

## Warsztaty żywieniowo-dietetyczne oraz warsztaty ekonomiczne

Stowarzyszenie Ochotnicza Straż Pożarna w Bukowcu zaprasza na warsztaty żywieniowo-dietetyczne oraz warsztaty ekonomiczne, które odbędą się w dniu 30.01.2019 r. w godzinach od 8.00 do 10.00 w Remizie Ochotniczej Straży Pożarnej w Bukowcu.

Celem prowadzonych warsztatów jest wzmacnianie samodzielności i kompetencji w zakresie prowadzenia gospodarstwa domowego, w tym m.in.:

- Przekazanie wiedzy dotyczącej zasad zdrowego żywienia,
- Zapoznanie ze sposobem kalkulowania przychodów i wydatków na podstawie własnego gospodarstwa domowego, pozwalających na właściwe gospodarowanie środkami finansowymi w ramach dostępnego budżetu,

Dzięki warsztatom uczestnicy mają szansę nabyć nowe umiejętności, m.in.:

- znają podstawowe zasady zdrowego żywienia oraz będą potrafili przeanalizować sposób żywienia swojej rodziny (w tym zweryfikować i wyeliminować złe nawyki żywieniowe)
- potrafią nazwać poszczególne pozycje w budżecie domowym, określić ich wysokość, stwierdzić co ma na nie wpływ i odpowiednio zaplanować swoje wydatki uwzględniając stałe przychody,
- poznają nowe sposoby na wprowadzanie oszczędności w swoim gospodarstwie domowym (dzięki pracy w grupie i wymianie doświadczeń),

Uczestnikami warsztatów mogą być tylko i wyłącznie osoby zakwalifikowane do otrzymania pomocy żywnościowej w ramach POPŻ tj. dla których wystawiono skierowania do otrzymania pomocy.

PROGRAM OPERACYJNY  
POMOC ŻYWNOŚCIOWA  
2014-2020



Banki Żywności

UNIA EUROPEJSKA

EUROPEJSKI FUNDUSZ POMOCY  
NAJBARDZIEJ POTRZEBUJĄCYM

