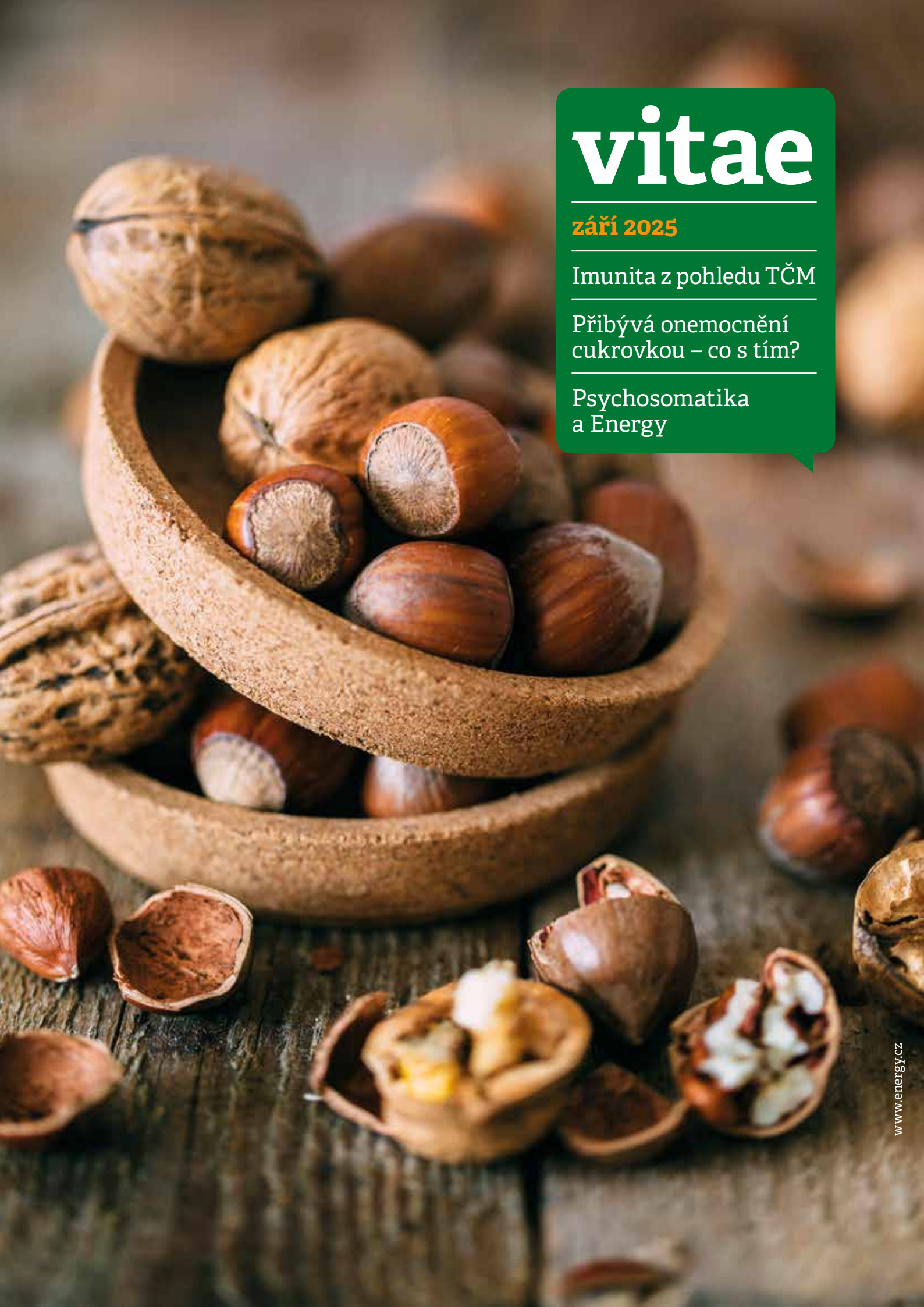




vitae

září 2025

Imunita z pohledu TČM

Přibývá onemocnění
cukrovkou – co s tím?

Psychosomatika
a Energy



Produkty měsíce září

Je tu čas babího léta, které nás, doufejme, přivítá ve své velkolepé nádhře! Pro někoho konec skvělých prázdnin a začátek povinností, pro jiné zas možná vysvobození od veder a neustálého vymýšlení, jak zabavit školou nepovinná dítě. Ufff... Ano, můžeme vydechnout a zase se zhluboka nadechnout, protože nám začíná nové období, ve znamení nových výzev a také péče o naše tělo.

V tomto čase bychom měli myslet na slezinu-slinivku a žaludek. A tak jim pomozme alespoň vhodnou stravou. Podle tradiční čínské medicíny nám kvůli oslabené slezině ubývá energie a můžeme mít tendenci přibírat. Slezinu potěší především vařená či dušená jídla. Pomůžou polévky, kompoty z právě dozrávajícího ovoce, zeleninové směsi (můžou být i s masem), rizota apod. Skvělá je dýně, červená řepa a kořenová zelenina. Jíst bychom měli nejpozději čtyři hodiny před spaním. Ráno zapomeňte na jogurty, nedej Bůh ještě ledové z lednice. Kaše Gaja je jak stvořená pro ranní start a dobré trávení. Snese ji úplně každý, i ten nejcitlivější jedinec. Zahřeje a posilní a přesně o to tu jde! Nezapomeňte si do ní přihodit mandle, semínka nebo ořechy a trochu bílkovin (například tvaroh). Tak nejvíce zasytí a vydržíte déle bez mlsání i hladu, navíc s dobrým pocitem v břiše. Věděli jste, že neustálé po jídle a mlsání slezinu akorát zatěžuje? Tak si naordinujte **Mycopan**, který posilní zmíněné orgány ve hmotě. Protože trávicí orgány potřebují zkrátka dobře trávit, což je alfa omega toho, jak se během dne cítíme a jakou máme energii. A k tomu si můžete dopřát dobrou kávu v podobě **Q! coffee**. Není to jen tak obyčejné kafe. Je vylepšené o extrakty z hub cordyceps a reishi. Toto spojení prodlužuje povzbuzující efekt, a dokonce napomáhá k odolnosti vůči stresu. Houby navíc snižují aciditu kávy, čímž chrání žaludek před podrážděním. Opečujme v září tedy svůj střed, zaslouží si to!

Ing. ŠTĚPÁNKA GRUBEROVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 9, září 2025.

Náklad 24 300 ks. Vychází 10x ročně, evidenční číslo MK ČR E 15476.

Šéfredaktorka: MUDr. Kateřina Himmelová (katerina.himmelova@energy.cz).

Obrazový editor: Jana Kuntová.

Foto: Shutterstock, Energy Czech Republic a.s.

Jazyková úprava: Mgr. Renáta Pražáková Pekařová.

Grafická úprava: Radical Design, s.r.o., Jan Urban, Zuzana Alešová.

Autoři článků vyjadřují své osobní názory, případně citují informace převzaté z jiných zdrojů, které mohou, ale nemusí být totožné s názory vedení společnosti nebo redakce.

Pomalu
končí léto

OBSAH

Editorial	04
Nabijte baterky a imunitu dřív, než to vypukne!	05
Imunosan v terapeutické praxi	06
O potřebě spánku	08
Cukrovka (diabetes mellitus)	10
Psychosomatika a Energy	12
Vaše zkušenosti s našimi produkty	13
Seriál pro ženy	14
Terapeutické metody	15
Co je komfortní zóna?	16
Univerzita Energy	17
Pentagram ve světě zvířat	19
Jídelníček z naší rovnoběžky	20
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24





EDITORIAL

AUTOSTOP

Dnešní příběh, o který se s vámi ráda podělím, je naší dcery Týnky. Stejně jako my s manželem miluje Norsko a vloni v září se do této krásné země rozhodla vydat s kamarádkou Adélkou – navštívit spolužačku studující na univerzitě poblíž hlavního města Oslo. Stopem. Vyrážely z Olomouce, hned první den ale uvízly docela dlouho za Prahou a potom u Drážďan, vše nejde vždy podle plánu... Takže nestihly noční trajekt z Německa do Švédska a musely přespat u benzínové pumpy někde poblíž Berlína. Týnka nám posílá průběžně zprávy, abychom věděli, kde je, myslela jsem tedy

na děvčata večer před spaním a přemýšlela, co jim poradit, aby ty tisíce kilometrů překonala nějak rychleji. Hned druhý den ráno mi od dcery přišla zpráva. Jak tak seděly s Adélkou na té pumpě a popíjely kávu, šla okolo paní, která si všimla jejich papírové cedule s nápisem „Oslo“ a nabídla jim spolujízdu! Přes celý zbytek Německa, trajekt i část Švédska a Norska... Byla nadšená a říkala jim, že si je „vypřála“, protože jede sama a chtěla moc někoho do party na cestu. To se opravdu povedlo, holky si zase přály někoho, kdo by je ideálně dovezl rovnou až na místo. Všechny tři si cestu užily. Vyšlo najevo, že paní takto sama cestuje poprvé, doma má manžela a šest dětí, od kterých si už potřebovala odpočinout (není divu, že?). Do stanu byla vybavená obrovskou matrací, kterou jí holky do něj pomáhaly stěhovat, vařily společně na jejím velkém propanbutanovém vaříči. Týnka s kamarádkou jí poradily aplikaci v mobilu, podle které mohla snadno hledat místa na přespaní, a dávaly jí další cenné tipy. Nakonec je opravdu dovezla až do cíle, i když si trochu zajela, bylo to moc milé. A mně je naprosto jasné, proč se ta paní řidička rozhodla naší Týnce vypomoci. Před dvěma lety jsme totiž byly s dcerou na Islandu, kde jsme cestovaly půjčeným autem. Při návratu z jednoho výletu jsme zastavily dvěma stopačkám, polským studentkám. Byly rády, že nemusí stát u silnice moc dlouho – byl totiž prosinec a jenom lehce nad nulou... No, a já tenkrát jen tak pronesla: „Ono se nám to jednou v dobrém vrátí, třeba tě, Týnko, taky někdo v nouzi svezí!“ A aby se kruh uzavřel dokonale, tak tady ta paní byla Polka...

*Dobré lidi na cestách přeji každému,
MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ*

SALUS

VĚRNOSTNÍ PROGRAM

JE URČEN PRO ČLENY KLUBU ENERGY,
PŘINÁŠÍ MOŽNOST PRAVIDELNÉ
A AKTIVNÍ PÉČE O ZDRAVÍ

Když budete měsíčně po dobu 1 roku nakupovat produkty Energy v minimální hodnotě 800 Kč, za vaši věrnost vás odměníme **bonusem v hodnotě 1 150 Kč** (platí dle aktuálních podmínek).

Po třech letech nepřerušného věrnostního programu získáte nárok na **LÁZEŇSKÝ BONUS**, slevu ve výši 30 % na týdenní ubytování s plnou penzí v lázních Podhájka (www.energy-podhajska.sk).

Váš zájem o čerpání lázeňského bonusu sdělte na tel. č.: 283 853 853 nebo pošlete e-mailem na adresu: salus@energy.cz.

Nabijte baterky a imunitu dřív, než to vypukne!

Kombinace produktů Imunosan a Renol může na první pohled působit poněkud nesourodě. Nicméně není to tak. V čínské medicíně je totiž imunita vnímána z jiného úhlu pohledu než v té naší, západní. Takže, pojďme na to!

ŽIVOTNÍ SÍLA QI

Náš život je poháněn QI (čchi). Říká se jí životní síla, energie. Jenže ono to je o dost složitější. Pokusíme se nejprve tomuto pojmu trochu porozumět. Teorie čínské medicíny uvádí, že na počátku všeho byla QI. Potenciál všeho. Něco, co neumíme pojmenovat, co neumíme uchopit, a může z toho vzniknout cokoli. A tak vznikne jin a jang – dva principy, díky nimž lze popsat protiklady: horko x chlad, muž x žena, den x noc... A tak vznikne i bytost mezi nebem a zemí, tedy člověk. Pokud ale mluvíme o QI a díváme se u toho na člověka, změní se význam toho slova zcela zásadně. V referenčních mezích člověka jde o životní sílu, součást jangových složek v těle. No, a to je vše přátelé....

MĚLI BYSTE ZNÁT

POUŽITÍ IMUNOSANU

Kombinace přírodních extraktů v Imunosanu působí pozitivně na široké spektrum civilizačních chorob, včetně jejich prevence. Zvyšuje odolnost organismu proti infekčním nemocem, zlepšuje reaktivitu imunitního systému při onemocnění a urychluje rekonvalescenci. Velmi výhodné je jeho užívání u chronických onemocnění a opakujících se infekcí.

