

Överviktig? Diabetiker? Hjärtproblem?
Krånglande mage? Allergier? Sötsug?
Sömnproblem? Orkeslös? Ofta förkyld?

Vill du bli friskare och orka mer?

En föreläsning om hur du på
ett enkelt sätt får kontroll
över din hälsa



Frank Nilsson, författare, gymnasielärare och naturvetare, vars bok ”**Istället för doping**” fick **Björn Ferry** att lägga om kost och ta OS-guld, föreläser om kosten och våra folksjukdomar.

Du får veta allt du behöver om näringsämnen, kolesterol, sjukdomar som diabetes, hjärt- och kärlsjukdomar, cancer, Alzheimer och vad du kan göra för att undvika dem eller förbättra ditt hälsoläge.

Plats: Kulturverkstaden, Mölndals stadsbibliotek
Göteborgsvägen 21, Mölndal .

Tid: Tisdagen den 16 april 17.00–19.00
Fri entré.

Arrangör: Studieförbundet Vuxenskolan
DiOS - Diabetesorg. i Sverige medverkar

