

# 三樂小子 輕鬆養成術

## 一同 樂食 樂動 樂活

孩子總是坐不住、無法專心、學習力不佳？

學齡期的孩童需要充足睡眠、滿滿的營養與運動量，才能提升孩子「身體的能力」與激發「聰明的學習力」，三商美邦人壽邀請營養學和兒童親職專家，和家長分享如何培養孩子樂食、樂活、樂動三樂好習慣，讓孩子體能增強，學習力加倍，大步邁向美好的未來！

講座

Part 1

### 3關鍵，輕鬆吃出樂食好活力



**許惠玉**  
董氏基金會  
食品營養中心主任



**尤宣文**  
董氏基金會  
食品營養中心營養師



**潘紀綸**  
董氏基金會  
食品營養中心組長

講座

Part 2

### 3招，帶孩子樂動玩出學習專注力

主講人



**張旭鎧**  
兒童職能治療師

講座場次

**台北 10.21 (日) 14:00-16:00**

集思交通部國際會議中心 5F 集會堂  
(台北市中正區杭州南路一段 24 號)

**台中 10.13 (六) 14:00-16:00**

中興大學 7F 國際會議廳  
(台中市南區興大路 145 號)

**台南 10.27 (六) 14:00-16:00**

國立臺灣文學館 1F 演講廳  
(台南市中西區中正路 1-1 號)

報名方式

- 網路報名：<https://bit.ly/2vjUv5R>
- 洽詢專線：02-2509-2800#673 袁小姐

參加享好禮

講座活動結束填寫問卷，送《三商 Baby 保溫 / 保冷袋》乙個，現場還有機會獲得好書！



立即掃描報名

注意事項：講座現場座位有限，請務必上網報名；本講座不開放七歲以下兒童入場。