



Fredag 18. okt	
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 med media?» Nyhetslandskapet: Nøytralt, eller har mediebransjen blitt sendebud for politiske, økonomiske og globale agendaer? Julia Schreiner Benito, journalist for Helsemagasinet VOF
1115-1200	«Er makroalger, tang og tare en viktig del av fremtidens helse bedring?» Hvorfor bør makroalger bli en del av den daglige kosten? Svein Vindenes, 3 årig akvakultur utdannet og Wenche Skavhellen, kostøkonom og sosionom
1200-1230	Utstillersbesøk
1230-1330	Lunsj, Sundvoldens fantastiske buffet
1330-1415	«Essensielle mikronæringsstoffer for stoffskiftet» Lars Omdal, lege (Hovedsponsor Solarays innlegg)
1415-1500	Presentasjon utstillere 2 min hver, 20 stk
1500-1545	«Sopprikets oppdagelser vil endre vår fremtid» Steven Maddix, gründer Husbonden.no
1545-1615	Pause med utstillersbesøk og fristende pausemat
1615-1700	«SIBO / SIFO - overvekst av mikrober i tynntarmen» Eva B. E. Andersson, naturterapeut (Hovedsponsor NDS' innlegg)
1700-1800	«Vitalistisk helse - hva kan vi gjøre for å styrke oss innenfra?» Melissa Thelwall, kostholdsveileder og "hun som fronter cannabis" Melissa avslutter sitt foredrag med beroligende øvelser.
1900	Middag med disco eller loungen etterpå
Lørdag 19. oktober	
0730-1000	Frokost
0730-0830	Morgentur Margot Carlsen, sykepleier
0830-0925	Registrering dagens ankomne
0930-1015	«Kronisk betennelse – roten til mange av dagens helseutfordringer» Dr. Ralf Schmidt, CEO i Mycotech (Hovedsponsor Mycotechs' innlegg)
1015-1100	"Farmakologiske studier av naturstoffer fra norske medisinsplanter" Marit Inngjerdingen er professor, Avdeling for farmakologi, Institutt for klinisk medisin, Universitetet i Oslo.
1100-1110	Presentasjon utstillere 2 min hver, 6 stk
3 min. økt	«Pustepause» Ragnhild Skari Iuell, lege, mindfulnesslærer, forfatter og samfunnsdebattant

1110-1130	Pause med utstillersbesøk
1130-1230	«All diseases begin in the gut!» - The GAPS-diet Natasha Campbell-McBride, lege og gründer GAPS-diet
1230-1330	Lunsj, Sundvoldens fantastiske buffet
1330-1415	Natasha Campbell-McBride fortsetter
1415-1445	Pause med utstillersbesøk
1445-1530	"Utvikling av nanopartikler fra kroppens immunceller som ny kreftterapi" Marit Inngjerdingen er professor, Avdeling for farmakologi, Institutt for klinisk medisin, Universitetet i Oslo.
1530-1645	"Kosthold og munnhulen, en åpenbar, men glemt sammenheng - "Evolusjonsfella, en syk utvikling av munn og kjeve" Hans Erling Skallevoid, tannlege
3 min. økt	«Strekkepause» Ragnhild Skari Iuell, lege, mindfulnesslærer, forfatter og samfunnsdebattant
1645	Mingling med utstillere og fritid.
1930	Festmiddag
Etter middag	Disco! På med danseskoene De som ikke vil danse, kan kose seg med gode samtaler i loungen. Dj Leeroy
Søndag 20. oktober	
0730-1000	Frokost
0830 -	Kuldebad i Steinsfjorden Margot Carlsen, sykepleier
0930-1015	«Hvordan holder vi oss friske?» Sunt folkevett er bedre rettesnor enn legemidler og offentlige kostholdsråd? Jan Raa professor emeritus
1015-1100	«Har du/din klient avhengighet til mat og hvorfor ikke bare endre på det?» Bente Josefsen, gründer av Frisk uten sukker AS
1100-1200	Pause med utstillersbesøk, fristende pausemat og utsjekk rom
1200-1245	«Mysteriet jern – hva gjør de egentlig i kroppen vår?» Jens Veiersted, ernæringsterapeut
1245-1315	«Hvordan er relasjonene mellom alternativmedisin og skolemedisin <i>egentlig</i> ? Agnete E. Kristoffersen, M.A., Ph.D. Senior reseacher, NAFKAM
1315-1345	«De nye kostrådene – kast dem i søpla!» Tofrontskrigen mot kjøtt og norsk landbruk» Lars Magne Sunnanå, hobbyjournalist og kjøttspiser
1345-1415	Siste mulighet for handling/utstillersbesøk
1415-	Lunsj og takk for oss! Her får alle sagt farvel til både gamle og nye bekjensker med håp om 20 års jubileum neste år!