

PROGRAM  
**XVII GLIWICKI KIERMASZ ŻYWNOŚCI EKOLOGICZNEJ I TRADYCYJNEJ**  
**„Natura, zdrowie, kultura”**

Gliwice, Ośrodek Sportu Politechniki Śląskiej  
ul. Kaszubska 28

**sobota 29 września 2012**

godz. 9.00-18.00

- 9.00-18.00      sprzedaż produktów ekologicznych i tradycyjnych,  
stoiska informacyjne dotyczące produktów ekologicznych, ziół  
i miodu  
stoiska degustacyjne  
warsztaty plastyczne dla najmłodszych
- 9.30              Uroczyste otwarcie
- 10.00 -11.30     Dieta dojrzałego człowieka - zachowanie dobrej kondycji i leczenie  
wybranych schorzeń odpowiednio zbilansowaną dietą. Dieta dla  
Bałtyku.
- 11.30 - 12.15    Pokaz sztuki kulinarnej bazującej na produktach ekologicznych.  
Odżywcze  
i smaczne śniadania.
- 12.30 -13.15     Czy w XXI wieku grozi nam głód? Warsztaty połączone z dyskusją.
- 13.30 - 15.00    Zdrowie na starcie - jak wspierać rozwój niemowlaka i małego  
dziecka odpowiednim odżywianiem.
- 13.30 -14.15     Akademia młodego kucharza - warsztaty edukacyjne dla dzieci  
połączone  
z przygotowaniem prostych posiłków
- 14.30 -16.00     Pokaz sztuki kulinarnej bazującej na produktach ekologicznych -  
potrawy rozgrzewające i energetyzujące, znaczenie przypraw  
w kuchni.
- 15.45 -17.00     Miody i produkty pszczele w zachowaniu witalności organizmu.