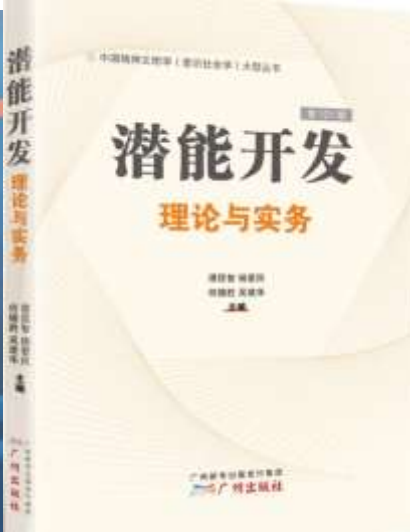


广州街坊荔湾论坛——健康人生·吴建华

追求健康是人类永恒的话题， 也是我退休十年做的最多最重要的事

- 开发生命潜能——学习践行中医药文化，做健康科普。
 - 1、学习编写教材；
 - 2、进学校、进社区做科普；
 - 3、以自身做研究，在实践中学习。



- 1、读书学做人
- 2、教书育人新人
- 3、写书拓潜能

人生七十年

- 1、看中医生
- 2、看中医书
- 3、开生命潜能

退休十年

大千世界，以人为本；
 人以健康为本，健康以预防为根，安不忘危，防范于未然！
 生命是个奇迹，也是奥秘，人体本身有着惊人的修复力，
 只要你给足原料——营养，就能恢复。
 各种疾病，从理论上讲有来路就应该有回路，没治好，可以说是因为没有帮它找到回去的路



三年回眸应笑慰——“中医文化与生命潜能开发”研究组总结

一、健康梦，中国梦（研究宗旨与活动形式）

研究小组自2015年7月组建开始学习研究。

我们是退休一族为主的群体，也有几个在在职的伙伴。我们大多数是从事教育工作的，我们知道：中小学生学习近视、脊柱变形、肥胖症等亚健康现象日益严重。重要原因是少儿与家长缺乏健康常识。这也是学校教育的短板。是否可以找到一条补救的途径？多年的经历、反复的筛选，我们还是选择了中华传统文化瑰宝——中医文化。

二、再做一个小学生

（一）读书学习，从看中医医生，到看中医书……

（二）先当白老鼠：学习普及宣传中医药文化，弘扬中华传统文化，不但要从理论提升自我，还需要大量实践。

我们把听到见到的有关调理身体的方法先后一一尝试：

1、在自己身上实验考证，探索生命潜能开发；效果良好就与好朋友分享；

2、“上山下乡”开展健康科普志愿服务：在服务实践中提升。

（三）拜师学习 三年来，我们先后到以下单位、地方参观学习

1、番禺养生协会学习培训； 2、惠州东江广雅学校； 3、广州荔湾协和幼儿园；

4、广州微生物研究所； 5、广西巴马博物馆、长寿村

三、亮剑大中小学校讲坛

中医药文化是老祖宗留给我们的宝贵财富，学习继承发展这个财富，需要全民族的努力，在研究活动中，我们积极选择了一些合作机构与实验推广单位（讲课、咨询、服务）老同志陈月明、潘铭灿与我们一样，学习、研讨、讲课。

1、中山大学新华学院，先后开了两次选修课，今年九月第三次；

2、广州美加幼儿园； 3、广州蓝天中学、广州海珠美术职业学校

4、广州黄埔科峻小学、新会会城天马小学、广东实验中学顺德附小

5、中山大学太虚拳协会； 6、三和养生、心社联谊

7、高州、台山、东莞，顺德、新会，广州荔湾海珠的琶洲、龙潭、聚龙等地学校社区

四、柳暗花明又一村

1、天时地利：三年来我们得到很多人帮助指导；政府也越来越重视，中医药文化课程进入了广东有三十所学校，广州市三十所学校。

2、初见成效：——三年学习、研究，我们进入了中医文化的大海，感受到她的博大精深，但仅仅是远航的开始，要到达彼岸，还要努力奋斗三年，十年，……希望有更多的人同舟共济，大家一起来更精彩！

潜专会第一届学术研究员



吴建华——守正创新，学习传承中医药文化，进学校、入社区，开发人的生命潜能；培养健康的孩子，建设健康家庭，创建大健康中国。

潜专会第二届学术研究员介绍



国医
大师
邓鉄涛

百岁
工程
总指导



百岁工程讲师团团长肖鑫和



潜专会创会会长陈月明团队拜访国医大师

大健康俱乐部

运动健身，康复理疗

规范的健身院、养生馆，专业人士指导训练；

心理辅导，行为矫正

专家辅导、实践体验、课程培训为你排忧解难；

自然养生，饮食调理

以中华医学为本，根据不同的身体素质指导养生；

特色调理，药物平衡

专业人士指导为你检查、评估、调理、跟踪服务；

修身养性，研学旅游

依据实际需要，选取合适的地方组织旅游、休养；

培训学习，观念更新

定期学习培训，人人成长为“健康管理行家”。

守正创新学习传承中医药文化

(一) 培养健康的孩子 (创建校园文化特色)

- 1、身体健康：树立健康意识，身体各项指标不断提升；(形神兼备)
- 2、心理健康：追求乐观向上，自信合群；(有精气神)
- 3、行为健康：学会选择健康生活方式，养成良好生活习惯。

(二) 建设健康的家庭 (创建文明社区)

- 1、健康意识：不断提升，崇尚并且追求“卫生、文明、健康”家风；
- 2、健康行为：逐步养成科学文明习惯；爱运动、讲环保，家人和睦，邻里和谐；
- 3、健康效果：少生病，身心健康，健康指标不断提升，幸福指数不断提高。

依靠政府，联合社会力量，为热爱生活，追求健康的人群
创造一个和谐、幸福、自由、高质量的生活平台……





中医药文化项目组到桂花岗社区活动



3★ 花都秀塘小学交流学习



12★ 中医药文化项目组到顺德实验小学活动



4★ 中医药文化进社区进校园



