



KLUBY
ZDRAVÍ

POZVÁNKA

Zveme všechny příznivce zdravého životního stylu na naši
přednášku Klubu zdraví ve čtvrtek dne 14.3.2024 v 16:30 hodin.

Low-FODMAP dieta

Přednášet bude Monika Naumann z Epicentra zdraví

Dieta Low-FODMAP není redukční dieta. Jejím cílem je „pouze“ upravit zažívání u lidí, kteří trpí syndromem dráždivého tračníku nebo jinými trávicími potížemi. Zjistíme, kdy a jak dlouho se tato dieta drží, a dostaneme i tipy na recepty.

Městská knihovna, Zámečnická 9, Znojmo
konferenční sál, 2. patro

www.klubyzdravi.cz

Kluby zdraví jsou organizovány pod záštitou z. s. Život a zdraví.