- » snížená obranyschopnost organismu, poruchy imunity
- » akutní i chronická zánětlivá onemocnění (viry, bakterie), opakované infekce
- » choroby respiračního a trávicího systému
- » záněty a další onemocnění střev, nadýmání, opakované užívání antibiotik – podpora přirozené mikroflóry tlustého střeva
- » účinky chemických látek a záření (včetně protinádorové terapie), dlouhodobé užívání léků – posílení činnosti jater a ledvin
- » jaterní onemocnění – žloutenka a mononukleóza
- » alergie, alergické kožní projevy, astma
- » ekzémy, vyrážka, lupénka
- » hojení, regenerace a rekonvalescence po nemoci nebo chirurgické léčbě
- » zvýšená hladina cukru v krvi
- » zvýšená hladina cholesterolu a tuků – riziko kardiovaskulárních chorob (aterosklerózy, infarktu myokardu, mozkové mrtvice)
- » vysoký krevní tlak
- » ztráta kondice, nedostatek energie, celková slabost, fyzická či psychická vyčerpanost, vystavení stresu a nadměrné zátěži
- » oslabené libido, poruchy plodnosti



SYMBOL ENERGIE QI (ČCHI)

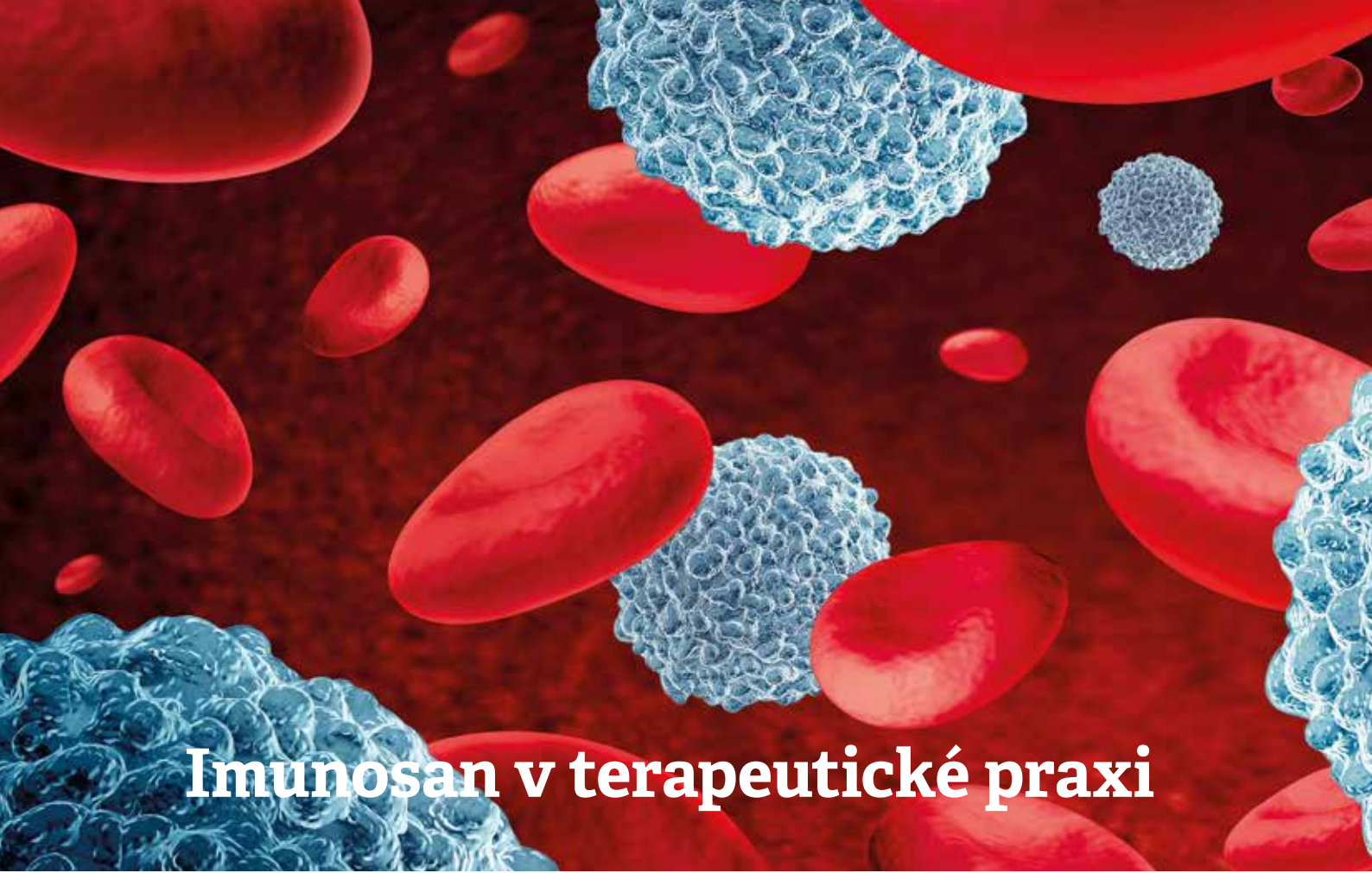
LEDVINY A IMUNITA

Proč to rozvádím? Protože všechno v těle je poháněno pomocí QI. Včetně funkcí ledvin i imunitního aparátu, o něž nám nyní jde. Imunitu TČM nevnímá samostatně, ale jako součást funkcí plic. Ty totiž mají za úkol řídit veškerou QI. A tak jeden její kousek dají/určí – na boj se škodlivinami přicházejícími zvenčí. Když bude QI plic silná, bude silná i imunita. A aby byla silná QI plic, musí být silná i celková QI. A aby byla silná celková QI, musíme mít v pořádku tělesné funkce, které ji vytvářejí. A ty jsou zcela závislé na pohonu – tedy jangu ledvin.

No, a to je důvod, proč užívat **Renol**. Doplňuje jang ledvin, podporuje všechny pochody v organismu, takže pak máme dost QI plic. Dobře nám to dýchá i tráví a vytváříme natolik velké množství QI, že si můžeme dovolit část z ní věnovat na obranu. A abychom na to měli využitelné látky, přidáme **Imunosan**. Ten podpoří imunitu v rámci dlouhodobého odolávání nemocem. Co tedy od této kombinace produktů můžeme čekat? Jednak energii, jednak odolnost. Dvě věci, kterých si nyní lidé hodně cení, které jim pomohou ke zdravému životu.

Ještě malá poznámka k dávkování Imunosanu, jež se mi v praxi osvědčuje: 1–2 kapsle na den užívat velmi, velmi dlouho. Tento produkt nádherně drží schopnost vzdorovat útokům různých bakterií nebo virů. Se současným užíváním Renolu můžete pocítit příliv životní síly. A díky ní zase naroste imunita... Máte tentokrát nikoli začarovaný kruh, ale kruh, který se může stát spirálou ke zdraví.

*Přeji Vám spoustu sil,
MUDr. ALEXANDRA VOSÁTKOVÁ*



Imunosan v terapeutické praxi

V současné době je stále více osob rezistentních na léčbu antibiotiky. Bohužel lékaři, jako kdyby neměli jinou možnost, dávají i malým dětem antibiotika opakovaně. Přitom jejich imunita je poměrně křehká. Přicházejí ke mně děti, které je měly během dvou měsíců 2–3x. Dítě bledá, unavená, bez chuti k jídlu i do života. Při této léčbě nedochází k podpoře vlastní obranyschopnosti a mobilizaci přirozených sil imunitního systému. Naopak už samo slovo *anti* (proti) a *bio* (předpona z řeckého *bios* = život) poukazuje na oslabení jedince při užívání. Také jsem si všimla, když ke mně přijde člověk po užívání antibiotik, i štíhlý, je oteklý. Převážně v oblasti pasu – ledviny. Antibiotika mají nepříznivý vliv nejen na tlusté střevo, žaludek, ale velkou mírou i na náš kořen života, ledviny. Dlouhodobě užívaný **Imunosan** zvyšuje odolnost proti opakované infekci. Když probíhá nemoc, jaksi „vycvičí“ imunitu. Extrakty v něm obsažené podporují schopnost stimulovat produkci T-lymfocytů, což jsou imunitní buňky s paměťovým efektem, které příště chorobě zabrání. Protizánětlivé účinky **Imunosanu** účinně využijeme u respiračních, gastrointestinálních i dalších orgánových onemocnění. Působí významně na slezinu-slinivku, játra a ledviny. Jeho použití je popsáno v příbalovém letáku, dá se využít i na další problémy.

MOJE ZKUŠENOSTI

Bolest zubů

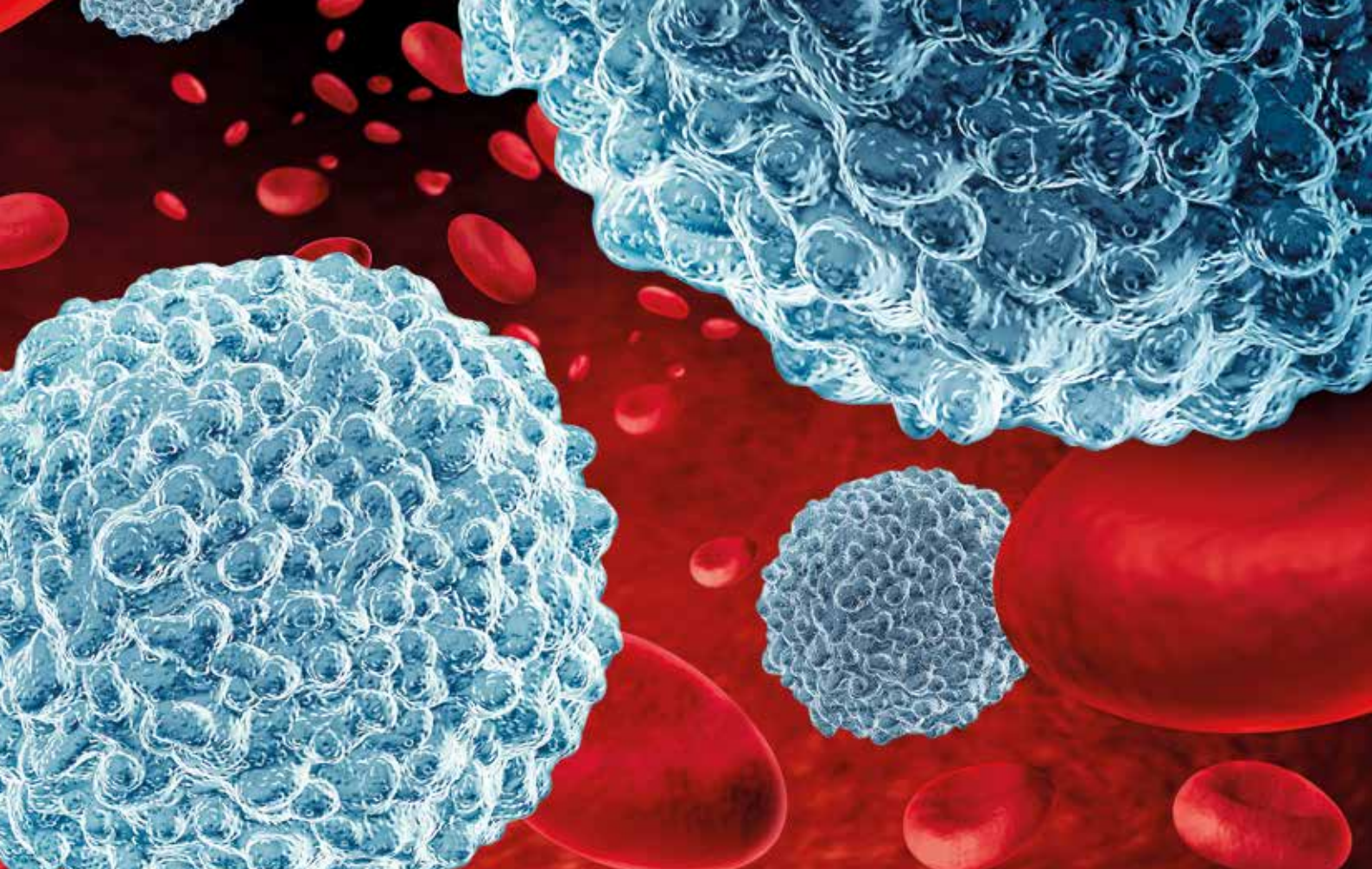
» Navštívila mě paní, že 2 měsíce chodí k zubaři a zub – šestka vpravo nahoře, ji stále bolí. Byla docela nešťastná. Dotazováním a pulsní diagnostikou jsem zjistila, že ji zlobí žaludek. Šestka odpovídá žaludku, slezině-slinivce. Pořešily jsme životní situaci, kterou nemohla strávit. Dostala **Imunosan** s **Regalenem** a doporučení natírat projekci na tváři **Artrinem**. Po dvou dnech

užívání bolest zubu výrazně ustoupila a za týden byla paní v pořádku.

» Prožila jsem stejnou zkušenost i sama s bolestí zubu v elementu Země (žaludek, slezina-slinivka). Pobývaly jsme u kamarádky ve Valencii a 14 dní si připravovaly jídlo převážně samy z čerstvých lokálních surovin, a ještě podle TAO zdravého stravování – dietní moudrost podle TČM. Poslední den ale žaludek dostal šok – zrušený let a další nepříjemné situace s tím spojené. Proč o tom píš. Pár dní před odletem na tuto dovolenou mě začala pobolívat šestka vlevo nahoře. Byl velký shon, nějak jsem to zažehnala potíráním **Artrinem**. Na dovolené jsem si uvědomila, že bolest zmizela. Po opožděném návratu domů jsem druhý den ráno začala cítit tvořící se opar na spodním rtu (žaludek) a velkou bolest čtyřhlavého stehenního svalu (meridián žaludku). Nasadila jsem **Imunosan** 3x denně 1 kapsli a 2x denně **Regalen**. Opar se držel čtyři dny, ale zub a nohy byly v pořádku během dvou dnů. **Imunosan** je zkrátka jednička při řešení zdravotních potíží způsobených vyčerpáním.

Oslabená imunita

Vrátila se mi maminka, která před třemi lety podávala synům ve věku 8 a 10 let **Imunosan** po neúspěšné léčbě streptokoka antibiotiky. Chlapci byli celkem v pořádku, oba hrají hokej a mají několikafázový trénink. Ale s růstem a zvýšenou zátěží se objevila bolest v krku a únava, opět streptokok. Strava také nepřispívala k udržení silné sleziny (sladké potraviny a nadbytek mléčných výrobků). Paní dostala doporučení ohledně stravování. U staršího syna vydržela a začala mu při angíně podávat **Renol**, ale mladší užíval antibiotika. Léčba nezabrala, tak si přišla opět pro **Imunosan**. K tomu jsem jí dala ještě **Renol**, protože chlapec



byl unavený a vykazoval známky oslabení ledvinového jangu. Ví, že mu musí dlouhodobě podávat probiotika. Imunosan bude vhodný užívat s přestávkou nejméně 2 měsíce.

Nekonečný kašel

Od konce března jsem držela měsíční rýžový detox v rámci Neškoly života – projekt pro terapeutky s cílem udržet si energetickou rovnováhu. Velice zajímavá zkušenost, například co se týče závislosti na sladkém, u někoho na kávě atd. Velké plus byl i váhový úbytek, ale ne ze svalové hmoty. Po skončení jsem se pozvolna vracela k vegetariánské stravě, kterou praktikuji již 15 let. Začala jsem přidávat více mléčných produktů (ty však zahleňují, ochlazují), sladkosti omezeně. Ale navštívila jsem s kamarádkou restauraci, kde se podává jídlo poke bowl. Skládá se ze stejných přísad jako sushi, jen jsou jinak uspořádány – v misce. Hlavními přísadami je vařená rýže zjemněná octem, čerstvá syrová ryba, zelenina a řasa nori. A my jsme měly vegetariánskou variantu se třemi druhy luštěnin. Chuťově výborné, až na to, že jíte studený pokrm a venku vůbec nebylo teplo. Nadměrné množství bílkovin zatěžující ledviny jsem si uvědomila až doma. Bohužel jsem si nemohla dovolit pracovní zvlouknout, do toho víkendový pobyt v Neškole. Začala jsem kašlat. Nejdříve suchý kašel, který ukazoval na oslabení chladem a větrem, potom se přidal vlhký kašel (zatížená slezina). Toto moje střídavé kašláni trvalo tři týdny. Užívala jsem postupně **Vironal**, **Cistus**, **Drags Imun**, **Flavocel**, **Grepofit**. Nahřívala, ale zlepšení se nedostavovalo. Uvědomila jsem si, že je kromě stravy třeba změnit i myšlení a vykašlat se na některé věci, které jsem nemohla strávit. Propouštět, odpouštět, děkovat a přijímat. Nakonec jsem si vzala **Mycoren**, kdy už mě bolelo celé tělo a vyčerpávalo se

srdce. TČM uvádí 3 druhy kašle: ledvinový, žaludeční a srdeční. Přesně se mi všechny typy vystřídal.

