



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Suwalskie Stowarzyszenie Opieki Paliatywnej i Gmina Stawiguda zaprasza
mieszkańców do bezpłatnego udziału w

„Warsztatach dietetycznych”

realizowanych w ramach projektu „Integracja i aktywizacja poprzez podniesienie świadomości zdrowotnej w Gminie Stawiguda” **w dniu 21.09.2020 r. godz. 16.00 w Stawigudzie ul. Warszawska 5 - sala „warsztatownia”, wejście z tyłu budynku.**

Program warsztatów:

- Zasady zdrowego odżywiania się,
- Zapotrzebowanie organizmu w składniki odżywcze uwzględniające stan organizmu,
- Ustalanie indywidualnych programów dietetycznych, praktyczne przygotowanie do stosowania zdrowych diet,
- Indywidualne konsultacje zdrowotne i dietetyczne,

Zgłoszenia do uczestnictwa w wykładzie pod numerem tel. 509 856 964

W zgłoszeniu proszę podać: imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz nr telefonu

Ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Suwalskie Stowarzyszenie Opieki Paliatywnej i Gmina Stawiguda zaprasza

mieszkańców do bezpłatnego udziału w

„Warsztatach dietetycznych”

realizowanych w ramach projektu „Integracja i aktywizacja poprzez podniesienie świadomości zdrowotnej w Gminie Stawiguda” w dniu **22.09.2020 r. godz. 16.00** w **Stawigudzie ul. Warszawska 5 - sala „warsztatownia”, wejście z tyłu budynku.**

Program warsztatów:

- Zasady zdrowego odżywiania się,
- Zapotrzebowanie organizmu w składniki odżywcze uwzględniające stan organizmu,
- Ustalanie indywidualnych programów dietetycznych, praktyczne przygotowanie do stosowania zdrowych diet,
- Indywidualne konsultacje zdrowotne i dietetyczne,

Zgłoszenia do uczestnictwa w wykładzie pod numerem tel. 509 856 964

W zgłoszeniu proszę podać: imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz nr telefonu

Ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Suwalskie Stowarzyszenie Opieki Paliatywnej i Gmina Stawiguda zaprasza

mieszkańców do bezpłatnego udziału w

„Warsztatach dietetycznych”

realizowanych w ramach projektu „Integracja i aktywizacja poprzez podniesienie świadomości zdrowotnej w Gminie Stawiguda” w dniu **23.09.2020 r. godz. 16.00 w Stawigudzie ul. Warszawska 5 - sala „warsztatownia”, wejście z tyłu budynku.**

Program warsztatów:

- Zasady zdrowego odżywiania się,
- Zapotrzebowanie organizmu w składniki odżywcze uwzględniające stan organizmu,
- Ustalanie indywidualnych programów dietetycznych, praktyczne przygotowanie do stosowania zdrowych diet,
- Indywidualne konsultacje zdrowotne i dietetyczne,

Zgłoszenia do uczestnictwa w wykładzie pod numerem tel. 509 856 964

W zgłoszeniu proszę podać: imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz nr telefonu

Ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.