

LIVSFABRIKEN PRESENTERAR

INSPIRATIONSFÖRELÄSNING



Finns din väg i dietdjungeln

För dig som undrar vilken typ av kost du skall välja

Välkommen till en inspirationsföreläsning om att hitta rätt i djungeln av dieter. Vilken diet skall vi välja? Vi går igenom mattraditioner, diettrender, livsmedelsrekommendationer, och ny forskning kring antiinflammatorisk kost. Kostnavigator Emma Cedergren, lotsar oss genom matrender och blandar egna berättelser med erfarenheter som kostrådgivare och dietist i svensk sjukvård. Vad nytt har tillkommit sedan tallriksmodellen?

TIDSLÄNGD: 60-90 min

BOKA: via www.livsfabriken.se

KONTAKT: info@livsfabriken.se

Följ oss på www.facebook.com/Livsfabriken

LIVS  FABRIKEN