

## **Zapraszam Cię**

### ***na webinar poświęcony tematyce odżywiania w czasie pandemii.***

Opowiem jak zadbać o odporność i nie dać się wirusowi, w jaki sposób wykorzystać czas spędzony w domu na zbudowanie nowych zdrowych nawyków żywieniowych. Podpowiem również jak zadbać o dobrą relację ☺ z jedzeniem i zapobiec nagromadzeniu się dodatkowych kilogramów.

Spotkanie odbędzie się 30 kwietnia (czwartek) o godzinie 12.00 na platformie Teams, na które zapraszam również Twoich domowników.

Zachęcam Cię do wcześniejszego wypełnienia opracowanej przeze mnie ankiety. Twoje odpowiedzi są niezwykle cenne w przygotowaniu webinaru oraz pracy naukowej. Link zamieszczony poniżej:

<https://forms.gle/2LJeIP6mN2ydTsZV9>

#### **O MNIE:**

- *nazywam się Malwina Wylegała;*
- *jestem dietetykiem i edukatorem żywieniowym;*
- *aktualnie kończę studia magisterskie (kierunek: dietetyka) na Uniwersytecie Medycznym im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu;*
- *koordynuję projekt „Dobrze jemy ze szkołą na widelcu” w SP 5 w Pile;*
- *jestem członkiem Polskiego Towarzystwa Medycyny Stylu Życia;*
- *uwielbiam zdrowo jeść i gotować ☺;*
- *swoimi przepisami dzielę się na Instagramie i Facebooku: @ZDROWOODPORANKA.*

*Malwina Wylegała*