



Lokalna Grupa Działania
Stowarzyszenie „Dziedzictwo i Rozwój”
w Zwoleniu zaprasza
wszystkich zainteresowanych własnym zdrowiem
na wykład

Jak żyć zdrowo?

Spotkanie w gminie Ciepiałów odbędzie się
08.11.2013 r. (piątek)

w

Urzędzie Gminy w Ciepiałowie

w godzinach 16.00-19.00

W programie:

1. *Wpływ odżywiania na zdrowie i samopoczucie.*
2. *Czy aktywność fizyczna może mieć wpływ na stan zdrowia?*
3. *Higiena psychiczna a stan zdrowia.*
4. *Uzależnienia jako czynnik degradujący zdrowie.*
5. *Zdrowe przepisy żywieniowe.*

W programie również darmowy pomiar składu ciała z wstępną analizą, określeniem masy kostnej, masy mięśniowej, tkanki tłuszczowej, BMI,

Więcej informacji - w tym o kolejnych spotkaniach w pozostałych gminach objętych LSR bezpośrednio w biurze LGD, pod nr tel. 48 676 20 29, a także niebawem na stronie www.dir.zwolen.com

ZAPRASZAMY! Wstęp wolny.

