

# Velkommen til helseforedrag med Guri Kjelle

## 15 Juni 2017 Kl 1900

Vi har vært så heldige å få Guri til å komme og holde et foredrag, som kommer til å handle om hvordan vi kan ta vare på kroppen vår på best mulig måte. Hun er utdannet Naprapat og har tatt etterutdanning som mikroskopist. Hun er meget interessert i trening, og bruker seg selv som testperson for å finne nye måter å holde kroppen frisk på.

Noe av det som vil bli tatt opp:

- Hva skjer inne i oss hvis pH-verdien i kroppen synker?
- Hvordan kontrollere syre/base balansen?
- Hvordan påvirker matvarer/livsstil denne balansen?

Vegar Bakke Larsen vil holde et kort innlegg med sine erfaringer omkring hvordan det å ha et basisk kosthold kan påvirke kroppen.

Guri fortsetter så med mer informasjon om hva den nyeste forskningen i dag sier vi burde gjøre for oss selv.

- Blodmikroskop analyser. Hvordan fungerer det og hva kan vi se der? Hvorfor kan det være et verktøy?
- Antioksidanter og aktivering av antioksidanter
- Redox signalmolekyler, hva er det, hvordan fungerer de og hvorfor kan det være gunstig for oss?

**Dato: Torsdag 15.juni kl 19.00**

**Sted: Namdalshagen, Namsos**

**Velkommen på foredrag!**

**Mvh**

**OMIC Naprapati, Refleksjons Astronauten og Naprapat Guri Kjelle**



Guri Kjelle  
Naprapat,  
Mikroskopist og  
kostholdsveileder