

**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nerówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia**AKTUALIZACJA DO MIESIACA LISTOPADA WŁĄCZNIE Z DNIA 04.10.2016
HARMONOGRAMU ZAJĘĆ KULINARNYCH PROWADZONYCH W RAMACH AKADEMII
ZDROWEGO ŻYWIENIA ZA OKRES KWIECIEŃ-LISTOPAD**

PAŹDZIERNIK 2016					
Gmina	Miejscowość	Data zajęć	Godz. zajęć	Liczba godzin	Instruktor
Aleksandrów	Janikowice Urząd Gminy w Aleksandrowie	08.10.2016	10.00-14.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		-	-		
	Siucice Sala OSP Siucice	06.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		18.10.2016	16.00-20.00		
	Skotniki Świetlica Wiejska w Skotnikach	06.10.2016	17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		20.10.2016	17.00-21.00		
	Niewierszyn Sala OSP Niewierszyn	03.10.2016	17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		17.10.2016	17.00-21.00		
Czarnocin	Rzepki Sala OSP Rzepki	03.10.2016	15.30-19.30	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Iwona Dudka
		-	-		
	Dalków Sala OSP Dalków	01.10.2016	08.00-12.00 12.00-16.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Anna Bernaciak
		-	-		
	Grabina Wola Sala OSP Grabina Wola	08.10.2016	16.00-20.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		22.10.2016	12.00-16.00 16.00-20.00		
	Tychów Sala OSP Tychów	09.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		16.10.2016	16.00-20.00		
	Bieżywody Świetlica Wiejska w Bieżywodach	07.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		21.10.2016	16.00-20.00		
	Biskupia Wola Lokal Kwadrat w Biskupiej Woli	05.10.2016	15.30-19.30	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		19.10.2016	15.30-19.30		
Zamość	04.10.2016	15.00-19.00	8 godz. (2 razy	Iwona Dudka	



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

	<i>Sala OSP Zamość</i>	18.10.2016	15.00-19.00	po 4 godz.)	
Gorzkowice	Krzemieniewice <i>Sala OSP Krzemieniewice</i>	10.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		27.10.2016	16.00-20.00		
	Krosno <i>Świetlica Wiejska w Kośnie</i>	19.10.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		-	-		
	Plucice <i>Szkoła Podstawowa w Plucicach</i>	05.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Anna Bernaciak
		11.10.2016	16.00-20.00		
Grabica	Kamocin <i>Sala OSP Kamocin</i>	03.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		04.10.2016	16.00-20.00		
	Grabica <i>Sala OSP Grabica</i>	-	-	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Iwona Dudka
		26.10.2016	15.30-19.30		
	Polesie <i>Sala OSP Polesie</i>	08.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		28.10.2016	16.00-20.00		
Łęki Szlacheckie	Łęki Szlacheckie <i>Sala OSP Łęki Sz.</i>	14.10.2016	12.00-16.00 16.00-20.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		28.10.2016	16.00-20.00		
	Tomawa <i>Sala OSP Tomawa</i>	09.10.2016	17.00-21.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		23.10.2016	12.00-16.00 16.00-20.00		
Moszczenica	Pomyków <i>GOK w Moszczenicy</i>	05.10.2016	11.00-15.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		19.10.2016	11.00-15.00		
	Baby <i>Sala OSP Baby</i>	06.10.2016	15.30-19.30	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		22.10.2016	15.30-19.30		
	Karlin <i>Dom Ludowy w Karlinie</i>	13.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		27.10.2016	16.00-20.00		
	Raków <i>Dom Ludowy w Rakowie</i>	13.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		27.10.2016	16.00-20.00		
Kosów	13.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy	Izabela	



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

	<i>Sala OSP Kosów</i>	27.10.2016	16.00-20.00	po 4 godz.)	Dziedzińska
	Kielczówka <i>Sala OSP Kielczówka</i>	12.10.2016	16.00-20.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		17.10.2016	16.00-20.00		
		25.10.2016	16.00-20.00		
	Białkowice <i>Dom Ludowy w Białkowicach</i>	13.10.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		-	-		
	Gościmowice <i>GOK w Moszczenicy</i>	11.10.2016	16.00-20.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		12.10.2016	11.00-15.00		
		26.10.2016	11.00-15.00		
	Raciborowice <i>Sala OSP Raciborowice</i>	07.10.2016	17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		21.10.2016	17.00-21.00		
	Gazomia Nowa <i>Sala OSP Gazomia</i>	06.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		20.10.2016	16.00-20.00		
Rozprza	Białocin <i>Sala OSP Białocin</i>	05.10.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		-	-		
	Kęszyn <i>Centrum Kultury w Rozprzy</i>	03.10.2016	16.00-20.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		17.10.2016	16.00-20.00		
		24.10.2016	16.00-20.00		
	Longinówka <i>Sala OSP Longinówka</i>	11.10.2016	15.00-19.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		20.10.2016	15.00-19.00		
		26.10.2016	15.00-19.00		
	Magdalenka <i>Świetlica Wiejska W Magdalence</i>	04.10.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Renata Piasecka
		-	-		
	Mierzyn <i>Sala OSP Mierzyn</i>	21.10.2016	16.00-20.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Anna Bernaciak
		22.10.2016	12.00-16.00 16.00-20.00		
	Romanówka <i>Dom Ludowy w Romanówce</i>	04.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		18.10.2016	16.00-20.00		



