

Proficiat !

omdat je besloten hebt er iets aan te doen

Waarom meer fruit en groenten consumeren ?



Maar wat weet je over het eten van fruit ? Wanneer ? Hoe ? Hoe combineren ? Hoe maak ik lekkere fruit- en groentensappen ? Hoe kan ik op een natuurlijke manier overtollige kilo's kwijtraken ? Fruit, groenten en beweging zijn beter dan een pilletje...

En zuiver water... zonder verslaafdheid ! Om je lichaam even helder en zuiver te maken.

Mogen wij je aanmoedigen ? We doen het graag en hebben een hele verzameling interessante lectuur rond voeding, levenswijze en gezondheid voor je klaargemaakt. Raak erdoor geboeid. Gezondheid is een besmettelijke zaak !

Vraag aan je dokter hoe gezond fruit en groenten voor u wel zijn ! Dit om zeldzame uitzonderingen te voorkomen. Laat het natuurlijke zo natuurlijk mogelijk... lijkt dit je iets ? Dan vind je hieronder alle informatie die je nodig hebt.

GROENE DAG vzw *HELPT JE GRAAG VERDER OP WEG*

Groene Dag is een organisatie voor gezond en natuurlijk leven. Om mensen bij te staan op hun zoektocht naar een betere voeding en levensstijl, zochten we de beste informatie op. Je vindt ze op de website : www.groenedag.org en uitgebreid in onze boeken, brochures en pamfletten. Op zoek naar de beste informatie over fruit, groenten, voedselcombinaties, ontzuring, recepten, reuma,

darmklachten, diabetes, chronische vermoeidheid, stress, ademhaling, e.v.a. dan kan je bij Groene Dag terecht.

Bezoek onze infowinkel 't Groen Punt te Ninove, Leopoldlaan 119.

Tel: 054/33.20.46 - Fax: 054/30.00.31

emailadres : info@groenedag.org

Gezondheid

is niet alles, maar
zonder gezondheid
is alles niets

Proficiat beste klant,
omdat je besloten hebt er
iets aan te doen. We kunnen
klagen, het hoofd schudden
en gewoon verder doen...
Maar lost het iets op ?

Meer fruit en groenten
consumeren wordt ook
aangemoedigd door :

- de overheid
- de medische wereld
- mutualiteiten
- sportverenigingen

Bewegen en sporten zijn
ook zeer belangrijk en
heilzaam. Denk niet dat je
niets kan overkomen !
Wandel, zwem, fiets, beweeg
en laat de auto wat vaker
thuis. Zo zal ziekte­zorg
betaalbaar blijven voor
iedereen.