



## **Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)**

› Mein Wunschgewicht.

Wege zu einer nachhaltigen  
Balance ‹

stratum lounge | 14.08. um 19 Uhr



## Wie im Blumenbeet

TCM versteht Übergewicht als ein Zuviel an Feuchtigkeit und Schleim im Körper. Der Zustand sei vergleichbar einem Blumenbeet, das ständig gegossen und gedüngt wird und in dem das Wasser nicht richtig abfließen kann. Die überdüngte Erde wird matschig und beginnt zu schimmeln. In ähnlicher Weise kann unser Körper „versumpfen“.

### Zum Hintergrund

**Dr. Andrea Hellwig** ist Gastprofessorin an der TCM-Universität Chengdu, China. Sie führt als Heilpraktikerin eine eigene Praxis für Chinesische Medizin. Seit 2014 leitet sie AGTCM, einen der wichtigsten Fachverbände für Chinesische Medizin in Deutschland.

## 5 Muster: Übergewicht ist nicht gleich Übergewicht

„Die chinesische Medizin unterscheidet fünf Muster, die bei Übergewicht häufig zu beobachten sind: Milz-*Qi*-Schwäche mit Feuchtigkeit, Magen-Hitze mit Feuchtigkeit, Leber-*Qi*-Stauung, Milz- und Nieren-Schwäche und *Yin*-Mangel mit innerer Hitze. Abhängig von den jeweiligen Beschwerden werden Menschen mit Übergewicht entweder einem bestimmten Mangel-Typ oder einem bestimmten Fülle-Typ zugeordnet.“

Neu im  
oekom verlag



Hier geht's zur Website der AGTCM:

<https://www.agtcm.de/index.htm>



Wir empfehlen Ihnen:  
Melden Sie sich rechtzeitig an!

Wir haben nur eine begrenzte Platzanzahl.



## Anmeldung

[www.stratum-consult.de/events](http://www.stratum-consult.de/events)

[info@stratum-consult.de](mailto:info@stratum-consult.de)

## Veranstaltungszeit

Einlass ab 18:30 Uhr

Beginn 19:00 Uhr

## Veranstaltungsort

stratum lounge

Boxhagener Str. 16

Alte Pianofabrik

10245 Berlin-Friedrichshain

Vorname

Name

Institution

PLZ & Ort

E-Mail



Ich melde mich verbindlich zur Lesung an!

# 養生

Die Autorin signiert für Sie  
gern Ihr persönliches  
Exemplar von

**Wunschgewicht - Gesund leben  
mit Chinesischer Medizin** 

 Denken Sie daran, für das Buch 17,00 Euro dabei zu haben...