



Institut vzdělávání APSS ČR

Společně za vzděláváním!



POZVÁNKA NA ODBORNÝ SEMINÁŘ

## VITALITA A ZDRAVÍ NA TALÍŘI – 2. DÍL

### ŠKOLA ZDRAVÉHO VAŘENÍ PRO SENIORY

který se koná

**25. května 2018**

od 9.00 do 13.00 hodin, prezenze účastníků od 8.45 hodin

**Palata – Domov pro zrakově postižené**

Na Hřebenkách 737/5, 150 00 Praha 5 - Smíchov

Seminářem v rozsahu 4 hodin bude provázet

### **Ing. Zdeněk Hladík**

*(kuchař s orientací na zdravé stravování, manažer kulinářských projektů Country Life,  
lektor v Asociaci kuchařů a cukrářů)*

### **Interaktivní vzdělávání pro kuchařky a kuchaře, kteří připravují pokrmy seniorům, a nejen pro ně.**

#### **Kapitoly:**

- Luštěniny chytře, chutně a bez nadýmání
- Tipy na luštěninové pokrmy
- Bezmasé pokrmy pro seniory
- Zdravé dochucování
- Kvašená zelenina na talířích seniorů
- Nutričně zajímavé suroviny pro seniory
- Klíčky, ořechy a semínka
- Kulinářské zajímavosti a tipy

#### **Cílová skupina:**

- ostatní

#### **Cena:**

- pro členy APSS ČR - 890 Kč za osobu, pro nečleny APSS ČR - 990 Kč za osobu

Na semináři bude zajištěno malé občerstvení.

Elektronický formulář přihlášky, storno podmínky a více informací o semináři je uvedeno na [www.institutvzdelavani.cz](http://www.institutvzdelavani.cz).

**INSTITUT VZDĚLÁVÁNÍ APSS ČR** – Vančurova 2904, 390 01 Tábor • IČ: 60445831 • DIČ: CZ60445831  
e-mail: [institut@apsscr.cz](mailto:institut@apsscr.cz) • [www.apsscr.cz](http://www.apsscr.cz), tel./fax: 381 213 332 • mob.: 724 940 126