

6月

# 續航講堂



## 職涯在走，健康要懂！ 上班族飲食健康有良方



長庚毒物實驗室護理師 譚敦慈

**授課時間：**111年6月1日(三)上午9:30-12:00

**授課地點：**新北市婦女及中高齡者職場續航中心  
(新北市板橋區萬板路141號)

### 這門課可以幫助你：

- 1.檢視飲食習慣
- 2.了解健康飲食
- 3.透過飲食增強免疫力

**報名專線：**02-22511799



報名GO ▶

