


...mają rację! Tradycyjna medycyna chińska, podobnie jak tzw. babcine sposoby, opiera się na naturalnych metodach leczenia. Warto po nie sięgnąć, zanim konieczna będzie wizyta u lekarza i wypisanie recepty. Zadbajmy o zdrowy tryb życia - dobry sen, racjonalne odżywianie i redukcję stresu. W razie potrzeby wykorzystajmy moc ziół i stawiajmy bańki.

Takie m.in. rady usłyszeli w czwartek 16 października słuchacze zgromadzeni w Saloniku Literacko-Artystycznym. Prelekcję „Dlaczego dziecko choruje i jak budować odporność?” wygłosiła doktor nauk biologicznych Beata Pieczyńska, członkini Polskiego Towarzystwa Tradycyjnej Medycyny Chińskiej.

Współorganizatorem spotkania, razem z naszą Biblioteką, było Stowarzyszenie na Rzecz Zdrowego Stylu Życia Twoja Moc.

{webgallery} {/webgallery}