

//

Dieta Dobrych Produktów

to najnowsza modyfikacja
Diety Optymalnej.

Ogólnopolskie Stowarzyszenie Bractw Optymalnych
im. ks. prof. Wł. Sedlaka z siedzibą w Jaworznie
ul. Grunwaldzka 200
43 – 600 Jaworzno
www.optymalni.org.pl

Stowarzyszenie realizuje cele między innymi w następujących statutowych działaniach:

- popularyzowanie nowoczesnego, optymalnego modelu odżywiania się ludzi oraz upowszechnianie osiągnięć i efektów stosowania żywienia optymalnego, opracowanych przez lek. med. Jana Kwaśniewskiego,
- inicjowanie i koordynowanie badań naukowych oraz współdziałanie w tym zakresie z odpowiednimi placówkami produkcji i gospodarki żywnościowej,
- integrowanie środowisk zainteresowanych optymalnym modelem odżywiania się i wymianą doświadczeń,
- inspirowanie i wspieranie rozwoju, w zakresie celów Stowarzyszenia, danego regionu lub miejscowości oraz lokalnych samorządów, w których działają bractwa stowarzyszenia,
- stwarzanie możliwości podnoszenia kwalifikacji w zakresie wykorzystania nowoczesnych metod praktycznego stosowania odżywiania optymalnego,
- organizowanie kontaktów między przedstawicielami klasycznej medycyny, a lekarzami propagującymi optymalny model odżywiania, a także osobami, które stosując ten model odżywiania uzyskały poprawę stanu zdrowia,
- nadawanie dyplomów, doradców żywienia optymalnego, - propagowanie oraz zabezpieczanie w różnych formach, pomocy w zakresie prowadzenia zdrowego trybu życia, w tym odżywiania się i rehabilitacji, poprzez organizowanie szkoleń oraz działań zapobiegawczych przez wykwalifikowanych specjalistów z tych zakresów,
- organizowanie konferencji naukowych, sympozjów, zjazdów, spotkań, prelekcji, odczytów, a także organizowanie szkoleń z zakresu nowoczesnego – optymalnego modelu odżywiania się ludzi – zgodnie z zasadami ustalonymi przez lek. med. Jana Kwaśniewskiego,
- wspieranie inicjatyw organizowania wypoczynku czynnego, prowadzenia placówek sanatoryjnych, kolonii dla dzieci, klinik optymalnego odżywiania się,
- utrzymywanie i rozwijanie kontaktów z pokrewnymi stowarzyszeniami w kraju i za granicą oraz wspieranie innych stowarzyszeń o podobnych celach działania,
- wspieranie inicjatyw i działań ekologicznej produkcji rolniczej, przetwarzania żywności, produkcji energii oraz nawiązywanie kontaktów z organizacjami propagującymi działania ekologiczne.

Realizacja celów Stowarzyszenia obejmuje przede wszystkim następujące działania jako działalność odpłatna:

- wydawanie książek,
- wydawanie czasopism i wydawnictw periodycznych,
- reprodukcja nagrań dźwiękowych,
- reprodukcja nagrań wideo
- reprodukcja komputerowych nośników informacji
- rozpowszechnianie filmów i nagrań wideo,
- działalność rekreacyjna pozostała, gdzie indziej niesklasyfikowana,
- kształcenie ustawiczne dorosłych i pozostałe formy kształcenia, gdzie indziej - niesklasyfikowane
- sprzedaż detaliczna książek,
- sprzedaż detaliczna gazet i artykułów piśmiennych .

Co miesiąc systematycznie organizowane są spotkania w Bractwach OSBO (co miesiąc, co dwa tygodnie, co tydzień – w zależności od możliwości poszczególnych Bractw), wielokrotnie z udziałem lekarzy, doradców żywienia optymalnego lub spotkania okolicznościowe, ale zawsze tematycznie związane z żywieniem optymalnym. Spotkania odbywały się w następujących miejscowościach: Bielsku Białej, Brwinowie, Bydgoszczy, Chełmie, Częstochowie, Gdańsku, Jaworznie, Katowicach, Kazimierzu Dolnym, Krotoszynie, Łazach, Poznaniu, Siemianowicach Śląskich, Sieradzu, Słupcy, Słupsku, Szczecinie, Szprotawie Zabobrze, Śreмиu, Ustroniu, Warszawie.

Dieta Dobrych Produktów

to najnowsza modyfikacja
Diety Optymalnej.

