

TULOSSA YLEISÖLUENTO

RAVITSEMUKSESTA

Pe 22.11.2019 klo 18.00-19.30 Valkean ruusun koululla
(Koulunpolku 4, Ikaalinen)

Ruoasta hyvää mieltä, suolistopöpöistä parhaat ystävät

Miten syömämme ruoka vaikuttaa mielialaan? Entä voimmeko ruokkia hyviä suolistopöpöjä siten, että se vaikuttaa myös aivoihin? Yleisöluennossa kuvataan ruoan ja mielialan yhteyksiä sekä tarkastellaan erityisesti suolistomikrobien roolia mielenterveyden kannalta.

Luennoitsijana Anu Ruusunen (os. Saarela)
Tutkijatohtori, dosentti, yliopiston lehtori (Itä-Suomen yliopisto, Kuopio)

Kahvit klo 17.30 alkaen.
Tilaisuus on avoin ja maksuton kaikille.

Järj. Ikaalisten kaupunki ja Kyrösjärven Seudun Diabetesyhdistys
Lisätiedot: Emilia Saarinen 0447301350 / emilia.saarinen@ikaalinen.fi

