

UTBILDNINGAR OCH KURSER HÖSTEN 2017

# KURS *Nytt*

Funktionsmedicinska  
experten

*Diana  
Noland*

- Funktionsmedicinsk helg med Diana Noland
- Hormonkurser
- Produktkunskap
- Inspiration Hårmineralanalys

Läs mer och anmäl dig via vår hemsida [alpha-plus.se](http://alpha-plus.se), tel: 023-79 28 00, e-post: [utbildning@alpha-plus.se](mailto:utbildning@alpha-plus.se)



## Vi lär dig det senaste

Alpha Plus kombinerar forskning inom funktions-, närings- och livsstilsmedicin för att utveckla unika kvalitativa utbildningar och näringstillskott. Genom att dela med oss av vår kunskap vill vi inspirera till en friskare livsstil och bättre hälsa.

Ta chansen att förkovra dig – våra spännande kurser handlar om det senaste inom kost, hälsa och välmående. Du som är verksam inom näringslära och funktionsmedicin kommer ha stor glädje av våra kurser. Skynda att boka din plats! Välkommen in på vår hemsida [alpha-plus.se](http://alpha-plus.se) för mer information.



# Baskurs i hormonlära

Under denna helgkurs får du en ökad förståelse och en baskunskap för hur vårt stressystem fungerar. HPA-, HPT- och OAT-axeln går igenom liksom grundläggande hormonlära. Vi lär oss om stresshormoner, sköldkörtel- samt könshormoner. Kursen är en förberedande kurs inför den fördjupande hormonhelgen 14-15 oktober. Denna kurs kan också läsas helt fristående utan att man går fortsättningskursen.

## Lördag:

Grundläggande hormonlära  
HPA-, HPT-, OAT-axeln  
Stresshormoner

## Söndag:

Binjurar och sköldkörteln  
Könshormoner

## Syfte:

Att få en ökad grundläggande förståelse och kunskap om hormonernas inverkan och komplexitet.

**Föreläsare:** Sanna Törsleff-Berglund och Marie Svalberg.



**För vem:** Näringsterapeuter, kropps-  
terapeuter, hälsokostpersonal och övriga  
som arbetar med hälsa.

**Var:** Stockholm

**När:** 2-3 sep

**Tid:** lö kl 10.00-17.00  
sö kl 9.00-16.00

**Pris:** 2 000 kr

Kursmaterial och provsmakning av Alpha Plus produkter samt kaffe, te och ekologisk frukt ingår i priset. Lunch ingår ej.



*Sanna Törsleff Berglund*

Näringsterapeut, funktionsmedicinare och Psykolog som driver egen klinik i Stockholm [www.blivital.se](http://www.blivital.se).



*Marie Svalberg*

Näringsterapeut och funktionsmedicinare som driver IFM-kliniken i Falun [www.ifm-klinik.nu/falun](http://www.ifm-klinik.nu/falun).



**För vem: Allmänheten**

**Var: Stockholm**

**När: 14 sep**

**Tid: 18.00–20.00**

**Pris: Kostnadsfritt**

**OBS!** Obligatorisk anmälan.  
Föreläsningen och material är  
på engelska.

Öppen  
föreläsning  
14 sep

## FRISK HJÄRNA MED FUNKTIONSMEDICIN

Hur kan man se till att hjärnan mår bra hela livet och hur gör man för att undvika demens och försämringar i minne, koncentration och fokus? Den funktionsmedicinska experten Diana Noland från USA gästar Sverige och håller ett unikt och spännande föredrag om din viktiga hjärna. Läs mer om Diana nedan.

### Diana Noland

Diana Noland är en av USAs främsta utövare inom funktionsmedicin. Diana har en fil. mag i allmänhälsa och är en utbildad klinisk nutritionist, dietist och traumasköterska som fann fördelar med att kombinera skolmedicin och funktionsmedicin. Dianas fantastiska resultat har gjort henne väldigt populär inom den amerikanska vården och hon är en mycket anlitad föreläsare för Institute of Functional Medicine i USA.



