

**Rodinné centrum MACEŠKA Vás srdečně zve na
sérii prožitkových workshopů
nejen pro osoby pečující**

Jak s jídlem doplnit ledviny, pramen našeho života

Povídání, jak si jídlem, bylinami a
zábalami můžeme pomoci, abychom nebyli
stále nemocní, unavení a vyčerpaní.
Ledviny a močový měchýř patří podle
TČM k elementu vody, kdy je pro nás
taky důležité zpomalení, ztišení
a propuštění toho, co už nám neslouží.
*Ochutnáme i polévku na posílení ledvin a
pokud dovolí čas, můžeme vyzkoušet i
závorové zábalení. Chybět určitě nebude
některý z čajů od Renatky Jahodové.*



Workshopy vede:

Lenka Mrkvičková, celostní výživový průvodce

Rodinné centrum Maceška Znojmo (za Billou)

v úterý 15.11.2022, od 18:00 do 19:30

Vstupné: 250 Kč

Přihlášky a dotazy u Lenky Mrkvičkové - 724116187

Přihlášení je platné po uhrazení vstupného do 11.11.2022

na účet Rodinného centra Maceška - 195701666/0300

(do zprávy uveďte datum workshopu a Vaše jméno)