



FNWM · 功能营养与健康精通课程 · 创始学员班 · 2026 秋季

# 欢迎加入第三阶段 — 高级

高级个性化营养 · 以家庭为中心的功能营养

开课

**2026年9月27日**

17 周 · 至 2027年1月30日

形式

**线上 · 中英双语**

中文与英文授课

预售价

**¥7,299**

至 2026年10月10日

## 您来对了地方

第三阶段是功能营养从“知道”走向“做到”的阶段——为您最在意的人真正做点什么。在这一阶段，您将学会为真实的个人、家庭与社区，在不同的人生阶段与生活方式中进行个性化营养设计，并与一群志同道合的实践者同行。您将由 ANWA 教学团队亲自授课，完成后获得可在线核验的证书，距离 FNWM 完整专业证书仅一步之遥。

*“饮食选择，是我们塑造自身健康与后代健康最有力的工具之一。”*

迈克尔·波伦 (Michael Pollan)

**创始学员**

这是 ANWA 首次开设第三阶段课程。2026年9月27日开课的学员即为创始学员——这个身份，之后的任何人都无法取代。

# 课程内容

第三阶段聚焦于个性化、以家庭为中心的营养。您将把功能营养策略应用于不同的人生阶段、生活方式与真实的家庭需求，并进一步延伸到社区。

单元  
7

**为每一个人、每一个阶段、每一种生活方式定制营养**

为儿童、成人与长者，为孕期、运动与久坐人群，以及真实家庭的实际条件，进行个性化功能营养设计。

单元  
8

**您的营养蓝图：从指南到家庭健康的个性化实践**

把指南变成一个家庭真正能执行的方案：评估、排序、制定蓝图，并持续回顾与调整。

单元  
9

**基层营养行动**

把对一个家庭有效的方法带给更多人：设计并运行有结构、有伦理、可衡量成效的社区营养项目。

## 您在精通循环中的位置



第三阶段是 FNWM 循环精通体系中的“个性化”阶段：把第二阶段的实践应用转化为对真实个人与家庭负责的个性化方案，并为第四阶段的科学整合做好准备，全程保持结构性、伦理性与现实相关性。

完整的逐周课程大纲将于开课前发布。

## 教学团队

### Dr Anthony Ng

第三阶段主讲导师 · 香港

### Ms Stephanie Chin

导师 · 墨尔本

### Ms Lina Lee

导师 · 墨尔本

### Mr Stanley Ho

导师 · 墨尔本

### Mr Andy Cheung

导师 · 香港

导师完整简介见 [anwa.org/instructors](http://anwa.org/instructors)

## 完成第三阶段后

- 为个人与整个家庭、在不同人生阶段进行个性化功能营养设计，方法清晰、有据可依。
- 制定并执行家庭营养蓝图，并进一步推动社区与基层营养行动。
- 在健康教练、企业健康、社区健康教育与家庭健康实践等领域，在专业范围内自信开展工作。
- 获得进入第四阶段（专业·整合阶段）的资格。完成第一至第四阶段，即可获得 FNWM 完整专业证书（四级）。

## 值得信赖的证书

### 可在线核验

每一份 ANWA 证书都有唯一编号，任何人都可在 [anwa.org/verify](http://anwa.org/verify) 核验。

### 5,000 多名学员

自 2012 年起，ANWA 已在澳大利亚、中国、香港、台湾、马来西亚与新加坡培养学员。

### 学术合作院校

Genovasi University College ·  
Raffles University · Mantissa College

## 重要日期与报名方式

- **2026年9月27日** — 第三阶段开课。线上学习 17 周，至 2027年1月30日。
- **2026年10月10日** — 预售价格截止。

第三阶段面向所有人开放。报名无需先完成第一或第二阶段，也可随时补读。仅第四阶段需先完成前三个阶段。

### 第三阶段 — 高级 · **¥7,299**

预售价至 2026年10月10日

**完整课程（第一至第四阶段）¥24,210，10月10日后恢复 ¥25,999，立省 ¥1,789。**

**报名:** [www.anwa.org/enrol](http://www.anwa.org/enrol) · [www.anwa-cn.com/enrol](http://www.anwa-cn.com/enrol)

**咨询:** [support@anwa.org](mailto:support@anwa.org)

澳大利亚营养与健康协会 · [anwa.org](http://anwa.org)