



ASOCIACE ŠKOLNÍCH JÍDELN
ČESKÉ REPUBLIKY



Asociace školních jídelen České republiky, z. s.

Vás zve na **jednodenní odborný seminář pro zaměstnance školních jídelen**
konaný v Krajském centru sdílení dobré praxe (KCSDP) v Plzni

SEMINÁŘ

NAVIGACE VE SVĚTĚ VÝŽIVY

PLZEŇ / 28. KVĚTNA 2019

V současné době je velice těžké vyznat se v informacích o výživě. Velmi lehce najdeme informace o potravinách, které škodí nebo které jsou naopak super potravinami, které spasí lidstvo.

Pojďme si vysvětlit základní principy, které ve výživě platily, platí a platit budou.

V přednášce se dozvíte zajímavým a pochopitelným způsobem potřebné informace o živinách, naučíte se jednoduché principy, jak sestavovat jídelníček a dozvíte se 10 pravidel, na které byste v průběhu celého života měli dbát. Pokusíme se vše vysvětlit tak, abyste odcházeli se správnými vědomostmi a věděli přesně jak změnit své chování k lepšímu, tak abyste byli zdraví.

Místo konání: Aula 15. ZŠ Terezie Brzkové 33, Plzeň

Pořadatel: Asociace školních jídelen ČR, z. s.

Přednášející: Mgr. Alexandra Košťálová, lektorka SZÚ Praha

MVDr. Anna Niklová, vedoucí odboru HDM, KHS Královehradeckého kraje

Délka semináře: 120 minut přednáška + 60 minut workshop

Cena za osobu:

490,-

Přihlašování: Probíhá přes webové stránky www.asjcr.cz

PROGRAM SEMINÁŘE:

08:30 – 09:00 Prezence účastníků semináře

09:00 Zahájení semináře

09:00 – 11:00 1. blok semináře / přednáška

11:00 – 11:30 Coffee break / přestávka

11:30 – 12:30 2. blok semináře / workshop

do 13:00 Závěr semináře