

Messen MATGLEDE 2013

LUR LAVKARBO - for livet

HVA, HVORDAN og HVORFOR

FOREDRAG VED **ANITA BREIVOLD**

Kristiansand - lørdag 27.april 2013.
Quality Hotell og Resort Kristiansand i
Sørlandsparken.



- **Trygg og lur lavkarbo, for hele familien**

Med ekte, naturlig og nyttig mat på tanken, kan man oppleve økt trivsel, økt energi, bedre helse og riktigere vekt. På en trygg og ganske enkel måte.

- **Konkrete tips**

Du får konkrete tips og råd om hvordan dette kan gjennomføres i dagliglivet. Kall det gjerne en slags oppskrift på et gjennomførbart lavkarboliv.

- **Ingen kur**

Lavkarbo er en livsstil, som baserer seg på at man velger et kosthold, for livet.

Anita Breivold har vært ernæringskribent i Mat & helse. Hun og familien har fulgt et lavkarbokosthold i en årrekke. Nå deler hun sine erfaringer.

Velkommen!



For mer info, se www.helsevis.no