

Jubileuszowe 50. Targi „Blżej zdrowia, bliżej natury”

PLAN WARSZTATÓW

SOBOTA 21.03.2020 SALA NUMER 1



10.00 - 13.00

Tomasz Niemczyk: „Nadczynność tarczycy.”

Czy wiesz jakie są objawy nadczynności tarczycy? Czy dokucza Ci nadwrażliwość na ciepło rozdrażnienie i osłabienie? Czy zdrażają Ci się niekontrolowane wybuchy złości? Masz problemy skórne, włosy i paznokcie są w kiepskiej kondycji? Czujesz dyskomfort ze strony układu pokarmowego? Czy problemy zdrowotne mają źródło w przekonaniach tkwiących w naszej podświadomości? **Czy wiesz że choroba tarczycy jest zaburzeniem struktury i funkcji ciała, do których dochodzi w wyniku patologicznej informacji, na przykład przez negatywne myśli, emocje, przekonania, nastawienie do życia?** Ten warsztat wyjaśni Ci jakie czynniki wynikające z psychiki, dysfunkcji mięśni i braku odpowiedniej diety wpływają na nadczynność tarczycy. Pozwoli Ci wyzbyć się wszystkich dolegliwości wynikających z nadczynności tarczycy. Uświadomi Ci że masz wpływ na to co myślisz a zatem jaka będzie Twoja przyszłość. Każdy uczestnik otrzyma informację i skrypty jak zmienić myśli by nie wpływały na podświadomość. Otrzyma wskazówki ćwiczeń oraz odżywiania, które pomogą eliminować całkowicie nadczynność tarczycy. Cena 250 zł.

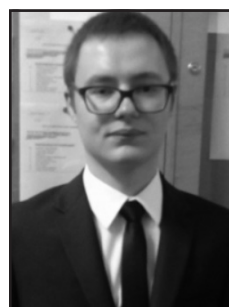


13.55- 16.40

Biolit Prof. Waletntyna Nikolaiewna Burkowa „Zastosowanie adaptogenów w profilaktyce zdrowotnej w kompleksowej terapii stanów zapalnych.”

Profesor Walentyna Nikolaiewna Burkowa - generalny dyrektor Instytutu Naukowo-Badawczego Biolit z Tomka RF, - doktor nauk chemicznych, profesor zwyczajny Rosyjskiej Akademii Nauk Przyrodniczych i Członek Komitetu Ekspertyz Efektywności Produktów Zdrowotnych i Technologii Biomedycznej Rady Naukowej Rosyjskiej Akademii Nauk. Jest autorem ponad 100 prac naukowych,

2 monografii, współautorem 11 patentów (m.in. unikalnej technologii wytwarzania wodnych ekstraktów roślinnych) i 24 receptur leczniczych fitofarmaceutyków. Laureat licznych nagród w tym ArchiMed 2002r. za opracowanie programu profilaktycznej i rekonstrukcyjnej medycyny na bazie preparatów naturalnych produkowanych na ekologicznie czystym Ałtaju. **Omówienie ważności problematyki zewnątrztrawobowych przepływów żółciowych i wpływ na profilaktykę stanów zapalnych. Autorskie programy fitosanacji i fitoptymizacji na bazie wodnych wyciągów ziół adaptogennych.** Czym są i jak ważne innowacje wnoszą do dzisiejszej rzeczywistości opracowane przez rosyjskich naukowców autorskie programy fitosanacji i fitoptymizacji w praktyce lekarskiej medycyny spersonalizowanej. Przedstawienie bibliografii substancji czynnych z ziół adaptogennych i gotowych rozwiązań fitoterapeutycznych w zastosowaniu w istniejącej kompleksowej terapii przy stanach zapalnych z dokładnym omówieniem programów. Cena 250zł (Certyfikat dla specjalistów).



16.40-18.40

Instytut Zielaństwa Polskiego mgr inż Bartłomiej Byczkiewicz – „Klasyczne mieszanki ziołowe - terapie skuteczne, proste i tanie”.

