

Szkoła Żywienia rusza w marcu!

Od 20 marca startuje Szkoła Żywienia powołana w ramach projektu „Profilaktyka chorób układu krążenia i promocja zdrowego stylu życia w powiecie słubickim”, realizowanego przez Powiat Słubicki. Mieszkańcy powiatu będą mogli skorzystać z zajęć teoretycznych, będących wprowadzeniem do tematyki zdrowego żywienia, a potem na chętnych czekają zajęcia praktyczne, czyli zdrowe gotowanie pod okiem fachowców!

Najpierw teoria

W każdej gminie Powiatu Słubickiego odbędą się warsztaty teoretyczne. Tematyka dotyczyć będzie żywienia w poszczególnych jednostkach chorobowych. W każdej gminie odbędzie się 6 godzin wykładowych, podzielonych na dwa bloki tematyczne.

Blok 1

1. Żywienie u osób chorych na nadciśnienie
2. Żywienie u osób chorych na hipercholesterolemię i triglicerlemię
3. Żywienie u osób chorych na miażdżycę

Blok 2

1. Podstawy zdrowego żywienia u osoby zdrowej – profilaktyka chorób układu krążenia
2. Żywienie u osób chorych na cukrzycę
3. Żywienie u osób z zaburzeniem mikroflory jelitowej

GÓRZYCA – GMINNY OŚRODEK KULTURY

20.03.2017, (Poniedziałek) godz. 16:30-19:30, BLOK 2

28.03.2017, (Wtorek) godz. 16:30-19:30, BLOK 1

Zajęcia organizowane w ramach Szkoły Żywienia realizowane są przez firmę Tervis Magdalena Cieślak na zlecenie Powiatu Słubickiego, w ramach projektu „Profilaktyka chorób układu krążenia i promocja zdrowego stylu życia w powiecie słubickim”.

Kontakt: 796 422 416, mail kontakt@zdrowe.co

WSTĘP WOLNY

Serdecznie zapraszamy!