

## Delavnica: PREDSTAVITEV MAKROBIOTIKE PO NAČELIH STARE SLOVENSKE KUHINJE

Vodi: ICA KREBAR, makrobiotična poznavalka in avtorica kuharskih knjig



Različni načini prehranskih navad vplivajo na fizično stanje telesa. Obremenitev, stres, depresija, slabo razpoloženje so posledica porušenega ravnovesja prehranjevanja. Če živite samo še ob kruhu in vodi, telo pa je vse bolj okroglo-trebuh napihnjeno, potem je skrajni čas, da spoznate strategijo kandidate in ostalih parazitov.

Pripravali bomo različne pripravke:

- čiščenje jeter po 50 dnevni kuri dr. Clarkove
- kuhano laneno seme
- sladka juha
- mleko s česnom
- tofujev namaz z kurkumo in česnom

**Kdaj: PETEK, 23. novembra 2012, od 18:00 do 21:00**

**Kje: SLAŠČIČARNA VIDIC, Linhartov trg 3, Radovljica**

**Prispevek: 30 € (obvezne prijave)**

**Info in prijave do 22. 11. 2012, [info@pleiades-club.si](mailto:info@pleiades-club.si), 040 213 223**