

MAS Podchlumí, z. s. v rámci projektu Místního akčního plánu vzdělávání
pro ORP Hořice, CZ.02.3.68/0.0/0.0/15_005/0000058,

vás srdečně zve na zajímavou přednášku:

Zdravá strava není zrada!

**Středa 29. listopadu 2017 od 18 hodin
v radničním sále v Hořicích**

- Proč je třeba zdravě jíst a jak to v pohodě zvládnout i bez počítání kalorií anebo jakýchkoliv jiných nepřírozených omezení?
- Základní pravidla zdravé stravy.
- Jak výživa ovlivňuje zdraví, chování a akademické výsledky dětí?
- Jak naučit jíst zdravě dospělé i děti?

NA TYTO OTÁZKY VÁM ODPOVÍ



PharmDr. Margit Slimáková – specialista na zdravotní prevenci a výživu, popularizátorka vědy. Autorka výživových doporučení Zdravého talíře. Vystudovala farmacii a dietologii, v ČR i v zahraničí. Využívá osvědčené poznatky ze všech oblastí medicíny. Věnuje se poradenství a osvětě, publicitě i přednáškové činnosti.

www.margit.cz



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání