



Föreläsning av Björn Anderlund, AO Osteopati och Mats Lindgren, Frisk av mat!
Naturförloppet kommer att skrotas denna kväll.

Datum: onsdagen den 28 maj 2014

Tid: 18 till 20.

Ställe: Skandinaviska Osteopathögskolan Kapellplatsen 4, 411 31 Göteborg

Pris: Fritt inträde

Föranmälan till: bjorn@anderlundsosteopati.se Eller 0700 91 54 40

Mats Lindgren har skrivit boken Frisk av mat och berättar om sin resa till bra hälsa. Från diabetes typ 2 och kärlekskramp till helt frisk bara med hjälp av en kostförändring. Han skriver regelbundet på bloggen Fet hälsa, fethalsa.wordpress.com om hur kosten påverkar hälsan. Mats driver också Ichfmatkasse.se där man kan beställa matkassar med hälsosam mat och kunskap i samma kasse!

Du kan köpa Mats bok "Frisk av mat" för 150 kr i samband med föreläsningen.

Björn Anderlund som är utbildad på Skandinaviska Osteopathögskolan och har en DO och Bachelor of Science i Osteopati kommer att ge sin syn på vad det är som händer i kroppen och förklara vad Mats har upplevt och varför vi alla kan föra vår hälsa mot en gynnsam utveckling.

De vanligaste fallen för mig som osteopat är de som ger mig tak över huvudet, men de jag tänker på när jag inte kan sova är de ovanliga som inte svarar som förväntat på behandling. Nu lyfts kosten in som en mycket avgörande del för optimerad hälsa.

Välkomna på en spännande kväll som kan vara början på en resa.

Björn Anderlund & Mats Lindgren