

Tupaitta
25.9 klo. 14.30-16.30



Hyvinvointivalmentaja Päivi Hytinkoski

- "Väsyttääkö aina?"
- Terveyttä ja virtaa ravinnosta"

Luennolla Päivi puhuu erilaisista vireystilaan ja immunitettiin vaikuttavista tekijöistä. Mm. suoliston kunto, sokeritasapaino, rauta-arvot, stressi ja kilpirauhasen toiminta ovat vireystilalle tärkeitä asioita. Nämä kaikki vaikuttavat myös vastustuskykyysi.

Tule kuuntelemaan miten saat terveyttä ja virtaa ravinnosta.

Voit lukea Päivistä enemmän: www.ravintopaivi.fi

Tilaisuuden järjestää HSP Suomi ry ja se on jäsenille ilmainen.

Mukaan paikalle otetaan 15 ensimmäistä ilmoittautunutta.

Ilmoittaudu paikan päälle: virpi.nyman@erityisherkat.fi

Voit myös osallistua kotoa, netin kautta. HSP:n sivuilla linkki!



Paikka KOKOKEHO alakerta,
Kauppurienkatu 31A, Oulu
www.erityisherkat.fi