

## **Spotkanie autorskie ze Zbigniewem Kołbą, autorem książki „Krioterapia. To warto wiedzieć.”**

ZAPRASZAMY

do Biblioteki na spotkanie autorskie ze Zbigniewem Kołbą, autorem książki Krioterapia. To warto wiedzieć.

Na spotkaniu zostaną poruszone następujące zagadnienia:

- jakie badania powinny nas ustrzec przed zawałem,
- leczenie niską temperaturą ,
- leczenie bezsenności
- jak wyleczyć zimne stopy, dłonie,
- czym wyleczyć odór stóp?
- jak wyleczyć wrzody żołądka, dwunastnicy?
- dlaczego brak kolagenu w stawach uniemożliwia ich wyleczenie i jaki produkt spożywczy zawiera przyswajalny kolagen?
- co „zabija” wapń w naszym organizmie? (dlaczego powstaje osteoporoza?)
- związek powstawania żylaków z uszkodzonymi zastawkami w żyłach. Co może być powodem tego stanu?
- przyswajalność witamin i minerałów (kiedy nie są przyswajane?),
- kiedy hormony i enzymy nie są produkowane przez organizm?
- dlaczego ludzie czują się wypaleni, a także dlaczego minerały, czy witaminy nie są przyswajane przez organizm, pomimo że mogą być zjadane często i stosunkowo dużo.
- dlaczego małe ilości hormonu DHEA w starszym wieku może powodować uczucie przygnębienia, wyobcowania?

Zbigniew Kołba napisał książkę jako praktyk prowadzący gabinet krioterapii w Olkuszu. Książka była wznawiana trzykrotnie. Z wykształcenia jest mgr rekreacji ruchowej.

Spotkanie jest przeznaczone głównie dla ludzi w średnim i starszym wieku.

Zapraszamy do Biblioteki, 17 listopada, godz. 14:00.