

Od: Bank Żywności Suwałki - Białystok
Temat: POPŻ 2014-2020 Podprogram 2020 - Działania Towarzyszące

Szanowni Państwo

Do czasu, gdy będzie możliwe prowadzenie warsztatów stacjonarnych, Bank Żywności Suwałki - Białystok proponuje rozpoczęcie Działań Towarzyszących POPŻ 2014-2020 Podprogram 2020, w dwóch formach:

1. warsztaty online - dla kilkunastu osób
2. indywidualne konsultacje telefoniczne - 1 osoba w rozmowie telefonicznej

Te propozycje skierowane są do osób, które korzystają z Internetu, mają telefon bądź dostęp do komputera i CHCĄ skorzystać z takich zajęć.

Proponujemy zajęcia w kilku zakresach tematycznych:

1. Dietetyczny - dotyczący zasad zdrowego i racjonalnego odżywiania.
2. Ekonomiczny - planowanie budżetu domowego oraz planowanie wydatków, w tym także na żywność biorąc poprawkę na artykuły spożywcze, które cyklicznie potrzebujący otrzymują w ramach PO PŻ.
3. Niemarnowanie żywności - jak ekonomicznie gotować, racjonalnie robić zakupy oraz zapobiegać marnowaniu żywności.
4. Inne, ważne dla beneficjentów

Zachęcamy również Waszych podopiecznych do indywidualnych konsultacji telefonicznych.

Do dyspozycji mamy dwie specjalistki psychodietetyki, które z zainteresowanymi mogą porozmawiać o problemach zdrowotnych związanych z chorobami cywilizacyjnymi w aspekcie psychologicznym.

Ponadto obecna sytuacja epidemiologiczna może wytwarzać w ludziach duży poziom lęku, stresu, zagubienia, dlatego wydaje się być ważnym wsparcie psychologa.

Mamy możliwość przeprowadzenia 50 indywidualnych konsultacji, decyduje kolejność zgłoszenia.

Zgłoszenie powinno zawierać imię i nazwisko chętnego beneficjenta oraz nr jego telefonu.

Nasze Trenerki:

Jolanta Wierzbicka - ekonomiczne/dietetyczne/kulinarne
Agnieszka Wędołowska - dietetyczne/ekonomiczne
Bożena Kuryś - dietetyczne/kulinarne
Zuzanna Kiełkucka - ekonomiczne
Mirosława Krawczyk - niemarnowanie
Emilia Borzym - ekonomiczne/dietetyczne
Anna Kuczkin - psychodietetyk /dietetyczne/kulinarne
Joanna Gerwel - psychodietetyk /psychologiczne/dietetyczne/ekonomiczne

Czekam na zgłoszenia.

--

Pozdrawiam serdecznie,
Dorota Dzierżawa
tel. 535 045 042

Stowarzyszenie Bank Żywności Suwałki - Białystok
ul. Kowieńska 3/18
16 - 400 Suwałki
tel/fax: 87 5674674
kom. 697 470 460
e-mail: bz.suwalki@bankizywnosci.pl
www.suwalki.bankizywnosci.pl

MAGAZYN W BIAŁYMSTOKU: ul. Węglowa 8, 15-121 Białystok