



# BLI EN KRÄSEN KONSUMENT

## En föreläsning om kost, hälsa & livsmedelstillsatser

**Bli en mer medveten konsument och lev ett friskare liv.**

Föreläsningen handlar om tillsatser i mat och hur dessa påverkar våra kroppar. Vi tar även upp multinationella företags påverkan i samhället och hur kroppen behöver vitaminer och antioxidanter som ofta saknas i dagens snabbmat. Föreläsningen lär dig att bli en mer kräsen och medveten konsument samt hur du kan leva ett friskare liv.

**Längd:**

2,5 h

**Föreläsare:**

Tommy Svensson är utbildad naturguide, svampkonsulent och har förutom böckerna om tillsatser i mat och vitaminer, skrivit böcker om svamp, medicinalväxter, natur och miljö.

**Pris:**

6 000 kr exkl. moms. Resor och ev. logi tillkommer



**Blommenhof Utbildning**  
med öga för utveckling

Blommenhovsvägen 41, 611 39 Nyköping | [www.blommenhofutbildning.se](http://www.blommenhofutbildning.se) | 0155 - 20 10 00