Z każdym rokiem przybywa osób zainteresowanych naturalnymi metodami profilaktyki i leczenia chorób – zarówno tych prozaicznych, jak i bardziej poważnych. Dzięki dobrze zaopatrzonemu sklepowi zielarskiemu i własnym zbiorom, możemy zgromadzić pokaźną ilość surowców zielarskich. Jednak wciąż wielkim problemem jest ich odpowiednie dopasowanie tak, aby uzyskać jak najlepszy efekt terapeutyczny. Dlatego warto sięgnąć do dawnych źródeł – **klasyczne receptury na ziółka** są efektywne, tanie i bardzo skuteczne. Podczas warsztatów uzyskają Państwo podstawę i zaawansowaną wiedzę na temat sporządzania mieszanek ziołowych, ich właściwego komponowania oraz przygotowania do użycia. Ponadto przyrządzą Państwo samodzielnie (pod nadzorem specjalisty) **kilka kompozycji z okresu przedwojennego** – między innymi ziółka przeciwozapalne, na przeziębienie oraz moczoopędne.

SOBOTA 21.03.2020 SALA NUMER 2



10.30 - 13.20

Marzena Wojtkowiak „Zrób sam ekskluzywne żywe kremy o działaniu leczniczym”. Naturalne samodzielne kosmetyki. Dziennikarz z zawodu, zielarz z powołania. Pasjonatka naturalnych produktów bez chemii. Komponuje ziołowe zestawy kosmetyczne i maści dla osób w każdym wieku. Wspiera i popularyzuje zdrowy styl życia, już wkrótce będzie można ją zobaczyć na kanale, „Ziołowa TV”. Wspólnie z Marzeną stworzycie od podstaw żywe kremy i zabierzecie je w prezencie do domu wraz z recepturą, którą możecie modyfikować w zależności od potrzeb. **Krem do skóry dojrzałej** na bazie wysokiej jakości produktów m.in: mleko wielbłądziej, mikronizowane perły, czarny kawior, masła amazońskie, ekstrakty z roślin z czystych terenów Ałtaju. Lekki krem na noc z olejem ica inchi, olejem z opuncją figową, pączkami lipy, proteinami jedwabiu i innymi cennymi wyciągami z roślin z Ałtaju. Maść z pyłkiem widłaka, z wyciągiem Eplir ze ziół huminowych jezior syberyjskich. Serum pod oczy ze złotem. Naturalny antyperspirant. W czasie warsztatów otrzymacie niespodziankę jubileuszową. Warsztaty z Marzeną to uczta wszystkich zmysłów i żywe Spa dla waszej skóry. Cena 250 zł.



13.30 – 16.30

Ewa Gryt „Jakie mało znane czynniki znacząco obniżają samoczynne procesy zdrowienia i co z tym wspólnego mają konopie? BIOHAKING i jak praktycznie go zastosować”.

Czynniki środowiskowe mające **WIĘKSZY WPŁYW** na nasze zdrowie niż DIETA. Czym są i jak w praktyce zastosować **BIOHAKING**: - rytm dobowy; - wpływ światła słonecznego, a hormony dzień/noc; - jak działają mitochondria – czyli skąd tak na-

prawdę mamy **ENERGIĘ**; - biofotony zawarte w pożywieniu; - sztuczne pole **ELEKTROMAGNETYCZNE**; - czym grozi nam nadmiar niebieskiego **ŚWIATŁA**; - wpływ temperatury otoczenia, a nasze haplotypy; - czym jest autofagia i o co chodzi z postami; **SHINRIN YOKU** – wyniki badań Instytutu Medycyny Leśnej; - brak uziemienia. Emocje, a nasza świadomość Praw Naturalnych: - czym jest **MAPA ŚWIADOMOŚCI** dr Hawkinsa; - pojęcie prawdy, a świat wirtualny w naszych umysłach. Homeostaza, układ endokannabinoidowy i konopie... czy roślina na dzisiejsze czasy? – prawidłowe dawkowanie sukcesem terapii. Ewa Melania Gryt jest jedną z pionerek biznesu konopnego w Polsce, którym zajmuje się od ponad 20 lat. Ukończyła krakowski Uniwersytet Rolniczy, z powołania Naturopata. W latach 2011-2015 wraz z zespołem badawczym opracowała autorską technologię do bezodpadowej produkcji celulozy konopnej na cele papiernicze. W ramach spółki General Hemp Marketing założyła pierwszy w Polsce sklep i hurtownię internetową z produktami z konopi siewnych - DobreKonopie.pl. Misją firmy jest zagospodarowanie wszystkich części rośliny, od ziarna po słomę, a tym samym pokazanie potencjału prozdrowotnego, ekologicznego i ochronnego dla człowieka i jego środowiska naturalnego. Cena 100zł.



16.30- 19.00 (GOŚĆ SPECJALNY)

Artem Michailowicz Ignatienko z Ałtaju: „Zdrowie – Potęga Korzeni Rodowych”.

