

Dzień dobry,

W naszym imieniu i w imieniu Fundacji Źródło Życia zapraszamy. Warto skorzystać.



Klub Zdrowia

- czyli sposób na zdrowe życie.

21 listopada, godz. 18.30-20.30

wykład dr Grażyny Kuczek

degustacja zdrowych potraw

materiały edukacyjne

Wstęp bezpłatny

Temat: Najnowsze badania

wplywu żywienia i stylu życia na powstanie chorób cywilizacyjnych.

Przykłady osób, które dożyły w zdrowiu 100 lat

i analiza tajemnic ich długowieczności.

Który z czynników ma największy wpływ na powstanie i cofnięcie choroby nowotworowej: psychika, aktywność fizyczna, dieta czy geny?

Co robić, aby być zdrowym oraz pomóc organizmowi w walce z chorobą?

Wiedza dla osób, które są zdrowe i chcą się uchronić przed chorobami oraz chorych, którzy chcą przyspieszyć powrót do zdrowia.

Wykład poparty przykładami pacjentów i najnowszą wiedzą medyczną i dietetyczną.

Każdy uczestnik otrzyma materiały edukacyjne.

Będzie bezpłatne degustacja i nauka gotowania zdrowych potraw.

Prowadzenie: Grażyna Kuczek- lekarz medycyny, redaktor, autor książek, wykładowca.

Autorka książek: "Zdrowie z wyboru", "ABC zdrowego stylu życia", "Sposób na nadwagę", "Zdrowie - twój wybór". Odbyła staż i szereg szkoleń w USA w zakresie medycyny prewencyjnej, zdrowego stylu życia i terapii żywieniem. Redaktor czasopisma "Zdrowie z Wyboru", koordynator i lekarz prowadzący Programu Rewitalizacji i Edukacji Zdrowotnej NEWSTART. Wygłosiła wiele wykładów na terenie całej Polski, USA i Australii. Wykładowca na WSTH. Prowadzi własną praktykę lekarską.

Miejsce: III Liceum Ogólnokształcące, ul. Strzelecka 10, Aula, I Piętro

Informacje i zapisy: tel. : 506 119 648, e-mail: anna@adn.edu.pl, www.fzz.pl

Współfinansowane ze środków budżetowych Miasta Poznania



Organizator:

Partner:



Agnieszka Frąckowiak
Wiceprezes Zarządu
Stowarzyszenia PSYCHE SOMA POLIS

Stowarzyszenie PSYCHE SOMA POLIS
ul. Wierzbicice 18/5
61-568 Poznań
Tel. 61 820 27 46, tel. kom. 502 99 44 97
Mail : info@psychesomapolis.org
www.psychesomapolis.org

Odwiedź nas na:
www.facebook.com/AkademiaWalkizRakiem
www.facebook.com/ZwrotnikRaka