

## Webinar w temacie długowieczności



## **Webinar w temacie długowieczności**

Data publikacji  
06.08.2024 11:10

**ABCsenior.com zaprasza na drugie spotkanie w ramach cyklu webinarów**

## **pn. „Prawidłowe odżywianie, forma na lata”.**

Webinar pn. „Recepta na długowieczność, czyli jakie są sekrety mieszkańców tzw. Niebieskich Stref” odbędzie się 12.08.2024 r. o godz. 10:00. Na szkoleniu poruszane będą zagadnienia dot. m.in. miejsc na świecie, gdzie notuje się największy odsetek stulatków, charakterystyki odżywiania i stylu życia mieszkańców tych regionów oraz najważniejszych elementów, które można stosować na co dzień w celu zachowania odporności i dobrej formy na lata.

Obowiązują wcześniejsze zapisy pod [linkiem](#).

Zachęcamy do udziału.

Źródło: [https://abcsenior.com/webinar/odzywianie?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTAAR2zSz-zlvy3G7H7KVO\\_fRPeGtqB9aqVeyz7wbfb9p9uvHhgSP4jdFZMIA0\\_aem\\_0GoBrCi3zDbesY-VICVh6Q](https://abcsenior.com/webinar/odzywianie?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTAAR2zSz-zlvy3G7H7KVO_fRPeGtqB9aqVeyz7wbfb9p9uvHhgSP4jdFZMIA0_aem_0GoBrCi3zDbesY-VICVh6Q)  
Grafika: <https://pixabay.com/pl/photos/park-rowerowych-senior-samotny-5528190/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)
  
- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)