

Gosa-Gewest Gent nodigt U uit naar :

“ Kanker voorkomen door voeding.”



Voordracht gegeven door Mevr. Marijke Merckx,
Lic. Gezondheidsbegeleider.



Op donderdag 5 maart 2015 om 14u00.

in het Centrum van de Gezinsbond Gewest Gent

Limburgstraat 80 Gent (ingang langs Henegouwenstraat)

Internationaal onderzoek wijst uit dat voeding een belangrijke rol speelt in het ontstaan van kanker. Zo geeft een hoge consumptie van **rood vlees** en **verzadigde vetten** een groter risico op dikke darm kanker terwijl **vis** en **vezelrijke voeding** dan weer het risico verlaagt. Bepaalde voedingsmiddelen, kruiden en specerijen bevatten **specifieke kanker werende stoffen** en geven ons hierdoor een betere bescherming tegen bepaalde vormen van kanker. Zo geeft een hoog lycopengehalte in de voeding een lagere kans op prostaatcancer. Toch is gezonde voeding meer dan een optelsom van bepaalde stoffen ! Een betere kennis en inzicht in de nauwe **relatie tussen voeding en leefwijze enerzijds en ziekte en gezondheid anderzijds** laat ons toe om zelf een aantal eenvoudige maar noodzakelijke aanpassingen door te voeren. Op die manier blijven we ziekte en kanker een stapje voor...

Inkom: voor leden Gezinsbond € 5,00 inbegrepen koffie met gebak!
voor niet-leden € 7,00

Te storten op rek.nr. **BE95 4470 0315 6158** van Gezinsbond Gewest Gent, Limburgstraat 80, 9000 Gent, met vermelding van ALLE personen en (voor leden) lidnummer Gezinsbond.

Inschrijven en betalen vóór vrijdag 27 februari 2015

Inschrijven : op het **gewestelijk secretariaat**, Limburgstraat 80, 9000 Gent.

Tel: 09/225.46.52, e-mail: gewest.gent@gezinsbond-ovl.be

Opgelet : liefst zo vlug mogelijk , want plaatsen zijn **beperkt!!**

Hartelijk welkom op onze gezellige en interessante gosa-namiddag!

Namens de gewestelijke gosa-werkgroep,
Laurent Lippens gsm 0473 456 723