Bractwa Optymalnych
kopia ze strony
www.optymalni.org.pl

Wykaz Bractw OSBO
(Aktualizacja na dzień 01.07.2008)

1 Bractwo OSBO w Bielsku Białej

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Józefem Kraus. Tel. nr (0-33) 488 35 28, 0-693 842 713.

2 Bractwo OSBO w Bielsku Białej „Podbeskidzie”

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem

Bractwa OSBO Janem Wawak. Tel. nr (0-33) 812 34 75.

3 Bractwo OSBO w Brwinowie

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Wandą Chrzanowską. Tel. nr (0-22) 729 63 46.

4 Bractwo OSBO w Bydgoszczy

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Andrzejem Wanko. Tel. nr (0-52) 372 47 34 do godz. 8.30 i po godz. 19.00.

5 Bractwo OSBO w Chełmie

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Marianną Fajks. Tel. nr (0-82) 564 39 82 i (0-82) 565 55 74.

6 Bractwo OSBO w Ciechocinku

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Tadeuszem Suchowieckim. Tel. nr (0-54) 416 26 07 po godz. 20.00.

7 Bractwo OSBO w Częstochowie

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Władysławem Makles. Tel. nr (0-34) 318 71 81. 0-512 291 302.

8 Bractwo OSBO w Gdańsku

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Franciszkiem Wysockim. Tel. nr (0-58) 346 42 19. 0-600 619 217.

9 Bractwo OSBO w Jaworznie

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Małgorzatą Jany. Tel. nr (0-32) 616 51 82 w godz. 8.00-15.00.

10 Bractwo OSBO w Katowicach

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Kazimierzem Pipia. Tel. nr (0-32) 202 43 83 Tel.. kom. 0603 206 749.

11 Bractwo OSBO w Kazimierzu Dolnym

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Janem Gizą. Tel. nr (0-81) 881 00 84. 0-691 024 500.

12 Bractwo OSBO w Krotoszynie

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem

Bractwa OSBO Grzegorzem Kośmider. Tel. nr 0-602 702 657.

13 Bractwo OSBO w Łazach

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Andrzejem Szubert. Tel. nr (0-32) 671 90 26. 0-608 437 433.

14 Bractwo OSBO w Poznaniu

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Zuzanną Rzepecką. Tel. nr (0-61) 833 37 88. 0-501 405 968.

15 Bractwo OSBO w Sieradzu

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Tadeuszem Andrzejewskim. Tel. nr (0-43) 827 10 62. 0-505 583 093.

16 Bractwo OSBO w Siemianowicach Śląskich

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Justyną John. Tel. nr 0-663 949 702.

17 Bractwo OSBO w Słupcy

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Grażyną Borkowicz. Tel. nr (0-63) 277 10 56. (0-63) 2751675. 0-600 818 493.

18 Bractwo OSBO w Słupsku

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Elżbietą Wałaszewską-Majkowską. Tel. nr 0-602 296 978.

19 Bractwo OSBO w Szczecinie

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Anną Kazuba. Tel. nr (0-91) 484 50 65, 0-602 106 391.

20 Bractwo OSBO w Szczecinie Prawobrzeżu

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Ireną Kaniewską. Tel. nr (0-91) 463 24 85.

21 Bractwo OSBO w Szprotawie Zabobrze

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Mieczysławą Grygorczyk. Tel. nr (0-68) 376 42 98.

22 Bractwo OSBO w Ustroniu

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Teresą Szczepanek. Tel. nr (0-33) 854 21 11, 0-609 147 3 64.

23 Bractwo OSBO w Warszawie.

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Joanną Jurczek. Tel. nr 0-606 449 064, (0-22) 652 11 81. (0-22)652 11 81.

24 Bractwo OSBO we Wrocławiu Zaciszu

O aktualne informacje dot. miejsca i terminów spotkań proszę kontaktować się z prezesem Bractwa OSBO Ryszardem Unold. Tel. nr (0-71) 328 52 33, 0-604 709 264, z wiceprezesem Krzysztofem Duziak (0-71) 357 25 25 lub z sekretarzem Bogumiłą Kopaczyńską (0-71) 352 75 96.

UWAGI: Wszelkie zmiany dot. miejsca i terminów spotkań oraz numerów kontaktowych i adresów e-mail, proszę przysyłać do członka Zarządu Głównego OSBO Wojciecha Kudera tel (0-34) 357 73 88. 0-509 287 609. e-mail: wkuder@optymalni.org.pl lub do biura OSBO biuro@optymalni.org.pl.

[Dieta Dobrych Produktów](#)

to najnowsza modyfikacja
Diety Optymalnej.

//