



Ikäihmisten ravitsemusohjaus-luento

**Tervetuloa Kumppanuustalo Viikariin 1. kerros, keskiviikkona
31.5.2017 klo 12.00-14.00.**

Etelä-Suomen maa- ja kotitalousnaiset / ProAgria Etelä-Suomi ry järjestävät ikäihmisille ravitsemusohjausta, neuvontaa, havainnollisia infopisteitä, reseptejä, maistelua sekä erilaisia esitteitä ravinnosta.

Mitä ikäihmisen pitää ja tulee syödä? Miten valmistat ateriasi?
Millaisia raaka-aineita on hyvä käyttää? Mitä sinun ruokaympyräsi tulee kuulua joka päivä?

Tule kuuntelemaan, keskustelemaan, maistelemaan!

Muistathan että ravinnon ja ruokailun pitää tuottaa mielihyvän tunteita ja sen pitää olla mukava, iloinen tapahtuma. Kaikkea ei tarvitse itseltään kieltää!

**Ilmoittautumiset KaatumisSeula -klinikalle perjantaihin 26.5.2017
mennessä. Tilaisuudessa kahvitarjoilu.**

Ft Anu Takala / 050-4625450

Th Annika Suntio / 040-6817200



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET
ETELÄ-SUOMI



KAATUMISSEULA