

Srdečně Vás zveme na besedu s Veronikou Lindnerovou,  
terapeutem Tradiční čínské medicíny.

**středa**  
**20. května**  
**10-12**  
**hodin**

# LÉČIVÁ SÍLA BYLIN

Beseda bude o bylinách, které najdeme volně rostoucí v přírodě.  
U každé byliny si řekneme místo výskytu, dobu sběru a jakou část sbíráme.  
Probereme vlastnosti bylin, vztah k meridiánům, funkce a indikace.  
Součástí besedy budou recepty na běžná onemocnění.

- byliny v elementu jater: smetanka lékařská, třezalka tečkovaná, řebříček obecný
- byliny v elementu srdce: lípa velkolistá, jírovec maďal
- byliny v elementu sleziny: borůvka černá, jetel luční
- byliny v elementu plic: violka vonná, lípa velkolistá, divizna velkokvětá
- byliny v elementu ledvin: bříza bradavičnatá, přeslička rolní, kopřiva dvoudomá, hluchavka bílá

**TRADIČNÍ ČÍNSKÁ MEDICÍNA (TCM)** je souborné označení pro metody prevence, vyšetření i léčby, vycházející z tradičního čínského léčitelství. Na západě bývá zařazována do kategorie alternativní medicíny. Mezi metody léčby patří akupresura, akupunktura, masáže, změna stravy a životního stylu, podávání bylin (fytoterapie). Základními pojmy pohledu na tělo jako vysoce provázaného systému navzájem se široce ovlivňujících orgánů jsou energie čchi, principy Jin a Jang a učení o pěti prvcích, které nalzáme v čínské filosofii i v jiných tradičních čínských oborech. *Zdroj: Wikipedie*

Nabízíme výtvarné, vzdělávací a sportovní aktivity. Pokud si z programu nevyberete, můžete si jen hrát v prostorné a bezpečně vybavené herně.

Najdete nás v budově lánské sokolovny na adrese  
Masarykovo náměstí 217, 270 61 Lány.

[www.naselany.cz](http://www.naselany.cz)

**DOMEČEK**   
klub pro rodiče a děti

Klub pro rodiče a děti – Domeček  
je přátelské místo pro celou rodinu.  
Slouží k setkávání a aktivnímu trávení  
volného času rodičů s dětmi.