

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

Jak s jídlem posílit imunitu plic a tlustého střeva

Povídání o tom, jak na podzim
s kvalitními potravinami posílit naše
plíce, tlusté střevo a imunitní
systém, který podle TČM patří k
elementu Kovu.

Které potraviny vynechat a jaké
potraviny a bylinky podpoří naši
imunitu.

*Povídání bude opět propojené s
ochutnávkou teplého jídla a
výborného čaje od Renatky
Jahodové.*



Workshopy vede:

Lenka Mrkvičková, celostní výživový průvodce

Rodinné centrum Maceška Znojmo (za Billou)

v úterý 18.10.2022, od 18:00 do 19:30

Vstupné: 250 Kč

Přihlášky a dotazy u Lenky Mrkvičkové - 724116187

Přihlášení je platné po uhrazení vstupného do 14.10.2022

na účet Rodinného centra Maceška - 195701666/0300

(do zprávy uveďte datum workshopu a Vaše jméno)