



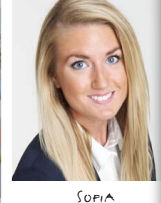
ANN-CHARLOTTE



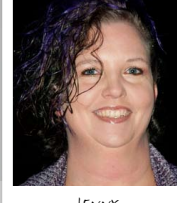
HELENA &amp; GABRIELLA



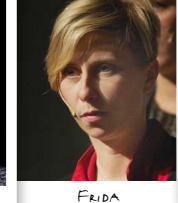
ANNELI E



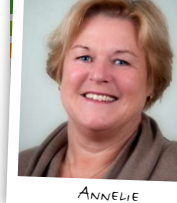
SOFIA



JENNY



FRIDA



ANNELIE

Välkommen till en kväll full av **inspiration**, **kunskap** och erfarenhet! Hälsa & Glädje – exklusivt för kvinnor, seminariet för dig som vill ha både fungerande vardag och guldkant på tillvaron.

# Hälsa & Glädje 2013

– exklusivt för kvinnor

TID:  
MÅNDAG 18 MARS 2013  
KL. 17.00-21.00

PLATS:  
BANKETTSALEN, ELITE PARK  
AVENUE HOTEL I GÖTEBORG

ARRANGÖRER:

EGESTAM  
marketing

 livsträdet

## 17.00 **Mingel, utställning och förtäring**

Ta del av utställarnas erbjudanden och utlottningar!  
Ta med visitkort för att tävla och kontanter för att fynda.

## 18.00 **Inledning /Anneli Egestam**

### • **Ett friskt leende kan förlänga livet**

/Ann-Charlotte Sundelin

Ny forskning stärker sambanden mellan munhälsa och ett antal sjukdomstillstånd och minnesfunktioner. Ta hand om dina tänder - för hela kroppens skull. Hör Ann-Charlotte Sundelin, chef för Specialisttandvården i Folk tandvården Västra Götaland. • [vgregation.se/folktandvarden](http://vgregation.se/folktandvarden)

### • **Så tar du bättre vardagsbilder**

/Jenny Hein

Idag är vi alla fotografer! Mobilkameror, kompaktkameror och till och med systemkameror finns i varje hem. Men blir dina bilder bra? Jenny Hein från Fotograf Gbg avslöjar några tips som gör att du kommer lyckas med dina vardagsbilder. • [fotografgbg.se](http://fotografgbg.se)

### • **Improverket bjuder på kreativ underhållning /Frida Sundström med kollegor**

Improverket lär dig att släppa loss och hitta din kreativitet. Ett underbart sätt att träffa dig själv och vara med andra i total tillit. Frida Sundström och hennes kollegor engagerar oss i uppgiften. • [improverket.se](http://improverket.se)

**Biljettpris 495 exkl. moms** Förtäring och kaffe i pausen ingår.

Bokning av 1-2 pers.: [annelie@livstradet.com](mailto:annelie@livstradet.com)

Bokning av grupper, minst 3 pers.: [annelie@egestammarketing.se](mailto:annelie@egestammarketing.se)

19.30 ca **Paus** Mingla och besök utställare. Kaffe.

### • **Hur skiljer sig ekologisk hudvård från konventionell? /Helena & Gabriella**

Din hud exponeras varje dag av hundratals kemikalier. Hur påverkar ingredienser i produkter som tvål, deo och lotioner din kropp? Vad bör du undvika och vilka är alternativen? Phyto-terapeut Helena Eriksson och kursinstruktör Gabriella Ziliukaite på Färg & Förändring ger dig tips som gör skillnad.

• [fargochforandring.se](http://fargochforandring.se)

### • **Från juridikstudier till utsatta flickor i Nepal /Sofia Sjö**

När juridikstudenten Sofia Sjö åkte på volontärresa till Nepal träffade hon Elin Bender. Tillsammans har de nyligen öppnat ett hem för utsatta flickor och kvinnor i Katmandu. Hör om deras otroliga resa, vad som driver dem och hur även du kan göra skillnad. • [stellastar.org](http://stellastar.org)

### 20.55 ca **Avslutning med utlottning**

De lyckliga vinnarna från kvällens utlottningar presenteras!

Välkommen!

EXEMPEL PÅ UTSTÄLLARE

Folktandvården  
Fotograf GBG  
Färg och Förändring  
Improverket  
Livsträdet  
StellaStar