

Gigtforeningen Ikast-Brande inviterer.

Onsdag den 18.09.2024 klokken 19.00 i Sognegården,
Storegade10B, 7330 Brande

Vi har igen fornøjelsen af Inga Agers gode selskab. Inga har en kæmpe viden om hvorfor vores kroppe reagerer som den gør og hvad vi kan gøre for at få kroppen i bedre balance.

Inflammation, hvad er nu det for noget?

- Hvorfor får vi inflammation?
- Hvad gør inflammation ved vort helbred?
- Kan man spise sig fri for inflammation?
- Kan man faste sig fri for inflammation?
- Kan vi selv gøre noget for at forblive friske, raske og rørige?



Disse og en række andre spørgsmål vedrørende vores velbefindende og livskvalitet kommer vi ind på. Inga er økonoma og kostvejleder og har i mange år både teoretisk og praktisk arbejdet med mad og sundhed for små og store, unge og gamle – og med diverse diæter til sygdomsforebyggelse.

Kom og vær med, måske falder der et par gode opskrifter af også.



Tilmelding på sms til 21945808 eller mail gitte-peder@vip.cybercity.dk
senest den 15.09. Pris 50,00 kr. Vi serverer lidt godt til ganen.