A tu jsem si konečně vzpomněla na **Imunosan**. Nasadila jsem si 3x denně 2 kapsle (v některých případech lze dávky takto navýšit) a spolu s **Mycorem** jsem byla fit během pár dnů. Imunosan použiji znovu teď na podzim, téměř mi po něm zmizely zduřelé mizní uzliny. Jsem po tonzilektomii (odstranění krčních mandlí) od 16 roků, takže jsem velice citlivá, když škodlivina postupuje dolů na průdušky. Dávám si velký pozor na prochladnutí, včetně studených nápojů a jídel. Sleduji termiku potravin a snažím se jíst co nejvíce bez lepku a laktózy. Vysazení těchto potravin bylo pro mne velice důležité k obnově pevného zdraví. Přeji nám všem kvalitní, pestrou stravu a také radostné, tvořivé myšlenky pro pevné zdraví a spokojený život.

DANA ŠVESTKOVÁ

VÍTE TO?

JAK POSÍLIT SLEZINU U DĚTÍ

Tradiční čínská medicína uvádí, že nejčastější příčinou většiny dětských onemocnění je oslabená slezina. Tam bývá kámen úrazu ve stravování. Na co je třeba se zaměřit:

- » jíst pravidelně ve stejný čas 4–5x denně
- » pestrá strava
- » nenechat děti přejídat se
- » kvalitní potraviny s dostatkem živin podporujících správný růst a vývoj
- » omezit sladké, mléčné produkty a výrobky obsahující pšenici
- » důležitý je přiměřený a pravidelný pohyb

O potřebě spánku

Pokud se o někom říká, že „chodí spát se slepicemi“, vůbec se tím nemyslí skutečnost, že by trpěl nějakou exkluzivní zoofilní deviací. Spíše naopak – patří mezi podivíny jiného druhu. Ty, co nemají většinovou potřebu nechat si manipulacemi mediálních mágů vymývat mozek prostřednictvím podřadných šouprogramů, nabízených většinou médií do pozdních nočních hodin. Zalezou do postele, když se setmí, aby pak ráno vstávali svěží během rozbřesku. Tak to dělá i většina živočichů v přírodě

vědouc, že spánek jim přináší regeneraci. Příroda je v tomto chytrou patronkou.

UMĚLÉ SLUNCE

Ani lidská společnost netrpěla ponocováním – skoro do přelomu 19. a 20. století, kdy byla do veřejných prostor a velké části domácností zavedena elektřina a svítidla rozzářila města i vesnice nažloutlým světlem. Umělé elektrické „slunce“ a postupně zaváděné vymoženosti elektroniky prodlužují dny na neúměrnou míru a zbavují člověka možnosti prožívat

přirozené biorytmy. Lidé začínají žít po deváté večer, kdy by podle logiky orgánových hodin měli odpočívat a připravovat tělo na práci meridiánu tří zářičů (ohřívačů). Mezi 21. až 23. hodinou večerní totiž dochází k zásobování buněk těla energií pro následující den prostřednictvím „práce“ tohoto meridiánu, ale my tento úkol znemožňujeme zbytečným výdejem sil při pozdně večerních aktivitách. Tak dochází ke spánkové deprivaci. A když ji spojíme i s nadměrnou konzumací alkoholu, špatné stravy,



nedostatkem pohybu, úzkostí a depresí, máme zaděláno na množství zdravotních problémů.

NEPŘÍJEMNÉ DŮSLEDKY

Usínání není proces náhlý, ale postupný, kdy tělo prochází fázemi dřímoty vnímajíc množství vnějších podnětů, později je mozek přestává zpracovávat, tělo přechází do hlubokého spánku. Toto rozfázování zřejmě mělo svůj ochranný význam u našich evolučních prapředků – aby neupadli najednou do hlubokého spánku, ale rozeznávali případné nebezpečí z okolí. Zvukově odrušené prostředí našich ložnic rovněž nepůsobí pozitivně na mozek, který odnepaměti nevědomě vnímal ruchy okolí – chrápání, zvuky přírody, praskání ohně – jako cosi, co mu dodávalo jistotu, že všechno je, jak má být. Nedostatek spánku a nespavost, kterou trpí asi 10 procent populace, sice nezabíjí, ale **mozek** po jistém čase přestává pracovat správně, a to začne zapřičiňovat poruchy zdraví. Při delším nedostatku kvalitního spánku se začne poruchově chovat i hormonální systém. Zde by měly

zpozornět především dámy, kterým záleží na vnějším vzhledu! Během spánku tělo tvoří růstový hormon, jenž podporuje růst a v první řadě omlazuje buňky, zlepšuje imunitu. Naopak zvýšený deficit spánku vede tělo ke zvýšené tvorbě kortizolu. Ten přepíná metabolismus těla z programu investování do růstu a omlazování na stav, kdy se zvyšuje ostražitost, dovádějící organismus do stavu strachu a únikových reakcí, uvolňuje se cukr do krevního řečiště. Ráno, když potřebujeme vyskočit z postele, případně ve chvílích, kdy musíme uniknout pronásledování nepříteli, je to fajn, ale v opačném případě nám toto přepnutí **snižuje imunitu** a vytváří riziko vzniku **cukrovky 2. typu**. Chronický nedostatek spánku se podílí i na **obezitě**. Během normálního spánku se v těle přirozeně vytváří větší množství hormonu leptinu a klesá hladina hormonu ghrelinu. Leptin potlačuje chuť na jídlo, takže při klidném spánku nepotřebujeme jíst. Se stoupajícím ghrelinem se situace diametrálně mění a mozek na změnu reaguje jako na stav hladomoru. A je jedno, jestli jste hubení, nebo máte

pár kilo navíc. Takže nevyspalým lidem parádně roste apetit, s tím, že se zvyšuje hlavně chuť na sladké. (Tím končím upozornění pro dámy.)

Je příznačné, že spánkovým deficitem málokdy trpí bohatí, kteří nemusejí v noci přemýšlet, jak udržet jakýs-takýs sociální status. U méně majetných postupně zvyšuje nedostatek spánku stres a **stres** se na oplátku postará o nedostatek spánku.

ENERGY

Jednou z možností, jak stav vyřešit, je přestat se věnovat nesmyslným aktivitám, jak jsme je zmiňovali. Během dne nezapomenout na **Stimaryl**, **Spiron**, také zelené potraviny obsahující tryptofan. Uklidnit nervový systém **Korolenem** nebo jiným vhodným přípravkem Energy, preventivně užívat **Relaxin**. O deváté povypínat televizi, počítač, elektronické náhražky reality, přerušit komunikační vazby na virtuální svět, vzít do ruky relaxační literaturu a po pár stránkách vstoupit do říše boha Hypna a jeho syna Morfea.

Mgr. MIROSLAV KOSTELNÍK

BUDE VÁS ZAJÍMAT

SPÁNKOVÉ PORUCHY

» Nespavost (insomnie)

Patří k velmi častým zdravotním problémům současné populace. Způsobuje, že jedinec nemůže usnout nebo se ve spánku často probouzí. Příčinou bývá stres, nepřiměřená míra pohybu, bolesti a nesprávné užívání léků. Nespavost může být doprovodným symptomem tělesných nebo duševních poruch, ale stejně tak můžeme hovořit o nespavosti jako o primárním onemocnění.

» Zvýšená spavost (hypersomnie)

Člověk spí denně 12 hodin i více a často upadá do spánku i během dne. Jedním z typů hypersomnie je narkolepsie, při níž postižený usíná i uprostřed činnosti.

» Parasomnie

Souhrnné označení pro nepřírozené stavy, které doprovázejí spánek nebo jsou na něj vázány – objevují se v jeho průběhu nebo při probuzení.

» Noční můra

„Noční můry“ jsou děsivé, živé sny během REM spánku. Po probuzení si postižený noční můru jasně pamatuje.

Vyskytují se obvykle u dětí a dospělých, kteří prožili nějaké trauma. Závažným, ale poměrně vzácným typem noční můry je REM spánková porucha chování (RBD), při níž spící nemá během REM fáze ochablé kosterní svalstvo, takže během spánku „zápasí“ se svou noční můrou a může tak zranit sebe nebo spolunocležníka.

» Noční děs (pavor nocturnus)

Krátký děsivý sen, který postihuje spícího během fáze NREM spánku. Z toho důvodu jej zřídka probudí. Po probuzení upadá člověk ihned znovu do spánku, takže si děsivý sen ráno nepamatuje.

» Náměsíčnost (somnambulismus)

Spánková porucha, při níž postižený během spánku vstane z postele a prochází se. Někdy může vykonávat i poměrně složité činnosti, například odeslat SMS zprávu. K náměsíčnosti zpravidla dochází během NREM spánku.

» Mluvení ze spaní (somnilokvie)

Podobně jako u náměsíčnosti je to aktivita během spánku, v tomto případě se projevuje mluvením, výkřiky,

zpíváním atd. Rovněž je běžnější v NREM spánku.

» Spánková apnoe

Dochází k opakovanému nekontrolovanému zadržení dechu (apnoické pauze) po určitý časový interval. Často se objevuje u nedonošenců jako tzv. idiopatická apnoe způsobená nezralostí dechového centra.

» Skřípání zubů (bruxismus)

Vyskytuje se často u dětí, ale výjimkou nejsou ani dospělí. Hlavní spouštěči jsou stres, hněv, potlačovaná frustrace nebo úzkost. Většina lidí netuší, že si brousí zuby, pokud nejsou upozorněni spolunocležníky nebo zubařem.

» Pásmová nemoc (jet lag)

Posun normálních tělesných rytmů způsobený lety na dlouhé vzdálenosti, při kterých jsou překonávána časová pásma. Normální spánkový režim je narušen, postižený spí přes den a je čilý v noci. Mezi další příznaky patří únava a snížení duševních schopností. Přizpůsobení novému rytmu trvá několik dní.

cs.wikipedia.org



Cukrovka (diabetes mellitus)

Cukrovka neboli diabetes mellitus je dnes velmi rozšířené onemocnění a má stále vzrůstající trend. V našich zemích (podobně jako v celé Evropě) postihuje asi 10 % populace, včetně malých dětí. Bohužel na základě objektivních trendů se předpokládá, že do roku 2050 jí bude trpět až 30 % populace, tedy téměř každý třetí člověk planety. Což představuje pandemický rozměr.

Diabetes je závažné metabolické onemocnění, podmíněné endokrinně (hormonální poruchou). Je při něm porušeno vstřebávání a zužitkování glukózy, tzn. krevního cukru, buňkami těla, většinou následkem nedostatku inzulínu. Ten může být absolutní (u diabetiků I. typu), nebo relativní (u diabetiků II. typu, kterému někdy lidově a nesprávně říkáme stařecká cukrovka). Onemocnění tedy způsobuje nedostatek inzulínu – hormonu, tvořeného v beta-buňkách Langerhansových ostrůvků slinivky břišní. Někdy paradoxně může být v organismu inzulínu

dostatek, ba až nadbytek, avšak jeho účinek na buňky je snížen. Tehdy mluvíme o tzv. inzulínové rezistenci, protože buňky na něj nereagují dostatečně a cukr se nedokáže z krve do buněk účinně vstřebávat, tedy spalovat nebo zužitkovávat na tvorbu energie. Tehdy buňky navzdory nadbytku cukru v krvi pociťují jeho nedostatek a energetický hlad.

Diabetes je dnes považován i za kardiovaskulární onemocnění, protože pokud se správně neléčí a dlouhodobě neudrží v kompenzovaném neboli metabolicky dobře vyváženém stavu, vede k předčasnému rozvoji více komplikací, zejména cévních, a rychlejšímu stárnutí.

PRVOTNÍ PŘÍZNAKY A DALŠÍ PROJEVY ONEMOCNĚNÍ

Z preventivního hlediska je dobré znát a umět včas rozpoznat **první klinické příznaky** neboli projevy cukrovky. K nim patří především nadměrný pocit žízně, z čehož vyplývá časté a nadměrné pití tekutin i nadměrné močení. Tyto dva klinické

příznaky bývají zpravidla první a měly by nasměrovat pozornost každého (nejen lékaře či zdravotníka) na možnou přítomnost cukrovky.

Kromě zvýšené žízně a nadměrného močení bývají **pozdějšími projevy** cukrovky častější záněty kůže a sliznic, zejména plísňové záněty močových cest a vnějších pohlavních orgánů způsobené houbou *Candida albicans*. Projevuje se to u žen svěděním klína, bílým povlakem na sliznicích a bílým výtokem z pochvy. U mužů bývá přítomna mykotická balanitida čili zánět sliznice penisu (projevuje se jako mapovité zarudnutí).

Pozdními projevy cukrovky, tj. trvá-li roky a není uspokojivě léčbou kontrolována, jsou příznaky z vyvíjejících se komplikací. Tyto jsou nejčastěji cévní, ledvinové, oční, nervové a kožní. Projevují se jako předčasná ateroskleróza ucpáváním cév se vznikem srdečního infarktu, gangrény (nekrózy, odumření) nejčastěji prstů dolních končetin či celé nohy, poškozením ledvin s následným vzestupem krevního tlaku a nejednou i nutností dialýzy, poškozením zraku, nepříjemným trnutím zejména dolních končetin a ztrátou kožní citlivosti. Bývá také oslabená imunita, na kůži vznikají častější záněty, hnisání, špatně se hojí i drobná poranění, tvoří se vředy zejména na bérkách, někdy až tzv. diabetická noha.

DIAGNOSTIKA

Samotné stanovení diagnózy není nijak náročné, protože stačí vyšetřit kapku krve na množství cukru v ní (glykémii) a diagnózu cukrovky máme buď potvrzenou, nebo vyloučenou. Zvýšená hladina, resp. přítomnost cukru bývá u diabetika i v moči, avšak rozhodující je hladina cukru v krvi. Tato je za normálních okolností u zdravého člověka nalačno do 5,6 mmol/l. Pokud je hodnota mezi 5,6 až 6,0 mmol/l jde o hraniční hodnotu, kterou je třeba s odstupem času zkontrolovat, protože se může postupně zvyšovat a stav přejde do cukrovky. Pokud je hodnota mezi 6,1 až 6,9 mmol/l, mluvíme o tzv. poruše tolerance glukózy, což se považuje za tzv. prediabetes nebo „předcukrovkový stav“. Vyžaduje již sledování u lékaře a dodržování diabetické diety a životosprávy. Hodnota glykémie nalačno stejná nebo vyšší než 7,0 mmol/l potvrzuje cukrovku a vyžaduje adekvátní léčbu a dispenzarizaci zpravidla u diabetologa.

