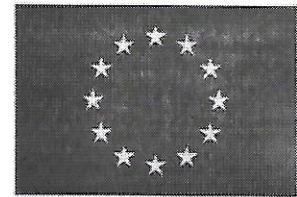


**PROGRAM OPERACYJNY
POMOC ŻYWNOŚCIOWA
2014-2020**

UNIA EUROPEJSKA

EUROPEJSKI FUNDUSZ POMOCY
NAJBARDZIEJ POTRZEBUJĄCYM



**WARSZTATY Niemarnowania żywności i ZDROWEGO ŻYWIENIA
W RAMACH DZIAŁAŃ TOWARZYSZĄCYCH
PROGRAMU OPERACYJNEGO POMOC ŻYWNOŚCIOWA
2014- 2020 PODPROGRAMU 2019**

19.02.2020 r. o godzinie 10-tej odbędą się Warsztaty niemarnowania żywności dla Podopiecznych korzystających z pomocy żywnościowej **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gawłuszewice 5 A** finansowane z Europejskiego Funduszu Pomocy Najbardziej Potrzebującym.

Program Edukacyjny Warsztatów obejmuje następującą tematykę :Niemarnowanie żywności

1. Prawidłowe przechowywanie produktów
2. Racjonalne wykorzystanie produktów spożywczych
3. Planowanie zakupów, tak aby zapobiegać marnowaniu żywności
4. Planowanie rozkładu produktów spożywczych w lodówce
5. Czytanie etykiet i oznakowań oraz planowanie zakupów
Zależność przechowywania żywności i jej przygotowanie w celu ograniczenia wartości odżywczych
6. Wpływ pożywienia na zdrowie fizyczne i psychiczne człowieka (odżywianie i leczenie chorób)

Celem działań jest wzmocnienie samodzielności i kompetencji w prowadzeniu gospodarstwa domowego w tym szczególnie umiejętności zdrowego i racjonalnego przygotowania posiłków, zbilansowania diety, świadomości potrzeb żywieniowych różnych grup osób, niemarnowania żywności, przechowywania potraw oraz włączenie osób w funkcjonowanie społeczności lokalnych i wymiana doświadczeń.

STOWARZYSZENIE
TARNOBRZESKI BANK ŻYWNOŚCI
WICEPREZES
Jan Szeużyk