

LCHF-KONFERENS

*LowCarb
HighFat*

Lördag 25/4 Ystad 09.00-16.30

*Njut-
metoden*

Håll dig frisk - Ät naturlig kost

Undvik övervikt, högt blodtryck, diabetes, metabola syndromet.

Föreläsare som berättar om fördelarna med att äta naturligt fett och minimalt med kolhydrater:



Andreas Eenfeldt



Gunnar Lindgren



Pernilla Lunderot



Ralf Sundberg



Sten Sture Skaldeman

- **Andreas Eenfeldt**, allmänläkare från Karlstad har Sveriges mest besökta hälsoblogg. www.kostdoktorn.se
- **Gunnar Lindgren**, pionjär och veteran som tidigt banat väg för LCHF genom att upplysa om onyttiga fetter i bland annat margarin. www.gunnarlindgren.com
- **Pernilla Lunderot**, beroendeterapeut med inriktning på sockerberoende, dessutom bakgrund som kock i Sverige och utomlands. www.soberkonsult.se
- **Ralf Sundberg**, docent och kostdebattör som har studerat varför vi på cellnivå behöver mättat fett. Han här även [genomskådat](#) lobbyverksamheten inom kost i EU och vilka krafter som ligger bakom.
- **Sten Sture Skaldeman**, mannen som ätit sig ner 65 kg med naturlig kost. Författare till bl.a. GI-noll och Ät dig ner i vikt. www.skaldeman.se

Plats: Surbrunnsparken

Surbrunnsvägen 24, Ystad

Försäljning av böcker

Frågestund summerar dagen

LCHF-Lunch serveras, pris 80 kr

Inträde: 300 kr Det finns platser kvar så det är bara att komma och betala vid entrén.

Frågor: Hasse Månsson hasse@lchf.me 0708-699 441

Ja till Skånemejerier.se

Arrangör: **MultiSelect** ✓