PREVENCE

Přestože dědičnou vlohu (predispozici) k cukrovce změnit nedokážeme, umíme ostatním jejím rizikům účinně předcházet nebo je alespoň minimalizovat. Účinnou prevencí je dodržování pravidelné zdravé životosprávy s racionálním stravováním, které nesmí být nadměrně kalorické, minimalizuje příjem jednoduchých cukrů, sladkostí i tuků. Doporučuje se konzumovat vhodně upravenou zeleninu, nepříliš sladké druhy ovoce, vlákninu, ryby, zejména mořské, také kvalitní libové, zejména drůbeží maso. Součástí prevence cukrovky i obezity, které jdou spolu ruku v ruce, musí být i dostatek pohybové aktivity, vyvarování se kouření, návykových škodlivin, častých nachlazení a infekcí, jakož i podpora imunity.

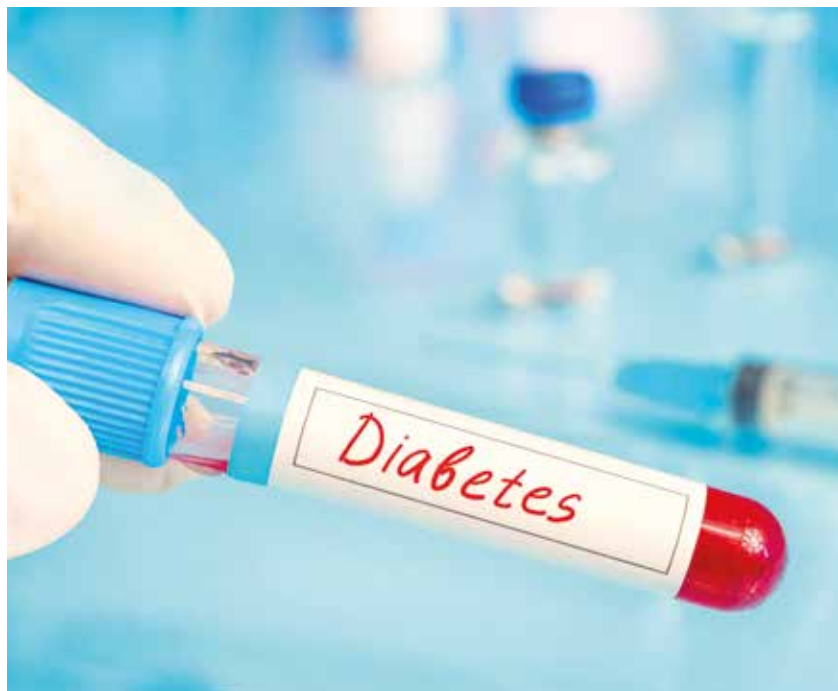
ENERGY PRODUKTY

Jako prevence i doplněk při léčbě cukrovky se osvědčilo několik přípravků Energy. Z bylinných koncentrátů je to především **Gynex**, který harmonizuje a posiluje endokrinní systém, včetně slinivky břišní, kde se tvoří inzulin. Zároveň pomáhá při redukci nadváhy a obezity, kterou trpí více než 2/3 diabetiků. Prospěšný je i **Regalen**, který regeneruje a podporuje játra v jejich schopnosti detoxikovat organismus a snižovat zvýšenou hladinu cholesterolu. Prevencí vzniku velmi často se vyskytujících

srdečně-cévních komplikací u diabetiků je bylinný koncentrát **Korolen**. Pomáhá při harmonizaci srdečně-cévního systému, regeneraci cévní stěny tepen, kapilár a nervového systému. Svě uplatnění má i **Renol**, ten posiluje funkci ledvin, které jsou při cukrovce více ohroženy. Podporí lepší hospodaření s vodou a minerály, přispívá ke snížení vysokého krevního tlaku. Je vhodné využít i produkty z řady Mycosynergy, zejména **Mycopan**. Ale klidně i všechny ostatní. Samozřejmě ne současně, ale postupně, po jednom. Protože cukrovka postihuje prakticky všechny orgánové systémy, celý organismus. Kombinace s bylinnými koncentráty Pentagramu® je prospěšná – řídíme se podle problému, který potřebujeme řešit, tj. která komplikace diabetu dominuje, respektive hrozí...

Kromě toho se doporučuje užívat i doplňkové přípravky. Mimořádně přínosný je koloidní roztok minerálů **Fytomineral**, neboť obsahuje prvky potřebné pro správný průběh biochemických pochodů v organismu. Zejména zinek – katalyzátor biochemických reakcí, a chrom, jenž je důležitou součástí tvorby a využití inzulinu při metabolizování sacharidů, tvorbě energie v buňkách. **Vitamarin** je prospěšný svým obsahem nenasycených omega-3 mastných kyselin, které pomáhají odbourávat cholesterol a tuky uložené v cévách, čímž se zlepšuje jejich průchodnost a elasticita. Produkty **Revitae** a **Celitin** příznivě ovlivňují mozek a cévy, pomáhají zlepšovat paměť a soustředění. Dále jsou to přípravky s obsahem přirozených vitaminů, antioxidantů, minerálů, enzymů, vlákniny, kam patří všechny zelené potraviny. Zvlášť na antioxidanty vůbec nejbohatší produkt **Acai Pure** a minerály i stopovými prvky nabitá **Organic Maca**. Uplatnění najde také **Flavocel** jako účinný antioxidant i podporovatel imunity, dále **Drags Imun**, **Cytosan** i další přípravky. Z bylinných krémů a přírodních mýdel jsou zvláště prospěšné **Cytovital**, **Protektin**, **Droserin** a **mýdlo Drags Imun**, které příznivě ovlivňují zánětlivé a trofické změny kůže. Všechny přípravky Energy se užívají a dávkuje v souladu s doporučeními a v posloupnosti, jak je uvedeno v příbalových letáčích.

MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ



Psychosomatika a Energy

KRÁTKÉ OHLÉDNUTÍ

Koncem května 1995 mi dlouholetá známá doporučila na moji tehdejší „učitelskou únavu“ novinku mezi přírodními produkty. Byl to Korolen. Podotkla, že umí pracovat i s buněčnou pamětí. Díky tomuto životabudiči moje psychická únava rychle zmizela a já jsem „proplula“ do konce školního roku v pohodě a v plné síle. Tehdy jsem netušila, co všechno mi tato zkušenost přinese. A bylo toho skutečně hodně! Kromě péče o zdraví celé rodiny ovlivnila podstatně i mou pozdější poradenskou praxi.

PSYCHOSOMATICKÉ A SOMATOPSYCHICKÉ SOUVISLOSTI

Naše tělo funguje na energetické úrovni jako celek, v souhře s našimi emocemi a s činností jednotlivých orgánů. Je výborné, že díky kvantové buněčné biologii bylo již vědecky prokázáno, jak funguje buněčná paměť a jak si jednotlivé buňky předávají bioenergii. Z Pentagramu® Energy, který vychází z poznatků tradiční čínské medicíny o energetickém systému organismu, lze pochopit souvislosti energetického

oslabení jednotlivých orgánů s různými zdravotními i psychickými problémy, jejich **somatopsychickou příčinu**.

Toto oslabení můžeme řešit **cílenou fytoterapií** koncentráty Energy a dalšími produkty na základě EAV testu (diagnostika Supertronicem). Pomůže i akupresura podpořená terapeutickými krémy Energy.

Pokud však není výsledek fyto terapie optimální a problém se vrací, bude vhodné zaměřit pozornost i na **psychosomatickou příčinu**.

Psychosomatika je o našich skrytých emocích. Ty jsou kvantově uloženy v buněčné podvědomé paměti, která reaguje na předchozí situace, jako kdyby se staly právě teď. Jsou v ní schovány nejen naše prožitky z vědomého období života (po období vzdoru), ale i dřívější, již od našeho početí. V zárodečné buňce, zygote, jsou zaznamenány emoce obou rodičů z doby 2 až 3 měsíce před početím dítěte, a také traumata našich předků po několik generací zpět. Jedná se hlavně o prožitky, při kterých došlo k neuspokojení základních emocionálních potřeb (místa, bezpečí, podpory, nasycení, limitů) v jakémkoliv výše uvedeném období. Ty pak mohou opakovaně

narušovat energetickou rovnováhu organismu, aniž bychom to tušili.

CO S TÍM?

Je prospěšné odstranit z podvědomé paměti emocionální bloky nejlépe pomocí terapií fungujících na kvantové bázi, které pracují i s aktivací akupresurního systému.

Ukázka řešení problému

Vdova a její nový partner toužili po miminku. Početí se však delší dobu nedařilo, ačkoliv byli podle lékařů oba zdravotně v pořádku. Vyměření na Supertronicu doporučilo ženě užívat **Renol** (oslabení ledvin a močových cest). Když jsme se zaměřili při terapii metodami **EFT** a **Matrix Reimprinting** na strach, který k těmto orgánům dle pentagramu patří, objevilo se trauma z jejího příchodu do života. Byla totiž dítě matkou nechtěné a ta ji to po celé dětství připomínala. Po absolvování terapie a po dvou měsících užívání Renolu přišla milá zpráva. Miminko bylo počato. Nebylo tak potřeba zrealizovat lékaři doporučené umělé oplodnění (IVF).

První pomoc

Vstup do podvědomé paměti je automaticky otevřen v první a v poslední fázi spánku (hladina théta). Toho můžeme využít k opravě negativních podvědomých záznamů prostřednictvím **povídání do spaní** v době po usnutí. Vždy mluvíme v přítomném čase a bez zápornky NE. Výborně to funguje hlavně u dětí se současným užíváním vytestovaného koncentráty (ověřeno 30letou zkušeností). Dětem mluví do spaní rodiče či jiní dospělí. Ti mohou tuto terapii využívat i pro sebe. Jen si musí text nahrát, sami namluvit a pustit po usnutí. To nové technologie umožňují (doporučuji podrobně v mé knize „Vidím to jinak“, v kapitole „Tajemství emocí v souvislostech“).

Příklad terapie

Dítě se bojí chodit do mateřské školy, strání se kolektivu.

- » Úvod pro uspokojení emocionálních potřeb: „Martinko, jsme rádi, že ses nám narodila. Máme tě rádi takovou, jaká jsi. Jsi u nás v bezpečí.“
- » Nový program: „Každý den se těšíš do školky. Jsi tam v bezpečí. Máš tam hodně kamarádek a ráda si s nimi hraješ (dále podle situace...).“

Proč to nezkusit, co říkáte?

Mgr. STANISLAVA EMMERLINGOVÁ



Moje cesta k rovnováze a mateřství



NAPIŠTE NÁM TAKÉ

VAŠE DOPISY NA TÉMA:

- » přípravky Energy mi vrátily zdraví
- » můj nejoblíbenější výrobek Energy
- » zkušenost z praxe

zasílejte na adresu: katerina.himmelova@energy.cz.

Veškeré příspěvky zveřejněné v magazínu Vitae odměňujeme poukázkou na produkty. S touto poukázkou si ve svém Klubu nebo Konzultačním centru Energy můžete vyzvednout **1 koncentrát a 1 krém (50 ml) z Pentagramu®** podle vlastního výběru.

Gynex byl první produkt od Energy, který mi úplně změnil život. Před sedmi lety mi ho doporučila moje léčitelka tradiční čínské medicíny, když jsem se dlouhodobě snažila otěhotnět a zároveň jsem měla úplně rozhozený hormonální systém i menstruační cyklus. Díky Gynexu se cyklus krásně srovnal a podařilo se mi přirozeně otěhotnět, za což budu vždycky vděčná. Od té doby je mým každodenním pomocníkem. Nyní mi navíc pomáhá i při autoimunitním onemocnění štítné žlázy, cítím se s ním mnohem lépe, mám víc energie a zlepšila se i moje psychika.

Gynex doporučuji každé ženě, která potřebuje podpořit hormonální rovnováhu a celkovou ženskou vitalitu. Všichni v naší rodině, hlavně v zimních měsících, používáme **Vironal**. Za poslední zimu jsme díky němu měli štěstí, že nás nemoc úplně minula, syn ani jednou nebyl nemocný! Vironal je pro nás přírodní a spolehlivá podpora imunity, která pomáhá odolávat virům i nachlazení. Oceňuji, že je bezpečný pro děti i dospělé a snadno se užívá. Zvládáme s ním zimní období bez stresu a nepříjemností.

ADÉLA, Brno (IG @nas_svet)

Mycopan na Energy Facebooku

» ULCERÓZNÍ KOLITIDA

Mycopan jsem pořídila své 8leté dceři, která má diagnostikovanou ulcerózní kolitidu. Na doporučení Dr. Vosátkové jsem přidala **Stimaral**. Již po pár dnech užívání se dceři zlepšilo trávení, nastartovala se chuť k jídlu a zlepšila konzistence stolice. Za dva týdny zmizel ze stolice i hlen. Pro nás je to báječný produkt a moc za něj děkujeme.

MICHAELA KRČILOVÁ, Staré Hradiště

» ALERGIE, EKZÉM

Ráda bych se s Vámi podělila o svou zkušenost s **Mycopanem**. Můj sedmiletý synek měl velké obtíže s alergií projevující se ekzémem, rýmou a zahleněním. Dříve jsem mu každý den dávala pilulku a sprej do nosu. Po nasazení **Mycopanu** pozoruji, že se mu lépe dýchá i mluví, také ekzém se zlepšil. Mám z toho velikou radost.

VERONIKA VRABCOVÁ, Loukov u Mnichova Hradiště

» TRÁVICÍ OBTÍŽE

Měla jsem delší dobu potíže s trávením. Nic konkrétního, ale stále jsem cítila, že něco není, jak má být. Tak jsem to konzultovala s paní Molíkovou z Klubu Energy v Třebíči, která přišla na to, že jím až příliš mnoho čerstvého ovoce a zeleniny a mám oslabenou slezinu. Doporučila mi ji konzumovat raději převařenou nebo jinak upravenou. Po nasazení **Mycopanu** jsem pocítila úlevu, najednou ten divný pocit byl pryč. Takže vždy v září ho užívám na posílení sleziny a žaludku. A v průběhu roku také aspoň jednou, jako prevenci.

ALEXANDRA BUCHALOVÁ, Vémyslice



» SNÍŽENÁ FUNKCE ŠTÍTNÉ ŽLÁZY

Dobrý den, mám rozhodně viditelné a skvělé výsledky s **Mycopanem**. Léčím se dlouhodobě se sníženou funkcí štítné žlázy, léky sice ještě užívám, ale už v menší míře. Chtěla bych se dopracovat k jejich úplnému vysazení. Kromě pravidelného užívání **Mycopanu**, který moji štítnou žlázu vyživuje a posiluje, mažu oblast štítné žlázy krémem **Cytovital**.

