

BYLINKY NA PODPORU IMUNITY - DISKUSNÍ SEMINÁŘ PRO ŽÁKY

Začátek školy a nástup podzimu je často spojen s oslabenou imunitou a dýchacími onemocněními dětí. Bylinné čaje jsou bezpečnou a zdravou alternativou jak pro děti, tak i jejich rodiče.

Co se dozvíte:

- Proč jsou bylinky lepší než prášky.
- Které bylinky a jejich kombinace jsou vhodné na podporu imunity, a nebo např. na kašel.
- Odnese si recepty na 2 - 3 čaje.

Kromě toho:

- Přivoníte si k bylinkám, které jsou obsažené v čajích.
- Větší a zkušenější děti si čaj samy připraví.
- Některý z léčebných čajů ochutnáte.
- Část semináře věnujeme diskusi s dětmi o tom, co dělají ony nebo jejich rodiče proto, aby nenastydli nebo na podzim neonemcněli. A co dělají, když už jsou nemocní.
- Doplněno bude tipy a odborným komentářem lektorky k prezentovaným postupům.

Organizace:

Pořádá:	Česká naturopatická společnost ve spolupráci s programem Skutečně zdravá škola
Vhodné pro:	První stupeň ZŠ. Součástí semináře bude diskuse, doporučujeme rozdělit žáky do skupin podle věku.
Roční období:	podzim – zima
Doba trvání:	45 min
Vhodné prostory:	učebna, školní jídelna
Počet osob:	15 - 25

Pozn.: Tento seminář lze připravit i pro rodiče.