



# PROGRAM OPERACYJNY POMOC ŻYWNOŚCIOWA 2014-2020 PODPROGRAM 2018

Zapraszamy do uczestnictwa w działaniach towarzyszących pn.:

## WIĘCEJ NIŻ WAGA

co jeść, by pozostać w pełni zdrowia?  
poznajemy podstawowe błędy żywieniowe  
jak oprzeć się pokusom?  
optymalne parametry naszego ciała  
do czego prowadzi nieprawidłowa dieta?  
złoty środek – dieta i aktywność fizyczna!



### Miejsce

**Bydgoszcz, ul. Kapuściska 10**

### Data

**19 02 2019**

### Godzina

**11<sup>00</sup>-12<sup>00</sup>, 12<sup>00</sup>-13<sup>00</sup>, 13<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>**

### Organizator

**POLSKI KOMITET POMOCY SPOŁECZNEJ  
KUJAWSKO-POMORSKI ZARZĄD WOJEWÓDZKI**

Działania towarzyszące są współfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach  
**Europejskiego Funduszu Pomocy Najbardziej Potrzebującym**