KAMILA ANTOŠOVÁ, Želetava



Seriál pro ženy (21)

Jsem tichá vodní hladina za svitu měsíce, jsem tsunami, co smete vše z povrchu zemského, jsem Bohyně větru dlicí v oku hurikánu, jsem sopka, jsem láva, jsem půda... Jsem žena čarodějka. Stejně jako ty, sestro!

ŽENA JE DOBYVATELKA

Můj velký vzor Alexandr Veliký prý říkal, že hranice jsou od toho, aby se posouvaly, a tak se toho držím. Bojuju s barbarskými kmeny někde uvnitř sebe a dobývám území nikdy nepoznaných pocitů a schopností. Odkrýváním toho, čeho všeho jsem schopná, zjišťuji, že jsem opravdu schopná všeho. To vědomí mě posiluje a připomíná mi, že nakonec i já jsem všehoschopná mocná božská bytost.

LOĎ V PŘÍSTAVU

Velmi dobře znám ten stav, kdy jsem se ve svém životě bála udělat jakoukoli změnu, chodila jsem dobře vyšlapanými cestami a lebedila si před hranicí své komfortní zóny. Nikdy ale nepřestanu být vděčná osudu, který mě z mé teplé zasmrádlé jistoty tvrdě vykopál a ukázal mi, že můj život může být mnohem víc, než co jsem si do té doby dokázala představit. Loď se zkrátka nestaví proto, aby kotvila v přístavu, staví se pro objevitelské plavby, dobrodružné výpravy a naplňování snů a přání. K naplnění našeho nejvyššího potenciálu nám zkrátka nebude stačit spokojení se s průměrem, budeme se muset trochu hecnout a překonat trnitou oblast nepohodlí, pochybností a trochu té bolesti a vyplout do neznáma.

NEPROZKOUMANÁ ZÁKOUTÍ

Můžete se učit francouzsky, dosáhnout v padesáti své nejlepší formy, přejít Alpy nebo napsat knihu. Klidně všechno dohromady. Nesmíte se brzdít pochybnostmi o sobě, protože kdo nic nedělá, nic nezkazí. A tak je jasné, že pokud máte velké cíle, bude to vyžadovat velké úsilí a jednu naprosto nezanedbatelnou ingredienci. Soustavnost. I velká díla totiž vznikají po malých krůčcích a jistě chápete, že není možné skočit

z české křídové tabule rovnou na vrchol alpského vrásnění, že. Alexandr taky říkal, že se hranice mají posouvat, nikoli přeskakovat. Takže hezky v klidu, nasadte tempo, zvedněte se pokaždé, když upadnete, nemějte si za zlé, že se párkrát otočíte opačným směrem, a prostě jděte. Investujte své energetické a finanční zdroje do sebe, své realizace, své vášně. Nikdo jiný to za vás neudělá, jak je známo. Cvičte své dobovatelské schopnosti na malých výpravách. Malé dosažitelné výzvy vás budou posilovat pro dosahování těch náročnějších. Vlezte do studené vody, jděte na procházku tam, kde jste ještě nebyly, nebo si přivstaňte na východ slunce. Život je plný nekonečných možností a vy si mezi nimi můžete vybírat jako v bonboniéře.

MÍT PRO CO ŽÍT

Ano, můžu dělat, mít a být, cokoli jen budu chtít, ale dávám si dobrý pozor, abych se u toho nestala otrokem svého ega. To se totiž umí skrývat za velmi ušlechtilými zájmy a často nás nutí skákat z nížin hned na vrcholy. Ego laskavě poplácejte po rameni a nakrmte ho, co se do něj vejde, ať vám dá chvilku pokoj. A uvědomte si, že všechno, co děláte, děláte s láskou k sobě a k životu jako takovému. Nemusíte nikomu nic dokazovat. Vypreparujte slova „musím“ a „snažím se“ ze svého slovníku. Nemusíte se o nic snažit.

Jak ale vytvořit onen patřičný tlak, který posune naše hranice a umožní obydlet území za hranicemi komfortní zóny? Jednoduše. Je potřeba být aspoň trochu zvědavá. Tato veskrze dětská vlastnost (podle čínské medicíny související s kvalitou prvku Dřeva a energií jater) je jako kořínek rostliny, která se dokáže dostat na povrch i přes tvrdou vrstvu asfaltu. Vaše zvědavost jemně a s láskou prorazí nánosy sebedestruktivních přesvědčení, obejde domnělá omezení a najde si cestu tudy, kudy ještě nikdy nikdo nešel. To dítě ve vás vám prošlapává cestu a zanechává stopy. Když na takovou stopu později narazíte, pomůže vám vzpomenout si, proč jste vlastně na světě. Dítě ve vás má vždycky pro co žít. Starejte se o tu malou holčičku v sobě dobře, to ona je vaše dobovatelka.

Mgr. TEREZA VAR VIKTOROVÁ

Terapeutické metody (60)

ČCHI KUNG: PĚSTOVÁNÍ ŽIVOTNÍ ENERGIE

Z HISTORIE

Praktikování čchi kungu, tedy „pěstování životní energie“, sahá až 4 000–5 000 let zpět. Nejstarší důkazy ho spojují se šamanskými praktikami, kultivací dechu a pohyby inspirovanými přírodou a vesmírnými zákony. Jeho původní kořeny tkví v taoistické filozofii a klasické čínské medicíně (předchůdkyni dnešní TČM), která kladla důraz na rovnováhu mezi pěti prvky, orgánovými systémy a meridiány. Čchi kung představoval způsob, jak se sladit s Tao – přirozeným řádem světa – prostřednictvím dechu, záměru a pohybu. TČM jej později začlenila do terapeutických praktik pro léčení, prevenci a dosažení dlouhověkosti. Během staletí se čchi kung rozprostřel do řady lékařských, bojových a duchovních odvětví, ale zůstal zakořeněn v pozorování přírodních cyklů, vnitřní kultivaci a toku energie.

JAKÝ SMYSL MÁ DNES?

Ve světě zahlceném chronickým stresem, digitálním přetížením a odpojením od přírody nabízí čchi kung návrat k rovnováze. S přibývajícím důkazy z neurovědy a somatického výzkumu nyní chápeme, jak dech, pohyb a záměr ovlivňují nervový systém. Čchi kung aktivuje jeho část nazývanou parasympatikus – často označovaný jako stav „odpočinku a trávení“. To uklidňuje stresové hormony (kortizol), reguluje srdeční frekvenci, zlepšuje imunitní funkce a obnovuje stálost vnitřního prostředí. Vědecké studie naznačují, že všímavý pohyb, na kterém je čchi kung založen, může zlepšit neuroplasticitu, emoční regulaci a kognitivní jasnost.

PŘÍNOS PRO NAŠE ZDRAVÍ

- » **Fyzické tělo:** Plynulé pohyby podporují proudění krve i čchi, vyživují tkáň a odstraňují stagnaci. Zvyšují ohebnost, koordinaci a snižují riziko pádu. Cvičení masíruje vnitřní orgány, zlepšuje trávení, dýchání i srdečně-cévní funkce.
- » **Duševní a emoční pohoda:** Čchi kung snižuje stres meditativním dýcháním a všímavým pohybem. Regulace dechu zlepšuje jasnost, zatímco vyvážení čchi harmonizuje emoce a pozvedává náladu.
- » **Energie a vitalita:** Rovnováha životní energie vede k větší výdrži a lepšímu spánku. Praktiky jako Vnitřní úsměv a dýchání do Tan Tien (tan tchien) posilují orgány a obnovují vnitřní zdroje.

TŘI ZÁKLADNÍ PILÍŘE

1. Povědomí o těle

Cvičením si důvěrně uvědomujeme naši kosterně-svalovou strukturu (svaly, kosti, fascie) a také vnitřní systémy: krev, lymfu, nervy. Čchi kung zvyšuje vnímání dynamiky jin a jang, stoupající a klesající energie, gravitační síly a elektromagnetického pole těla. Toto uvědomění poskytuje rafinovaný nástroj k sebeovládání.

2. Dech jako životní síla

Všechny živé organismy potřebují kyslík. Od buněčného dýchání až po funkce mozku, dech udržuje život. V čchi kungu zjemňujeme a regulujeme dechové vzorce, abychom maximalizovali příjem kyslíku, podporujeme vitalitu a stálost vnitřního prostředí napříč systémy – kardiovaskulárním, respiračním, lymfatickým, endokrinním, imunitním a nervovým. Brániční a reverzní dýchání zvyšuje kapacitu plic, stimuluje parasympatikus, a naopak uklidňuje sympatický

nervový systém. Dech, když je vědomě kultivován, se stává médiem, skrze které životní síla zesiluje, propustuje, vyživuje a transformuje každou část těla.

3. Záměr a duševní zaměření

„Kam jde mysl, tam je čchi.“ Záměr je vědomé zaměření používané během praxe. Každý pohyb, nádech nebo pauza jsou tréninkem pozornosti. Postupem času se zostřuje všímavé uvědomování a naše schopnost nasměrovat energii k léčení, vyživování nebo posilování konkrétních orgánů a oblastí.

DUCHOVNÍ RŮST

Čchi kung otevírá bránu nejen ke zdraví, ale také k vnitřnímu klidu a vyššímu uvědomění. Důsledné cvičení pěstuje hlubokou introspekci (zvnitřněné vnímání), odhaluje naše zvyky, vzorce a kultivuje vnitřní moudrost. Meditace v čchi kungu harmonizuje dech, tělo, mysl a energii. Vystávají v ní myšlenky, obrazy a emoce jako mentální objekty. Spíše než, že bychom je potlačovali, pozorujeme je a přetváříme. To vede k větší emocionální jasnosti, vyrovnanosti a odolnosti, v souladu s taoistickou a buddhistickou moudrostí, podporovanou dnes již i kognitivní neurovědou a moderní psychologií.

ZÁVĚR: VAŠE CESTA ZAČÍNÁ UVNITŘ

Čchi kung je hluboká cesta transformace. Ať už hledáte silnější zdraví, jasnost, duchovní spojení nebo jednoduše způsob, jak zpomalit – čchi kung vás potká tam, kde jste. Prostřednictvím vědomého pohybu, uvědomování si dechu a meditace se účastníci učí vracet se do přítomného okamžiku, uvolnit psychické napětí a probudit svou přirozenou životní sílu. Vdechnout život každému pohybu.

JOSEF BERAN





Co je komfortní zóna?

Konečná stanice, prosíme, vystupte – z komfortní zóny. Není snad motivačního řečníka, který by o ní nemluvil a nenabádal k opuštění této oblasti, abychom mohli žít lépe. Co to přesně je a co se nachází za ní, se od nich většinou nedozvíme. Pojďme ji tedy blíže prozkoumat.

DVA NÁZORY

Toto dnes nadužívané slovní spojení není jednoduché definovat. Každá metoda i člověk mají svoje vysvětlení, která jdou často proti sobě. Všeobecně se přijímají dvě teorie, které rozdělují svět seberozvoje.

První říká, že komfortní zóna je prostorem stability, psychické pohody a bezpečí, což umožňuje růst, osobní rozvoj a chuť čelit výzvám. Tato hypotéza považuje zónu za podporující prostředí, jehož opuštění představuje příležitost k získání nových zkušeností pro kultivaci tohoto bezpečného prostoru.

Druhý úhel pohledu tvrdí, že oblast komfortu je stav, kdy už jsme jen v rutíně, neděláme nic nového, kreativního a náročného. Setrvávání zde vede k nudě, frustraci a nespokojenosti, pro naplněný život je třeba zónu opouštět a čelit novým výzvám. Dlouhodobý pobyt

v komfortní zóně je v této hypotéze překážkou osobního růstu.

KOMFORT VS. STAGNACE

Často opomíjené a zaměňované jsou pojmy komfort a stagnace. Můžeme totiž růst v komfortní zóně stejně jako stagnovat mimo ni. Komfort je jako dům, naše bezpečí, základna. Je to prostředí, kde se cítíme dobře, jsou tu známé věci a situace, prostor pro sebereflexi. Stagnace se dá popsat jako zamčený sklep v domě, stav dlouhodobého ustrnutí, nehybnosti a vnitřního neuspokojení.

Dnes se často říká, že pokud se někdo nachází v komfortní zóně, stagnuje a je líný. Toto je „pravda“, kterou nám nabízí mainstream a vede k tlaku na výsledek, neustálé honbě za něčím novým a občas i k vyhoření a úzkostem. Nevychází se? Jsí nedostatečný. Ne každý se však musí vyvíjet dramaticky a navenek viditelně. Pokud v komfortní zóně vědomě pracujeme na sobě a mistrovství, lze mimo ni odcházet přirozeněji a prohlubovat zde svoji jistotu.

KOMFORT VS. POHODLÍ

Zde je rozdíl mnohem jemnější než v předchozím případě, avšak stejně, ne-li

více důležitý. Synonymem pro komfort může být slovo pohodlí, ale v osobním rozvoji je mnohem výstižnější výraz pohoda. A z toho vychází i odlišnost těchto stavů. Komfort je vyvážený stav, který podporuje naši fyzickou i psychickou pohodu, a tím i osobní rozvoj. V pohodlí, respektive pohodlnosti, se vyhýbáme výzvám, jakýmkoliv změnám či úsilí a setravujeme i v něčem, co je pro nás silně toxické, ale přeci jen pohodlné. Komfort nás tedy podporuje na cestě vpřed, kdežto pohodlí vede ke sklouzávání ke starému, i když nevyhovujícímu.

VYBÍREJTE SI Z KATALOGU MOŽNOSTÍ

Co se nachází mimo „přístav bezpečí“, v „oceánu nejistoty“? Neznámý a nebezpečný svět nebo hřiště pro zlepšování dovedností? Odpověď je jednoduchá. Nalezneme tam vše, co chceme. Pokud očekáváme, že tam budou hrůzy, tak budou. Když si jdeme za prostorem k obohacení, také tam je. Je to takový nekonečný katalog možností a příležitostí, který nám dá to, na co se soustředíme. Velmi záleží, jak daleko a jakým způsobem jdeme za hranici zóny. Například cítíme-li nejistotu v potkávání se s novými lidmi, tak představa týdenního pobytu v jedné místnosti s pěti dalšími, cizími osobami může být destruktivní. Ale třeba jít na místo, kde už to známe, a tam potkat někoho nového, může být mnohem příjemnější a realizovatelnější. Tím se pak posouváme dál...

A KDE SE NACHÁZÍ TO SLAVNÉ FLOW?

