



Turistično društvo Kurešček

vabi na predavanje

dr. Iztoka Ostana

BELJAKOVINE ZA ŽIVLJENJE IN SMRT

**v sredo, 2.novembra ob 17.00
v Kulturni dvorani Golo**

Znano je, da športniki in rekreativci potrebujejo več beljakovin, manj znano pa je, da postane ta problematika zelo pereča, ko ostarimo ali pa smo izčrpani zaradi bolezni. Takrat telo zelo potrebuje beljakovine, a jih ni sposobno učinkovito presnoviti, ker se je zmanjšala učinkovitost prebavil in izločal.



Na predavanju bomo izvedeli:

- pomen beljakovin,**
- probleme, ki jih povzročajo
v presnovi,**
- prednosti in pomanjkljivosti
vegetarijanstva.**

**Predavanja so namenjena vsem, ki želijo izvedeti
več za boljšo kvaliteto svojega življenja in življenja
svojih najbližjih.**

Vstopnine ni! Prisrčno vabljeni

www.td-kurescek.si