

## Kolejne aktywne dni za nami



Trochę szycia, trochę robienia kartek okolicznościowych, a na deser wisienka na torcie -wykład "Zdrowie i odporność z natury " poprowadzony przez Panią Ewę Kamińską-Mikołajczyk. Mieliśmy okazję zrobić napar z igliwia sosny, oliwę magnezjową oraz dowiedzieć się jakie bogactwo dla zdrowia jest na wyciągnięcie ręki, za darmo i o każdej porze roku. W kolejnych dniach spacer, zbieranie kory wierzby, szyszek olchy, igieł sosny.

Nina Rykowska  
Instruktor kulturalno-oświatowy  
w Klubie Senior+





- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)