

กิจกรรม “ฉลาดกิน ลดเสี่ยง NCDs” ที่ศูนย์เรียนรู้ สุขภาวะ สสส.



วันเสาร์ที่ 24 พฤศจิกายน 2561 เวลา 12.30 – 16.00 น. ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส. ขอเชิญทุกท่านมาร่วมทำอาหารเพื่อสุขภาพกับ เชฟบ๊อค บุญสมิทธิ พุกกะณะสุต พิธีกรจากรายการ “Foodwork” และเข้าร่วมฟังบรรยายเลือกกินอย่างไรกับ อาจารย์สง่า ดามาพงศ์ นักโภชนาการชื่อดังระดับแนวหน้าเมืองไทย รู้ทันพฤติกรรมกินที่เสี่ยงต่อการเกิดกลุ่มโรค NCDs หรือกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ที่เป็นสาเหตุหลักการเสียชีวิตของคนไทย

รู้ทัน ลดโอกาสการเกิดของกลุ่มโรค NCDs (Non-Communicable diseases) หรือกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ซึ่งเป็นสาเหตุหลักการเสียชีวิตของประชากรไทย อันมีสาเหตุมาจากพฤติกรรมในปัจจุบัน ไลฟ์สไตล์ของคนวัยทำงานที่เร่งรีบรับประทานอาหารเช้าไม่ครบ 3 มื้อ หรือนั้นรับประทานอาหารเช้าสำเร็จรูป อาหารรสจัด ดื่มน้ำกาแฟในปริมาณมาก และมีปริมาณการรับประทานผักและผลไม้ “ต่ำกว่าเกณฑ์” เสี่ยงต่อการเกิดกลุ่มโรค NCDs เช่น โรคเบาหวาน อ้วนลงพุง มะเร็ง และความดันโลหิตสูง เป็นต้น

สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ในวันเสาร์ที่ 24 พฤศจิกายน 2561 เวลา 12.30 – 16.00 น.

ณ ห้องประชุม 201 ชั้น 2 อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

99/8 ซอยงามดูพลี ถนนพระรามสี่ แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ

*** รับจำนวนจำกัด เพียง 120 ท่านเท่านั้น

สำรองที่นั่งและสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

โทรศัพท์ 093-124-6914

โทรสาร 02-343-1552

(วันจันทร์ – ศุกร์ เวลา 09.00 – 17.00 น.)

(วันเสาร์ เวลา 10.00 – 17.00 น.)

Email: exhibition.thc@thaihealth.or.th

หรือลงทะเบียนได้ที่ <https://goo.gl/DCzk1f>