

Akademia zdrowia



MIKRODOTACJE DO 5 000 ZŁ

TEL. STRYKÓW 42 719 90 64, KUTNO 24 388 14 49, ŁÓDŹ 42 231 31 01

W ramach projektu w terminie od 01.06.2016r. do 04.07.2016r. realizowane będą na terenie naszej Gminy następujące działania:

- Jak odchudzić swoją kuchnię czyli praktyczne sposoby obniżania kaloryczności posiłków - warsztat grupowy z dietetykiem,
 - Indywidualne porady dietetyka dotyczące zasad racjonalnego żywienia dostosowane do naszych indywidualnych potrzeb,
 - W zdrowym ciele zdrowy duch - teatrzyk dotyczący tematyki zdrowego żywienia oraz aktywnego stylu życia,
 - Piramida żywienia - prezentacja na temat zasad zdrowej diety,
 - Kuchenne rewolucje - kulinarny konkurs gotowania,
- Alfabet kulinarny - degustacja zdrowych potraw,
- Apetyt na zdrowie - konkurs wiedzy o zdrowiu,
- Maraton uśmiechu - konkurencje i atrakcje sportowe,
- Fitmania - różnorodne animacje taneczne dostosowane do aktywności i wieku uczestników,
- Po prostu tańcz - pokazy różnych form tańca,
- Przepis na zdrowie - konkurs plastyczn.

Zapraszamy Państwa serdecznie do udziału w projekcie.

Zapraszamy do współpracy wszystkie osoby zainteresowane wspólnym podejmowaniem z nami działań w ramach projektu „Akademia zdrowia”.

W tym celu prosimy o kontakt z Przewodniczącymi Kół Gospodyń Wiejskich z poszczególnych miejscowości.

