

Foredrag  
i

# HELSEHUSET

## KUNDEAFTEN PROGRAM

EFTERÅR '23 - FORÅR '24



12.  
OKT

### JEANETTE CLEMENT

"Optimer din sundhed  
- fokus på immunforsvaret"

19.00-21.30

Kom godt igennem vinteren... Foredrag med Zoneterapeut og Biopat Jeanette Clement. I aftenens tema bliver du guidet igennem immunforsvarets funktioner, hvordan det belastes og hvordan det styrkes.

### MARIA JUHL

"Følg naturens rytme med Ayurveda"

19.00-21.00

Forfatter og medstifter af N.A.Y.A. - Nordic Ayurveda Yoga Academy, vil denne aften fortælle om Ayurveda og hvordan vi kan leve Ayurvedisk i Norden. Det vil være muligt at købe og få signeret Maria Juhl's bøger. Du vil også kunne få lavet en Dosha test.

23.  
NOV



### SIGNE LYKKE

Foredrag om den gode kost for dig

19.00-21.30

Forfatter Signe Lykke er kendt for sine mange bøger om kost. Især "Spis efter din blodtype" bøgerne men hun har også lavet bøger om feks. Vegansk og Glutenfri kost.

Signe vil denne aften bl.a. fortælle om den gode kost for dig.



18.  
JAN

BESTIL BILLETTER VIA: [MAIL@GRUNDAHLKOSTOGSUNDHED.DK](mailto:MAIL@GRUNDAHLKOSTOGSUNDHED.DK) - PRIS 75 KR.

Kun et begrænset antal pladser. Bestillingen er bindende og billetter refunderes ikke ved evt. afbud



[www.helsehusetfrederikssund.dk](http://www.helsehusetfrederikssund.dk)

