

Kära TF medlem

Vårt program i våras med intressanta föredragshållare blev väldigt lyckat!

Vi började med Yolanda Hedberg som doktorerat inom korrosionlära på KTH, men numera bosatt i Kanada. Föredraget hölls via nätet. Alla Tfare var inbjudna så även medlemmar från övriga landet var med. Hon redogjorde för olika problem som kan uppstå när det blir korrosion mellan olika metaller i munnen. Hennes presentation finns på Tfs webbsida under distrikt Göteborg och Bohuslän, www.tf.nu.

I februari kom Benny Ottoson, som på ett informativt och humoristiskt sätt talade om hur man får jobba med sin hälsa för att hålla sig FRISK i en värld som är SJUK. En föreläsning i samarbete med NNMH, Nordisk förening för Naturlig näring och Metabol Hälsa. Hans presentation finns på Tfs webbsida och ett dokument att hämta nederst på sidan för distriktet, www.tf.nu.

Föreläsningen i mars var med Haydeh Bolouri som är hjärnforskare. Hon visade att det finns mycket gammal forskning som visar på ett samband mellan munhälsa och hjärnhälsa, bl a Alzheimers påverkas av munhälsan. Denna kunskap vill hon föra ut till allmänheten. Jag tror att alla som lyssnade på hennes föredrag borstade tänderna extra noggrant den kvällen. Hennes presentation finns också på Tfs webbsida och ett dokument att hämta hos www.tf.nu. Gå in på vårt distrikt.

Vi avslutade våren med ett föredrag av Suzanne Lundborg som driver Lundborgkliniken i Sävedalen. Hon redogjorde för vilka hälsoproblem som tungmetaller i munnen kan orsaka och hur man kan åtgärda dem. Kliniken har en mängd teknisk apparatur som kan vara till hjälp, bl a så jobbar de mycket med olika frekvensterapier och termografi.

Dessa föredrag lockade stor publik, vilket vi förstår tycker är mycket roligt!

VÄND

Vi fortsätter vårt arbete med att hitta intressanta föredragshållare. Till hösten kommer osteopat Björn Anderlund, IT-konsult Gudrun Wettermark och rektorn för Nordiskt Näringscenter Bo Engborg. Boka 17 september, 15 oktober och 12 november i din kalender. Lokalen blir Karl Johan som är begränsad till 30 pers, så det är ”först till kvarn” som gäller. Därför är anmälning viktig, så att vi har koll på det. Men i november har vi Bo Engborg i en lokal som tar 150 pers! Se vidare de separata annonsbladen om dessa föreläsningar.

Vi fortsätter även med ”öppet hus” i form av fikaträffar, där vi kan träffas för samtal om tandhälsa. Dessa är förlagda till Dalheimers hus *Restaurang Fritz*. Vi träffas där och *Tf bjuder er på fika*. Fikaträffarna är *första torsdagen i månaden kl 17 - 19 i september, oktober och november, dvs 5 september, 3 oktober och 7 november*. Om intresse finns så bestämmer vi att ses oftare - men åtminstone dessa datum är det alltid någon där.

Promenader i Botaniska trädgården är oorganiserat. Men en så viktig Tf-tradition för hälsan behöver hållas vid liv! En kontaktperson för promenaderna behövs. Promenaderna står kvar för dem som behöver komma ut. Sätt upp en målsättning att komma fredagar klockan 13.00 vid tjänlig väderlek. Kom till tegelbyggnaden till vänster innanför grindarna!

Vi har ett tråkigt besked. Styrelsens suppleant Boris Dragin har dessvärre gått bort. Han var en mycket kunnig och uppskattad ”alternativläkare” som behandlade sina patienter med mycket ödmjukhet och respekt. Han höll ett uppskattat föredrag på riksstämman i Göteborg 2023 om olika terapi-gaser och ett föredrag hösten 2019 om egenvård för munhåla.

Ett par från styrelsen har varit på möten med Funktionsrätt Göteborg, för att träffa andra medlemsföreningar. Jag som är ordförande hade också ett möte med VGR via en videolänk.

Dalheimers hus har behov av renovering som planerats under en längre tid – nu blir den av! I december stängs huset och alla aktiviteter flyttas till fina lokaler på Kustgatan 10, inte så långt ifrån Dalheimers hus. Där kommer vi att hålla till under renoveringen i några år.

Vi ses på våra intressanta föredrag och träffar till hösten!

Med varmaste hälsningar

Styrelsen för Tandhälsöförbundet i Göteborg och Bohuslän

Medlemsinformation

Anmälan till föredrag

Medlemmar går in gratis, 100 kr för icke-medlem. Vi tar Swish eller kontant på plats. Bli gärna medlem genom att betala 225 kr via hemsida <https://www.tf.nu/blimedlem>. Anmäl er gärna så vi kan beställa fika. Vegetariskt och glutenfri alternativ finns. Anmälan sker till inga.palsson@telia.com eller via tel 0733-690496.



