

FOREDRAG OM PERIODISK FASTE OG BLODSUKKERVERVENLIG KOST

EN LET OG BILLIG VEJ TIL ET BEDRE LIV
TRODS UDFORDRINGER

Ny forskning viser, at overvægt, livsstilssygdomme, autoimmune lidelser og kroniske smertetilstande ofte hænger sammen med koks i organismens 3 styringssystemer - hormon- immun- og nervesystem.

Ved at bedre balancen i de 3 systemer, vil inflammation og væskeophobning i kroppen dæmpes, så nerver og kar får bedre pladsforhold. Herved dæmpes livsstilssygdomme, autoimmune lidelser og kroniske smertetilstande. Samtidig åbnes for fedtforbrænding.

Sidegevinsten er større mental udholdenhed og robusthed samt øget energiniveau.

Strategierne til bedre balance får du i dette debatskabende foredrag

Onsdag den 19. august
Kl. 18:30 til ca. kl. 21

i Birkende Borgerhus
Hans Tausensgade 29
5550 Langeskov

Pris kr. 50,- pr. person
Betales ved indgangen

Tilmelding til Lone – mobilnr. 21476579

Senest den 17. august – max. 50 personer

Aftenens foredragsholder:
Thea Lisbeth Lindberg Brinkmann
Mail thealindberg@gmail.com
Tlf. 4037 1845

LEVVEL- lærer siden 1997 - 68 år,
uddannet i Ernæring og Sundhed i 1997
- med overbygninger på uddannelsen i
2005 og 2019 - Forsker i sundhed -
Ulykkesramt i 1990 - med senfølger efter
skader på nakke, bækken og den ene nyre