

**"Du bliver træt, dorsk og doven, hvis du spiser forkert -  
men frisk, vaks og vågen, hvis du spiser rigtigt"**



**Foredrag med Frede Bräuner**

**Tirsdag den 11. april 2013**

**kl. 17.00 - 18.00 for 0. - 3. klasse**

**kl. 18.30 - 20.00 for 4. - 9. klasse**

**i kantinen på Blåvandshuk Skole**

## **Invitation**

Til alle elever og forældre på Samuelsgården, Oasen, Billum Skole, Blåvandshuk Skole og Miniklubben.

Vi er stolte over at kunne præsentere en spændende aften med foredragsholder Frede Bräuner, der vil give et underholdende og showpræget foredrag om sammenhængen mellem kost – adfærd og indlæringsevne.

Flere undersøgelser viser, at børn og unge, der spiser dårligt også fungerer dårligt,- det gælder både fysisk, psykisk og socialt.

Brug et par timer hele familien, og kom og hør manden der påstår "Du bliver træt, dorsk og doven, hvis du spiser forkert, men frisk, vaks og vågen, hvis du spiser rigtigt".

Vi glæder os til at se dig og dit barn!



## **FREDE BRÄNER**

Frede Bräner er folkeskolelærer og har via kostforsøg i skoler og institutioner landet over erfaret, at obligatorisk mad og en slikfri hverdag skaber små og store mirakler.

Mange børn vender 180 grader – både adfærdsmæssigt og indlæringsmæssigt.

## **FREDE BRÄNER**

Er forfatter til bogen: "Kost, adfærd og indlæringsevne" – og er en af landets mest efterspurgte foredragsholdere  
Se mere på: [www.webkost.dk](http://www.webkost.dk)