


**Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej Instytutu Żywności i Żywienia uruchomiło bezpłatne Centrum Dietetyczne Online. Jest ono dostępne 12 godzin dziennie we wszystkie dni robocze. Porad udzielać będzie 6 wykwalifikowanych dietetyków. Porady są bezpłatne.**

**W zależności od indywidualnej potrzeby, każdy będzie mógł uzyskać profesjonalną konsultację dietetyczną udzieloną przez wykwalifikowanych dietetyków z Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej IŻŻ.**




Właściwa dieta może być ważnym elementem zarówno leczenia, jak i podstawą codziennego funkcjonowania. W gąszczu rozmaitych informacji o tym, co powinno się jeść, a czego należy unikać, wśród wielu tzw. mód żywieniowych łatwo jednak o błędy i nieporozumienia. Pomocą i drogowskazem są konsultacje u wykwalifikowanego dietetyka. Specjalista wyjaśni wszelkie wątpliwości, wskaże popełniane błędy żywieniowe i pomoże je naprawić. Jego rolą jest ponadto edukacja, obalanie mitów żywieniowych i wsparcie w procesie zmiany nawyków żywieniowych na prozdrowotne. Dostępność do bezpłatnych porad w Polsce jest jednak dość ograniczona, szczególnie poza dużymi ośrodkami miejskimi, dlatego Centrum Dietetyczne Online może być doskonałym rozwiązaniem dla każdego, kto chce zatroszczyć się o siebie i podjąć rozmowę z dietetykiem.



porady dietetyka online... 

Skorzystaj bezpłatnie!

żyjesz zdrowo!

[www.poradnia.ncez.pl](http://www.poradnia.ncez.pl)



*Centrum Dietetyczne Online to społecznie ważna inicjatywa, która uczyni profesjonalne poradnictwo dietetyczne ogólnie dostępnym. Oddajemy do dyspozycji wiedzę naszych ekspertów w sposób odpowiadający współczesnym potrzebom i zachowaniom, czyli przez Internet, a zarazem pozostając w kontakcie z drugim człowiekiem – mówi **profesor Mirosław Jarosz, Dyrektor IŻŻ**. – Umacnia to także rolę dietetyka jako niezbędnego ogniwa zarówno w prewencji, jak i leczeniu chorób metabolicznych. Dzięki takiemu wsparciu pacjent dużo łatwiej wróci do zdrowia i na trwałe zmieni nawyki żywieniowe na prozdrowotne.*

**Serdecznie zapraszamy do umówienia się na konsultację przez stronę poradni:**

**[www.poradnia.ncez.pl](http://www.poradnia.ncez.pl)**

### **Jak odbyć profesjonalną konsultację? To proste!**

1. **Wypełnij krótki formularz** na stronie poradni i podaj swój adres mailowy lub numer telefonu.
2. Czekaj na e-mail lub telefon od dietetyka w celu **umówienia się** na 30 minutową poradę telefoniczną.
3. Nasz dietetyk zadzwoni do Ciebie w umówionym dniu i o umówionej porze.

### **Nie zwlekaj. Weź zdrowie w swoje ręce!**

Instytut Żywności i Żywienia, działający od ponad 50 lat, odpowiada m.in. za opracowywanie i publikowanie norm żywienia dla populacji polskiej oraz tabel składu i wartości odżywczej produktów. Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej, bazując na działalności IŻŻ oraz czerpiąc z doświadczenia i nowoczesnych narzędzi, wypracowanych w dotychczas realizowanych programach. NCEŻ jest wiarygodnym, sprawdzonym i przede wszystkim łatwo dostępnym źródłem wiedzy dla każdego Polaka.