



GAS sul Serio vi invita alla serata

LA VIA DEL BENESSERE

Percorso in due serate per imparare ad usare il cibo, gli stili di cottura e lo stile di vita come strumento per rafforzare profondamente il proprio corpo e rigenerarsi, ma anche come aiuto per risolvere problemi di salute.

Luogo: Alzano Lombardo, seguirà indicazione luogo esatto

Date: venerdì 30 gennaio, venerdì 6 febbraio 2015 – ore 20.45

Relatrice: Laura Castoldi, cuoca in cucina naturale e guida in terapia alimentare

Contributo: 10€ per “Il diario della salute”, una guida tascabile per migliorare la propria dieta attraverso monitoraggio quotidiano.

Iscrizioni entro il 20 gennaio

Per informazioni/iscrizioni: morzenti@gassulserio.org, tel. 3406357922