# Mastering the Matrix - Funktionsmedicinsk helg

Den mycket omtyckta funktionsmedicinska experten Diana Noland är tillbaka i Sverige igen. Denna helg kommer Diana att gå igenom hur man kan arbeta framgångsrikt med sina klienter utifrån "The Matrix" – den funktionsmedicinska modellen som omfattar många olika delar. Ta chansen och utveckla dig och ditt terapeutiska arbete till nästa nivå.

Ta del av framgångsrika klientfall, träffa några av Sveriges vassaste terapeuter och arbeta fram strategier för hur just du kan lyckas göra skillnad i ditt arbete med klienter. Helgen kommer att innehålla både teori och praktik för hur man utvecklas ytterligare i sin terapeutroll.

## Lördag – Dealing with Complexity of Disease

- Identifying the plumb line of wellness
- Key considerations of chronic disease pathophysiology
- The IFMNT Radial – nutritional tools of the trade
- IFM Matrix – Personalized Metabolic Assessment made easy
- Functional Anthropometrics beyond height/weight
- Hearing the Patient's Story
- Case Study

## Söndag – Workshops, case challenges, reviews

- Review of Tools in application of IFM Matrix
- Seven clinical physiological imbalances: Case Studies
- IFM Matrix application workshop
- Student-Practitioner panel discussion

Denna kurs riktar sig till funktionsmedicinska terapeuter och läkare som vill vidareutvecklas i sin roll och få konkreta verktyg och ökad förståelse för hur man kan arbeta framgångsrikt med den funktionsmedicinska matrixen.

**Föreläsare:** Diana Noland



## Diana Noland

Diana Noland är en av USAs främsta utövare inom funktionsmedicin. Diana har en fil. mag i allmänhälsa och är en utbildad klinisk nutritionist, dietist och traumasköterska som fann fördelar med att kombinera skolmedicin och funktionsmedicin. Dianans fantastiska resultat har gjort henne väldigt populär inom den amerikanska vården och hon är en mycket anlitad föreläsare för Institute of Functional Medicine i USA.



**För vem: Näringsterapeuter och funktionsmedicinare med basmedicinsk bakgrund.**

**Var: Stockholm**

**När: 16–17 sep**

**Tid: lö kl 10.00–18.00  
sö kl 9.00–16.00**

**Pris: 2 900 kr.**



**Boka innan 30 juni och få 300 kr rabatt!**

OBS! Föreläsningen och material är på engelska. Kursmaterial och provsmakning av Alpha Plus produkter samt kaffe, te och ekologisk frukt ingår i priset. (Lunch ingår ej.)

# Produktkunskap – nya produkter med hormonför djupning

Alpha Plus arbetar med en mängd olika hälsoområden och produkter. Under denna kväll kommer vi att gå igenom några av de viktigaste och nyaste produkterna mer utförligt. Under sista delen av kursen kommer vi att fördjupa oss i hormonlära och hur man kan stötta hormonbalanser med näring.

## Föreläsare:

Peter Wilhelmsson (Göteborg, Stockholm, Lund)  
Ellinor Ladenberg (Jönköping, Linköping)  
Marie Svalberg (Gävle)  
Magnus Näslund (Umeå)  
Ulrika Sunnerheim-Dahlman (Östersund)

Vi bjuder på te/kaffe, frukt och erbjuder provsmakning av våra produkter.

## Föreläsare:



*Peter Wilhelmsson*

Närings terapeut, naturläkare, funktionsmedicinare, flerfaldig författare och grundare av Alpha Plus, IFM-kliniken i Falun m m.



*Ellinor Ladenberg*

Närings terapeut och funktionsmedicinare som driver eget företag i Linköping [www.ladenberg.se](http://www.ladenberg.se).



*Marie Svalberg*

Närings terapeut och funktionsmedicinare som driver IFM-kliniken i Falun [www.ifm-klinik.nu/falun](http://www.ifm-klinik.nu/falun).



*Magnus Näslund*

Cert Närings terapeut och fysioterapeut i Örnsköldsvik – Anatomia Rehab. [www.anatoma.se](http://www.anatoma.se).



