



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

**Fundacja ZDROWSI KAŻDEGO DNIA** wraz z **Gminą Rutka Tartak** zaprasza mieszkańców do bezpłatnego udziału w wykładzie realizowanym w ramach projektu „Suwalszczyzna – zakątek zdrowia” w dniu **28.08.2019r. o godz. 14:00** w sali GOK ul. Szkolna 1 w Rutce Tartak .

#### **Program wykładu:**

- **Ziołolecznictwo, praktyczne stosowanie w codziennym życiu,**
- Definicja zdrowia i choroby, czynniki mające wpływ na zdrowie człowieka, zasady zdrowego trybu życia,
- Układ pokarmowy i jego znaczenie w profilaktyce zdrowia, zasady zdrowego odżywiania,
- **Możliwość indywidualnej konsultacji zdrowotnej i bezpłatnego badania określającego funkcjonowanie najważniejszych organów i wskazanie głównych przyczyn chorób,**
- Możliwość zgłoszenia się do udziału w bezpłatnych warsztatach: gotowanie zdrowych posiłków, dobór składników w diecie, stosowanie preparatów ziołowych i witaminowych

**Zgłoszenia do uczestnictwa w wykładzie pod numerem tel. 500 428 201 lub 515 562 515**

W zgłoszeniu proszę podać: imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz nr telefonu

**Ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.**

Realizowane w ramach zadania nr U3-2//2/2018/G pt. „Suwalszczyzna-zakątek zdrowia” przez Fundacja ZDROWSI KAŻDEGO DNIA w ramach Projektu grantowego pod nazwą: „Wspieranie powstawania i działalności organizacji lokalnych” realizowanego przez Stowarzyszenie „Suwalsko-Sejneńska” Lokalną Grupę Działania w ramach **poddziałania 19.2** „Wsparcie na wdrażanie operacji w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność” objętego Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 (nr umowy 00567-6935-UM1020818/19)