

23 listopada 2018



Jedz z głową - żyj zdrowo

W ramach zadania publicznego pt. „Wspieranie działań promujących kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych, w tym żywieniowych i aktywności fizycznej mieszkańców województwa świętokrzyskiego”, Stowarzyszenie Na Rzecz Wspierania Aktywności lokalnej Zielonka zrealizowało projekt pn. „Jedz z głową - żyj zdrowo”.

W czasie realizacji zadania, przeprowadzono 30 spotkań warsztatowych i zajęć edukacyjnych z zakresu zdrowego odżywiania, których beneficjentami było 350 osób z terenów wiejskich i wiejsko - miejskich. Podczas spotkań, uczestnicy mieli możliwość uzyskania wiedzy na temat odpowiedniego dobierania składników pożywienia, tworzenia zdrowego menu z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb każdego uczestnika. Ponadto, w ramach zadania wydano broszurę informacyjną na temat podstaw zdrowego żywienia, która została rozdystrybuowana na terenie województwa świętokrzyskiego.