

LYT TIL DIN KROP:

DEN FORTÆLLER DIG NOGET—FOREDRAG AF KAREN NØRBY



Foredrag om kost og sundhed og om at forstå de signaler som kroppen sender. Foredraget henvender sig til alle, der har små eller store udfordringer fysisk eller psykisk. Og som gerne vil blive klogere på, hvad kosten kan gøre for vores ve og vel.



Foredraget giver dig redskaber til...

- * At lytte til din krop og forstå de signaler som den sender
- * At bruge kosten og eventuelle kosttilskud
- * At flytte dig og få mere energi, overskud og en gladere krop og psyke

Mandag den 25/1 kl. 19 - 21—Teaterbygningen i Køge

Tilmelding til FOF Køgebugt holdnummer 21840. Pris kr. 125,-