



ALTÆDERENS GUIDE TIL EN SUNDERE HVERDAG

FOREDRAG OG WORKSHOPS PÅ DEN SJOVE MÅDE



Altæderens guide til en sundere hverdag

117 sPaRk, gODE RÅD OG sjØNE jDeer

Niels Honoré

Gyldendal

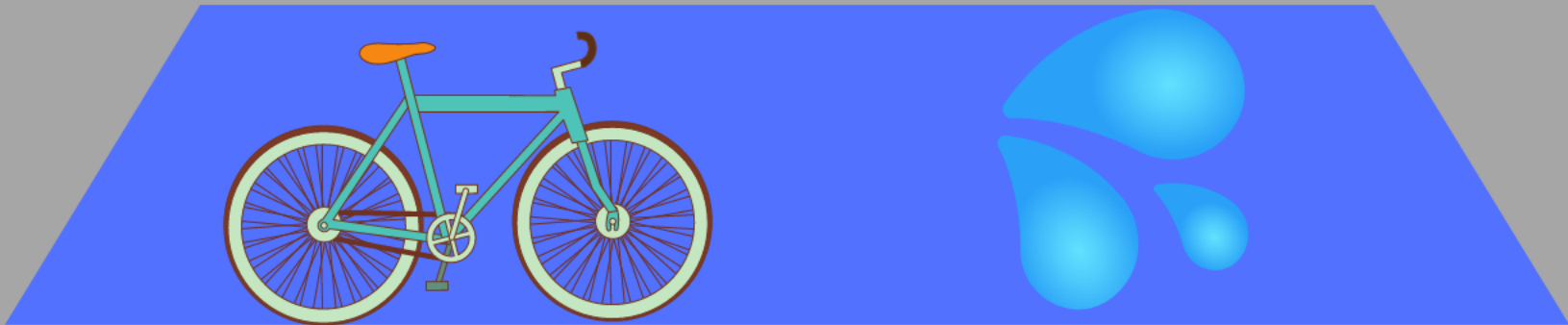




Kanna 88 år









HEJ SKØNNE DIG, SAVNER EN GOD
SNAK MED DIG.
SKAL VI MØDES I SKOVEN I
EFTERMIDDAG TIL EN LILLE
LØBETUR?





FYSIO
D A N M A R K

Vi bidrager til folkesundheden



Niels Honore nh@fysiodk.dk

Altæderen.dk