



### **The people who share**

Partilha de recursos entre pessoas, intelectuais e físicos. Inclui partilha da criação, produção, distribuição, troca e consumo de bens ou serviços por arte de diferentes pessoas e ou organizações.

Sempre com base da sustentabilidade e equilíbrio entre todos os sistemas (relações humanas, meio envolvente, natureza, etc....)

### **Semana da Partilha Global**

Campanha que decorre ao longo desta semana, onde a organização de eventos dá a conhecer todos os parceiros envolvidos na partilha dos seus serviços/bens... isto é experienciar os benefícios da economia da partilha!

**“O mundo é melhor quando partilhamos juntos”**



### **Ananda Kalyani Master Unit**

É um Centro de Serviço Voluntário & Investigação Dinâmica. Uma solução sustentável saudável que traz à vida o sonho humano de viver em equilíbrio com nós mesmos, com os outros e com o ambiente, oferecendo um campo prático e seguro, onde todos podem expressar plenamente suas personalidades.

Desenvolvimento local com os ideais universais e pesquisa ativa, onde as componentes sociais, educacionais, ambientais, económicos, culturais e de serviços se reúnem para unir corpo, mente e espírito.

### **Com esta parceria pretendemos:**

-Dar a conhecer este projeto e partilhar todos os nossos recursos com os parceiros desta rede de partilha global, sempre numa perspetiva de sustentabilidade.

[www.anandakalyani.org](http://www.anandakalyani.org)



### **Rosmaninho**

-Tem uma ação anti-inflamatória e relaxante, antioxidante natural, tonificante, energético, estimulante do crescimento capilar, fortalecedor do

couro cabeludo, combatente da acne, da caspa seborreica e para cabelos oleosos;

-Indicada para limpar o fígado, no tratamento de bronquite e asma e enxaqueca; combate gases intestinais, catarro, dores reumáticas, gripe, tensão nervosa, tosse e atua no restabelecimento do fluxo menstrual.



### **Giesta**

-Tem propriedades diuréticas, eliminando a retenção de líquidos. Excelente alternativa para quem sofre com infecções urinárias; Por possuir esparteína combate doenças cardíacas.



### **Pinheiro**

-Tem uma ação antisséptica, antimicrobiana, broncodilatadora e expetorante;

-Útil no tratamento de afeções do aparelho respiratório, tosse com catarro, resfriado, sinusite, rouquidão e reumatismo.



### **Eucalipto**

-É um antisséptico; Previne o acontecimento de espasmos; Combate gripes e febres; asma, bronquite e nefrites, e o chá vai diminuindo a gangrena pulmonar; Aconselhado no tratamento de diabetes e reumatismo, nos males na bexiga, dor ciática.



### **Alecrim**

-Tem uma ação expetorante, antibacteriana, digestiva, diurética, reumatismal, antisséptica e adstringente.

-É usado no tratamento de depressão leve, fadiga, dor de cabeça, enxaqueca, má digestão, gases, tosse, sinusite, bronquite, problemas de concentração, fortalece a memória, gastrite e úlcera estomacal, artrite, artrose, reumatismo, cistite, menstruação irregular, cólica menstrual e tensão pré-menstrual (TPM).



### **Hipericão**

-Possui propriedades calmantes, antidiarreicas, anti-sépticas, adstringentes, vermífugas, antimicrobianas e sedativas;

-É indicado para o tratamento de situações de stress, depressão, ansiedade, lombrigas, bronquite, asma, problemas na vesícula biliar, gastrite, diarreia, hemorroidas, gota, dores musculares, reumatismo, eritemas e feridas.