

# Inbjudan till 3-dagars MS/PNIT-seminarium

En kurs för dig med MS-diagnos, trötthetssyndrom, hypotyreos, fibromyalgi eller utmattningssyndrom. Ett seminarium för dig som vill förstå hur din biokemi påverkar din hälsa.

Även för dig för som arbetar professionellt med stressrelaterade besvär och för dig som är allmänt intresserad av hälsa.

**Tid: onsdag 28 mars kl 13 00– lördag 31 mars kl 14 00, 2012.**

Vi börjar med lunch kl. 13.00 och slutar med lunch ca kl. 14.00

**Plats:** Granhedsgården, Sörmland, 12 mil sydväst om Stockholm. Enklast resväg är med tåg till Katrineholm och därifrån taxi. Närmare vägbeskrivning fås vid anmälan.

**Boende och mat:** Du bor i dubbelrum med toalett och dusch på varje rum. Vi i kursledningen anser att det är bra att under kursen ha en ”rumskompis”. Vi har mycket begränsad tillgång till enkelrum. Om man vill garanteras enkelrum måste man ange detta vid anmälan och betala 1000 SEK extra. Frukost, lunch och middag serveras varje dag. Maten kommer att vara lätt, men inte vegetarisk- fisk och fågel ingår. Vi följer de kostråd vid MS som utarbetats vid Haukelands sykehus i Norge. På kvällarna finns kaffe och te om Du så önskar.

**Innehåll:** Dagliga föreläsningar av leg.läk. Birgitta Brunes om signalsubstanser och olika behandlingsstrategier. Hur obalanser mellan signalsubstanser påverkar oss fysiskt och psykiskt. Olika ”obalansmönster”. Signalsubstans påverkande mediciner och kosttillskott. Vad kan jag göra själv? Psykologiska övningar och meditationer som påverkar våra nivåer av signalsubstanser. Verktyg för stresshantering. Roger Kangas och Christian Brunes, som båda är utbildade kroppspsykoterapeuter, kommer att leda det dagliga terapiarbetet som innefattar föreläsningar, praktiska övningar och meditationer.

**Efter kursen:** skall du veta vilken eventuell obalans du har och vad du kan göra åt dem.

**Pris:** Kostnaden för kursen är 8 900 SEK. I priset ingår kost och logi samt aminosyror, vitaminer och andra kosttillskott under kursen.

Kursavgifter betalar Du i tre omgångar. Anmälningavgiften är 1900 SEK. Först när vi får anmälningavgiften är Du anmäld. Därefter betalar Du 3000 SEK en månad före kursstart. Det resterande beloppet (4000 SEK) betalas vid inskrivning. Du betalar kursen till Brunes Pharm AB på bankgiro **5729-1197**. Ange namn, adress, ev. e-mail adress och telefonnummer samt 3-dagars PNIT-seminarium på talongen.

För dem som betalar från utlandet är Brunes Pharms bankkonto:

Nr 82578 18 35 33 73 69

Sörmlands Sparbank, Katrineholm.

IBAN SE 58 8000 0825 7818 3533 7369.

BIC/SWIFT adressen är SWEDSESS.

När vi mottagit Din anmälan sänder vi, i god tid före kursstart, ett omfattande frågeformulär till Dig. Fyll i detta noggrant och sänd tillbaka till oss före kursstart så att vi kan ha en strategi/hypotes färdig för dig när kursen börjar.

Vi kan ta emot ca 20 deltagare på denna kurs. Anmälningarna behandlas i den ordning de kommer in. **OBS!** Vi tycker att man före kursen bör ha läst Birgitta och Christian Bruness bok: "Går signalen fram".

För ytterligare upplysningar ring Christian på tel 0150-66 03 22 säkrast mellan kl 09.00 och 11.00, eller e-maila [christian@brunes.se](mailto:christian@brunes.se) eller titta på vår hemsida [www.brunes.se](http://www.brunes.se)

Valla Okt 2011  
Christian Brunes  
Kursansvarig

**Brunes Pharm AB**, Fimta, 640 23 Valla  
Tel:0046(0)150-66 03 22 säkrast kl 09.00-11.00  
[www.brunes.se](http://www.brunes.se) eller e-mail [christian@brunes.se](mailto:christian@brunes.se)