

organiseert op vrijdagavond 11 oktober 2013
in het kader van de 2^e Osse Sportgezondheidsweek

Lezing door auteur Julia Kang

“Gezond & gifvrij met een natuurlijke leefstijl”

Inloop vanaf 19.15 uur

Met een kopje koffie of thee en een informatiemarkt rondom gezondheid o.a. **EKOplaza Oss** (verkoop en informatie rondom natuurprodukten), **praktijk Motio-Osteopathie**, **Sport Expertise Centrum Oss**, **Beweeg en Leef** (cursussen in beweging en ontspanning), **Beltane**, **praktijk voor Mesologie**

Aanvang lezing: 19.45 uur

Julia Kang; auteur van het boek ‘**100% Gifvrij, slank en gezond door een natuurlijke levensstijl**’.

Ze legt uit hoeveel gifstoffen we dagelijks binnen krijgen via ons eten, onze cosmetica, verzorgingsproducten en vele andere gebruiksvoorwerpen. Met ernstige gevolgen voor onze gezondheid, gewicht en milieu. Zij laat zien dat je helemaal geen rare dingen hoeft te doen om de omslag te maken naar een natuurlijke gezonde levensstijl en met kleine simpele veranderingen al een heleboel kan bereiken.

Deze, inmiddels bekende, Julia Kang heeft ondertussen ook haar tweede boek uitgebracht. Ze zal in haar verhaal ook de relatie leggen tussen voeding en chronische (lichamelijke / psychische) klachten en toont alternatieven voor sommige medicatie.

Na afloop: ca. 21.00 uur: Mogelijkheid om vragen te stellen, de informatiemarkt te bezoeken en gezellig na te kletsen met een hapje / drankje.

Entree: 10 euro p.p. incl. consumptie

Locatie: Gezondheidscentrum Accent, Borgvliet 18, Oss

Aanmelden: info@beweegenleef.nl / [06-41126286](tel:06-41126286)

www.beweegenleef.nl