Pokud hledáte to správné „flow“, leží přesně na hranici vaší komfortní zóny. Kde to ale je, když její definice je tak vágní? Je to stav, kdy se cítíme fyzicky a psychicky v pohodě a aktivita, které se věnujeme, je známá se špetkou nejistoty, výzvy a neznámého. Složitá tak akorát, ani extrémně náročná, ani nudná. Díky nalezení stavu flow je možné místo útěku mimo zónu komfortu posouvat její hranici. Důležité je neupnout se na dosahování výsledků a pokroku, ale užívat si život a to, čemu se věnuji, zkoumat, prohlubovat a také si dopřát klid od všeho toho seberozvoje. Nemusíte za každou cenu chodit třikrát denně hrát fotbalový zápas o zlatou medaili, je fajn si prostě jen tak jít s kamarády zakopat.

*Nalezení svého flow vám přeje
ONDŘEJ VESELÝ*



Podzimní semináře KROK ZA KROKEM K HLUBŠÍMU POZNÁNÍ

SPECIFIKA PŘÍSTUPU K DĚTEM PŘI LÉČBĚ NEMOCÍ Z POHLEDU TČM

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková

Seminář nás provede problematikou nejčastějších dětských nemocí. Vysvětlíme si, čím se péče o děti při použití produktů Energy liší od péče o dospělé. Zaměříme se na výběr i dávkování produktů a na co si u malých pacientů dávat pozor. Rozebereme také příčiny nemocí dětí z různých úhlů pohledu, včetně tradiční čínské medicíny.

Termín a místo konání: 31. 10. 2025, Praha

JÍST ZDRAVĚ A CHUTNĚ? S ENERGY TO JDE!

Praktický seminář o výživě, zdraví a produktech Energy

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková, Lenka Fotrová

V dnešní uspěchané době se stále víc ukazuje, jak zásadní roli hraje strava v našem zdraví, vitalitě i celkové rovnováze. Proto jsme do našeho programu nově zařadili praktický seminář zaměřený na výživu, kde se dozvíte, jak pomoci jídla podpořit své trávení, získat více energie a pečovat o tělo s respektem k jeho přirozeným potřebám. Představíme produkty Energy, které mohou vaši výživu podpořit a obohatit.

- » Výživa z pohledu lékaře – co skutečně prospívá našemu tělu
- » Seznámení s produkty Energy vhodnými pro podporu trávení
- » Inspirace pro každodenní stravování s Energyfood
- » Ochutnávka snídaně, která je lahodná a zároveň prospívá našemu zdraví a postavě

Termín a místo konání: 1. 11. 2025, Třebíč

PRINCIPY TČM UPLATŇOVANÉ PŘI TVORBĚ A VÝBĚRU PRODUKTŮ ENERGY

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková

Seminář je určen k hlubšímu porozumění základním principům tradiční čínské medicíny, na kterých jsou vystavěny produkty Energy. Budeme se zabývat tím, jaká vnitřní logika je v produktech zakomponována, což nám umožní je přesněji a cíleněji používat.

Termín a místo konání: 15. 11. 2025, Olomouc

SUPERTRONIC PRO PROFESIONÁLNÍ TERAPEUTY – STUPEŇ A

Lektor: MUDr. Bohdan Haltmar

Seminář je určen pro ty, kdo chtějí spojit svou profesionální dráhu s metodou EAV a sofistikovaným poradenstvím k používání produktů Energy.

- » A1 – Systém trávicí, vylučovací, cévní
- » A2 – Systém dýchací, nervový, pohybový, hormonální včetně gynekologie

Termín a místo konání: 27.–28. 9. 2025, Hradec Králové

SUPERTRONIC PRO ZAČÁTEČNÍKY – STUPEŇ C

Lektoři: MUDr. Bohdan Haltmar, Bc. Michaela Císařová, MSc.

Cílem je získání základních dovedností správného měření a interpretace výsledků kontrolních měrných bodů Vollových drah, testování přípravků Pentagramu®.

Termín a místo konání: 8.–9. 11. 2025, Hradec Králové

PŘEHLED WEBINÁŘŮ

Regenerace a očista organismu s produkty Energy

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková, termín: 2. 10. 2025



Podzimní péče o pleť

– objevte sílu humátů s Energy Beauty

Lektor: Ing. Irena Sladká, termín: 9. 10. 2025

Klinický webinář pro terapeuty

– témata podle vašich kazuistik

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková, termín: 23. 10. 2025

Předvánoční inspirace:

Novinky Energy Beauty – péče o oči a řasy

Lektor: Marie Bílková, termín: 6. 11. 2025

Diskuzní fórum Supertronic pro terapeuty:

jak efektivně využívat diagnostiku v péči o klienty

Lektor: Bc. Michaela Císařová, MSc., termín: 20. 11. 2025

Bolesti hlavy pod kontrolou

Lektor: MUDr. Ivana Wurstová, termín: 11. 12. 2025



VÝHODNÝ PODZIMNÍ BALÍČEK PRO SILNOU IMUNITU A ZDRAVOU KŮŽI

Členská cena balíčku: 522 Kč
22 bodů, 92 Kč ušetříte

VIROVET

ZASTAVUJE INFEKCI V POČÁTEČNÍM STADIU A URYCHLUJE TVORBU PROTILÁTEK. LZE JEJ POUŽÍVAT I JAKO PREVENCI PŘED NACHLAZENÍM.

AUDIVET

UPRAVUJE pH POKOŽKY A SLIZNIC, TLUMÍ ZÁNĚTLIVÉ STAVY ZPŮSOBENÉ VIRY, BAKTERIEMI A PLÍSNĚMI.



Akce je určena pouze pro členy Energy.

Platnost od 1. do 30. 9. 2025 nebo do vyprodání zásob.

Pentagram ve světě zvířat (11)

KDO PATŘÍ K PRVKU ZEMĚ

V tomto posledním díle seriálu nás čeká povídání o zvířatech, u nichž převažuje prvek Země. Z hlediska typologie bychom sem mohli zařadit například školního koně, trpělivě vozícího dokola studenty. Nebo labradorského retrívra, kterému jsem se rozhodla věnovat tento článek. Ale je na vás, abyste si hráli a zkusili k tomuto elementu přiřadit další plemena psů nebo různé jiné druhy zvířat.

Připomeňme si několik základních typických „zemských“ znaků (vycházím z testu, který jsme využili s posluchači webináře). Každý jedinec má v sobě samozřejmě zastoupené znaky všech pěti prvků, takže hledáme, které převažují. Proto se také ne všechny odpovědi z testu musí nutně shodovat.

- » Když se vy a vaše zvíře vydáte za dobrodružstvím, zvíře se nejpravděpodobněji bojí, je úzkostlivé, ale když půjdete společně...
- » Chcete, aby předvedlo, co umí. Když je v centru dění, tak to obvykle kazí, protože chce být perfektní.
- » Vaše obvyklá rutina se změnila, zvíře je nejspíš bázlivé a vyžaduje plnou pozornost.
- » Většinou se učí přes opakování.
- » Když je vyděšené, vyžaduje pozornost.
- » Můžete popsat nejčastější přístup vašeho zvířete k životu? Lenost.
- » Při setkání nové osoby se chová přátelsky.
- » Žere-li, zapomene, že existuje něco jiného.
- » Nejdůležitější v životě je pro něj harmonie.
- » Nejméně toleruje konflikt.
- » Jaký popis nejlépe sedí na vaše zvíře? Sympatizant.
- » Nemůže nikdy dostat dost objetí a pozornosti.

LABRADORSKÝ RETRÍVR

Toto plemeno má své kořeny na východním pobřeží Kanady. Bylo vyšlechtěno pro pomoc rybářům při práci s rybářskými sítěmi a na lovu. Později se z labradora stal oblíbený lovecký pes a také společník. My jej počítáme mezi lovecká plemena a FCI jej zařadila do skupiny slídiců, retrívrů a vodních psů. Je to snad jedno z nejoblíbenějších plemen na světě a není se čemu divit. Jde o naprosto bezkonfliktního psa, který je známý svou přátelskou a oddanou povahou. Zcela jistě můžeme říci, že je rodinný typ. Miluje všechny lidi obecně, děti, další zvířata a pro spokojenost své smečky by udělal cokoli. Má otevřenou a důvěřivou povahu. Je poslušný, rád se učí a velmi ochotně plní povely – hodí se proto i pro pejskaře začátečníky. Je spolehlivý a vysoce inteligentní.

Retrír potřebuje neustále fyzický kontakt se svojí rodinou, není dobré mít ho na zahradě, kde by pobýval sám. Chce být pořád u vás, nejlépe samozřejmě ve stejné místnosti. Potřebuje pohyb a je šťastný, když může na procházku s rodinou. Ale po příchodu domů mu naprosto vyhovuje, že si s vámi lehne například k televizi. Hlavně když bude ve vaší blízkosti.

Miluje vodu (i když znám některé výjimky), a pokud mu do ní házíte aport, je nadšený. Ostatně pro své lovecké schopnosti byl šlechtěn. Díky své naprosto nekonfliktní povaze a umění učinit kohokoli veselým (v jeho přítomnosti skutečně nelze mít špatnou náladu) se využívá jako terapeutický pes, také jako pes vodící, záchranář a lavinový pes.

Labradorského retrívra si tedy nepořízujte, pokud ho chcete mít jen na zahradě a nechcete ho pustit do domu. Nebo jestliže často cestujete či jste celé dny v práci a nemůžete ho brát s sebou. On na vás sice bude doma trpělivě čekat, ale nebude šťastný. Osamělost a nedostatek stimulace (fyzické i mentální) u něho způsobuje úzkosti a destruktivní chování (hrabání nebo kousání nábytku).

Mezi nejčastější zdravotní obtíže, které se u labradora vyskytují, patří obezita, trávicí problémy, diabetes mellitus a jiná hormonální onemocnění. Je náchylný také k dysplazii kyčelních kloubů, z hlediska prevence je nejlepší pravidelný a častý pohyb a přiměřená strava, ideálně bezobilná. Na to je třeba opravdu dávat velký pozor. Jídlo je pro něj důležité, sežere cokoli a v jakémkoli množství, obzvláště když se nudí. Velmi dobře mu dělá **Gynevet**, ať už preventivně, nebo terapeuticky.

A tímto náš seriál končí. Za celý náš veterinární tým mohu, myslím, napsat, že jsme si ho užili, a doufáme, že se líbil i vám. Hrajte si s typologií zvířat, zkoumejte, a ať vám mazlíčci dělají radost! A zrovna tak – ať vy děláte radost jim!

MVDr. MIROSLAVA MUČKOVÁ UZLOVÁ
(Konec seriálu)



Réva vinná

PŘÍBĚH CIVILIZACE NALITÝ DO POHÁRU



Není keř jako keř. Zatímco většina jich roste tiše na okraji zahrady, réva vinná ovlivnila dějiny lidstva, gastronomii i náboženství. Z popínavé rostliny se stal kulturní fenomén. Kdo by to byl řekl, že tahle nenápadná dřevina má na svědomí tisíce let lidské vášně od biblických časů až po prestižní vinařské soutěže?

CO JE ZAČ

Jde o rostlinu z čeledi révovitých, rodu *Vitis*, který zahrnuje více než 70 druhů. Vytrvalý, dřevnatý, popínavý keř má charakteristické úponky šplhající po opoře. Listy jsou laločnaté a plody (bobule) rostou po 50–150 ve shlucích nazývaných hrozny. Réva se pěstuje na vinicích, obvykle v řádcích s podporami, kolem kterých se rostlina ovíjí. Potřebuje dobře propustnou půdu, mírné svahy a co nejvíce slunce, ideálně 1 500–2 000 hodin slunečního svitu za vegetační sezonu.

ODKUD RÉVA POCHÁZÍ

Původní domovinou vinné révy je oblast Kavkazu a Blízkého východu, první domestikace se datuje zhruba do 6. tisíciletí př. n. l. Na našem území byla známá už v období Velké Moravy, výrazný rozmach vinařství nastal za Karla IV. Dnes se pěstuje téměř na všech kontinentech kromě Antarktidy.

PROČ KONZUMOVAT HROZNY?

Hrozny nejsou jen sladkou pochoutkou. Obsahují vitaminy C, K, B₆, draslík, železo, měď, mangan a antioxidanty – především

flavonoidy a resveratrol. Tyto látky mají pozitivní vliv na srdce, cévy, imunitní systém a zpomalují stárnutí buněk. Resveratrol, který se nachází hlavně ve slupkách tmavých hroznů, má protizánětlivé a protirakovinné účinky, snižuje krevní tlak a podporuje zdraví mozku. Navíc hrozny obsahují přírodní cukry (glukózu a fruktózu), kyselinu vinnou a jablečnou, třísloviny a vlákninu. Díky tomu jsou ideálním ovocem pro rychlé doplnění energie, podporu trávení a detoxikaci organismu. Jejich usušením vzniknou rozinky, které si zachovávají většinu těchto živin v ještě koncentrovanější podobě.

ROLE VÍNA V HISTORII

Kvašením šťávy z hroznů vzniká nápoj – víno. Tento proces probíhá přirozeně působením kvasinek, které přeměňují cukry na alkohol a oxid uhličitý. Výsledná chuť, barva, aroma i charakter vína závisí na odrůdě, lokalitě, způsobu sběru a použitých technologiích. Výroba vína původně vznikla ze snahy uchovat hrozny na zimu. Ale tento nápoj plnil od počátku také hlubší kulturní a duchovní roli. Starověké civilizace jako Sumerové, Egypťané, Řekové a Římané víno nejen vyráběly, ale také uctívaly. Bylo nápojem bohů, symbolizovalo plodnost, život a spojení s vyššími silami. V křesťanství a judaismu se stalo důležitou součástí náboženských rituálů. Ve všech kulturách, kde se víno pilo, hrálo roli společenského pojítka, symbolu přátelství, pohostinnosti a oslav. Utužovaly se jím aliance i lásky, uzavíraly obchody, mírové smlouvy i svatby.

RÉVA VINNÁ V KUCHYNI

Réva vinná má své čestné místo i v kuchyni, ve všech svých podobách. Čerstvé hrozny se často používají do salátů, na sýrové mísy nebo jako sladká ozdoba dezertů. Ve Středomoří a na Blízkém Východě se s oblibou používají vinné listy k přípravě plněných závitků, třeba řecké dolmades nebo turecké „yaprak sarma“, které se plní rýží, bylinkami a mletým masem. Tekuté víno je klíčové při vaření mnoha pokrmů. Od francouzského „coq au vin“ (kohout na víně) přes italské „risotto al vino bianco“ až po španělskou sangrii jako osvěžující nápoj. Víno slouží jako marináda, základ omáček nebo k flambování masa a dezertů. Rozinky se pak hojně využívají ve sladké kuchyni, neobejde se bez nich rakouský štrúdl, britský christmas pudding, indické „biryani“ nebo marocké pokrmy, kde se kombinují s kořením a masem.

