

環境 生活與健康關係

講師：張滿枝



講師：張滿枝

現任：

中華民國有機生活環境教育協會專業講師

中華民國童子軍木章持有人

智仁勇童軍協會永久會員

專案健康管理師

NRP 急救員

學經歷：

經國健康管理學院畢業

國泰醫學中心急重症加護護理臨床

嬰兒室、托嬰中心

台北市東湖國小晨間故事媽媽志工

台北市東湖國小個案輔導員

健檢集團健康管理師

荒野協會解說員

受邀單位：

衛生局、衛生所、馬偕醫院、振興醫院、各級醫療院所、市立圖書館、各大院校
及各級學校及政府機關

聘書

茲敦聘中華民國有機生活環境
教育推廣協會張滿枝講師為
本會顧問

任期自民國一〇五年四月一日至
民國一〇七年四月一日止

此聘

中華民國教授學會

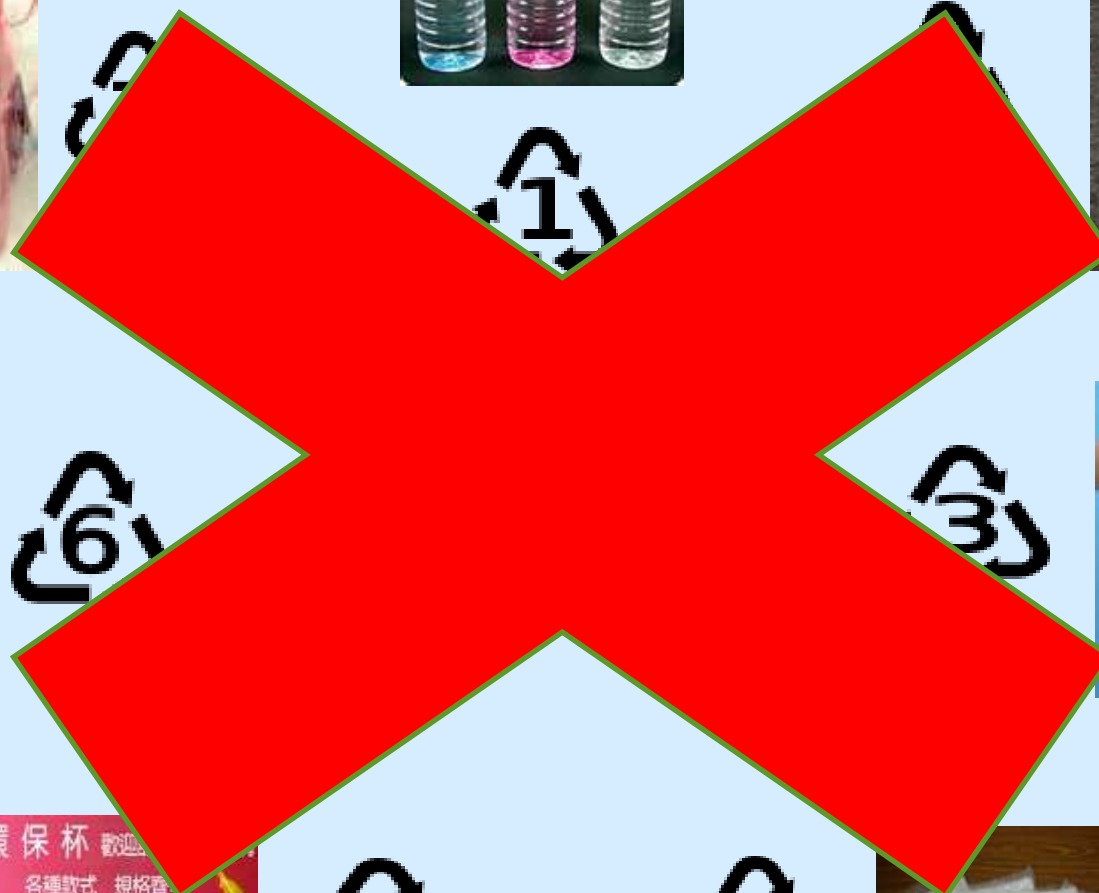
