

Český svaz ochránců přírody Podorlicko v České Třebové

pořádá přednášku

JSME OPRAVDU TO, CO JÍME?

Lektorka Mgr. Lenka Svobodová vás názorně uvede do světa potravin.



„Porovnáme místní a dovozové potraviny a povíme si i některé triky a zajímavosti vhodné pro náš jídelníček a zdravý životní styl. Řekneme si, co jsou „éčka“, proč se do potravin přidávají a co všechno od nich můžeme čekat. Není to nic převratného, jsou to „jen“ některé zásady jak zacházet s potravinami, které koupíme v normálních obchodech. Dotkneme se také vitamínů, minerálních látek i stopových prvků. Povíme si něco o pitném režimu, případně o zásadách stravování dětí, sportovců, těhotných žen a seniorů.“

Akce se koná ve čtvrtek 27.3.2014 od 17.00 v Ekocentru Podorlicko (Podbranská ulice).

Vstupné dobrovolné

Přednáška je součástí projektu Odpady a zdravý životní styl.

Akce je podpořena Pardubickým krajem