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

	Wroników Dom Ludowy w Wronikowie	11.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		25.10.2016	16.00-20.00		
Sulejów	Łęczno Sala OSP Łęczno	04.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Anna Bernaciak
		12.10.2016	16.00-20.00		
	Koło Świetlica Wiejska w Kole	07.10.2016	17.00-21.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Anna Bernaciak
		08.10.2016	08.00-12.00 12.00-16.00		
	Krzewiny Sala OSP Krzewiny	03.10.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Anna Bernaciak
-		-			
Ręczno	Majkowice Świetlica Wiejska w Majkowicach	10.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		24.10.2016	16.00-20.00		
	Stobnica Szkoła Podstawowa w Stobnicy	12.10.2016	16.30-20.30	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		26.10.2016	16.30-20.30		
	Kolonia Ręczno Świetlica Wiejska w Kolonii Ręczno	10.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
24.10.2016		16.00-20.00			
Wola Krzysztoporska	Glina Dom Ludowy w Glinie	01.10.2016	15.00-19.00	16 godz. (4 razy po 4 godz.)	Regina Michalska
		08.10.2016	15.00-19.00		
		29.10.2016	11.00-15.00 15.00-19.00		
	Gomulin Sala OSP Gomulin	14.10.2016	17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		28.10.2016	17.00-21.00		
	Stradzew Dom Ludowy w Stradzewie	05.10.2016	16.30-20.30	16 godz. (4 razy po 4 godz.)	Renata Piasecka
		19.10.2016	16.30-20.30		
		29.10.2016	12.00-16.00 16.00-20.00		
	Wola Rokszyccka Dom Ludowy w Woli Rokszycckiej	14.10.2016	17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Regina Michalska
		28.10.2016	17.00-21.00		
	Wygoda Dom Ludowy w Wygodzie	07.10.2016	17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Regina Michalska
		21.10.2016	17.00-21.00		



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

Wolbórz	Lubiatów Sala OSP Lubiatów	12.10.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska	
		26.10.2016	16.00-20.00			
	Psary Stare Sala OSP Psary Stare	-	-	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska	
		25.10.2016	17.00-21.00			
	Żywocin Dom Ludowy w Żywocinie	05.10.2016	17.00-21.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka	
		18.10.2016	10.00-14.00			
		19.10.2016	17.00-21.00			
	ŁĄCZNIE NA KONIEC MIESIACA LICZBA GODZIN/SPOTKAŃ				416/104	
	ŁĄCZNIE SPOTKAŃ W OKRESIE KWIECIEŃ-PAŹDZIERNIK				764	

**AKTUALIZACJA DO MIESIACA LISTOPADA WŁĄCZNIE Z DNIA 04.10.2016
HARMONOGRAMU ZAJĘĆ KULINARNYCH PROWADZONYCH W RAMACH AKADEMII
ZDROWEGO ŻYWIENIA ZA OKRES KWIECIEŃ-LISTOPAD**

LISTOPAD 2016					
Gmina	Miejscowość	Data zajęć	Godz. zajęć	Liczba godzin	Instruktor
Aleksandrów	Janikowice Urząd Gminy w Aleksandrowie	-	-	0 godz.	Emilia Kasowska- Gabara
	Siucice Sala OSP Siucice	08.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Renata Piasecka
	Skotniki Świetlica Wiejska w Skotnikach	03.11.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		17.11.2016	16.00-20.00		
	Niewierzyn Sala OSP Niewierzyn	05.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
Czarnocin	Rzepki Sala OSP Rzepki	-	-	0 godz.	Iwona Dudka
	Dalków Sala OSP Dalków	-	-	0 godz.	Anna Bernaciak
	Grabina Wola Sala OSP Grabina Wola	-	-	0 godz.	Renata Piasecka



