

# JÍDLO JAKO JED, JÍDLO JAKO LÉK

## PŘEDNÁŠKA JARMILY MANDŽUKOVÉ

11. října 2022 v 17 hodin

Městská knihovna Příbor

vstupné 40 Kč



Správná výživa podporuje zdraví, odstraňuje zdravotní problémy a vede k pozitivnímu životnímu postoji. Je tedy nezbytné věnovat pozornost tomu, co jíme. S každým soustem můžeme požit škodlivé látky, které jsou nebezpečné pro naše zdraví. Jak tyto látky působí na lidský organismus? Lze se škodlivým látkám v potravinách ubránit? Jakým potravinám bychom se měli vyhýbat a na jaké triky výrobců potravin si dát pozor? Na tyto otázky odpoví tato přednáška.