

# Tyypin 2 diabetes, verenpainetauti, kohonnut kolesteroli ja rasvamaksa

## Miten näihin vaikutetaan paastolla?

### Yleisöluento Hyvinkäällä ti 15.1.2019

Tyypin 2 diabetes, kohonnut kolesteroli, verenpainetauti ja rasvamaksa ovat kansansairauksia, joita sairastaa yli 500 000 suomalaista. Luennolla kerromme, mistä nämä sairaudet syntyvät ja miten niihin voidaan vaikuttaa terapeuttisella paastolla ja ruokavaliolla?

**Lue lisää:**

[www.paastovalmennus.fi](http://www.paastovalmennus.fi)

#### Luennoitsija

**Tuomas Javanainen**

Perustaja,  
paastovalmentaja  
Vaste Oy /

Suomen paastovalmennus

#### Liput

**Lipun hinta 10 €/kpl**

Ennakkomyynti TerveysWilla  
ja [www.terveyswilla.fi](http://www.terveyswilla.fi)

Ovella käteisellä tai kortilla

#### Aika ja paikka

**ti 15.1.2019 klo 17:30 - 19:30**

Hyvinkään kirjasto  
(Torikatu 5, Hyvinkää)

### Yhteistyössä



**Terveys Willa**  
-parafarmasia

[www.terveyswilla.fi](http://www.terveyswilla.fi)



[www.paastovalmennus.fi](http://www.paastovalmennus.fi)