

Lezing 'stralend door de menopauze'

Newageboekwinkel Eressëa organiseert op 18 november een lezing over de menopauze als positieve start naar een nieuwe levensfase. De lezing wordt gehouden door Leen Steyaert en Ingrid de Geus en vindt plaats in de Oud Katholieke kerk aan de Hoge Gouwe 107 in Gouda.

Eelangrijk onderdeel van de lezing is de introductie van een effectieve methode tegen overgangsklachten, die gebruik maakt van de natuurlijke energiesystemen waarover elk mens beschikt. Daarmee kan volgens haar iedere vrouw zelf haar hormonen in balans brengen en haar menopauzeklachten verminderen. Leen Steyaert is voedingsdeskundige en gezondheidsbegeleidster, met meer dan twintig jaar ervaring in de natuurgeneeskunde. Zij is de eerste Vlaamse menopauzeconsulente, en auteur van het dit jaar verschenen boek 'Stralend door de menopauze' waarvan net de derde druk uit is. Ingrid de Geus is het gezicht achter de praktijk voor Energietherapie Gouda. Zij werkt sinds een jaar met de energiemethode tegen overgangsklachten.

Eenvoud en kracht

Tijdens de lezing zal Leen Steyaert haar positieve visie op de menopauze voor het voetlicht brengen. Zij geeft daarbij leefstijladviezen waarmee vrouwen vanaf veertig jaar al kunnen beginnen, om later ook stralend door de overgang te kunnen gaan. Als zeer ervaren consulente kan zij bovendien tal van praktische tips tegen overgangsklachten geven. Ingrid de Geus zal het publiek direct kennis laten maken met de eenvoud en kracht van de energieoefeningen, en zal vertellen over de mogelijkheden tot het volgen van de energiemethode in Gouda en omgeving. Tussendoor en na de lezing is er gelegenheid om het boek 'Stralend door de menopauze' door de auteur te laten signeren. Aanvang 20.00 uur, toegang kost tien euro in de voorverkoop en 12,50 euro in de zaal. Kijk voor meer informatie over de lezing en voor het reserveren op www.eressea.nl of bel (0182) 524 014.



Leen Steyaert

Win boek Leen Steyaert

Newageboekwinkel Eressëa stelt drie boeken 'Stralend door de menopauze' beschikbaar aan de lezers van De Krant van Gouda. In het boek brengt Leen Steyaert haar positieve en spirituele visie op de menopauze en de daarop volgende levensfase. Die visie wordt aangevuld met zeer veel praktische adviezen en tips uit alle mogelijke disciplines. Mail voor 9 november uw naam en adresgegevens naar redactie@dekrantvangouda.nl. Prijswinnaars krijgen bericht en kunnen hun boek afhalen bij Newageboekwinkel Eressëa.

