

Projekt »**PO ZDRAVJE TUDI NA DEŽELO**« je usmerjen k povezovanju med zdravstveno institucijo in kmetijskimi gospodarstvi. V sklopu projekta izvajamo delavnice za različne starostne skupine v povezavi z zdravim načinom življenja. K sodelovanju vabimo tiste, ki si želijo zdravje ohraniti oziroma izboljšati. Poudariti želimo pomen zdravega in aktivnega življenjskega sloga ter uživanje lokalne hrane, s katero pomembno prispevamo k boljšemu zdravju in hitrejšemu okrevanju. Z lokalno pridelano hrano se tako srečujemo v okolju, kjer je bila pridelana in je tam tudi pripravljena. Hkrati pa na takšen način spodbujamo nove oblike dejavnosti na kmetijah.



V četrtek, **4. junija 2020, ob 17.00,**
vabljeni na brezplačno delavnico z naslovom

ZDRAVI SKOZI ŽIVLJENJE,

ki bo na **Turistični kmetiji Benčič v Filipčjem Brdu** (Filipčje Brdo 4).

Program delavnice

- krajša predstavitev projekta »**Po zdravje tudi na deželo**«
- **Silvana Janežič, dipl. fizioterapevtka** – predstavitev vsakodnevnega razgibavanja v praksi
- **Nadja Righetti, dipl. dietetičarka** – predavanje »Zdravi skozi življenje« (V sklopu predavanja se bomo seznanili z dejavniki, ki vplivajo na zdravje v povezavi z vrednotami in življenjskim slogom posameznika. Spoznali bomo, kako vzdrževati zdravo telo in se izobrazili o prehranskih smernicah.)
 - **Pokušina ekoloških izdelkov**

Veslimo se srečanja z vami!

Naprošamo vas, da se na delavnico predhodno prijavite. Prijave sprejemamo na e-naslovu: nadezelo@bsezana.si ali telefonski številki +38640814909 .