

**FOLKE
HELSE
UKA
2016**

5. – 11. SEPTEMBER



Foredrag med lege, livsnyter og forfatter

Berit Nordstrand

Ta vare på deg selv
-en ny start på
resten av ditt liv!



Lyst på et fantastisk engasjerende foredrag om hvordan mer nytelse i nydelige matretter kan gi deg en friskere kropp, større overskudd og kanskje bedre psykisk og fysisk helse?

Er det mulig?

Lær hvordan Maten, Mosjonen og det Mentale kan spille på lag og gi betydelige effekter. Metoden passer alle aldre og livsfaser, hele familien kan bli med.

FOLKEHELSEUKA I EVENES

Mandag 5. september kl. 18.00

Sted: Evenes samfunnshus i Bogen

Pris: 250 kr

Billetter kjøpes på Evenes rådhus. Billetter kan også bestilles på www.evenes.kommune.no

Boksalg og boksignering før/etter og i pausen



Berit er lidenskapelig opptatt av å formidle hvordan du kan kose deg til optimal livskvalitet gjennom små grep som gir stor effekt...



FØLG BERIT
PÅ FACEBOOK
OG
INSTAGRAM



**FOLKE
HELSE
UKA
2016**

5. – 11. SEPTEMBER



Evenes
kommune

Folkehelsekommunen

*Tanke og handling
skaper forvandling*



BERIT NORDSTRAND
Lege, 6-barnsmor og livsnyter

www.beritnordstrand.no