



Valgamaa
Terviseroukogu



TERVISLIKUMA ELU POOLE - TOIT OMA AIAST JA METSAST

ÕPITUBA 28.09.2017 09:00 – 15:00 SA Taheva Sanatoorium
päevakeskuses (info: 526 3407)

Õpime koos, kuidas köögiviljast teha tervislikke salateid ja kooke ning
marjadest kommi.

Arutelu:

September aias ja
metsas

Grupitöö:

Olen ise kokk

Viktoriin:

Tunne kodu-
metsa seeni

Katame laua ja

jagame retsepte

Sügisannid – maitsvad võimalused tervise heaks

Projekti rahastus „Rahvastiku tervise arengukava 2009 -2020“ vahenditest