Przekaz z tradycji przodków, utrzymanie zdrowia rodziny w kontekście korzeni rodowych cz. 1. **Indywidualne konsultacje.** Etnograf, naukowiec, biały szaman z Ałtaju. Inicjator powstania i rejestracji w dystrykcie Bijsk organizacji publicznej „Związek Kultur Narodowych Ałtaju”. Współautor prestiżowego w Rosji projektu „Legends and stories of Ałtaju”, realizowanego dzięki wsparciu gubernatora okręgu Ałtaju A.B. Karlina, jak również twórcą m.in. parku etnokulturowego „Legenda”, muzeum-panoramy „Ałtaj. Historia Rosji”. Cena 150 zł.

NIEDZIELA 22.03.2020 SALA NUMER 1



10.00 - 12.30

Instytut Zielarstwa Polskiego mgr Natalia Dąbrowska „Słodzutkie i zdrowe” - Słodycze bez cukru, glutenu i nabiału - za to z jadalnymi kwiatami.

To warsztaty dedykowane tym, którzy nie wyobrażają sobie życia bez słodyczy oraz chcą ograniczyć spożycie glutenu i cukru w codziennej diecie. Na warsztacie dowiecie się jak tworzyć przepyszne desery wypełnione składnikami odżywczymi i dobrymi kaloriami. Przygotujemy słodkości bazujące na owocach i warzywach, orzechach, miodzie, ksylitolu i cukrze kokosowym, zdrowych tłuszczach, kaszach i mlekach roślinnych. Rozbudzimy wyobraźnię, zdradzimy techniki i podpowiemy jak wprowadzić zdrowe nawyki żywieniowe, nie rezygnując przy tym z przyjemności. Podczas warsztatów wspólnie przygotujemy: 2 wegańskie ciasta: snickers na bazie kaszy jaglanej wegański „sernik” mango mango oraz: deser w słoiku: tapiokę na mleku roślinnym z owocami batony orzechowe Wszystko bez cukru, glutenu i nabiału. Koszt warsztatów: 200 zł



12.40 - 15.40

Piotr Rzetecki „Jak pomóc sobie i innym w doległościach kręgosłupa i stawów?”

Podczas warsztatów zaprezentowane zostaną zajęcia praktyczne z uwzględnieniem technik manualnych - manipulacje i mobilizacje oraz specjalistycznych form masażu. Przedstawione zostaną

ćwiczenia lecznicze dla kręgosłupa i stawów ściśle określone i dobierane do dolegliwości kręgosłupa. Przedstawione techniki stosowane w praktyce manualnej stosowane są przy najczęściej spotykanych dysfunkcjach dotyczących odcinka lędźwiowego, przy którym umiejscawiają się dolegliwości jak: rwa udowa, rwa kulszowa, bóle odcinka szyjnego, a w tym rwa barkowa, ramienna, drętwienie, zaburzenie czucia i słabość w dłoniach. Oddzielnie zostaną omówione zagadnienia związane z bólem kolan i barków. W prezentowanym warsztacie profilaktyki zdrowotnej i istniejących zaburzeniach układu kostno-stawowego wykorzystane zostaną techniki japońskiej terapii manualnej i techniki terapii powięziowej. Można uniknąć wielu niepotrzebnych operacji, jeśli wiesz, jak prawidłowo postępować. Cena warsztatów: 200 zł.



16.00 - 18.00

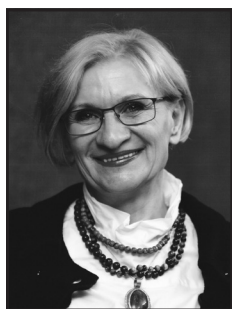
Instytut Zielarstwa Polskiego Łukasz Kopec - rehabilitant „Praca z ciałem i umysłem - podstawy refleksologii i akupresury”. Instruktor spa & wellness oraz nauczyciel Radža Jogi. Prowadzi kursy i szkolenia w dziedzinie refleksologii oraz technik masażu orientalnych. Od ponad 10 lat praktykuje jako terapeuta łącząc element fizyczny z duchowym. Najważniejszym celem w pracy z klientem jest zachowanie właściwej równowagi pomiędzy ciałem, umysłem i duszą. Cena: 200 zł

NIEDZIELA 22.03.2020 SALA NUMER 2



10.00-12.00 (GOŚĆ SPECJALNY)

