

Kluby Zdrowia

Co to jest?

Jest to projekt, którego celem jest edukacja prozdrowotna społeczeństwa. Pragniemy pomóc ludziom w utrzymywaniu zdrowia na jak najwyższym poziomie we wszystkich jego wymiarach: fizycznym, psychicznym, duchowym i społecznym. Organizujemy wykłady, seminaria, kursy oraz wystawy przybliżające tematykę zdrowego stylu życia.

Jak wyglądają spotkania?

Składają się z 2 części:

1. teoretycznej – wykład prowadzony przez osoby posiadające odpowiednią wiedzę oraz doświadczenie w omawianej dziedzinie,
2. praktycznej – degustacja zdrowych potraw z możliwością uzyskania przepisu, konsultacje, wymiana doświadczeń, możliwość wypożyczenia literatury.

Kto może przyjść?

Każdy! niezależnie od wieku, płci, stanu zdrowia, posiadanej wiedzy czy miejsca zamieszkania.

Jaki jest koszt?

Uczestnictwo jest w 100% bezpłatne!

Nasz Klub Zdrowia jest jednym z kilkudziesięciu w Polsce i kilkuset na świecie.

Odwiedź nas na facebooku!

www.facebook.com/klubzdrowiazakopane

Wejdz na naszą stronę [www: klubzdrowia.pl](http://www.klubzdrowia.pl).