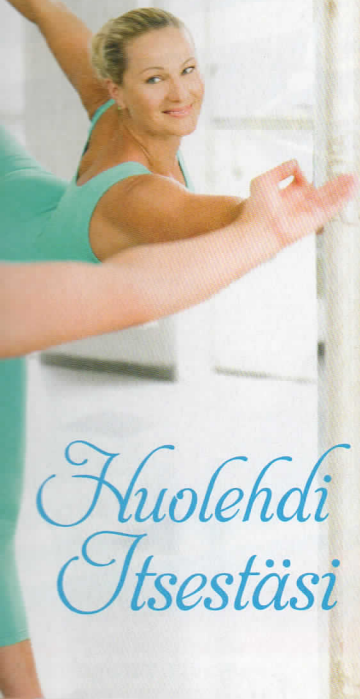


Yhteistyössä **HyväTerveys**



*Huolehdi
Itsestäsi*

veys

3.10.2011

...ataa terveytesi ja kuntosi, kuuntele
...ta terveellisiä herkuja, shoppaa
...tuotteet. Kokeile uusia hoitomuo-
...tkua.

...larja Putkisto, Paula Heinonen,
...rlli Kukku, Tony Dunderfelt ja Anne
...noille ja näytöksiin samalla lipulla!

Muoti, Gold Silver Watch

in Messukeskus

veysmessut.fi

...10-19 | la-su 22.-23.10. klo 10-18.

...kokoaikalippu 25/18 €.

...et pe ovelta 7 €. Perhelippu 29 €.

...löö) 10 €/hlö. Liput ovelta tai ennakoon
...tuumaksu alkaen 2,50 €).

...kki -lehti lahjaksi

...messuvieraalle joka päivä.

...vin tapa tulla
...Messukeskukseen!



Yllä
Yllämessä



Wolfe, raakaotteinen ravitsemusasiantuntija

– Tehotuotettu ravinto ei sisällä juurikaan mineraaleja. Lisäksi se on erilaisten kemikaalien kyllästämää. Tällainen ruoka aiheuttaa puutostiloja, katkaisee yhteytemme luontoon ja kehon tarpeisiin sekä aiheuttaa yli- tai alipainoa, sanoo yhdysvaltalainen ravitsemusguru David Wolfe.

Lokakuussa toista kertaa Suomessa vieraileva Wolfe kehottaa vaihtamaan jalostetun ruoan superruokiin, superyrteihin ja lähdeveteen. Luomua painottava kasvisruoka tuntuu energian lisääntymisenä, mielialojen tasoittumisena ja tarkempänä intuitionä.

Raakaruoan puolesta puhuva Wolfe on sitä mieltä, että kypsäntäminen muuttaa ruoan rakennetta, jolloin keho ei enää tunnista ruokaa, vaan käynnistää sen immuunijärjestelmän toiminnan. Rasittunut immuunijärjestelmä taas päästää helpommin bakteerit ja virukset aiheuttamaan tulehduksia kehoon.

David Wolfe Helsingissä Balderin salissa (Aleksanterinkatu 12), 24.10. klo 18.30–21.30. uskallainnosta.fi