



**Bekend  
maakt bemind**



# “1e Hindostaanse Koempoelan”

- 14.30 - 15.00 **inloop met een hapje en een drankje**
- 15.00 - 15.15 **Hindostaanse klassieke dans**
- 15.15 - 16.15 **lezing door Deepak Kasi**
- 16.15 - 16.30 **londewa ke naadj door Basantie**
- 16.30 - 17.30 **Hindostaanse rotimaaltijd**
- 17.30 - 18.30 **Nababbelen**



## **Lezing over gezonde voeding door Deepak Kasi**

Deepak Kasi is een life coach en geeft al jaren voorlichting en training op het gebied van voeding, gezondheid en persoonlijke ontwikkeling. Hij helpt mensen om de kwaliteit van hun leven te verbeteren. Met de juiste voeding heeft het menselijk lichaam de kracht om zichzelf te herstellen en te reguleren, optimale gezondheid te behouden en topprestaties te leveren. Ons gezondheidspeil wordt niet bepaald door wat we af en toe eten, maar door wat we dagelijks als basis consumeren. Daarom verdient de samenstelling van onze dagelijkse voeding aandacht.

**Vrijdag 29 mei 2009**

**14.30 - 18.30**

**‘t Klokhuis**

**Celebesstraat 4 te Den Haag**

Het aantal plaatsen is beperkt, daarom is  
aanmelding verplicht vóór 23 mei 2009 bij:

‘t Klokhuis, telefoon 070-3503511 of  
stichtinghetklokhuis@live.nl en

Stichting Hindustani, telefoon 06-28 479 849 of  
stichtinghindustani@gmail.com

Data: volgende Hindostaanse Koempoelan vrijdag 26 juni 2009

Doelgroep 50+

