ไทยโพสต์
Thai Post
Circulation: 950,000
Ad Rate: 850

Section: X-CITE/-
วันที่: จันทร์ 8 ตุลาคม 2561
ปีที่: 22 ฉบับที่: 8003 หน้า: 23(บนซ้าย)
Col.Inch: 46.74 Ad Value: 39,729 PRValue (x3): 119,187 Clip: Black/White
หัวข้อข่าว: 'Health Society สุขภาพดีเข้าเส้น ชะลอวัยแบบบูรณาการ สุขภาพดีแบบยั่งยืน'

'Health Society สุขภาพดีเข้าเส้น ชะลอวัยแบบบูรณาการ สุขภาพดีแบบยั่งยืน'

เจ้าของฉายาสุขภาพดีเข้าเส้น "นก-ชลิดา เถาว์ชาลี ตันติพิภพ อดีตนางสาวไทย ปี 2541 หวนคืนหน้าจอทีวีอีกครั้ง ในการทำหน้าที่ "กูรูสุขภาพ" กับรายการ "Health Society สุขภาพดีเข้าเส้น" ออกอากาศทางช่อง 28 วันเสาร์ เวลา 09.25 น.เป็นต้นไป พร้อมบทบาทใหม่ "โค้ชชิ่งสุขภาพ" การบรรยายการดูแลสุขภาพเพื่อการชะลอวัยแบบบูรณาการเพื่อสุขภาพที่ดีอายุยืนยาวอย่างมีคุณภาพกับโครงการ "Health Society Training Project" ที่จะจัดขึ้นในโรงแรม S 31 สุขุมวิท

ชลิดา เถาว์ชาลี ตันติพิภพ เปิดเผยว่า ช่วงที่หายหน้าไปเพราะอยากไปทุ่มเทเวลาให้กับการเรียนปริญญาเอกสาขา ปรัชญาวิทยาศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ สำนักเวชศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ในช่วงนั้นก็จะได้เจอแฟนๆ รายการเข้ามาทักทายตลอดว่าอยากให้กลับมาทำรายการเกี่ยวกับดูแลสุขภาพแบบเข้าใจง่ายๆ ทำได้ง่ายๆ และยิ่งมาเรียนปริญญาเอกด้าน Anti-Aging ทำให้นกได้เรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพในเชิงลึกมากขึ้น และเป็นสิ่งที่มีประโยชน์มากๆ อีกทั้งบ้านเรามีกูรูสุขภาพที่มีข้อมูลความรู้ดีๆ อีกมาก จึงได้ตัดสินใจกลับมาทำรายการสุขภาพอีกครั้งในชื่อ "Health Society สุขภาพดีเข้าเส้น เรื่องการดูแลสุขภาพเพื่อการชะลอวัยไม่ใช่เรื่องใหม่สำหรับคนไทย แต่ประเด็นคือคนที่เข้าใจถึงศาสตร์นี้ยังน้อยมาก คนส่วนใหญ่เข้าใจว่าการชะลอวัยคือการป้องกันไม่ให้แก่ก่อนวัย แต่ความจริงศาสตร์ชะลอวัยคือการป้องกันความเสื่อมของเซลล์ต่างๆ ภายในร่างกาย เป็นการป้องกันการเกิดโรคเรื้อรัง หลายๆ โรค ซึ่งการชะลอวัยที่ดีควรดูแลสุขภาพแบบบูรณาการ หรือที่เราได้ยินกันอยู่บ่อยๆ ว่า การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ไม่ว่าจะเรื่องอาหาร อารมณ์ การออกกำลังกาย การลดความเครียดและการนอนหลับ ถ้าเราดูแลเรื่องนี้อย่างถูกวิธี เหมาะสม จะช่วยให้เรามีสุขภาพดีและอายุยืนยาวได้ รูปแบบรายการความยาว 5 นาที นำเสนอสาระความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ทั้งเรื่องการกิน การออกกำลังกาย รวมถึงผลิตภัณฑ์หรือบริการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

กลุ่มเป้าหมายที่นกอยากนำโครงการนี้เข้าไปส่งเสริมสุขภาพการชะลอวัยแบบบูรณาการ คือกลุ่มคนวัยทำงาน เพราะด้วยไลฟ์สไตล์เป็นช่วงชีวิตที่เขาทุ่มเทให้กับการทำงานวันหนึ่งๆ ต้องทำงานในสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวย ไม่ถูกสุขลักษณะ ใช้ชีวิตอย่างเร่งรีบ และอาจละเลยการดูแลสุขภาพ ซึ่งจะส่งผลในระยะยาว รวมถึงผู้รักสุขภาพที่อยากเรียนรู้วิธีการดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธีมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืนในหลักสูตรนี้มีทั้งการบรรยาย การฝึกปฏิบัติ และเวิร์กช็อป การดูแลสุขภาพเพื่อการชะลอวัยแบบบูรณาการเพื่อสุขภาพที่ดี อายุยืนยาวอย่างมีคุณภาพ โดยในคอร์สแรกที่จะเปิดอบรมภายใต้หัวข้อครบเครื่องเรื่อง WEIGHT LOSS : จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ... เพื่อการลดน้ำหนักที่ยั่งยืน ครอบคลุมเนื้อหา Basic Nutrient Knowledge for Weight Loss ความรู้พื้นฐานเรื่องสารอาหารกับการลดน้ำหนัก, Popular Weight Loss Diets สูตรเด็ดสำหรับการลดน้ำหนัก, Hormone & Weight Loss ฮอร์โมนกับการลดน้ำหนัก, Microbiome Diet & Wight Loss, Aesthetic Medicine for Weight Loss เวชศาสตร์ความงามเพื่อการลดน้ำหนัก, Exercise for Weight Loss ออกกำลังกายเพื่อการลดน้ำหนัก และ SKT สมาธิบำบัดสลัดโรคอ้วนและคณะ โดยมี นก ชลิดา เป็นวิทยากร ร่วมด้วย ผศ.ดร.เอกราช บำรุงพืชน์ อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ปรึกษาโครงการ, นพ.เสฏฐวุฒิ งามเมธิชัยวงศ์ (หมอหล่อคอเหล่า), นพ.วชิระ คุณาธาทร (หมอฟรุ๊ต), นพ.สมบูรณ์ รุ่งพรชัย และ รศ.ดร.สมพร กันทรดุษฎี เตรียมชัยศรี ร่วมเป็นวิทยากร โดยรายการ "Health Society สุขภาพดีเข้าเส้น" ออกอากาศทางช่อง 28 ทุกเช้าวันเสาร์ เวลา 09.25 น.

iQNewsAlert
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด | 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsalert.com