*Ulrika Sunnerheim-Dahlman*

Cert Närings terapeut och zonoterapeut som driver egen klinik i Stockholm [www.odensplansnaturhalsa.com](http://www.odensplansnaturhalsa.com)



**För vem:** Närings terapeuter, kropps terapeuter, hälsokostpersonal och övriga som arbetar med hälsa.

<b>Göteborg:</b>	<b>10 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Jönköping:</b>	<b>17 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Stockholm:</b>	<b>17 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Gävle:</b>	<b>17 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Linköping:</b>	<b>18 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Lund:</b>	<b>19 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Östersund:</b>	<b>19 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Umeå:</b>	<b>26 oktober, kl 18.00–21.00</b>
<b>Pris:</b>	<b>Kostnadsfritt</b>

# IFM konferens - Tema hjärnhälsa

Peter Wilhelmsson har deltagit i "Institute for Functional Medicines" kongresser i många år. Under denna kurs så får du en genomgång av den senaste forskningen och kunskapen om hjärnhälsa som var 2017 års tema i Los Angeles, USA. Peter kommer att prata om senaste nytt kring forskning kring hjärnhälsa, demens och kognitiva nedsättningar.

**Föreläsare:** Peter Wilhelmsson



*Peter Wilhelmsson*

Näringsterapeut, naturläkare, funktionsmedicinare, flerfaldig författare och grundare av Alpha Plus, IFM-kliniken i Falun m m.



**10**  
OKT

**För vem:** Näringsterapeuter, kropps-  
terapeuter, hälsokostpersonal och övriga  
som arbetar med hälsa.

**Göteborg:** 10 oktober, kl 14.00–17.00

**Stockholm:** 17 oktober, kl 14.00–17.00

**Lund:** 19 oktober, kl 14.00–17.00

**Pris:** **Kostnadsfritt**

När du även anmäler dig till produktutbildningen samma dag, bjuder vi på en enklare förtäring mellan föreläsningarna.



**MCT-olja**  
Ger mycket snabb energi till  
hjärnan. Cirka 15 minuter  
efter intag stiger energinivå-  
erna samt ökar vår förmåga  
att fokusera och koncentrera  
oss.



# Fördjupningshelg om hormoner och hormontester

Denna helg kommer att ge dig fördjupande kunskaper om hormonområdet samt ökad förståelse för hur de olika hormonella axlarna fungerar. Du kommer att få kunskap om hur de uppskattade DUTCH-testerna fungerar och hur du tolkar dessa och kan arbeta med dem i ditt kliniska arbete som terapeut. Under helgen varvas klientfall med teori, bakomliggande orsaker till hormonstörningar och förslag på framgångsrika behandlingsprogram.

Dr Carrie Jones är naturläkare från USA som har lång klinisk erfarenhet av hormonbehandlingar och kvinnohälsa. Dr Jones är en uppskattad föredragshållare som besöker oss denna helg.

Efter genomgången kurs kommer du att få skriva ett certifieringsprov. Efter godkänt prov får du ett diplom från Alpha Plus med en certifiering från kursen.

## Syfte:

Att få en fördjupad förståelse och kunskap om hur det hormonella systemet fungerar samt hur man kan tolka och arbeta med mycket träffsäkra och uppskattade DUTCH-tester (hormonella tester i torkat urin). Förkunskaper i basmedicin, näringsmedicin och viss förkunskap om hormonsystemet krävs för att gå kurs denna kurs. Deltagande i kurs en 2-3 sep har också tillträde till denna kurs om man är terapeut.

**Föreläsare:** Dr Carrie Jones från Dutch Labs och Peter Wilhelmsson



## Dr Carrie Jones

Dr Carrie Jones är Naturläkare och expert på kvinnohälsa och hormoner från Oregon i USA. Hon har lång klinisk erfarenhet av kvinnohälsa och är en uppskattad föreläsare och författare som skriver för flera tidningar och webbplatser om naturlig hormonbalans.



