

Tomasz Kucharski Burmistrz
Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy
Spółdzielnia Mieszkaniowa „Szaserów” wraz z
Fundacją Piwnica Poetycka ENS zapraszają na:
MIĘDZYPOKOLENIOWE I SENIORALNE SPOTKANIA Z CYKLU:
ROZMOWY O ZDROWIU








WARSZTAT 1

JAK SMAKUJE ZDROWIE

prowadzenie

DOMINIKA I JAN TOMASZEWSKY

w programie warsztatu:

-  Dieta odporności - jak budować ją krok po kroku
-  Co osłabia naszą odporność - podstawowe błędy dietetyczne
-  Czym żywią się nasze bakterie jelitowe i jak wpływają na odporność
-  Składniki mineralne i witamin kluczowe dla odporności
-  Suplementy na odporność - co warto brać

wstęp wolny

czwartek 30 września 2021 roku, godz.15.00 – 17.00
przed KREDENSEM POD OKNAMI ul. Szklanych Domów 13



Partner projektów YAMAHA – Polska, Sklep muzyczny Pasja, VEOLIA S.A