Uczestnicy projektu „Marsz po Zdrowie” realizowanego przez Towarzystwo Aktywności Społecznej „Mazury Garbate" przy współpracy z gołdapskim Domem Kultury i Świetlicami wiejskimi (Grabowo, Kozaki oraz Siedlisko) realizują kolejny etap projektu, którym jest cykl zajęć kulinarnych. Projekt realizowany jest dzięki dofinansowaniu ze środków Programu „Działaj Lokalnie VII".

W trakcie trwania projektu mieszkańcy regularnie spotykają się na wspólnych treningach nordick walking. Trenują zarówno dorośli jak i młodsi mieszkańcy wsi. Urozmaiceniem działań jest prowadzony cykl zajęć kulinarnych, który jest doskonałym przykładem promowania zdrowego stylu życia.

Tym razem uczestnicy projektu przygotowali sałatkę dietetyczną z ryżem. W sałatce znalazły się warzywa, które zawierają cenne witaminy. Sałatki przygotowane przez nas są idealne na każdą porę dnia, lekkie i bardzo smaczne. Nasze zajęcia kulinarne cieszą się ogromnym zaciekawieniem, a przepisy na sałatki wykorzystywane są w domach uczestników.

„Projekt dofinansowano ze środków Programu „Działaj Lokalnie VII” Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności oraz Gminy Gołdap realizowanego przez Akademię Rozwoju Filantropii w Polsce oraz Gołdapski Fundusz Lokalny”.

{gallery}2012/kulinarnekontynuacja{/gallery}