

Lokal læge udgav kalenderbog om sundhed

Charlotte Bech skriver om indisk medicin

Af Julie Lykke Poulsen

NATURMEDICIN: Hun kommer fra Glamsbjerg-kanten, men i sit professionelle liv har læge Charlotte Bech mest beskæftiget sig med Indien.

Charlotte Bech er uddannet læge fra Københavns Universitet, men efterfølgende har hun specialiseret sig i ayurvedisk medicin, meditation og sund livsstil.

I torsdags udgav hun kalen-

derbogen "Godt og sundt året rundt," hvor man kan få råd om sund livsstil, godt helbred og stresshåndtering.

Kalenderbogen giver råd hver dag året rundt og kan genbruges fra år til år. Bogen

er udgivet på forlaget Documentas. Den fylder 152 sider og koster 139 kroner.

FYENS STIFTSTIDENDE **ONSDAG 28. JANUAR 2009**

ASSENS · GLAMSBJERG · HAARBY · TOMMERUP · VISENBJERG · AARUP

ASSENS

Læge fra Glamsbjerg udgiver bog

GLAMSBJERG: Små tips hver dag til stresshåndtering, sund livsstil og sygdomsforebyggelse. Dem kan man læse i læge Charlotte Bechs nye kalenderbog "Godt og sundt året rundt."

Lægen er vokset op mellem Glamsbjerg og Haarby, men i sit voksne liv har hun mest interesseret sig for Indien og østlig naturmedicin. Hun har specialiseret sig i holistiske metoder, meditation og ayurvedisk medicin, og den tilgang bruger hun også i sin nye bog.

Bogen er udkommet på forlaget Documentas. Den er på 152 sider og koster 139 kr.