

28. maijā Mežgalē bezmaksas lekcija par veselīga uztura pamatprincipiem pieaugušajiem

Date : 28/05/2019

LEKCIJAS PAR VESELĪGA UZTURA PAMATPRINCIPIEM PIEAUGUŠAJIEM

**28. MAIJĀ plkst. 14.00 Sociālajā aprūpes namā "Mežvijas"
Mežgalē, Leimaņu 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.

Gatavosim un degustēsim arī šķiedrvielu kokteiļus!

Lekciju par uzturu vadīs uztura speciāliste Agrita Spēlmane

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/l/015 "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pieejamības uzlabošana Jēkabpils novada pašvaldībā" ietvaros.

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

28. maijā plkst. 14.00 Sociālās aprūpes namā "Mežvijas" Mežgalē lekcija par veselīga uztura pamatprincipiem pieaugušajiem. Bez maksas.