



De lezing wordt verzorgd door **Eva Snijders**, (natuur) voedingsdeskundige- en adviseur

**Kaartjes:**

**€ 15,- p.p.**

**2 voor € 25,-**

**(incl. twee drankjes, hapjes en presentje)**

Bestel kaartjes in Curcuma, via Facebook of onderstaand telefoonnummer

**Vol = vol**

**@ CURCUMA GOUDA**

Korte Groenendaal 21  
Gouda

19.30 uur- 21.30 uur  
(inloop vanaf 19.15 uur)

[www.curcumagouda.nl](http://www.curcumagouda.nl)  
[www.loofvoeding.nl](http://www.loofvoeding.nl)

**06 481 179 54**

# LEZING

## 24 JANUARI

### VEGA(N), VOLKOMEN VANZELFSPREKEND?!

#### Wegens succes herhaald!

Vlees of vis laten staan, plantaardig eten; er is steeds meer aandacht voor. Bewust minderen van de consumptie van dierlijke producten is goed voor onze planeet, gezondheid en de dieren zelf. Dat is mooi, maar hoe vertaal je dit naar jouw dagelijkse maaltijden?

Wil jij gezond vega(n) eten? Compleet, met alle benodigde voedingsstoffen? En waar moet je dan op letten? Wil je antwoord op deze en andere vragen, dan zien we je graag bij onze lezing!

**Kom je ook?**

