

HPD "Zagreb-Matica" -
Planinarsko ekološka sekcija
poziva vas na poučno predavanje o zdravlju

Alkalna prehrana

za dugovječnost i zdravlje

četvrtak 13. studenog 2025. u 19.15 sati

u prostorijama HPD Zagreb-Matica- Pertićeva 4/ II

Predavač: prof. Željko Sobotka

Vjeruje se da prekomjerna kiselost organizma uzrokovana hranom vodi u bolest.

Pristup "alkalnom zdravlju" naglašava važnost alkalne prehrane koja je bogata voćem i povrćem, s ciljem postizanja ravnoteže pH u tijelu i smanjenja potencijalnih negativnih učinaka kisele hrane.

Provjera osobnog alkalnog statusa nakon predavanja



foto: izvor web

**Na ljepotu i zdravlje odražava se sve ono čime se hranimo.
Rezervirajte malo vremena samo za sebe i dodite!**

**Nećemo vam ponuditi čarobnu formulu,
ali ćemo vam pokazati
kako da je sami pronađete!**

ULAZ SLOBODAN