

Τρώμε Έξυπνα, Ζούμε Δυνατά: Η Συνταγή για Έναν Απίθανο Εαυτό!

Γνωρίζεις πόσο νερό πρέπει να πίνεις καθημερινά;

Πόσο σημαντικό είναι το πρωινό γεύμα τελικά;

Βάλε την κίνηση στη ζωή σου με κάθε τρόπο!

Φόρτισε τον εαυτό σου, όχι το κινητό σου!



ΑΝΟΙΧΤΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

10 Οκτωβρίου 2025

Ομήρειο Πνευματικό κέντρο

ΧΙΟΣ

Ώρα: 18.00-21.00

ΔΡΑΣΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ

11 Οκτωβρίου 2025

2^ο Δημοτικό Σχολείο

ΧΙΟΣ

Ώρα: 10.00-12.00

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