理事長陳炳輝

中華民國教授學會章

中華民國一〇五年四月一日









以上圖片來自網路



陰莖

比照圖



以上圖片來自網路

減塑撇步-6不

不用含塑化劑產品

不用含香料的化妝保養品

不用含界面活性劑產品

不吃動物內臟、脂肪

不吃沒必要的藥物及保健商品

不吃加工食品

減塑撇步-4多

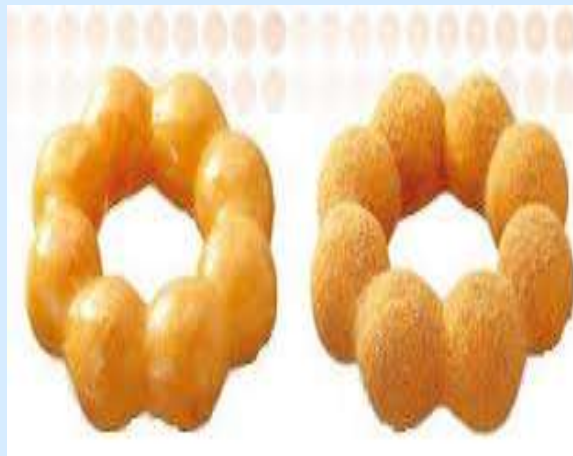
多洗手

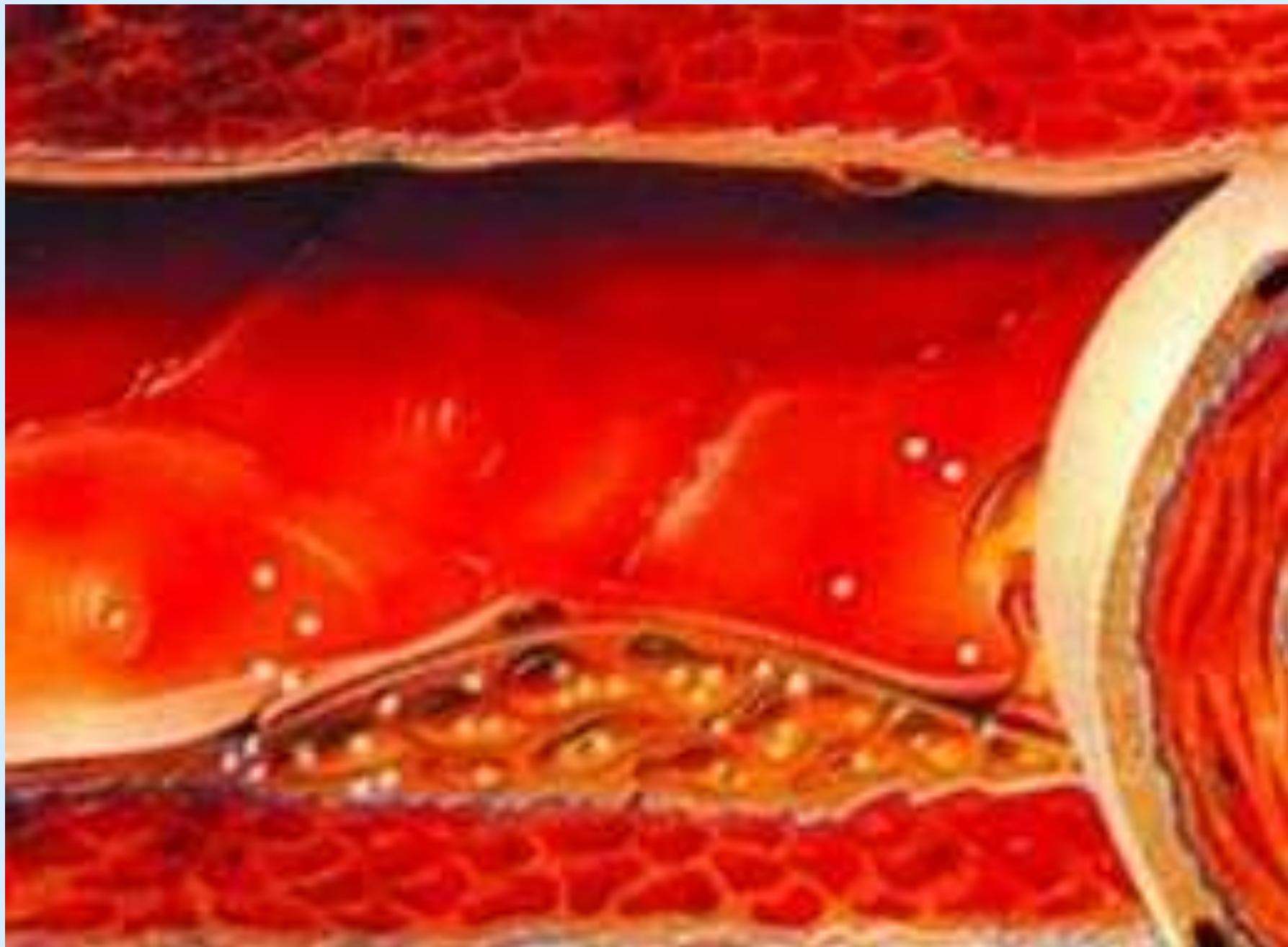
多喝白開水

多吃天然新鮮蔬果

多運動

愛自己更愛家人





以上圖片來自網路

拒絕一反式脂肪



餐桌上的危機



正確洗蔬菜

1

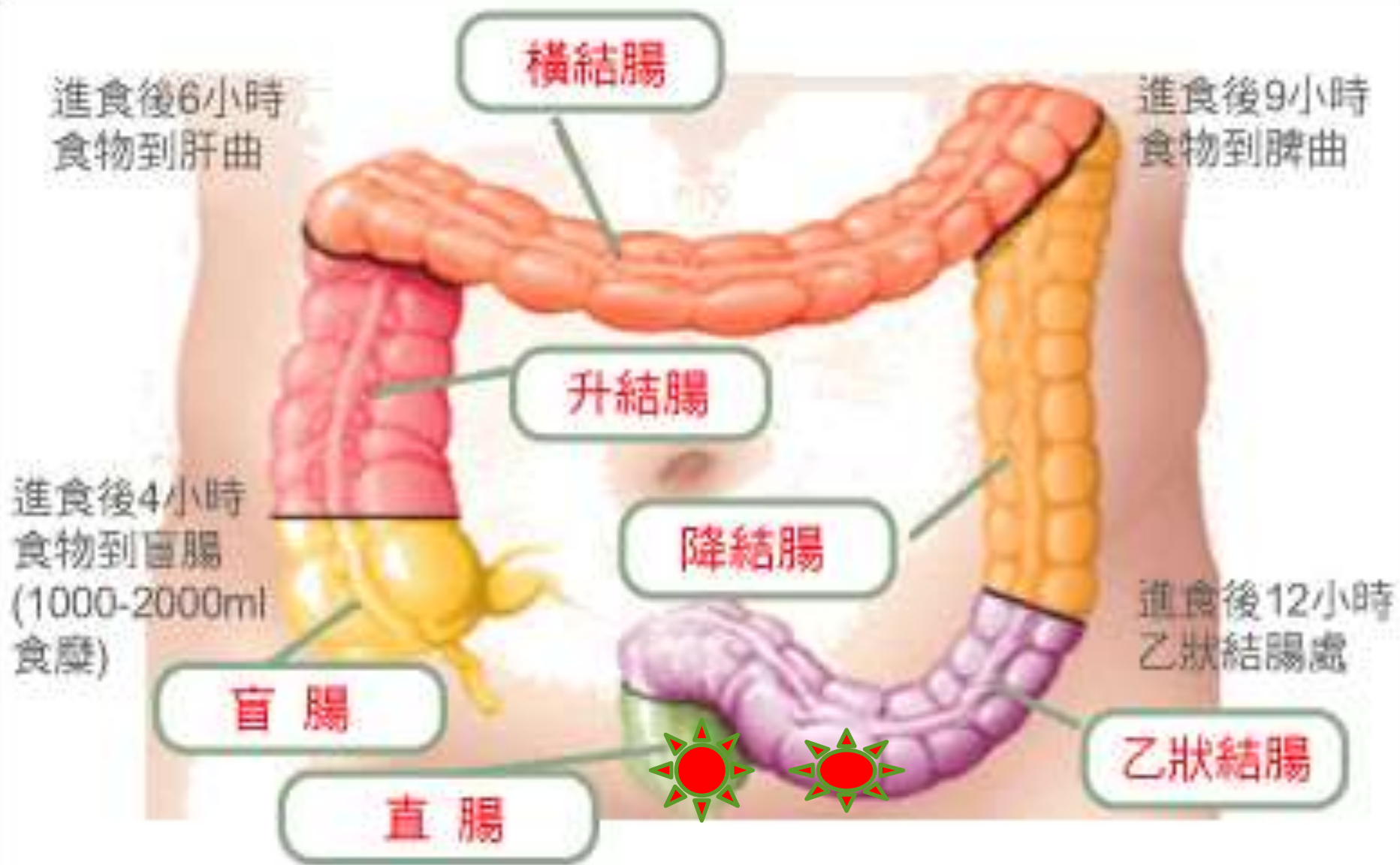


