

W dniu 3 marca 2020 roku w Centrum Aktywności Lokalnej przy ulicy Wiejskiej 2D odbędą się warsztaty dietetyczne pn. **Żywność *superfood* z elementami w zakresie niemarnowania żywności.**

Celem prowadzonych warsztatów jest wzmacnianie samodzielności i kompetencji w zakresie prowadzenia gospodarstwa domowego, w tym:

- poprawa umiejętności podejmowania właściwych wyborów żywieniowych;
- poznanie sposobów na komponowanie wartościowego jadłospisu;
- poznanie żywności *superfood* i sposobów jej zastosowania w gospodarstwie domowym.

Dzięki warsztatom uczestnicy mają szansę zdobyć nowe umiejętności, m.in.:

- podejmowania właściwych wyborów żywieniowych;
- komponowania zbilansowanych posiłków z wykorzystaniem żywności *superfood*;
- zdobędą informacje na temat żywności *superfood*;
- zdobędą informacje na temat wykorzystania żywności *superfood* w produktach pozażywnościowych.

Zapraszamy

Dodane przez: **Admin MOPS**

Ostatnia edycja: 2021-11-10 19:48:56