

SVÉPOMOCNÁ SKUPINA PEČUJÍCÍCH OSOB



ZDRAVÁ VÝŽIVA V SENIORSKÉM VĚKU

KDY

23. května 2019

ČAS

OD 16.00H

BESEDU POVEDE:

Jitka Svačinková (výživový poradce)

KDE

Konferenční sál Opal

**Havlík s.r.o., Dr. E. Beneše 21, Bruntál
(3. patro)**

Tato akce je finančně podpořena Městem Bruntál

FOSANIMA O.P.S

Lidická 1758/25, Bruntál



**URČENO PRO
PEČUJÍCÍ,**
kteří hledají
rady a inspiraci
v oblasti výživy.

Zaměříme se na:

- 1. Skladbu jídla.**
- 2. Tipy a rady pro snadné podávání stravy a správnou funkci zažívání.**
- 3. Složky stravy, které by v každé porci neměly chybět.**
- 4. Jak správným složením živin předcházet vzniku nebo rozvoji změn v mozku**
- 5. Co a kolik pít.**

Přítomností na této akci souhlasíte s užitím pořízených fotografií, ať už v podobě hmotné nebo digitalizované (nehmotné) pro veškeré propagační materiály Pořizovatele, jak v tištěné, tak v elektronické podobě (např. webové stránky, FB, tiskoviny). V případě, že nesouhlasíte s pořizováním fotografií s Vaší osobou, informujte o tom Pořizovatele písemně.