MŮJ POHLED

Réva vinná je fascinující rostlina, která si podmanila celý svět – a není se čemu divit. Nabízí nejen chutné plody plné zdraví, ale i základ pro výrobu jednoho z nejstarších kulturních nápojů naší civilizace. Její pěstování je věda i umění zároveň. V každém hrozně je slunce, půda, voda, ruce vinaře a trocha magie. Tak až si příště utrhnete bobuli nebo nalijete sklenku, vzpomeňte si, že držíte v ruce výsledek několika tisíciletí spolupráce člověka s přírodou. A kdo mě zná, ten ví, že sklenku dobrého suchého bílého neodmítnu nikdy.

Září zajímavé jako příběh vinné révy vám všem přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ



HOVĚZÍ LÍČKA NA ČERVENÉM VÍNĚ

1 kg hovězích líček, sůl, pepř, 5 lžic olivového oleje, ½ bulvy celeru, 3 větší mrkve, 2 kořenové petržele, 2 červené cibule, 2 stroužky česneku, 2 bobkové listy, 6 kuliček nového koření, čerstvý rozmarýn a tymián, 1 lžice třtinového cukru, 2 lžice rajského protlaku, 1 litr suchého červeného vína, 700 ml hovězího vývaru, 2 lžice másla, 200 g žampionů, 1–2 hrsti čerstvé petrželky

Hovězí líčka očistíme, odblaníme, osolíme a opepříme. Ve větším hrnci nebo pekáči vhodném i pro pečení v troubě je opečeme na olivovém oleji ze všech stran, aby se zatáhla. Vyjmeme a odložíme stranou. Do hrnce vložíme kořenovou zeleninu nakrájenou na kostičky a zarestujeme, poté přidáme nakrájenou cibuli a česnek, koření a znovu pečlivě restujeme. Přidáme bylinky, rajský protlak a cukr. Mícháme asi 2 minuty. Zalijeme vínem, přivedeme k varu a svaříme asi na třetinu. Předehřejeme si troubu na 140 °C. Do hrnce vložíme líčka a přidáme vývar, přiklopíme poklicí a vložíme do předehřáté trouby. Dusíme asi 2 hodiny do měkka. Na 2 lžících másla zprudka opečeme žampiony nakrájené na čtvrtky, osolíme, opepříme, posypeme petrželkou a přidáme k hotovému masu. Podáváme ideálně s bramborovou kaší.

HRUŠKY V PORTSKÉM

4 zralé hrušky, 4 polévkové lžice třtinového cukru, 30 g másla, 100 ml portského vína, 120 ml pomerančové šťávy, ½ lžičky skořice

Do kastrolu dáme máslo, cukr a hrušky nakrájené na čtvrtky. Hrušky ve směsi zahříváme 3 minuty z každé strany, až budou zlatavé. Přilijeme portské, pomerančovou šťávu a přidáme skořici. Vaříme 5 minut. Hrušky rozdělíme na talíře, polijeme šťávou s portským. Můžeme doplnit vanilkovou zmrzlinou, jogurtovou omáčkou nebo omáčkou sabayon.



DOLMADES – ŘECKÉ PLNĚNÉ VINNÉ LISTY

20 vinných listů, 300 g rýže, 1 cibule, čerstvé bylinky – máta, kopr, oregano, 2–3 lžice olivového oleje, 1 citron, 250 g bílého řeckého jogurtu, 2 stroužky česneku, sůl, pepř dle chuti

Listy vinné révy spaříme vroucí vodou a necháme okapat. Rýži osolíme a uvaříme. Přidáme do ní najemno nakrájenou cibuli, pepř a nasekané bylinky. Na dlaň nebo na podložku položíme list vinné révy žilnatou strukturou nahoru. Odstraníme stopku a na širší okraj dáme trochu náplně. Boční kraje listu překlopíme přes náplň a pak jeho rolováním vytvoříme závit. Po naplnění na závity vymačkáme šťávu z citronu. Do nízkého hrnce nalijeme trochu oleje, závity položíme těsně k sobě. Přidáme vodu, aby dosahovala až po jejich okraj. Zakryjeme pokličkou a na mírném plameni necháme dusit 20–30 minut. Dolmades podáváme s jogurtovým dresinkem, který připravíme smícháním jogurtu s česnekem, solí a pepřem.



KUŘECÍ SALÁT S HROZNOVÝM VÍNEM

2 pečená kuřecí prsa, 150 g červeného hroznového vína bez pecek, 1 červená cibule, 1 jablko, 100 g ořechů, šťáva z 1 limety, 4 lžice majonézy, 2 lžice bílého jogurtu, sůl a černý pepř dle chuti, 1–2 hrsti čerstvé petrželky

Do misky vložíme pečené maso nakrájené na kostky, kuličky hroznového vína rozkrojené napůl, cibuli nakrájenou najemno, jablko bez jadřinců na tenké plátky, nasekané ořechy, přidáme majonézu, jogurt, limetovou šťávu, sůl, pepř a promícháme. Posypeme petrželkou. Podáváme vychlazené s bílým pečivem.

SABAYON ZE ŠUMIVÉHO VÍNA

1,5 dcl šumivého bílého vína, 4 žloutky, 200 ml vody, 200 g cukru

Vajíčka rozklepneme a oddělíme žloutky od bílků. Do rendlíku vlijeme vodu a přidáme cukr, zredukujeme do hustší konzistence. Přidáme žloutky a šumivé víno. Rendlík vložíme do vodní lázně (například nad hrnec s vařící vodou – neměla by však příliš vřít) a žloutky s vínem začneme hned šlehat. Postupně dochází také ke změně barvy, zesvětílá. Servírujeme okamžitě s ovocem nebo sladkým dezertem.

Zeptejte se hvězd

Monika Štejdířová (www.centrumarael.cz) – odpovídá na dotazy z oblasti osobního a duchovního rozvoje. Pomocí astrologie a numerologie může poskytnout náhled na řešení životních kroků. Doporučované produkty Energy určuje individuálně s astrologickým přihlédnutím do mapy narození klienta, v případě neznalosti času narození pak s pomocí numerologie. Dotazy s datem narození, u dotazu pro astrologii také s časem a místem narození, posílejte na e-mail: centrumarael@seznam.cz.

Mívám silné nutkání zadržovat dech, když cítím vnitřní strach. Jako bych se tím chtěla schovat před světem. Je to normální?

KARIN V., Lysá nad Labem

Ano, tělo tímto způsobem instinktivně reaguje na stres. V TČM jsou plíce sídlem dechu, rytmu i kontaktu se světem. Pokud dech zadržujeme, může jít o známku oslabení plicní energie, která souvisí se smutkem, úzkostí a obtížným přijímáním života takového, jaký je. Psychosomaticky je to forma obrany – uzavření se v sobě, odmítnutí pohybu a vnímání.

Spirituálně jde o volání po důvěře – dechu, který proudí skrze nás a přináší spojení s přítomností. Dech je přijetí. Skrze vědomé dýchání se vracíme do těla i do života. Pokud ve vás otázky vyvolává i tělesná stránka, může být pro vnitřní klid užitečné promluvit si s lékařem a případně vyloučit potíže s dýchacím ústrojím nebo autonomní regulací, včetně hyperventilačního syndromu. Doporučuji **QI coffee** pro jemné probuzení životní energie, **Imunosan** k posílení plicní a obranné QI (čchi) a **Renol**, který navodí hlubší očistu emocí i těla.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

„Když se ti nelíbí, kde jsi, pohni se, nejsi strom.“ – za správně vyluštěnou červnovou tajenku posíláme poukázku těmto čtenářům:

- » Mia Anděrová, Praha
- » Ilona Binarová, Trutnov
- » Růžena Švecová, Dolní Čermná

Vylosovaní výherci obdrží poštou poukázku na **1 koncentrát z Pentagramu®**, který si mohou vybrat v kterémkoliv Klubu Energy nebo u svého prodejce.

Tajenku křížovky z tohoto čísla magazínu spolu se svojí adresou zašlete nejpozději do **22. 9. 2025** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7 nebo e-mail: tajenka@energy.cz.

„To, co lidé nazývají štěstím, je okamžik, kdy... (TAJENKA).“ – Gilbert Cesbron

Nápověda: ATTA; ÉTÉ; KAMP; TEKY	Okopírovat	Křemeňáky	Přestupek nebo přečin		Mravenec střiháč	Část lidského těla nad boky	Tehdy	MPZ Rumunska	Sopečná hornina		Útisk	Pojmenovat	Tyče na předku vozů	Část úst
Ostravsko- karvinské doly				Povel pro psa Goniomet- rické funkce						Zimní měsíc				
1. část TAJENKY										Záhady Iniciály skladatele Dvořáka				
Vrhat selata								Fistulový hlas Území v Himálaji						
Zírafa z knížky Jindřicha Plachty						St. SPZ Hradce Králové Opak dobra			Zástup Výnos z kapitálu				Zbavovat prádlo pracího prostředku	Nesmělé
Stromy týky					Úspěch Jilovitá usazená hornina					Druh spo- jení trámů Noviny a časopisy				
	Značka nitů Příliš			Vnímat zvuk Radová číslovka							Litinový plát Zkr. chemo- terapie			
Moje			MPZ Slovinska Zkr. inten- zivní péče			Řeholník Iniciály cestovatele Zikmunda						Slabika smíchu Rekontra (karet.)		
Vlastníma očima pozorující (-)						2. část TAJENKY								
Horolezecká hůl s kovovým zobcem						Orgán vidění					Prales v povodí Amazonky			



Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

ČAGA – DAR ZE SIBIŘE

Z chladných míst severní polokoule pochází houba, která má velmi příznivý účinek na naše zdraví. Na Sibiři se z ní v dávných dobách vařil čaj a říkalo se jí dar od Boha či houba nesmrtelnosti. Svým vzhledem připomíná spáleninu či zuhelnatělé dřevo a nikdy neroste na mrtvých kmenech. Sibiřští šamani čagu považovali za největší a nejvzácnější poklad z přírody, který byl lidem darován samotným duchem tajgy. Dávala se především sibiřským lovcům, aby každý den měli sílu a bdělost. Po úspěšném lovu se používala houba jako vykuřovadlo během oslavných rituálů. Zajímavostí je také fakt, že v románu Rakovina od Alexandra Solženicyna pije hlavní hrdina odvar z čagy v onkologickém sanatoriu. Údajně to má být odkaz na samotného autora, který velký podíl na svém uzdravení z rakoviny připisuje právě čaze.

INONOTUS OBLIQUUS

Rezavec šikmý (*Inonotus obliquus*, *Phaeoporus obliquus*, čaga, chaga, březová houba, *Kabanoanatake*, *Sterile conk*) je dřevokazná houba, která roste především na břízách, ale i na dalších listnatých stromech. Má dvě podoby, které se různě nazývají. Setkat se můžeme s označením nepravá a pravá, sterilní a fertilní nebo také nedokonalá a dokonalá.

Nepravá forma není skutečnou plodnicí, ale sterilní myceliální masou, prorůstající kůrou a dřevem stromu. Tvoří černý, tvrdý výrůstek s prasklinami, vnitřek má oranžovou až hnědou barvu. Dosahovat může až 50 centimetrů v průměru a růst může dva roky i dvacet let. Právě tato nepravá forma je využívána v léčitelství. Pravá plodnice se objevuje až po smrti napadeného stromu. Je tenká, žlutohnědá a vytváří se nejčastěji pod kůrou. Má lupenitou strukturu a uvolňuje výtrusy, které napadají okolní břízy.

VÝVOJOVÝ CYKLUS ČAGY

Vše začíná vznikem výtrusu z pravé plodnice, který se šíří vzduchem. Dopadá na poškozenou kůru stromu a pomalu prorůstá kůrou a dřevem. Po čase začne vznikat mycelium (podhoubí), které se rozšiřuje a živí se ligninem a celulózou hostitelského stromu. Po několika letech začne bezplodné mycelium vystupovat na povrch a vytváří se „černý nádor“. Jeho tvar závisí na druhu stromu a poškození, kudy se výtrus do dřeva dostal. Výrůstek se může táhnout v dlouhém pruhu, mít balónovitý tvar či také nepravidelně hrbolatý plný mělkých i hlubších trhlin. Nádor je plný bioaktivních látek. Po smrti stromu se začne uvnitř tvořit pravá plodnice (tzv. fertilní fáze). Ta vypadá jako

tenká vrstva kůry uvnitř kmene. Po pár měsících až několika letech začne plodnice produkovat výtrusy a cyklus jede opět od začátku. Tato forma je vidět jen vzácně a nemá léčebné využití. Vzhledem k dlouhému vývojovému cyklu čagy se dnes v léčitelství využívá laboratorně pěstovaná forma, vyvinutá ve 20. století v bývalém Sovětském svazu. Pěstuje se nejčastěji na obilném, dřevěném nebo syntetickém substrátu se sklízí do několika týdnů, maximálně měsíců.

HISTORIE

V Persii v 11. století měl údajně lékař léčit pomocí této houby, jedná se však pravděpodobně pouze o legendu. Některé výzkumy jdou dále a čagu posouvají až do roku 3 400 př. n. l. Doložené použití se datuje na přelom 11.–12. století, kdy si ruský car Vladimír II. Monomach vyléčil čagou nádor na rtu. První písemná zpráva o účincích čagy pochází z 16. století z herbáře *Domostroj*.

Sláva houby se šířila a v 19. století byla běžnou součástí lékopisů. Vědecký průlom přišel ve 40. letech 20. století, kdy byla publikována první klinická zpráva o užití čagy u pacientů s rakovinou žaludku. Čaga byla následně studována ve Finsku, Polsku a později i v Japonsku. „Znovuobjevena“ byla v 90. letech a dnes je moderním trendem na trhu s medicínami houbami a biohackingem.

NA PORANĚNÍ I ZÁNĚTY

Mezi účinné látky čagy patří kyselina betulová (extrahovaná jen ze dřeva břízy), polysacharidy, melanin, fenolické sloučeniny, triterpeny, steroly, železo, hořčík, zinek a draslík.

V sibiřském lidovém léčitelství se čaga používá na posílení imunity a vitality, k léčbě žaludečních vředů, chronických zánětů a urychlení pooperačního hojení. Podává se také pro zmírnění bolesti kloubů a svalů a ve formě pasty na léčbu poraněné kůže při zranění, popálení či vyrážkách.

V západní medicíně je využívána ke zlepšení psychické odolnosti, vyrovnání při stresových zátěžích a k ochraně buněk před poškozením volnými radikály. Dále pro podporu trávení, jater a detoxikace, regeneraci sliznic a některé studie uvádějí také pozitivní účinek na léčbu herpesvirových infekcí. Probíhají klinické studie ohledně možné podpory při nádorových onemocněních. Při užití čagy jako doplňku k onkologické léčbě klinické studie ukazují na imunostimulační účinky a také na schopnost zpomalit růst nádorových buněk.

