



Voor iedereen met een Indische achtergrond of affiniteit met de Indische cultuur/geschiedenis



Op woensdag 27 maart 2019 organiseert 't Indisch Atelier de komende bijeenkomst van Kopi Kecil (Kleintje Koffie)

Het thema van deze bijeenkomst is:

"MENS SANA IN CORPORE SANO"

Een gezond mens in een gezond lichaam.

Dit is een samenvoeging van de juiste VOEDING, BEWEGING, ADEMHALING en positieve AFFIRMATIE.

Hoe belangrijk is de INDISCHE CULTUUR zonder wetten van gezonde voeding, beweging en gezondheid te overschrijden??

MICHAIL SJAUW, een groot beoefenaar van de Material Art KUN TAO (een gevechtscultuur) en ook een rasechte Indo, opgegroeid met lekker eten, kent de valkuilen maar al te goed. Beïnvloed door het leven in een WESTERSE cultuur en maatschappij hebben we een andere leefpatroon van voeding en beweging overgenomen bewust of onbewust. Michail vertelt ons hoe we

de balans weer kunnen herstellen tussen lichaam, ziel en geest, in verbinding met deze wereld.

Locatie: buurthuis "de Boemerang", Planetenlaan 1, Eindhoven (bus lijn 4, halte Andromedaplaats)

Tijd: 13.30 uur tot 16.00 uur.

Entree: 5,00 euro p.p. (incl. 1 koffie/thee + spekkeok).

Graag tot ziens op woensdag 27 maart 2019.

De volgende bijeenkomst Kopi Kecil is op woensdag 24 april 2019.

Met vriendelijke groet/salam manis.

Joyce Radesey

Joyce Radesey
Gen.Stedmanstraat 41
5623 HW Eindhoven
031 40 246 81 97
06 53 93 60 98
joyce.radesey@upcmail.nl
www.indisch-atelier.nl

