

ET LETTERE LIV

med **Trine Dahlmo**

inspirasjonsforedrag

Er du lei av sære dietter og alt du må unngå?

Trine Dahlmo tar et oppgjør med mathysteriet og påstår at du kan bli både friskere og lettere med helt alminnelig mat. Med sin omfattende kliniske erfaring som NLP Ernæringssterapeut er hun verd å lytte til. Hun deler av sin erfaring og forteller hvordan du kan beholde både de karbohydratrike rundstykkene og den fete bernaisesausen - om du bare følger noen enkle regler. Selv ferdigretter og ett glass vin kan være med i ditt helsefremmende og eventuelt vektreduserende kosthold, om du ønsker det.

Med Trines «brede vei» kan du nyte veien til ditt friskere og lettere liv med et bredt utvalg av deilig mat, og all verdens gode samvittighet.



Trine Dahlmo inspirasjonsturné



Inspirasjonsforedraget *Et lettere liv* holdes i forbindelse med boksigneringsturné for boken *Lettere – slank med fornuft*. Etter foredraget er det boksignering, og du er også velkommen til en trivelig prat.

Si farvel til et liv med dietter, dårlig samvittighet og savn, og start ditt lettere liv nå!

Tid Søndag 30. september, kl 18:00 (1,5 t.)

Sted Bodø. Tusenhjemmet – Kultursalen Lofoten

Pris kr 200,- **Påmelding** www.deltager.no/inspirasjonsturne

eller ved oppmøte. Begrenset antall plasser

Velkommen til inspirerende og matnyttig foredrag!

Alle oss på klinikk Ingunn Hovland 😊

Om du ønsker å følge Trines blogg finner du den på www.helseinspirator.com.

Arrangør



INGUNN
HOVLAND
MAKEUPTATOVERING