

Funktionsmedicinska seminarier på Kivik!

- **Kroppens pH-värde, vatten och mineraler**
- **Funktionsmedicin – vad är det?**
- **Örter och hälsa**



Plats: Bokcaféet, Kiviks kapell

Tid: Söndag 24/10 kl. 10-12.30, resp. 13.30-16.00

Antal platser: max 20 deltagare på för- resp. eftermiddag.

Pris: 490 kr/halvdag. Heldag 800 kr. Priset inkluderar hälsoinspirerat för- resp. eftermiddagsfika och material för doftsalt.

Lunch: ordnas till självkostnadspris, anges vid anmälan om man önskar delta.

Frågor: Dafvid Hermansson, Kiviks Turism, 070-512 08 30

Anmälan: Maria Karlsson, SV Skåneland 076-871 48 92 maria.karlsson@sv.se

Funktionsmedicinska seminarier på Kivik!



Kroppens pH-värde, vatten och mineraler



Funktionsmedicin – vad är det?



Örter och hälsa

Plats: Bokcaféet, Kiviks kapell

Tid: Söndag 24/10 kl. 10-12.30, resp. 13.30-16.00



Funktionsmedicinska seminarier på Kivik!

Söndagen den 24 oktober kl. 10.00-16.00 bjuder Kiviks Turism i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan in till tre funktionsmedicinska seminarier på Kivik.

Samling och förmiddagsfika kl. 10.00 – 10.30.



1:a seminariet kl. 10.30 – 12.30

(2 x 45 minuter plus paus)



Kroppens pH-värde, vatten och mineraler.

Ingegerd Rosborg, näringsterapeut. Tar sin utgångspunkt i pH-värdet i kroppen, mineraler, vitaminer, fettsyror och aminosyror. Hårmineralanalyser kan ge många svar på kroppens hälsotillstånd. Även vattnet du dricker kan vara både skadligt och nyttigt. Med utgångspunkt i några olika patientfall, berättar Ingegerd om hur hon som näringsterapeut kan hjälpa dig till en bättre hälsa. Möjlighet till frågor både under och efter seminariet.

Lunch kl. 12.30 – 13.30

2:a seminariet kl. 13.30 – 16.00

(2 x 45 minuter plus fikapaus)



Funktionsmedicin – vad är det?

Ingalill Vestman, ”sjuusköterskan som blev frisk”, berättar om hur du kan låta maten bli din medicin ur ett funktionsmedicinskt perspektiv, för att stödja immunförsvaret och den viktiga mag-tarmkanalen. Vilka örter, mineraler och antioxidanter kan stödja hälsan?



Örter och hälsa

Eva Olsson, örterapeut, berättar och ger dig inspiration om egenvård från naturens gröna skafferier och vi gör ett eget doftsalt på eteriska oljor.