2

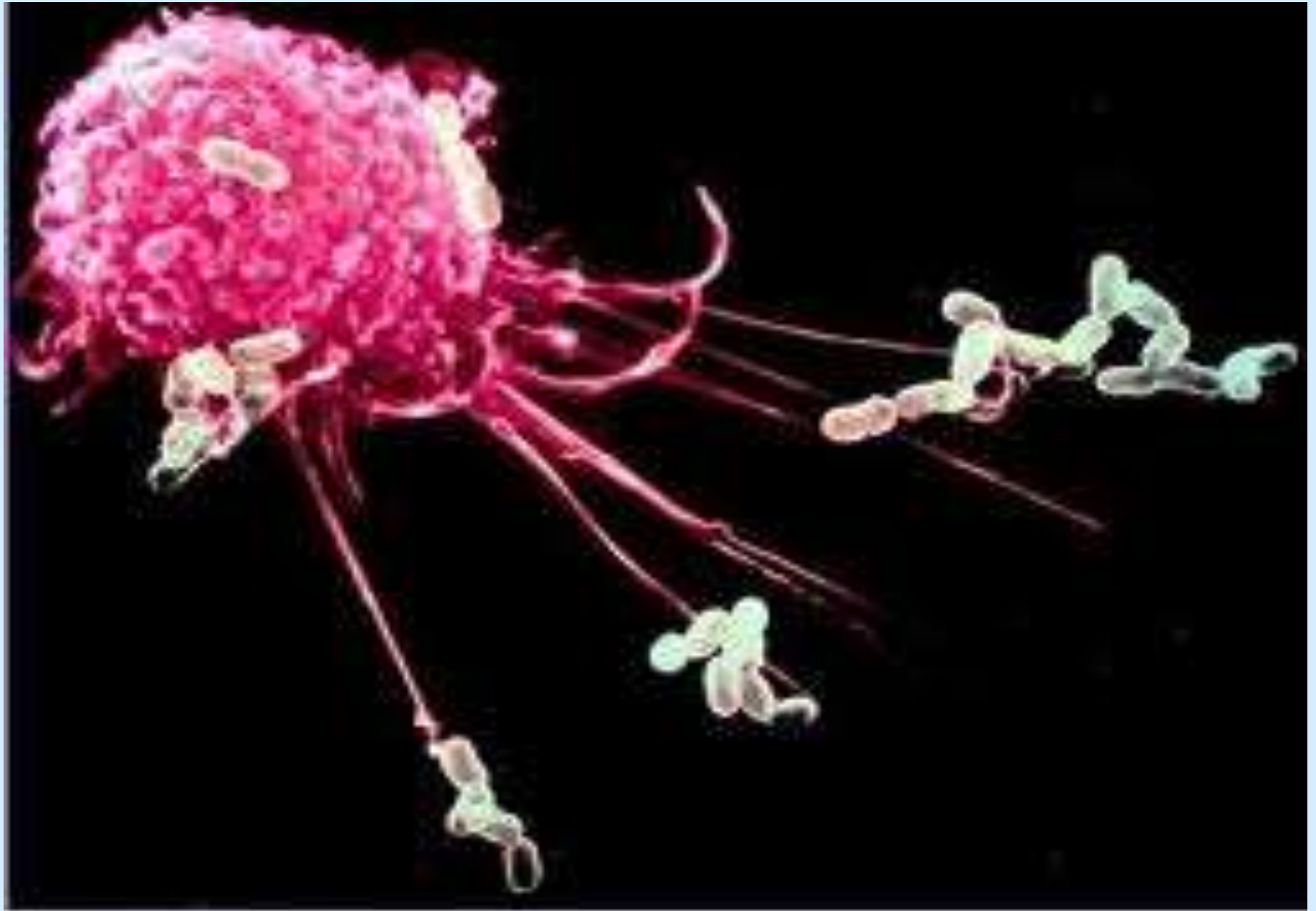


3



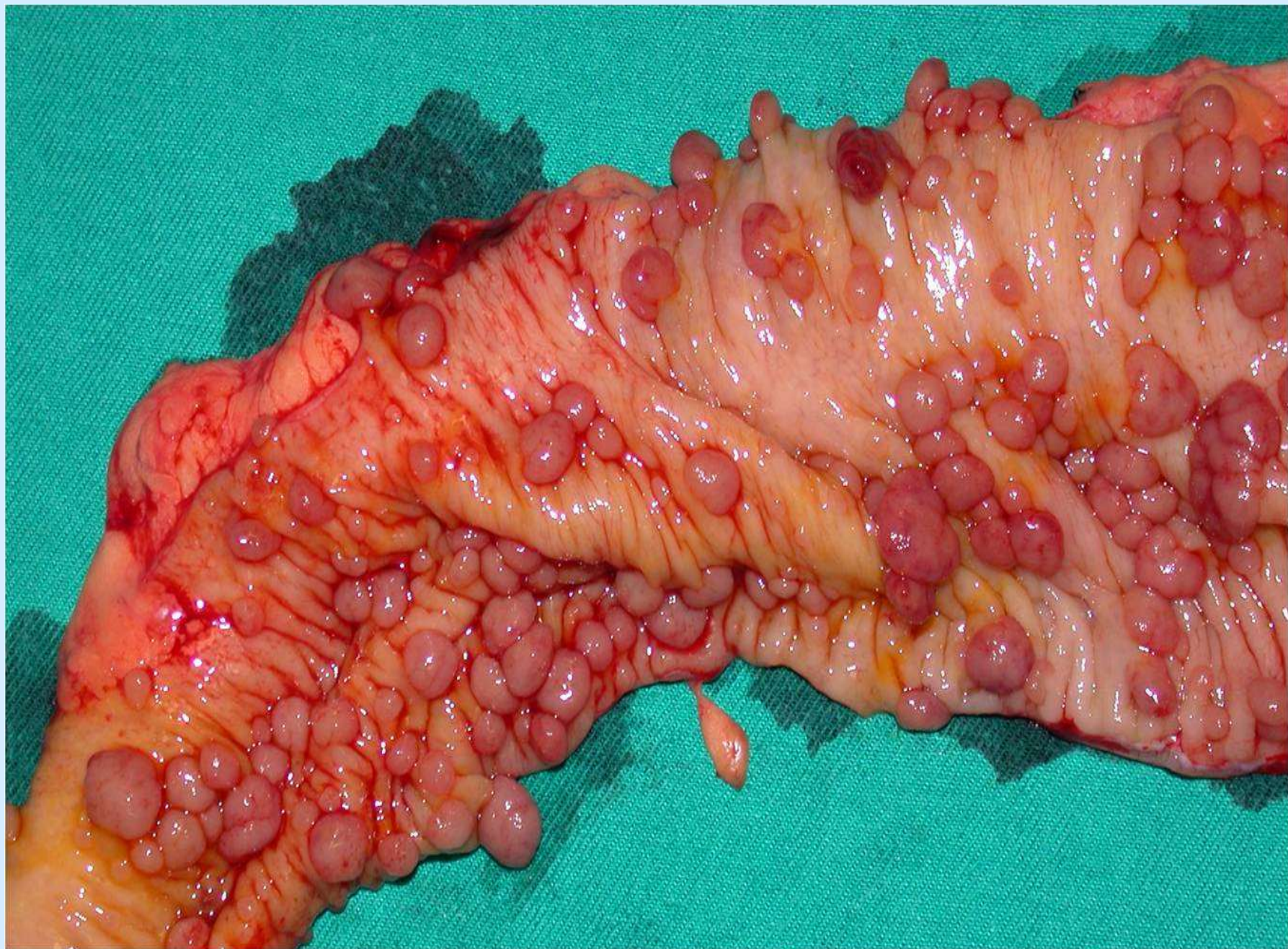


70%的糞便在72小時內排出(200-250ml糞便)
完全排出要1周

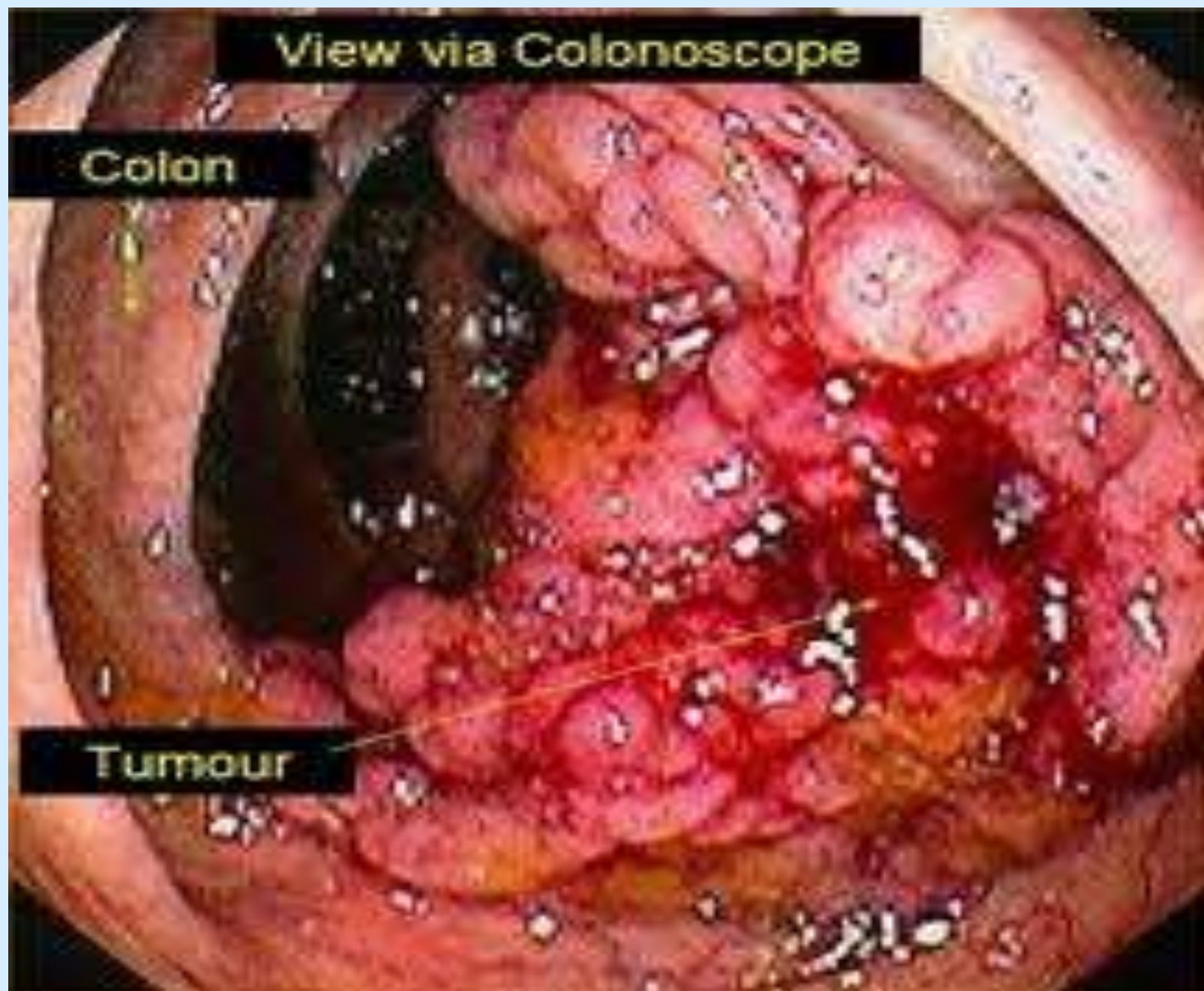




