

EFTERFRÅGAD FÖRELÄSNING I LIDKÖPING

LCHF KOST - TRÄNING - HÄLSA

6 FEBRUARI 2010 - DE LA GARDIESKOLANS AULA



Andreas Eenfeldt - "Kostdoktor"

Leg. läkaren "kostdoktor" Andreas Eenfeldt driver Sveriges mest besökta hälsoblogg - www.kostdoktor.se. Andreas beskriver pedagogiskt hur kosten påverkar hälsan. Han lutar sig mot vetenskap och beprövad erfarenhet och vågar tala om det andra förtiger.

Lär dig hur du med naturlig mat kan förebygga många av våra civilisationssjukdomar.

Monique Forslund

Känd för sin populära blogg om LCHF-kost, vikt och träning. Var nyss med i söndagsbilagan i Expressen. Hon har gått ner 40 kilo. Hör hennes berättelse om den hälsoresa hon gjort; idag lic. kostrådgivare och fylld av energi!

Läs mer på hennes blogg: "Från tjock till tränad aerobicsinstruktör" på www.metrobloggen.se/monique.



Daniel Strandroth

Lidköpingskille som gick ner 50 kilo med LCHF på 8 månader! Daniels hälsa påverkades tydligt. Astma, allergi och nästäppa har lindrats betydligt. Har sen han började med LCHF inte hämtat ut mer astmamedicin. Lyssna till hans berättelse om livskvalité.

KÖP DIN BILJETT NU!

TID: Lördag 6/2 2010, 12:00 - 17:00
PLATS: De La Gardieskolans Aula, Lidköping
PRIS: 150:-. Enklare förtäring bjuds (LCHF)
BILJETTER: Förförköp på Lidköpings Turistbyrå 0510-200 20
eller Lidköpings Hälsocenter 0510-244 55

ARRANGÖR:
anna & torkel idéhn
LIDKÖPINGS HÄLSOCENTER
www.idehn.com tel: 0510 - 244 55