



Jak ważne są (zdrowe) jelita dowiecie się podczas kolejnego spotkania Klubu Zdrowia

data aktualizacji: 2023.12.28



Tuż na początku nowego 2024 roku, we wtorek 2 stycznia, w iławskim Centrum Aktywności Lokalnej przy ul. Wiejskiej 2d odbędzie się kolejne spotkanie Klubu Zdrowia. Tym razem tematem wykładu będą jelita i sposoby na zachowanie ich w pełnej sprawności i zdrowiu.

- **Jelita pełnią wiele funkcji w naszym organizmie.** Tu odbywa się trawienie pokarmu oraz wchłanianie go do krwi. Flora jelitowa dba o nasz **układ odpornościowy**. Tu wytwarzane są niektóre witaminy oraz kwasy tłuszczowe – zauważają organizatorzy spotkania w ramach Klubu Zdrowia.

- O tym, jak zadbać o zdrowe jelita, dowiecie się Państwo na najbliższym spotkaniu **Klubu Zdrowia**, które odbędzie się **we wtorek 2 stycznia o godzinie 17.00 w Centrum Aktywności Lokalnej**. Spotkanie poprowadzi dietetyk fitoterapeuta **Żaneta Rzezińska**, specjalizująca się w chorobach układu pokarmowego. Serdecznie zapraszamy. **Wstęp wolny** – czytamy w zaproszeniu.

Dla utrwalenia: wykład odbędzie się we wtorek 2 stycznia 2024 w CAL-u przy ul. Wiejskiej 2d.

zico

kontakt@infoilawa.pl



KLUB ZDROWIA W IŁAWIE

ZAPRASZA NA WYKŁAD ZDROWE JELITA



W programie także:

Najważniejsze zasady zdrowego stylu życia
Praktyczne porady zdrowotne
Degustacja smacznych i zdrowych potraw



Gdzie:

Centrum Aktywności Lokalnej
ul. Wiejska 2 D



Kiedy:

2 stycznia, **godzina 17.00**

Wstęp wolny!



668 484 418



sprawyzdrowia.pl

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/73104-jak-wazne-sa-zdrowe-jelita-dowiecie-sie-podczas-kolejnego-spotkania-klub-u-zdrowia>