

JESENŇÝ KURZ ZDRAVĚHO VARENIA HARMÓNIA

návod, ako jesť, ak chcete ostať krásni, štíhli, plní radosti a lásky

Na treťom kurze varenia HARMÓNIA si pripravíme **anti-agingové (omladzujúce) jedlá**. Ochutnáme uzdravujúce aj osviežujúce jedlá, nezvyčajné kombinácie, skvelé šaláty aj jednoduché a navyše **JESENŇÉ DETOXIKUJÚCE jedlá**. Budeme hovoriť o zdravom životnom štýle, o ingredienciách, ktoré smelo môžeme nazvať **protistarnúce**. Predstavíme si celodenný jedálny lístok, ktorý bude nielen zdravý, ale najmä chutný, jednoduchý a i prekvapujúco lacný. Vyskúšame si prípravu takej stravy, ktorá pridá roky životu i život rokom a dodá viac energie, zdravia, krásy a **napomôže udržaniu štíhlej línie**. Ukážeme vám, ako pripravovať jedlá tak, aby boli plné farieb, vône, chutí – **pestré ako život sám**. Lebo len ten, kto je zdravý, môže byť krásny.

Miesto: Čajovňa Jasmínka

Turčianske Teplice – ul. 9. mája

Termín: 14. septembra 2013 (sobota)

Čas: 10.00 – 17.00 h.

Uvádzaacia cena: 35 Eur

Špeciálna cena pre manželský pár: 60 Eur

Cena pre minulých účastníkov kurzu: 30 Eur



V cene kurzu: min. 7-hodinový interaktívny kurz varenia HARMÓNIA * úvodná prednáška * voľná diskusia počas celého kurzu * kompletne suroviny na prípravu jedál * ochutnávka jedál a minimálne 7-chodové menu * pitný režim počas celého kurzu (voda, čaj) * učebný materiál s receptárom * prenájom priestorov * malý darček * balíčky s jedlom pre Vašich blízkych * DPH

BONUS: Ochutnávka zdravých, za studena lisovaných olejov ZADARMO!

Viac informácií a objednávky:

Ivanka Červočová – 0905 317 680, Čajovňa Jasmínka

Katarína Mikuláková – 0905 291 321, info@akcieprezdravie.sk, www.akcieprezdravie.sk