

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

**Fundacja ZDROWSI KAŻDEGO DNIA zaprasza** do bezpłatnego udziału **w wykładzie** realizowanych w ramach projektu „Suwalszczyzna – zakątek zdrowia” z tematu:

**Wykład -„ Ziołolecznictwo , praktyczne zastosowanie w życiu codziennym”**

Program wykładu::

- Definicja zdrowia i choroby, czynniki mające wpływ na zdrowie człowieka, wpływ różnego stylu życia.

- Ogólne zasady zdrowego odżywiania - czy są zasady dla wszystkich, czy to działa, czy jest sens i potrzeba w XXI wieku.

- Podstawy świadomości na temat "drogi do zdrowia" - wiedzą, pracą i systematycznością.

- Układ pokarmowy, jego znaczenie w profilaktyce zdrowia, zasady zdrowego odżywiania.

- Ziołolecznictwo, praktyczne zastosowanie w życiu codziennym i dbaniu o właściwą naturalną odporność.

- W ramach dofinansowania projektu każdy uczestnik otrzyma naturalne preparaty ziołowe

- Przerwy kawowe, catering.

**Terminy:**

- 05.11.2019 r. godz. 15:00, 16-400 Suwałki ul. Suzina 12

- 18.11.2019 r. godz. 15:00, 16-420 Raczki ul. Pl. Kościuszki 15 GOK

**Zgłoszenia do uczestnictwa w warsztatach pod numerem Tel.515 562 515**

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

**Ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.**