

7. novembrī lekcija par veselīga uztura pamatprincipiem pieaugušajiem Dignājā

Date : 31/10/2018



LEKCIJA PAR VESELĪGA UZTURA PAMATPRINCIPIEM PIEAUGUŠAJIEM

7. NOVEMBRĪ plkst.17.00 Dignājas ģimeņu iniciatīvu telpā Dignājas pagastā, Jēkabpils novadā

Uzzināsi - kāds ir veselīgs uzturs, kāda ir tā nozīme organisma funkcionēšanā, spēcīnāšanā un pašsajūtas uzlabošanā! Kā samazināt risku saslimt ar aptaukošanos, sirds asinsvadu slimībām. Kāpēc būtu jāpievērš uzmanība savai ikdienas ēdienkartei un paradumiem. Atklāsim ieradumu veidošanās mehānismu, kā neveselīgos ieradumus mainīt un kā uzlabot veselību!

Lekciju par uzturu vadīs uztura speciāliste no Foodtastic! komandas

Lekcija – BEZ MAKSAS, BEZ iepriekšējas pieteikšanās.

Informācija pa tālr.**28677242** vai rakstot uz baiba.cakure@jekabpilsnovads.lv

Lekcijas tiek īstenotas projekta Nr.9.2.4.2./16/I/015 "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pieejamības uzlabošana Jēkabpils novada pašvaldībā" ietvaros.

!Pasākuma laikā var tikt fotografēts vai filmēts. Materiāli informatīvos nolūkos var tikt publicēti novada mājaslapā, informatīvos izdevumos vai citos sociālajos tīklos.

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

7. novembrī plkst. 17.00 Dignājas ģimeņu iniciatīvu telpā bezmaksas lekcija par veselīga uztura pamatprincipiem pieaugušajiem.

Pasākuma laikā var tikt veikta fotografēšana un filmēšana. Materiāli informatīvos nolūkos var tikt publicēti Jēkabpils novada mājaslapā, informatīvajos izdevumos vai sociālajos tīklos.

B.Čākure