



## **» Jem zdravo , živim aktivno »**

**»Na ekološki kmetiji pridelano, pripravljeno in postreženo«**

### **3.delavnica**

#### **DRUŽIMO SE**

- tisti, ki presedimo večino dneva
- tisti, ki nismo redno fizično aktivni
- tisti, ki se zavedamo pomena zdravega prehranjevanja
- tisti, ki bi se radi nekaj novega naučili
- tisti, ki bi se radi поблиžje spoznali z ekološkimi pridelki
  - tisti, ki radi dobro in zdravo jemo
  - in tisti, ki bi se samo malo podružili

**KDAJ? 18. september 2019, ob 17:30 uri**


**KJE? Na prekrasni lokaciji Dobra hiša zdravja Čičarija, Golac 85**



## PROGRAM DELAVNICE:

- Kratka predstavitev projekta »**Po zdravje tudi na deželo**«
  - ( direktorica Bolnišnice Sežana, mag.Silvana Šonc)
- **Predavanje o pravilnem izboru in sestavi zdravega krožnika**  
(Nadja Righetti, dipl. dietetičarka)
- **Predstavitev EFT tehnike: Kako odpraviti neprijetne občutke**  
(Sonja Urbančič Zec)
- **Pokušina izdelkov iz ekološke kmetije Djak Nikola, pripravljeno in postreženo skupaj z gostiščem Dobra hiša zdravja**
  - **Razvajanje z ZDRAVIM KROŽNIKOM**
- **Žrebanje** za nagrado »**Zdrav paket za 7 dni**« trgovine Klasje, Sirah d.o.o.

VLJUDNO VABLJENI, VESELIMO SE SREČANJA Z VAMI.

Za prijave smo vam na voljo na e-naslovu: [pozdravjetudinadezelo@gmail.com](mailto:pozdravjetudinadezelo@gmail.com) ali telefonski številki +38640814909,  Po zdravje tudi na deželo