



現代營養學證書課程 Certificate of Contemporary Nutrition

本課程目的是透過輕鬆的手法，使學員對營養學產生興趣和建立營養學的基本認識，本課程適合對食物、營養及健康有興趣之人士報讀。

課程內容

- ✓ 健康評估；基礎營養初探；健康飲食指南
- ✓ 都市飲食面面觀；認識食物標籤
- ✓ 基因食物；有機食物認知；節日飲食指南
- ✓ 養及美容；功能食物及素食營養

課程編號: CN-0806

對象: 工作性質有關或對營養有興趣之人仕均可報讀

課程結構: 本課程合共9小時，另一小時考試。

授課語言: 粵語

上課日期: 06年8月25日9月1,8日(逢星期一)

考試日期: 9月15日(一)

上課時間: 7-10 pm

考試時間: 7-8 pm

學費: HK\$1,600





認可機構



課程大綱

現代營養學證書課程 (基礎篇)

現代營養學證書課程的內容主要是講解營養學的基本概念。此課程乃是要引導各學員對營養學有正確理念，並指出正確選擇健康食品的方法及分析世界性都市的健康飲食趨勢。課程內容主要包括：健康評核、健康飲食指南、食物標籤的分析、節日食品選擇指南、基因改造食物、功能食品及有機食品介紹、美容及營養素相互關係的分析，以及素食營養的講解。

課程內容

堂數	題目
1	-基礎營養探索 -健康飲食指南
2	-都市飲食面面觀 -基因改造食物 -有機食物的認知 -認識食物標籤 -節日飲食指南
3	-營養及美容 -功能食物的認知 -素食營養
4	考試

註：

1. 學生必須於上課出席率達 80%或以上及在考試中獲得 70%或以上，方能取得證書。
2. 如學生缺席考試，則作放棄論，不得重考。
3. 如學生考試不合格，可選擇補考，補考費為港幣三百圓正。
4. 如於開課前兩小時，天文台宣佈將掛八號強風訊號或黑色暴雨警告，該課堂會取消，本會以電話另行通知上課日期。