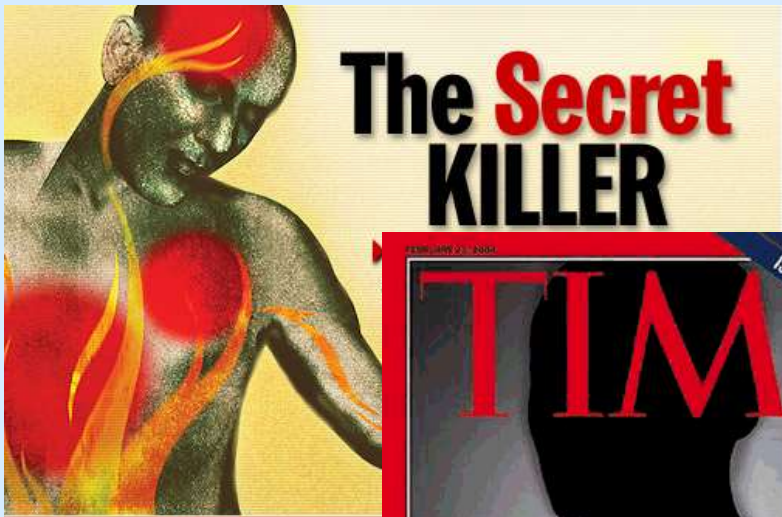




以上圖片來自網路



發炎是沉默的殺手



The Secret KILLER

The Secret Killer Is Inflammation

— This was the cover of Time Magazine back in February 2004



- 美國時代雜誌指出：近期科學研究顯示慢性發炎與心血管疾病、阿茲海默症、癌症等息息相關。

腸保健康

少油、少肉

蔬食最好、多運動

適當補充水果

適當補充益菌

抗全球暖化最有效方法

蔬食



• 講師:張滿枝0987-309-688

電話: 02- 25234597

傳真: 02- 25237081

E-MAIL:cmc801105@yahoo.com.tw