



17.-19. oktober 2025  
Kunnskapsbasert brobygging for optimal helse!

<b>Fredag 17. okt</b>	
0930-1015	Registrering, utstillerne er på plass for dere sammen med fristende pausemat
1025-1030	Åpning ved konferansier Gunn-Karin Sakariassen, leder av Kostreform
1030-1115	Hva skjer når media taler maktens stemme i stedet for den avmektiges? Julia Schreiner Benito, journalist i Helsemagasinet VOF
1115-1200	Jordhelse - hva betyr ødelagt matjord for folkehelsen? Kjersti Rinde Omsted, bioingeniør, foredragsholder, terapeut i mestringsmedisin, veileder i naturlig hormonerapi, samt matprodusent
1200-1230	Utstillervesøk
1230-1315	Selvforsvar mot sykdom Øyvind Torp, lege - Boksignering/salg
1315-1415	Sundvoldens flotte lunsjbuffet
1415-1445	Frøljer - er det så sunt som myndighetene vil ha det til? Jens Veiersted, ernæringsterapeut
1445-1530	(Hovedsponsor Solarays' innlegg)
1530-1615	Utstillervesøk og fristende pausemat
1615-1700	Forskning viser at kosttilskuddene Q10 og selen bremser aldringsprosessen og reduserer risikoen for hjertesykdom Trine Baur Opstad, doktorgrad innen molekylærbiologi
1700-1800	Cellegiften – Sennepsgass i hvit frakk Anders Haakenstad, treningsfysiolog Siste 10 min til spørsmål
1900-	Felles middag
<b>Lørdag 18. oktober</b>	
0730-0830	Morgentur Margot Carlsen, sykepleier
0700-0900	Frokost
0830-0925	Registrering dagens ankomne
0930-1015	På vent
1015-1100	FRA KAOS TIL KLARHET - Hvordan biokjemien kan forklarer psykiske lidelser. Historie med autistiske barn og protokoll Gro Raugland, sosialpedagog og forfatter/Heidi Stange Noraberg, master i matvitenskap og teknologi
1100-1130	Utstillervesøk og fristende pausemat
1130-1230	Hvordan jeg såvidt overlevde helsevesenets "medisiner" Jørgen Kjønø, kjent som Dex Carrington, profesjonell komiker

1230-1330	Forskning på medikamentbruk og nedtrapping - verktøy Anders Sørensen, psykolog
1330-1450	Sundvoldens flotte lunsjbuffet/utstillersbesøk
1450-1530	(Hovedsponsor Amdosans' innlegg)
1530-1615	Fytoaleksiner: Undervurderte "nisser på lasset" i økologisk mat Jan Raa, professor emeritus
1615-1700	Utstillersbesøk
1700-1730	<i>"Tankene dine er ikke så hemmelige som du tror..."</i> Labib Malik, Corporate Magiker & Mentalist Her serveres et glass med bobler til alle
1730-1930	Tid til å slappe av, trene eller mingle i loungen/baren
1930-	Festmiddag, 3 retter og underholdning
Etter middag	Disco med Dj Leeroy for de som ønsker, han spiller så lenge vi ønsker, gode samtaler i loungen for de som ikke vil danse (mye lavere lydnivå i loungen)
<b>Søndag 19. oktober</b>	
0730-0900	Frokost
0830 -	Kuldebad i Steinsfjorden Margot Carlsen, sykepleier
0930-1015	Solresepten Torkil Færø, lege, dokumentarfilmskaper, forfatter, fotograf og globetrotter - Boksignering/salg
1015-1100	Kampen om blodet Kåre Nordanger, studieleder og lærer ved Medika Nova
1100-1130	Utsjekk rom og utstillersbesøk
1130-1215	Kraften i de gode valgene - alt jeg har gjort for å optimalisere min egen helse Henrik Berntsen, helseinfluenser
1215-1315	Kampen mot kreft Kreft som metabolsk sykdom – hva betyr det for deg? Fedon Lindberg, lege, spesialist i indremedisin - Boksignering/salg Siste 10 min til spørsmål
1330-1430	Lunsj og farvel til alle våre flotte gjester

Håper å se dere igjen 16.-18. oktober 2026!  
(De som melder seg på innen 22. oktober i år, får ingen prisøkning, men 2025-prisene)

#### HOVEDSPONSORER



#### ARRANGØR

