



Multikulturní klub a Městská knihovna Trmice



pořádá besedu na téma:

Životní styl a pohoda z pohledu námořníka

KDE:

Kamenný sál na zámku v Trmicích

KDY:

30. března 2017 od 17:00 hodin



**Besedu povede
Mgr. Kapitán Josef Třešňák**

- jak zdravě žít
- jak se stravovat
- strava na cestách
- co nám dává moře

**BOHATÁ FOTODOKUMENTACE,
NEBUDE CHYBĚT ANI HRA A ZPĚV NA KYTARU.**

Vstupné ZDARMA