

# Pohodové posezení u kakaa se zajímavým hostem

Ve čtvrtek proběhla příjemná a inspirativní aktivita s názvem Pohodové posezení u kakaa, která studentům nabídla nejen nevšední chuťový zážitek, ale i nové poznatky o zdravém životním stylu.

Pozvání přijala bývalá studentka [Adéla Slívová](#), která se dnes věnuje koučinku v oblasti zdravého životního stylu. Během setkání studentům představila kakao v jeho přirozené podobě a podělila se o své zkušenosti i znalosti.

Součástí programu bylo nejen povídání, ale také ochutnávka nápoje připraveného z pravých kakaových bobů. Tento lahodný nápoj zaujme svou specifickou, jemně hořkou chutí a odlišuje se od běžně dostupných kakaových nápojů.

Studenti se dozvěděli více o oblastech, kde se kakaovník pěstuje, a o cestě, kterou kakaové boby urazí, než se dostanou až do podoby nápoje. Nechyběly ani zajímavosti o přínosech kakaa pro lidské zdraví – například jeho pozitivní vliv na náladu, obsah antioxidantů či schopnost podpořit soustředění.

Celé setkání se neslo v přátelské a uvolněné atmosféře, která podpořila otevřenou diskuzi a sdílení zkušeností. Studenti tak měli možnost nejen ochutnat něco nového, ale také se inspirovat k péči o své zdraví a životní styl.

Děkujeme Adéle Slívové za milou návštěvu a těšíme se na další podobná setkání.

