

LIVSFABRIKEN PRESENTERAR

INSPIRATIONSKURSEN



Kärleksmaten- en inspirationskurs om antiinflammatorisk kost

Kickstarta bra mat och lär dig grunderna i den läkande kosten

Välkommen till Kärleksmaten- en inspirerande minikurs om antiinflammatorisk kost och livsstil. Denna kurs passar dig som vill utforska vad en antiinflammatorisk kost skulle kunna göra för dig, din hälsa, mag- och tarmfunktion, hormonbalans, energinivåer och välbefinnande. Vi träffas för workshops vid tre tillfällen. Kursledare är kostnavigatör och dietist Emma Cedergren. Skriftligt material inkl recept ingår.

OMFATTNING: 3 workshops a 2 h (totalt 6 h undervisning)

BOKA: via www.livsfabriken.se eller www.facebook.com/Livsfabriken

KONTAKT: info@livsfabriken.se

LIVS  FABRIKEN