14-15  
OKT

**För vem: Näringsterapeuter och funktionsmedicinare med basmedicinsk bakgrund.**

**Var: Stockholm**

**När: 14-15 oktober**

**Tid: lö kl 10.00–18.00  
sö kl. 9.00-16.00**

**Pris: 2 900 kr** (Lunch ingår ej)



**Boka innan 31 juli och få 300 kr rabatt!**

**Unikt engångserbjudande!** Inför kursen har du också möjlighet att ta ett DUTCH-test – torkat urintest. Datum för senaste inlämningsdag är den 1 september för att hinna få testet till kursen. Ditt pris för DUTCH-testet är endast 2 100 kr ex moms (ord pris 3 500 kr ex moms). Mer information finns på vår hemsida under "Utbildningar".

OBS! Föreläsningen och material är på engelska. Kursmaterial och provsmakning av Alpha Plus produkter samt kaffe, te och ekologisk frukt ingår i priset.



# Klientfall Hårmineralanalys

Det kan vara komplext att tolka hårmineralanalyser. Därför ordnar vi denna eftermiddag där vi kommer att gå igenom flera klientfall. Du får både inspiration och verktyg för att arbeta med dina klienter under denna kurs.

Magnus har lång erfarenhet av att arbeta med hårmineralanalyser och flera manuella terapier.

**Föreläsare:** Magnus Näslund



*Magnus Näslund*

Cert Näringssterapeut och fysioterapeut i Örnsköldsvik –  
Anatoma Rehab. [www.anatoma.se](http://www.anatoma.se).



**26**  
OKT

**För vem:** Hårmineralterapeuter

**Var:** Umeå

**När:** 26 oktober

**Tid:** kl 14–17

**Pris:** 400 kr

OBS! Anmäl dig även till Produktkunskap kl. 18-21 (se sid 6) så bjuder vi på matig och glutenfri smörgås mellan 17-18.

## Nya och förbättrade produkter till hårmineralanalysen

Vi har slagit ihop de tidigare produkterna Para-pack och Adrecomp till PARADREN och Sym-pack och Tyrocomp till SYMTHYMO. Detta innebär att det blir färre produkter i analysen vilket gör att den blir billigare. HCL Plus och Digestzym är i stort sett samma produkter som tidigare men är numera helt vegetabiliska. På vår hemsida kan du läsa mer om produkterna.



# Inspirationsdag

## Hårmineralanalys

### Hårmineralanalys och rätt hormonbalans.

Den populära experten på Hårmineralanalys från Norge, Stein Flaatrud, är tillbaka för en heldagskurs med inriktning på hårmineralanalys och hormonbalans. Fokus läggs på våra stresshormoner. Under denna dag kommer Stein att gå igenom HPA-axeln, könshormoner och titta på klientfall som handlar om utmattnings, blodsocker, hormonobalanser och mycket mer.

Varmt välkommen till en mycket spännande inspirationsdag för dig som arbetar med hårmineralanalyser.

### Innehåll:

Klientfall med hårmineralanalyser och inriktning på hormonella obalanser som man kan urskilja i analysen, samt hur du jobbar framgångsrikt med att stötta dina klienter.

### Syfte:

Utökad kunskap och förståelse för det hormonella systemet i samband med hårmineralanalyser.

**Föreläsare:** Stein Flaatrud



### Stein Flaatrud

Stein Flaatrud är från Norge och är en av Norges mest kunniga hårmineralterapeuter. Han har en egen klinik och undervisar och föreläser och skriver flitigt inom olika hälsosammanhang.



**För vem: Näringsterapeuter, funktionsmedicinare och andra med basmedicinsk utbildning.**

**Var: Stockholm**

**När: 11 nov**

**Tid: kl 10.00–17.00**

**Pris: 1 400 kr**

OBS! Föreläsningen och kursmaterialet är på norska, men Stein talar en god svenska så det är lätt att förstå. Kursmaterial och provsmakning av Alpha Plus produkter samt kaffe, te och ekologisk frukt ingår i priset. (Lunch ingår ej.)

# Uppföljning hormontester

Denna kväll är en uppföljning och riktar sig till er som var med under helgen 14-15 oktober – Fördjupningshelg om hormoner och hormontester. Vi kommer att gå igenom och tolka hormontester och patientfall. Även vissa grundläggande kunskaper repeteras från den fördjupande hormonskursen.

