」、連續三年「商界展關懷2008-11」及「滙豐營商新動力獎勵計劃2009-10」獲獎，表揚其對環保採購、節能、企業社會責任的出色表現。



金獎 中小企業
明智環保採購獎
香港綠色企業大獎 2010



Enrolment Form 報名表

有機營養學課程

2011 年 11 月 5 日(星期六) 2pm – 5pm

2011 年 11 月 12 日(星期六) 2pm – 5pm

學費總額 \$780.00

2 人同行報名 95折優惠 (每位 \$741.00)

付費方法：

存款致 恆生銀行戶口：773-878822-001 Wellness Club Ltd，並電郵存款收據致 info@wellnessclubhk.com 以作確認。

姓名：(English) _____

(中文) _____

手提：_____

電郵：_____

簽名：_____

日期：_____

姓名：(English) _____

(中文) _____

手提：_____

電郵：_____

簽名：_____

日期：_____

How did you hear about Wellness Club 從何處聽過悠學坊？

- Friend 朋友 Mailings 郵遞 Web Link 網站連結
 Newspaper / Magazine (please name) 報紙 / 雜誌 Promotions (please name) 推廣活動
 Others (please name) 其他 (名稱) _____

For Official Use

Registration Date: yy ___ mm ___ dd _____

Fee Received: HK\$ _____

Payment Rec'd Date: yy ___ mm ___ dd _____

Receipt No.: _____

Processed by: _____