



Jak si dát dezert bez výčitek? Přijďte na naši přednášku Klubu zdraví ve čtvrtek dne 6.11.2025 v 16:30 hodin a ukážeme Vám, jak na zdravý život a bez obětí.

V konferenčním sálu **Městské knihovny ve Znojmě**. Její téma je:

Zdravé mlsání

Přednášet bude Monika Naumann z Epicentra zdraví Eden

Jeden malý krok a může Vám změnit život. Můžete dál mlsat, ale bez rizika zdravotních potíží. Chcete se naučit, jak si doma a rychle můžeme připravit zdravé mlsání? Přijďte a dozvíte se, jak na to. Ochutnáme sladkosti, které neobsahují nadměrné množství cukru.

www.knihovnazn.cz