

由中国华文教育基金会支持，美中文化交流中心主办
北京海淀教师进修学院附属学校和波士顿剑桥中国文化中心协办

远程中文教师培训课程 2010 上半年远程中文教师培训课程第 4 讲

夏季养生保健及中医养生座谈

主讲人简介：

张波，北京 306 医院中医科主任，主任医师。国家中医药管理局重点学科副主任；全国高健委名医名院发展委员会首席名中医专家；北京市朝阳区中中医专业委员会委员。完成课题多项，其中国家保健自然科学基金课题一项，北京市级课题两项，发表及出版多篇论文及专著。多次在北京电视台生活、社会健康大讲堂等栏目进行健康讲座。

张医师在中医辨证施治方面有独到之处。擅长中西医结合心脑血管疾病的诊治，并对糖尿病、甲亢、消化系统疾病、颈腰疾病、慢性痛痹性疾病、慢性疲劳综合征，及部分疑难杂症均有较仿佛的临川诊治经验。

讲座内容简介：

本次讲座从《黄帝内经》的理论高度谈起，简介夏季养生的原则及特点；从衣食住行诸多角度，提出养生保健的方式方法；从临床实践出发，对各类人群如何防病养生给出建议。并以互动的形式解答老师们提出的各种养生保健或防病治病等问题。

讲座时间：

美国波士顿时间：2010 年 6 月 18 日 星期五 20:00-22:00

北京时间：2010 年 6 月 19 日 星期六 8:00-10:00

费用：每人\$10

地点：剑桥中国文化中心

411 Waverley Oaks Rd. Suite 214 Waltham MA 02452

欢迎大家踊跃参加！有问题可洽：（781）788-8558