

WARSZTATY Z DIETETYKIEM ANNA KAMIŃSKĄ



Data wydarzenia

18-06-2024 17:30 - 18-06-2024 18:30

Miejsce

Lubiteka, ul. Sportowa 3

Wstęp

Bezpłatne

Kontakt z organizatorami

instruktor [at] biblioteka.lubliniec.pl

<http://www.biblioteka.lubliniec.pl/>

Kategoria wydarzenia

Wydarzenia Lubiteka

Warsztaty z dietetykiem Anną Kamińską!

Praktyczne przygotowanie domowego jadłospisu

Kiedy? 18 czerwca 2024, godz. 17:30

Gdzie? Lubiteka, ul. Sportowa 3

Koszt? Bezpłatne!

Zastanawiasz się, jak zdrowo i smacznie komponować posiłki dla siebie i swojej rodziny?

Chcesz dowiedzieć się, jak w prosty sposób zaplanować pełnowartościowe menu na cały tydzień?

Dołącz do nas na warsztatach z dietetykiem Anną Kamińską! 🍴

Czego się nauczysz?

- Tworzenie zbilansowanych jadłospisów
- Wybieranie odpowiednich produktów
- Przygotowywanie zdrowych posiłków
- Planowanie zakupów spożywczych

To wyjątkowa okazja, aby zdobyć praktyczne umiejętności, które odmienią Twoją kuchnię!

Nie przegap tej szansy na zdrowe zmiany w Twoim życiu! ☐

#Warsztaty #Dietetyk #ZdroweOdżywianie #DomowyJadłospis

#BezpłatneWarsztaty #Lubiteka #AnnaKamińska #Zdrowie #Kuchnia #Przepisy

[Pozostałe wydarzenia](#)

- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)