



Malin Olofsson

Malin Olofsson är legitimerad dietist med särskild kompetens inom idrottsnutrition och idrottsmedicin.

Hon arbetar till vardags inom Region Värmland på Arvika sjukhus och driver även företaget Kost & Prestation.

kostochprestation.se

Kan kosten påverka din livskvalitet?

Idag överöses vi av hälsopåståenden, nya dieter för starka kroppar och superfrukter som förlänger livet, men vad är det egentligen som stämmer? En ökad medvetenhet om kostens betydelse har många fördelar både i vardagen och i arbetslivet.

Malin Olofsson, legitimerad dietist, berättar hur man ska äta för att må bra och prestera som bäst. Rätt val i livsmedelsbutiken lägger grunden för en bra hälsa.

Vill du veta mer? Kom och lyssna!

Datum: 2 oktober 2024

Tid: 17.00–19.00 (17.00 förtäring, 17.30 föreläsning)

Plats: Scandic Hotell, Torggatan 9, Arvika

Anmälan: senast 29 september till christina@blodcancerforbundet.se

Mer information och kontakt:

Blodcancerförbundet
christina@blodcancerforbundet.se

Bröstcancerförbundet
varmland@brostcancerforbundet.se

**ILCO Tarm- uro-
och stomiförbundet**
varmland@ilco.nu

 **Region
Värmland**