Undvik tobak och kemiska dofter på våra möten. Ha mobilen helt avstängd!

Hållplast: Stig av på Chapmans torg **3 9** eller Mariaplan **9 11** Gå till Slottskogsgatan 12

Upplysningar

- Påminnelser och medlemsbrev kan fås via epost, meddela er specifika önskan.
- Motion beslutas på årsmöte och inlämnas senast 15 januari nästa år (stadgar §10:3)
- Du kan nominera en kandidat eller dig själv till suppleant eller valberedningen, via epost eller på årsmöte. Sedan avancera till sekreterare, kassör eller ordförande.
- Distriktets hemsida är <http://tf-gbg.se> eller <http://www.tf.nu/distrikt/distrikt-o>

Ett stort tack för ditt medlemskap!

Vi uppmuntrar till engagemang genom varierande uppgifter.

Tillsammans skapar vi en mer medlemsdriven förening, där varje bidrag uppskattas.

Vi stärker dina möjligheter att påverka och ger verktygen att nå gemensamma mål.

Vill du bidra? Kontakta oss om du vill medverka i något av nedanstående förslag.

Informera

- Tipsa om föredragshållare (ge oss kontaktuppgift och gärna rubrik och en kort beskrivning)
- Hjälp till med marknadsföring av TF (Tf bekostar fungerande reklam)
- Lägg Tf-artiklar i sociala medier (facebook, telegram, instagram)

Evenemang

- Ordna caféträffar för dialog och diskussion
- Starta en TF-cirkel eller annan träff
- Samla oss till promenader på Botan.

Administration

- Bli kontaktperson för föredrag, boka lokal och föredragshållare från en lista som vi har.
- Sköta mail och påminnelsemail inför föredrag.
- Bli stödperson för rådgivning och besvara frågor inom tandhälsa, gärna tandläkarkontakter
- Kontakt med FRG, VGR, och det politiska
- Engagera dig som ombud i vårt kontaktnätverk mellan olika distrikt, forskare och experter som bidrar med kunskaper
- Sköta hemsidan, det tekniska och filma

Ta kontakt: goteborg@tf.nu



Tandhälsöförbundet i O distrikt
Drottning Kristinas Väg 79, 542 44 Mariestad
E-post: goteborg@tf.nu www.tf-gbg.se



Org. nr: 85 72 07 - 2737
Plusgiro: 67 78 02 – 1
Telefon: 076 – 005 49 48

Program för Tandhälsöförbundet i Göteborg hösten 2024:

**Tisdag 17 september klockan
18.00-20.00 – Björn Anderlund**

***Ljus med rätt våglängd
minskar inflammatoriska
processer, sett ur ett
osteopatiskt perspektiv.***



Media informerar oss ständigt om vad solen kan ställa till med: solskador, cancer, rynkig hy mm mm. Vi vet att man ska akta sig för solen och att den kan vara farlig. Men – finns det nackdelar med att sky solen och aldrig exponera sig för solljus? Faktum är att det finns forskning som larmar om att vår brist på solande är ett stort hälsoproblem. Men vad ska man göra i ett solfattigt land som Sverige? Kan rött ljus vara lösningen?

Björn Anderlund kommer att se på kroppen ur ett helhetsperspektiv, sett med osteopatens ögon. Det kommer bland annat handla om rödligt ljus och nära infrarött ljus, hur det påverkar kroppens läkande förmåga av inflammationer och även generens förmåga att antingen vara på eller av. Det går att påverka enligt den senaste forskningen.

Det kommer att finnas tid för frågor om man verkligen vill ha bra svar går det fint att skicka frågor i förväg. På SMS 0700915440 eller på e-post, bjorn@anderlundsosteopati.se.

Hemsida www.anderlundsosteopati.se/

Osteopat Björn Anderlund på AO Osteopati, redogör för hur rödlijusterapi kan påverka hela kroppen.

Lokal Karl Johan i Dalheimers hus

För anmälan se **Medlemsinformation**. **Begränsat antal platser!**



**Tisdag 15 oktober klockan
18.00-20.00 – Gudrun
Wettermark**

***Frisk ifrån migrän, binjure- och
sköldkörtelproblem – med
hjälp av alternativa metoder.***



På 1990-talet besökte Gudrun ett föredrag om amalgamskador, arrangerat av Tandvårdsskadeförbundet (som det hette då), och blev inspirerad till att göra amalgamsanering för att minska på hennes stora problem med migrän – ingen trodde på att det kunde hjälpa henne.

