

Pozvánka na praktický zážitkový seminář

Jak podpořit stravou imunitu dětí i dospělých

Kdy: čtvrtek 11. 10. 2018 od 17:00 hod

Kde: MŠ Hudcova, Brno

Cena: Zdarma

Co se na semináři dozvíte:

- jak zařadit do jídelníčku nejlepší potraviny na podporu imunity
- jak na prevenci chřipky
- jak podpořit zdraví střev
- jak na domácí přípravu kvašené zeleniny
- jak využít různé druhy semínek v kuchyni

Kromě toho:

- ochutnáte různé varianty slaných i sladkých pokrmů, které pomáhají podpořit imunitní systém
- obdržíte recepty k podávaným pokrmům

Těším se na Vás! Mgr. Andrea Hrušková

(regionální koordinátorka a lektorka programu Skutečně zdravá škola)