Artiom Michajłowicz Ignatienko z Altaju „Zdrowie – Potęga Korzeni Rodowych”. Przekaz z tradycji przodków, utrzymanie zdrowia rodziny w kontekście korzeni rodowych cz. 2. Indywidualne konsultacje. Etnograf, naukowiec, biały szaman z Altaju. Inicjator powstania i rejestracji w dystrykcie Bijsk organizacji publicznej „Związek Kultur Narodowych Altaju”. Współautor prestiżowego w Rosji projektu „Legenda i opowieści z Altaju”, realizowanego dzięki wsparciu gubernatora okręgu Altaju A.B. Karlina, jak również twórcą m.in. parku etnokulturowego „Legenda”, muzeum-panoramy „Altaj. Historia Rosji”. Cena 150 zł.



13.30 - 16.30

Dorota Pachnik

„Dziedziczenie programów rodowych”.

Zapraszam niezależnie od wieku na warsztaty poświęcone EPIGENETYCE - czyli dziedziczeniu emocji i przekonani Rodu. Epigenetyka to nauka o dziedziczeniu emocji Rodu, które to pozwoliły przetrwać ich członkom. Jeśli czujesz, że nie masz odwagi być i wyrażać siebie, to te warsztaty pokażą Ci, który z progra-

mów realizujesz. Dadzą Ci narzędzia do rozpoznania i przetransformowania. Dostaniesz klucz do zmiany Przekonań Rodu, które to nie są Twoimi przekonaniem i programami. Zostałeś tylko w nie wyposażony przez swój Ród, aby przeżyć. To, co było dobre i konieczne dwa pokolenia wstecz, u naszych dziadków - wojna, strach, ucieczka, głód, bunt - na ten moment nie mają racji bytu. Programy natomiast pozostały i my jako kolejne pokolenie je realizujemy. Nieuświadomione, zakopane w podświadomości, niewypowiedziane, bo to tajemnica, nie pozwalają nam żyć i cieszyć się z każdego dnia. Cena 150 zł.



16.30 - 18.30

Instytut Zielarstwa Polskiego dr Radosław Pawłowski - warsztaty kosmetyczne na bazie witamin liposomalnych (krem z wykorzystaniem liposomalnej witaminy C). Uczestnicy warsztatu zostaną zapoznani z metodami chemicznej syntezy różnych form witaminy C. Po wstępie teoretycznym uczestnicy warsztatów będą mieli możliwość opracowania własnej receptury kremu z bazowym wykorzystaniem liposomalnej formy witaminy C oraz praktycznym jej wykonaniu pod okiem prowadzącego warsztaty, który zapozna uczestników z podstawowymi regułami wytwarzania kremów. Każdy z uczestników wykona dwie formy emulsyjne po 50 ml oraz zabierze je ze sobą. Cena: 200 zł

NOWOŚĆ - PANEL BRANŻOWY

Po raz pierwszy wprowadzamy PANEL BRANŻOWY, który jest dedykowany wystawcom i zainteresowanym gościom, odbywa się w sobotę 21. 03. 2020 na wydzielonej przestrzeni hali wystawowej.

10.30 - 15.00

Agenda panelu branżowego, sprofilowanego.

10.30 - 11.30 mgr Janusz Helbin, doradca ds. bezpieczeństwa żywienia i żywności „Postępowanie związane ze znakowaniem produktów prozdrowotnych głównie suplementów diety; omówienie oświadczeń zdrowotnych, składników botanicznych, witamin oraz minerałów”.

Dyskusja. Pytania do specjalistów.

11.45 - 12.15 Izba Rzemieśnicza oraz Małej i Średniej Przedsiębiorczości w

Katowicach „Ochrona środowiska i zdrowa żywność na tle zawodów rzemieślniczych”. Dyskusja. Pytania do specjalistów.

12.30 - 13.00

Veriori S.A. Prelegent Artur Szachno „Wykorzystanie systemu zabezpieczenia i weryfikacji autentyczności produktów (Veriori Authentication System) do wzmocnienia marki poprzez podniesienie świadomości oraz aktywności konsumentów”. Dyskusja. Pytania do specjalistów.

14.10 - 15.00

mgr Joanna Nestorowicz-Kiegiel, Dyrektor Naczelny Instytutu Zielarstwa Polskiego i Terapii Naturalnych s.c. „Uwarunkowania prawne w zakresie kształcenia w zawodach związanych z zielarstwem”. Dyskusja. Pytania do specjalistów. Zakończenie panelu branżowego.