



Centrum
Dietetyczne
Online

Wspieraj dietą swoje zdrowie

Dlaczego to jest ważne?

Prawidłowe odżywianie jest jednym z kluczowych elementów poprawy i utrzymania optymalnego stanu zdrowia.

Dieta a choroba

Prawidłowa dieta jest istotnym wsparciem leczenia wielu schorzeń i dolegliwości. Stanowi dużą część profilaktyki pierwotnej i wtórnej licznych chorób związanych ze stylem życia.



Skonsultuj **bezpłatnie**
swoją dietę ze specjalistą

ncez.pzh.gov.pl/poradnia/

Przykładowe posiłki