Erfarenheten gjorde henne intresserad av att studera alternativa behandlingar i stället för den traditionella sjukvården. Hon kallar sig själv för en ”varförmänniska”! För att svara på varförfrågor fordras att man analyserar orsaker till händelser och problem. Det gjorde hon när hon fick diagnosen Hashimotos – en sköldkörtelsjukdom – som hon blev felbehandlad för i sjukvården.

Gudrun berättar om sin egen resa från att vara felbehandlad i sjukvården till att hitta andra lösningar och tillfriskna. Hon tar bl. a. upp följande viktiga delar för att hitta vägen till en bättre hälsa:

- Analyser och laborativvärden av intresse
- Kostförändringar
- Kosttillskott
- Stress och strålning

Gudrun Wettermark har jobbat som IT-konsult – där lär man sig analysera problem – vilket var till stor glädje när hon skulle lösa sina egna hälsoproblem!

Lokal Karl Johan i Dalheimers hus.

För anmälan se **Medlemsinformation.** **Begränsat antal platser!**



**Tisdag 12 november klockan
18.00-20.00 – Bo Engborg**

***Hjärthälsa ur ett holistiskt
perspektiv.***



En föreläsning om hjärthälsa ur ett holistiskt perspektiv. Det blir ett bra tillfälle att få förståelse för hjärta, blodkärl och vanliga hjärtsjukdomar, utforska betydelsen av vilken kost som ger ett friskt hjärta och fördelarna med näringstillskott och örter som kan främja kardiovaskulärt välbefinnande.

Det blir också demonstration av arteriografi, ett effektivt sätt att upptäcka problem med hjärta och kärl. Det är en metod som borde finnas på varje vårdcentral. Idag används metoden mest inom forskning tack vare att den är både snabb och ger tillförlitliga resultat.

Föreläsare är Bo Engborg, rektor för Nordiskt Näringscenter och terapeut på Effektiv Friskvård. Han har använt arteriografi sedan 2012 och hjälpt många klienter till friskare hjärt- och kärlhälsa. Vi kommer att ta upp:

- Hjärtats anatomi och fysiologi.
- Förstå vikten av att upprätthålla ett friskt hjärta för allmänt välbefinnande.
- Vanliga hjärtsjukdomar.
- Sambandet mellan munhälsa och hjärtsjukdomar
- Utforska vanliga hjärtsjukdomar och deras orsaker.
- Kost och dryck som är bra för hälsan och enkla sätt att förbättra sina kostvanor.
- Vitaminer, mineraler, aminosyror och fetter som är bra för hälsan.
- Örter som kan användas för att främja hjärt-och kärlhälsa.
- Lär dig hur du använder dessa örter säkert och effektivt.

Föreläsningen är öppen för dig som är intresserad av att förbättra dina kunskaper om hjärthälsa och anta ett holistiskt förhållningssätt till välbefinnande.

Föredraget är ett samarbete med Nordiska föreningen för Naturlig Näring och Metabol Hälsa (NNMH).

Lokal Dalheimerssalen i Dalheimers Hus
Stor lokal med gott om platser!



NORDISKA FÖRENINGEN FÖR
**Naturlig Näring
& Metabol Hälsa**



För anmälan se **Medlemsinformation.**

Tisdag 17 september kl 18.00 - **Björn Anderlund**

*Ljus med rätt våglängd minskar inflammatoriska processer,
sett ur ett osteopatiskt perspektiv*



Osteopat Björn Anderlund på AO Osteopati, redogör för hur rödjusterapi kan påverka hela kroppen. **Lokal Karl Johan i Dalheimers hus**

Medlemmar går in gratis, 100 kr för icke-medlem.
Anmälan till inga.palsson@telia.com eller tel 0733-690496

Tisdag 15 oktober kl 18.00 – **Gudrun Wettermark**

*Frisk ifrån migrän, binjure- och sköldkörtelproblem
– med hjälp av alternativa metoder*



Gudrun Wettermark har jobbat som IT-konsult
Där lär man sig analysera problem, vilket var till stor glädje när hon skulle lösa sina hälsoproblem!

Lokal Karl Johan i Dalheimers hus.
Medlemmar går in gratis, 100 kr för icke-medlem.
Anmälan till inga.palsson@telia.com eller tel 0733-690496

Tisdag 12 november klockan 18.00 – **Bo Engborg**

Hjärthälsa ur ett holistiskt perspektiv.



En rektor för Nordiskt Näringscenter och terapeut på **Effektiv Friskvård** har använt arteriografi sedan 2012 och hjälpt många till friskare hjärt- och kärthälsa.

