

Městská knihovna Janovice nad Úhlavou
zve na podvečerní besedu s Věrou Pillmanovou
na téma

„ZDRAVĚ A AKTIVNĚ“



v úterý 13. května od 18. 00 hodin v knihovně.

Chcete vědět jak na kila po zimě? Která dieta vám neublíží? Mají vaše děti správné stravovací návyky? Umíte správně odpočívat? Jíte to, co vaše tělo potřebuje? To a mnoho dalšího se dozvíte, když přijdete.

Součástí besedy bude i ukázka denního líčení a doporučení, jak pečovat o pleť- s Petrou Myškovou.