

SPOTKANIE DLA DIABETYKÓW I OSÓB Z INSULINOOPORNOŚCIĄ

Data wydarzenia

28-02-2025 17:30 - 28-02-2025 19:00

Miejsce

Lubiteka, ul. Sportowa 3

Wstęp

Bezpłatne

Kontakt z organizatorami

instruktor [at] biblioteka.lubliniec.pl

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

Kategoria wydarzenia

Wydarzenia Lubiteka

Masz cukrzycę lub insulinooporność? A może ktoś z Twoich bliskich zmaga się z tymi problemami? Nie przegap tej okazji!   

 Pierwsze spotkanie organizowane przez Stowarzyszenie Diabetyków w Lublińcu to szansa, by dowiedzieć się, jak dbać o zdrowie i poprawić jakość życia!   

 Ekspertka w dziedzinie żywienia – Anna-Maria Kamińska (dietetyk kliniczny, edukator diabetologiczny i prezes Stowarzyszenia Diabetyków w Lublińcu) opowie o:

 Zdrowym odżywianiu przy cukrzycy 

☐ Dieta a insulinooporność ☐

☐ Praktycznych wskazówek, które ułatwią codzienne życie ☐♂

☐ Co zyskasz?

☐ Darmowe materiały edukacyjne ☐

☐ Przykładowy jadłospis o niskim IG ☐

☐ Kiedy? Piątek 28.02.2025 ☐ Godz. 17:30

☐ Gdzie? Lubiteka, ul. Sportowa 3, Lubliniec

☐ Wstęp wolny!

Nie zwlekaj – przekaż dalej i pomóż bliskim zadbać o zdrowie! ☐

#ZdrowieNaPierwszymMiejscu #DiabetykWFormie #ZdroweOdżywianie

#CukrzycaPodKontrolą #Insulinooporność

Pozostałe wydarzenia

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