Föredraget är ett samarbete med NNMH

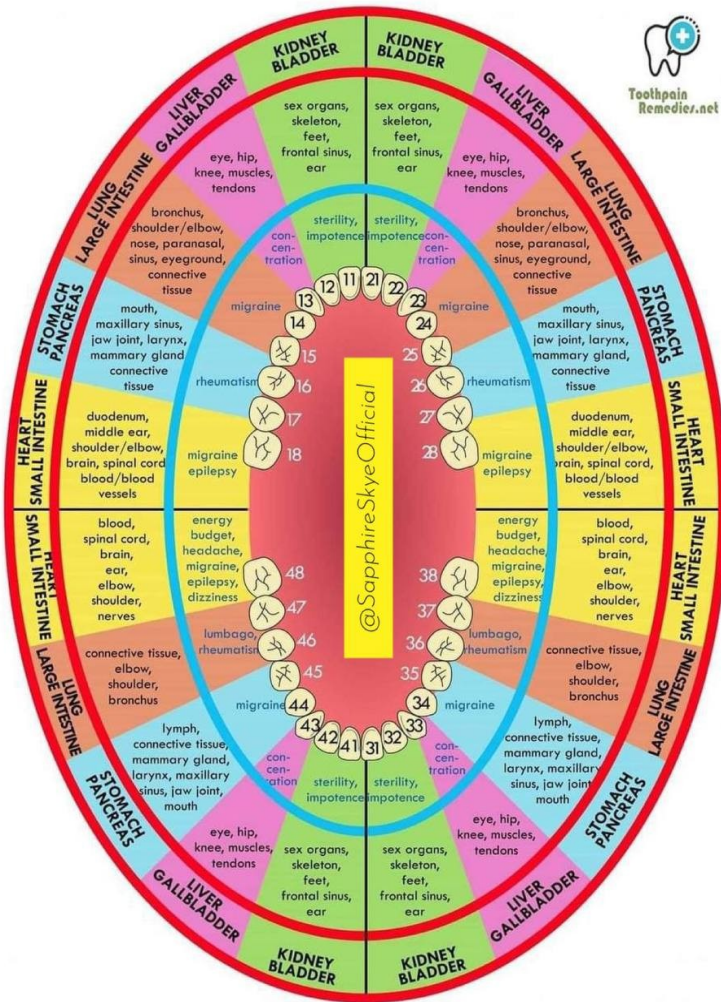
Lokal Dalheimerssalen i Dalheimers Hus
Medlemmar går in gratis, 100 kr för icke-medlem.
Anmälan till inga.palsson@telia.com eller tel 0733-690496



Flyers

Kopiera och sprid!

Lägg i väntrum, hållplats,
affischera, ha som komihåg
eller ge bort till vänner som
kan följa med på ett föredrag



www.toothpainremedies.net

Tändernas koppling till organsystemen

Teeth / Organ Relationship Chart

Teeth 1-16 (Upper Jaw):

- 1: Heart, Small Intestine, Endocrine, Pericardial
- 2: 2nd molar (vision)
- 3: 1st molar
- 4: 2nd molar (pre-molar)
- 5: 1st incisor (pre-molar)
- 6: Canine (cuspid)
- 7: 2nd incisor (pre-molar)
- 8: 1st incisor (pre-molar)
- 9: 2nd incisor (pre-molar)
- 10: 1st incisor (pre-molar)
- 11: Canine (cuspid)
- 12: 2nd incisor (pre-molar)
- 13: 1st incisor (pre-molar)
- 14: 2nd molar
- 15: 1st molar
- 16: 2nd molar (vision)

Teeth 17-32 (Lower Jaw):

- 17: Heart, Small Intestine, Endocrine, Pericardial
- 18: 2nd molar (vision)
- 19: 1st molar
- 20: 2nd molar (pre-molar)
- 21: 1st incisor (pre-molar)
- 22: Canine (cuspid)
- 23: 2nd incisor (pre-molar)
- 24: 1st incisor (pre-molar)
- 25: 2nd incisor (pre-molar)
- 26: 1st incisor (pre-molar)
- 27: 2nd incisor (pre-molar)
- 28: 1st incisor (pre-molar)
- 29: 2nd incisor (pre-molar)
- 30: 1st molar
- 31: 2nd molar
- 32: 2nd molar (vision)

Organs and Systems:

- Heart:** Heart, Small Intestine, Endocrine, Pericardial
- Lung:** Lung, Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Liver:** Liver, Gallbladder, Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Stomach:** Stomach, Pancreas, Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Small Intestine:** Small Intestine, Large Intestine, Heart
- Large Intestine:** Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Heart:** Heart, Small Intestine, Endocrine, Pericardial
- Lung:** Lung, Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Liver:** Liver, Gallbladder, Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Stomach:** Stomach, Pancreas, Large Intestine, Small Intestine, Heart
- Small Intestine:** Small Intestine, Large Intestine, Heart
- Large Intestine:** Large Intestine, Small Intestine, Heart

