

**Winter-Blues ade! Willkommen Frühling und Lebenslust!  
Fit ins Frühjahr mit der TCM**

Die Tage werden länger und damit in uns auch das Bedürfnis wieder aktiv zu sein:  
Der Frühjahrsputz, das Entrümpeln oder auch die Lust am Sport.  
Nicht bei Ihnen? Auf Winterdepression folgt die Frühjahrsmüdigkeit?  
Dann schauen Sie vorbei.



Wo: Bürgerhaus Lauchhau-Lauchäcker, Meluner Str. 12, 70569 Stuttgart  
Wann: Donnerstag, 22.2.2018, 19.30 – ca. 21.30 Uhr  
Kosten: Spende

Wir wollen an dem Abend folgendes besprechen:

- Warum kommt es im Frühjahr zu diesem Aufschwung oder warum verfällt man in die Frühjahrsmüdigkeit?
- Was hilft gegen die Frühjahrsmüdigkeit um sich fit und gesund zu fühlen?

Um diese Frage zu beantworten werfen wir einen Blick in die Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und in die Blut- und Qi-Produktion. Diese gibt uns anhand eines einfachen Modells Erklärungsansätze und bietet zahlreiche Handlungsmöglichkeiten.

Ich freue mich auf Sie!  
Ying Mou Hölting



70569 Stuttgart - Meluner Str.12  
Tel.: 0711 - 231 18 12  
e-mail: buergerhaus@lauchaecker.de