

Srdečně Vás zveme do Domečku na víkendový workshop na téma

ZDRAVÁ VÝŽIVA, ANEB VAŘÍME A JÍME DOMA

sobota
19. září
9-12
hodin

vstup zdarma

- sestavování jídelníčku začíná nakupováním
- Ěčka v potravinách - proč a jak číst obaly potravin
- výživa v těhotenství
- výživa dětí od narození do dospělosti
- nácvik jídelníčku
- tipy jak usnadnit svačiny sobě i dětem

Workshop povede Pavlína Zíková, výživový poradce.

Akci zajišťuje MatRion – Regenerační studio Martina Rounová, Nové Strašecí.

**Zájemce o akci prosíme o přihlášení se na emailu sdruzeni@lany.cz
nebo telefonu 724 265 092 Jana Drastilová.**

Aktivity projektu Domeček – Klub pro rodiče a děti jsou podpořeny z dotačního programu Rodina a ochrana práv dětí MPSV.

Nabízíme výtvarné, vzdělávací a sportovní aktivity. Pokud si z programu nevyberete, můžete si jen hrát v prostorné a bezpečně vybavené herně.

Najdete nás v budově lánské sokolovny na adrese Masarykovo náměstí 217, 270 61 Lány.

www.naselany.cz

DOMEČEK 
klub pro rodiče a děti

Klub pro rodiče a děti – Domeček je přátelské místo pro celou rodinu. Slouží k setkávání a aktivnímu trávení volného času rodičů s dětmi.