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

	Tychów <i>Sala OSP Tychów</i>	-	-	0 godz.	Iwona Dudka
	Bieżywody <i>Świetlica Wiejska w Bieżywodach</i>	04.11.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		18.11.2016	16.00-20.00		
	Biskupia Wola <i>Lokal Kwadrat w Biskupiej Woli</i>	16.11.2016	15.30-19.30	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		30.11.2016	15.30-19.30		
Zamość <i>Sala OSP Zamość</i>	-	-	0 godz.	Iwona Dudka	
Gorzkowice	Krzemieniewice <i>Sala OSP Krzemieniewice</i>	11.11.2016	15.00-19.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska- Gabara
		25.11.2016	15.00-19.00		
	Krosno <i>Świetlica Wiejska w Kośnie</i>	-	-	0 godz.	Emilia Kasowska- Gabara
	Plucice <i>Szkoła Podstawowa w Plucicach</i>	-	-	0 godz.	Anna Bernaciak
Grabica	Kamocin <i>Sala OSP Kamocin</i>	14.11.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
		15.11.2016	16.00-20.00		
	Grabica <i>Sala OSP Grabica</i>	02.11.2016	15.30-19.30	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Iwona Dudka
		08.11.2016	15.30-19.30		
Polesie <i>Sala OSP Polesie</i>	-	-	0 godz.	Iwona Dudka	
Łęki Szlacheckie	Łęki Szlacheckie <i>Sala OSP Łęki Sz.</i>	04.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Renata Piasecka
	Tomawa <i>Sala OSP Tomawa</i>	-	-	0 godz.	Renata Piasecka
Moszczenica	Pomyków <i>GOK w Moszczenicy</i>	16.11.2016	11.00-15.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
	Baby <i>Sala OSP Baby</i>	04.11.2016	15.30-19.30	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Iwona Dudka
	Karlin <i>Dom Ludowy</i>	-	-	0 godz.	Iwona Dudka
	Raków <i>Dom Ludowy</i>	10.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Renata Piasecka



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nerówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

	Kosów Sala OSP Kosów	10.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Izabela Dziędzińska
	Kielczówka Sala OSP Kielczówka	-	-	0 godz.	Iwona Dudka
	Białkowice Dom Ludowy	-	-	0 godz.	Emilia Kasowska-Gabara
	Gościmowice GOK w Moszczenicy	-	-	0 godz.	Izabela Dziędzińska
	Raciborowice Sala OSP	-	-	0 godz.	Renata Piasecka
	Gazomia Nowa Sala OSP Gazomia	03.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Izabela Dziędzińska
Rozprza	Białocin Sala OSP Białocin	-	-	0 godz.	Emilia Kasowska-Gabara
	Kęszyn Centrum Kultury	07.11.2016	16.00-20.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Renata Piasecka
	Longinówka Sala OSP Longinówka	09.11.2016	15.00-19.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Renata Piasecka
	Magdalenka Świetlica Wiejska W Magdalence	-	-	0 godz.	Renata Piasecka
	Mierzyn Sala OSP Mierzyn	-	-	0 godz.	Anna Bernaciak
	Romanówka Dom Ludowy w Romanówce	08.11.2016	16.00-20.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Emilia Kasowska-Gabara
		22.11.2016	16.00-20.00		
Wroników Dom Ludowy	-	-	0 godz.	Emilia Kasowska-Gabara	
Sulejów	Łęczno Sala OSP Łęczno	-	-	0 godz.	Anna Bernaciak
	Koło Świetlica Wiejska w Kole	04.11.2016	17.00-21.00	12 godz. (3 razy po 4 godz.)	Anna Bernaciak
		05.11.2016	08.00-12.00 12.00-16.00		
	Krzewiny Sala OSP Krzewiny	-	-	0 godz.	Anna Bernaciak
Ręczno	Majkowice Świetlica Wiejska	-	-	0 godz.	Iwona Dudka
	Stobnica Szkoła Podstawowa	09.11.2016	16.30-20.30	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Emilia Kasowska-Gabara
	Kolonia Ręczno Świetlica Wiejska	-	-	0 godz.	Izabela Dziędzińska



**AKADEMIA ZDROWEGO ŻYWIENIA**

„Twoje SERCE ♥ Twoim ŻYCIEM”

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego
z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia

Wola Krzysztoporska	Glina <i>Dom Ludowy w Glinie</i>	-	-	0 godz.	Regina Michalska
	Gomulin <i>Sala OSP Gomulin</i>	-	-	0 godz.	Izabela Dziedzińska
	Stradzew <i>Dom Ludowy</i>	-	-	0 godz.	Renata Piasecka
	Wola Rokszczycka <i>Dom Ludowy</i>	11.11.2016	13.00-17.00 17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Regina Michalska
	Wygoda <i>Dom Ludowy</i>	04.11.2016	13.00-17.00 17.00-21.00	8 godz. (2 razy po 4 godz.)	Regina Michalska
Wolbórz	Lubiatów <i>Sala OSP Lubiatów</i>	09.11.2016	13.00-17.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
	Psary Stare <i>Sala OSP Psary</i>	09.11.2016	17.00-21.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Izabela Dziedzińska
	Żywocin <i>Dom Ludowy w Żywocinie</i>	09.11.2016	10.00-14.00	4 godz. (1 raz po 4 godz.)	Iwona Dudka
ŁĄCZNIE NA KONIEC MIESIACA LICZBA GODZIN/SPOTKAŃ				144/36	
ŁĄCZNIE PODCZAS CAŁEGO OKRSU REALIZACJI LICZBA SPOTKAŃ				800	

