

# EDUKACE ONLINE

## Edukace jsou:

- Zdarma
- Přednášené odborníky
- Vhodné pro všechny zájemce o zdravý životní styl

**každou středu od 19:00**

## Harmonogram edukací

- 9. 10.** Léky a doplňky stravy při hubnutí
- 16. 10.** Jídlo kolem sportu
- 23. 10.** Vlákna - kde, kolik a proč?
- 30. 10.** Chytré pumpy pro diabetiky
- 6. 11.** Doplnky stravy - je to vůbec třeba?
- 13. 11.** Kalorické tabulky
- 20. 11.** Jak navýšit příjem bílkovin?
- 27. 11.** Jak si osladit život
- 4. 12.** Jak na pohyb v rámci běžného dne
- 11. 12.** Bezlepková a bezlaktózová dieta při hubnutí
- 18. 12.** Mýty a omyly v diabetu

Připojte se



## Používáme Zoom

Přihlásit se na Edukaci je jednoduché. Jediné, co potřebujete, je počítač, smartphone nebo tablet a připojení na WIFI. K realizaci Edukací online jsme zvolili program Zoom Meeting. Program je sice pouze v anglickém jazyce, ale vše potřebné Vám vysvětlíme. Stačí postupovat podle následujících kroků:

**1. krok** - Klikněte na odkaz na stránkách [pacimed.cz/udalosti-a-akce](https://pacimed.cz/udalosti-a-akce)

**2. krok** - Ve spodní části stránky klikněte na text **Join from Your Browser**

**3. krok** - Zadejte jméno a příjmení nebo přezdívku a klikněte na tlačítko **Join**



[pacimed.cz/udalosti-a-akce](https://pacimed.cz/udalosti-a-akce)

Za podpory MZČR



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY