

Vegetarisk vårbuffé



söndag 6 maj
kl. 14.00 - 16.00

Välkommen till en Vegetarisk Vårbuffé!

Tidigare har våra vegetariska julbord blivit mycket uppskattade så nu erbjuder vi även en vegetarisk vårbuffé. Mat både för dig som är vegetarian och dig som vill testa något nytt. Stort utbud också av helvegetariska rätter (vegan).

Dessertbord och mineralvatten/citronvatten/saft ingår. Varje halvtimme demonstreras ett enkelt vegetariskt recept. Recept delas ut. Möjlighet att se smakprov på Lifestyles vegetariska matlagningsprogram på dvd som också finns till försäljning. Till hösten kommer en vegetarisk matlagningskurs att hållas i Adventkyrkan och intresseanmälan kan göras redan vid vårbuffén.

Vårbuffé: 70 kr vid föransmälan, annars 90 kr

Tel. 040 - 97 44 31 www.adventkyrkan.se

Hälsa seminarier

med dr. Neil Nedley, USA



lördag 12 maj

Läkarens **10**
bästa hälsotips

söndag 13 maj

Läkarens bästa tips för
att hantera **stress**

Välkommen till två livsbejakande seminarier

Möt en av LifeStyleTVs populäraste gästlärare, dr Neil Nedley, USA. Han ger praktiska råd om hur man kan förbättra sin fysiska och mentala hälsa, helt baserat på den senaste forskningen.

Han har skrivit böckerna "*Proof Positive: How to Reliably Combat Disease and Achieve Optimal Health through Nutrition and Lifestyle*" och "*Depression - the Way Out*". Han har också arbetat på Lifestyle Center of America som tar emot patienter/gäster som behöver göra livsstilsförändringar för att få tillbaks hälsan.



Språk: engelska med svensk tolkning.

kl. 19.00 - 20.30

Seminarier: Fritt inträde

i samarbete med 
lifestyletv.se