



Welcome to a whole new you!

As you go through these 8 stations be prepared to be energized! The first step to a new you is just feet away. As you go from station to station you will be given knowledge that will change your life for the better, if you put it into practice that is.

In today's world there are many different avenues that one can take and it can be all so confusing. At this Health Expo you will find simple and effective ways to make the best **You** possible. You will learn about the benefits of fresh air, exercise, sunshine (yes, the sun is good for you), nutrition, the benefits of water inside and outside your body, rest, how moderation in all things *good* is so very beneficial to our well-being, and trust. How putting your faith in God can reap wonderful health benefits!!

So, come on in and take that step and welcome to the **new you**.

<https://www.maritimesda.com/ministries/health-ministries>



Welcome to a whole new you!

As you go through these 8 stations be prepared to be energized! The first step to a new you is just feet away. As you go from station to station you will be given knowledge that will change your life for the better, if you put it into practice that is.

In today's world there are many different avenues that one can take and it can be all so confusing. At this Health Expo you will find simple and effective ways to make the best **You** possible. You will learn about the benefits of fresh air, exercise, sunshine (yes, the sun is good for you), nutrition, the benefits of water inside and outside your body, rest, how moderation in all things *good* is so very beneficial to our well-being, and trust. How putting your faith in God can reap wonderful health benefits!!

So, come on in and take that step and welcome to the **new you**.

<https://www.maritimesda.com/ministries/health-ministries>



Bienvenue, à un nouveau vous!

En parcourant les 8 stations que nous vous offrons sur la santé, préparez-vous à faire le plein d'énergie! D'une station à l'autre, on partagera avec vous des connaissances qui pourront changer votre vie pour le mieux si vous les mettez en pratique. Ce sont là, les premiers pas sur la voie d'un nouveau vous.

Dans le monde d'aujourd'hui, il existe de nombreuses voies différentes que l'on peut emprunter, mais parfois elles peuvent être déroutantes. Lors de cette exposition sur la santé, vous apprendrez qu'il y a des moyens simples et efficaces de vous sentir bien. Vous découvrirez des bienfaits à propos du soleil, de l'air frais, de la nutrition, de l'eau, de la tempérance, de la foi, de l'exercice et du repos. Vous verrez que le fait de placer votre foi en Dieu peut avoir des effets bénéfiques sur votre santé!

Alors, entrez, faites le pas et bienvenue au début d'un nouveau vous.

<https://www.maritimesda.com/ministries/health-ministries>



Bienvenue, à un nouveau vous!

En parcourant les 8 stations que nous vous offrons sur la santé, préparez-vous à faire le plein d'énergie! D'une station à l'autre, on partagera avec vous des connaissances qui pourront changer votre vie pour le mieux si vous les mettez en pratique. Ce sont là, les premiers pas sur la voie d'un nouveau vous.

Dans le monde d'aujourd'hui, il existe de nombreuses voies différentes que l'on peut emprunter, mais parfois elles peuvent être déroutantes. Lors de cette exposition sur la santé, vous apprendrez qu'il y a des moyens simples et efficaces de vous sentir bien. Vous découvrirez des bienfaits à propos du soleil, de l'air frais, de la nutrition, de l'eau, de la tempérance, de la foi, de l'exercice et du repos. Vous verrez que le fait de placer votre foi en Dieu peut avoir des effets bénéfiques sur votre santé!

Alors, entrez, faites le pas et bienvenue au début d'un nouveau vous.

<https://www.maritimesda.com/ministries/health-ministries>