**Föreläsare:** Peter Wilhelmsson och Graeme Jones från Nordic Labs. Graeme arbetar som hälso- och livsstilscoach, samt näringsfysiolog på Optimal Fysik. Han har 10 års erfarenhet inom sjukvården och hälso- och fitnessindustrin.



*Peter Wilhelmsson*

Närings terapeut, naturläkare, funktionsmedicinare, flerfaldig författare och grundare av Alpha Plus, IFM-kliniken i Falun m m.



**För vem:** Närings terapeuter, funktionsmedicinare och andra med basmedicinsk utbildning.

**Var:** Stockholm

**När:** 22 nov

**Tid:** kl 18.30–21.00

**Pris:** 400 kr

## Några röster om tidigare utbildningar.

"Fantastisk man. Känner mig sååå inspirerad och lycklig"  
*Om Umahro Cadogan och DNA-kurs 2016*

"Önskar fler kurser med Stein Flaatrud. Kanonkurs."  
*Om kursen Mikrobiom 2016*

"Allt Alpha Plus står för och arbetar för att uppnå, är helt rätt! Det bör spridas till så många som möjligt."  
*Omdöme om Alpha Plus kurser.*

"Så otroligt givande tankevärd inspirerande och mycket roligt. Inte en död stund!  
Bravo Bitten!"  
*Beroendehjärnan 11-12 feb 2017 med Bitten Jonsson*

"Detta är den bästa kursen jag någonsin har gått! Det komplexa materialet i pärmarna är unikt. NI är bäst!"  
*Mikrobiomet med Michael Ash 2017*



# Utbildningar hösten 2017

## Baskurs i hormonlära

**2-3** Var: Stockholm  
När: 2-3 sep  
SEP Tid: lö kl 10-18, sö kl 9-16  
Pris: 2 000 kr

## Frisk hjärna med funktionsmedicin

**14** Var: Stockholm  
När: 14 sep  
SEP Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

## Mastering the Matrix

**16-17** Var: Stockholm  
När: 16-17 sep  
SEP Tid: lö kl 10-18, sö kl 9-16  
Pris: 2 900 kr

## Produktkunskap med nya produkter och tema hormoner

**10** Var: Göteborg  
När: 10 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**17** Var: Jönköping  
När: 17 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**17** Var: Stockholm  
När: 17 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**17** Var: Gävle  
När: 17 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**18** Var: Linköping  
När: 18 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**19** Var: Lund  
När: 9 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**19** Var: Östersund  
När: 19 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

**26** Var: Umeå  
När: 26 okt  
OKT Tid: kl 18-21  
Pris: Kostnadsfritt

## IFM - Tema hjärnhälsa

**10** Var: Göteborg  
När: 10 okt  
OKT Tid: kl 14-17  
Pris: Kostnadsfritt

**17** Var: Stockholm  
När: 17 okt  
OKT Tid: kl 14-17  
Pris: Kostnadsfritt

**19** Var: Lund  
När: 19 okt  
OKT Tid: kl 14-17  
Pris: Kostnadsfritt

## Fördjupningshelg hormoner

**14-15** Var: Stockholm  
När: 14-15 okt  
OKT Tid: lö kl 10-18, sö kl 9-16  
Pris: 2 900 kr

## Klientfall Hårmineralanalys

**26** Var: Umeå  
När: 26 okt  
OKT Tid: kl 14-17  
Pris: 400 kr

## Inspirationsdag Hårmineralanalys

**11** Var: Stockholm  
När: 11 nov  
NOV Tid: kl 10-17  
Pris: 1 400 kr

## Uppföljning hormontester

**22** Var: Stockholm  
När: 22 nov  
NOV Tid: kl 18.30-21  
Pris: 400 kr



Priser exkl. moms

### ANMÄLAN OCH INFO

Anmäl dig via vår hemsida: [alpha-plus.se/utbildningar](http://alpha-plus.se/utbildningar)

tel: 023-79 28 00 e-post: [utbildning@alpha-plus.se](mailto:utbildning@alpha-plus.se)