

# ZAPRASZAMY

na bezpłatne konsultacje z dietetykiem  
„Jak budować odporność?”



Rzeszów, ul. Zamkowa 8

**24.01.2024 r. (środa)**  
**godzina 10.00 - 12.00**

**Uzyskasz informacje na temat:**

- ⇒ zasad prawidłowego odżywiania
- ⇒ jakie produkty wybierać, by naturalnie wspierać odporność
- ⇒ jaką aktywność wybierać w sezonie zimowym
- ⇒ jak korzystać z portalu [diety.nfz.gov.pl](https://diety.nfz.gov.pl)

**Dodatkowo dowiesz się o dostępnych programach  
profilaktycznych NFZ**