

### 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. Hun deler av sin omfattende erfaring som NLP Ernæringsterapeut 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.



## Trine Dahlmo inspirasjonsturné



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.

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

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

**Tid** Mandag 17. september, kl 18:00 (1,5 t.)  
**Sted** Samfunnshuset, Storsalen (NB. Nye lokaler!) **Pris** kr 150,-  
**Påmelding** [www.deltager.no/inspirasjonsturne](http://www.deltager.no/inspirasjonsturne) eller ved oppmøte.  
Begrenset antall plasser

Arrangør

Velkommen til inspirerende og matnyttig foredrag!  
Alle oss på Stamina Mo i Rana ☺

**stamina**™