V přípravcích Energy naleznete čagu v produktu **Mycopan**.

ONDŘEJ VESELÝ

Zdravá a silná imunita

PREVENCE / PODPORA / REKONVALESCENCE

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Imunosan + Flavocel	850 Kč	37	95 Kč
Vironal + Flavocel	791 Kč	34	88 Kč
Drags Imun + Flavocel	832 Kč	36	93 Kč
Cistus complex + Flavocel	778 Kč	34	87 Kč
Grepofit kapsle + Flavocel	717 Kč	31	80 Kč
Grepofit drops + Flavocel	684 Kč	29	76 Kč
Grepofit kapsle + drops + spray	842 Kč	36	93 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol a. + spray	1 049 Kč	45	116 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol aqua	842 Kč	36	93 Kč
Grepofit kapsle + nosol aqua + spray	748 Kč	33	83 Kč
Grepofit drops + nosol aqua + spray	715 Kč	29	79 Kč



Jedná se o doplňky stravy.
Akce platí do vyčerpání zásob!

Cenná doporučení MUDr. Alexandry Vosátkové
sí přečtete v brožuru "Zdravá a silná imunita".

Kluby a konzultační centra nabízejí

BLÍŽEJOV

Provozní doba KE Blížejev:

út 10–12, čt 16–18 h., jiné termíny (včetně so a ne) po tel. domluvě: 721 384 473

Provozní doba KC Domažlice, Srnova 76:

po a st 13–16.30, út 8.30–12 h.,
tel.: 602 389 233

POZOR – 1.–10. 9. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

bezplatná poradna, prodej produktů Energy vč. veterinárních / automatická kresba / zaslání produktů Energy / měření SPT / dárkové poukazy / poradna pro bezlepkovou dietu / kraniosakrální terapie, kineziologie – Ing. J. Johánek, tel.: 721 728 381

Nabídka KC – poradna, Energy produkty:

» DOMAŽLICE – MVDr. Hynčíková Birnerová L., tel.: 604 489 477 (veterina)

» DOMAŽLICE – MUDr. Budka T., tel.: 603 226 913 (Energy produkty v gynekologii)

» RASPEŇAVA (Liberecko) – Mgr. Vondráčková D.,

tel.: 792 305 336 (Supertronic),
e-mail: supertronic@dagmarcentrum.cz

» SUŠICE – Ing. Adamcová J.,
tel.: 605 128 207 (konzultace)

» SVINNÁ – Birnerová I.,
tel.: 723 107 663 (masáže)

» TRNOVÁ – Míčová J.,
tel.: 723 204 672 (reflexní terapie, poradenství)

Kontakt:

Bc. Johánková Jitka

Blížejev 124

tel.: 721 384 473

e-mail: johankova@centrum.cz

www.energyprodukty.cz

Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy:

» KC BLANSKO – Sladkovského 2a
– Ing. Jitka Součková, tel.: 608 620 059

Kontakt:

Boskovice, Jiráskova 8

Zdravá výživa Na Cestě

tel.: 731 543 388

e-mail: na-cestě@seznam.cz

BRNO

Provozní doba – POZOR, ZMĚNA:

po, st 10–12, 14–17.30, út 13–17.30,
pá 9–12 h.

Stálá nabídka:

poradna, prodej a zaslání produktů Energy, vč. veterinárních / měření SPT – V. Komoňová, Z. Erbenová, Ing. K. Karmazínová / masáže, Dornova metoda – H. Šobáňová / kineziologické testování vhodnosti přípravků Energy, zhotovení aurogramu, poradna – H. Hosová / masáže klasické, lymfatické,

Kluby a konzultační centra nabízejí

andělské terapie – R. Zavřelová, zaroma@seznam.cz, členové Energy sleva 10 % / Access Bars – tel.: 723 726 230, miri.aberlova@seznam.cz / měření SPT – Z. Erbenová, tel.: 603 596 812 / výživové poradenství – Ing. K. Karmazínová, tel.: 530 500 422 / regenerační a relaxační masáže celého těla krémy Energy – M. Srnská, tel.: 773 735 330

Nabídka KC – měření SPT:

- » BRNO – Husovice, U ZLATÉ ručičKY, Kaloudova 21, pí. Erbenová, tel.: 603 596 812
- » JEVÍČKO – Třebovská 839, prodejna Harmonie, pí. Komoňová, tel.: 602 347 037
- » KUŘIM – Studio zdraví Harmonie, pí. Hrnčířová, tel.: 732 764 533 (měření EAV)
- » NOVÉ MĚSTO NA MORAVĚ – Hornická 970, Ing. Brettová, tel.: 608 338 991, 724 037 437
- » ŽIDLOCHOVICE – Strejčův sbor 163, po, út 8.30–12, 13–16.30, st 8.30–14 h., čt, pá – dle objednání – měření Supertronicem, kraniosakrální terapie, terapie BEMER, celostní terapie a vyšetření z kapky krve, akupunktura, masáže, baňky, fyto terapie – Iveta Janáčková, tel.: 603 811 428, e-shop: www.energyzidlochovice.cz

Kontakt:

Brno, Sukova 4
tel.: 530 500 422, 737 479 120
e-mail: info@brnoenergy.cz
www.brnoenergy.cz, www.clenenergy.cz
FB – Energy Czech Republic a.s., klub BRNO

ČESKÁ TŘEBOVÁ

Provozní doba:

lichý týden po–čt 8–13,
sudý týden po–čt 13–18 h.,
dále dle dohody

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy vč. veterinárních / měření SPT / masáže, baňkování, lymfodrenáž / jóga, SM systém / ochutnávky čajů a zelených potravin / zdravotní konstelace pod vedením MUDr. Ivany Wurstové, s doporučením bylinných produktů Energy

Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy včetně veterinárních:

- » NOVĚ: ČESKÁ TŘEBOVÁ – Vily 624, Lenka Rybková, tel.: 604 455 131
- » ČESKÁ TŘEBOVÁ – Spižirna u Magdaleny, Na splavě 56, Klimešová Magdalena, tel.: 601 360 458 – prodejna bez obalu, měření SPT

- » FRÝDEK MÍSTEK – Balírna Můj Svět, Malé náměstí 518, Michnová Lenka, tel.: 777 157 027
- » LITOMYŠL – J. E. Purkyně 1218, Lustyková Pavlína, tel.: 778 154 810, Pavlasová Martina tel.: 732 238 668 – kineziologie, biorezonance Bicom
- » LITOMYŠL – Salon Martina, Smetanovo nám. 15 (2. p.) – Jiřelová Martina, tel.: 793 068 820 – kosmetika, měření SPT, dle obj.
- » LUBNÁ 31 – Blažková Lenka, tel.: 725 907 191 – masáže
- » NEPOLISY 75 – Masáže s Markétou, tel.: 737 703 919 – měření SPT, masáže a cvičení
- » NYMBURK – U Moničky, Jičínská 1240, tel.: 723 307 318 – měření SPT, kosmetika
- » POLIČKA – Keramika Paprsek, Pálená 123 – Ostatková Dagmar, tel.: 603 841 051

Kontakt:

Česká Třebová, Moravská 218
tel.: 737 331 071
e-mail: energy.ceskatrebova@seznam.cz
www.avmasaze.cz

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

út–čt 9–12.30, 13.30–17,
pá 9–12.30, 13.30–15 h.

Stálá nabídka:

poradna, prodej a zasílání produktů Energy / diagnostika SPT / automatická kresba a Osho Zen Tarot / práce a působení polodrahokamů / měření krevního tlaku / e-shop: www.energyuklarky.cz /

ochutnávky zelených potravin,
vyzkoušení kosmetiky Energy

Mimořádná nabídka KE:

- » 13.–14. 9. – Rodinné konstelace – L. Zvolánek, Purkyňova 1085, Tábor, obj. na tel.: 776 454 874 nebo obchod.uklarky@seznam.cz

Nabídka KC – měření SPT, prodej produktů:

- » ČESKÉ BUDĚJOVICE – Regenerační studio od SRDCE, Stavouinon, Žižkova 12, Ing. Milan Morávek, tel.: 731 827 169
- » ČESKÝ KRUMLOV – Tadykytky, Plešivecká 142, tel.: 608 404 442
- » PÍSEK – Lumen, Tř. Nár. svobody 25, Radka Dušková, tel.: 737 099 656
- » VYŠŠÍ BROD – Zdravé krámké, Míru 407, Jindřich Hanzlíček, tel.: 739 429 935
- » ZAHOŘANKY-PŘÍDOLÍ 23 – Ing. Karla Strejčková, tel.: 775 166 535,

www.esoterickyobchudek.cz,
poradenství a e-shop

Kontakt:

České Budějovice
Na Mlýnské stoce 6
tel.: 776 454 874
e-mail: energycb@seznam.cz
www.energyuklarky.cz

ČESKÝ TĚŠÍN

Provozní doba:

po 16–20 h. a dle dohody

Stálá nabídka:

měření SPT – E. Matlochová, T. Byrtusová, A. Heřman, P. Ammerling – tel.: 736 284 711 / měření SPT, rehabilitace, konzultace – MUDr. B. Rošková / prodej produktů Energy, lymfodrenáž pro zdraví a krásu, klasické masáže, lávové kameny – M. Němčíková, tel.: 608 428 332 / prodej produktů Energy – V. Látková, tel.: 734 540 156, Havířov; B. Gluzová, tel.: 777 019 050, Třinec

Nabídka KC – měření SPT, prodej Energy produktů:

- » JABLUNKOV – Velebnovského 164, Terezie Byrtusová, tel.: 608 581 799
- » TŘINEC – 1. Máje 276, Eva Matlochová, tel.: 774 766 213

Kontakt:

Český Těšín, Mezi Lány 271
tel.: 777 293 601
e-mail: 21@symbols.cz

DOLNÍ BŘEŽANY

Provozní doba:

po–st 9–12, 13–16, čt 9–12 h.

pá dle tel. dohody,
mimo pracovní dobu vyzvednutí produktů na recepci 24/7

Stálá nabídka:

prodej, poradenství a zasílání produktů Energy vč. veterinárních / diagnostika SPT a Pedikom (počítačové vyšetření chodidel) – K. Kochová, tel.: 739 902 134 / e-shop: www.vitalityinlife.cz/poradame/

Nabídka KC:

- » NOVĚ: HRANICE NA MORAVĚ – Jungmannova 1584, Kulajtová Veronika, tel.: 731 085 890
- » JESENICE U PRAHY – BB-Studio, Říčanská 16 – M. Baloušová, tel.: 603 589 497 – kosmetické ošetření Energy
- » KRALUPY NAD VLTAVOU – Přemyslova 347, Kosmetický salon – H. Kubínová,

Kluby a konzultační centra nabízejí

tel.: 777 248 500 – kosmetické ošetření
produkty Energy

- » MNÍŠEK POD BRDÝ – Zrození k pohybu,
Ke škole 1389, M. Engelová,
tel.: 724 508 314
- » PRAHA 10 (Uhřetěves), Kašovická 870/5,
Kosmetický salon – A. Škorpil,
tel.: 774 070 394

Kontakt:

Dolní Břežany, Pražská 636

tel.: 739 902 134

e-mail: info@vitalityinlife.cz

www.vitalityinlife.cz

www.facebook.com/energy.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika SPT / masáže – pí. Slušíková,
tel.: 776 488 848 / kosmetická péče
s Energy Beauty – pí. Schubertová,
tel.: 731 260 690 / veterinární poradna
– MVDr. Martinová, tel.: 732 512 181 /
e-shop: www.babkabylinarka.cz

Veterinární poradna:

- » každé pondělí – MVDr. Hořejší,
tel.: 605 581 731,
e-mail: hana.horejsi@seznam.cz

Mimořádná nabídka KC – poradny SPT:

- » KE HRADEC KRÁLOVÉ – 4. a 18. 9.
– 10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715
- » CHOCEŇ – každé pondělí nebo dle
dohody – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535
- » KOSTELEČ NAD ORLÍCÍ – každé pondělí
– pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816
- » NOVÝ BYDŽOV – na objednání
– pí. Rakouská, tel.: 776 614 046
- » OPOČNO – 4. 9. – pí. Králíčková,
tel.: 739 379 435
- » SMÍŘICE – každý čtvrtek nebo
dle dohody – PharmDr. Svobodová,
tel.: 602 141 184
- » ZDICE – Nad Cihelnou 943,
Ing. Eva Zápotočná, tel.: 723 919 338,
e-mail: eva@zapotocna.cz

Kontakt:

Hradec Králové

Letců 1001

tel.: 495 534 715, 736 765 477

e-mail: babkabylinarka.cz@seznam.cz

CHEB

Provozní doba:

po, út 14–18, út 14–17, st 10–12 a 14–17 h.
pá a v době mimo otevírací dobu volejte
na telefony uvedené níže v kontaktech

Stálá nabídka:

po, út na objednávku – testování
produktů SPT, Quantum – M. Svobodová,
tel.: 603 486 331 / út – testování SPT,
Quantum, výživové poradenství
– A. Chmelová, tel.: 724 965 773

Mimořádná nabídka KE:

- » Jak napravit škody po sluníčku?
Vždy v po a út – poradna a vzorky
Caralotion a Dermatonů!

Nabídka KC + poradny Energy:

- » AŠ – Okružní 25, Mgr. D. Rejsková,
tel.: 774 342 903
- » FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ
– Jana Slanařová, tel.: 777 227 749,
provozní doba po telefonické domluvě
– bezplatná konzultace produktů, prodej
produktů Energy, výživové poradenství
a pohybové lekce Nordic Walking
- » CHODOVÁ PLANÁ – Bc. Pavla Fejt,
tel. (SMS): 775 802 328,
e-mail: pavla.fejt@gmail.com
– poradenství a prodej produktů Energy
- » CHODOVÁ PLANÁ – Harmony Care
– J. Moravcsiková – tel.: 733 731 045,
kosmetika s produkty Energy Beauty
- » SOKOLOV – Studio Vesna + testování SPT
na objednávku, K. H. Borovského 377
– J. Malušková, tel.: 604 790 940,
e-mail: malus@seznam.cz
- » STRÍBRO (hirudoterapie, Access Bars,
produkty Energy) – Mánesova 1522,
Ing. Z. Sladká, tel.: 737 616 051,
sladka-pijavice@email.cz
- » TACHOV – J. Petránková, tel.: 739 464 473
- » TRSTĚNICE U MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ
– Ing. K. Jandová, tel.: 775 916 666,
zooiguana@seznam.cz – poradenství
veterinární i humánní

Kontakt:

Cheb, Kostelní schody 1

tel.: 354 422 355 (klub)

tel.: 603 486 331 (mobil)

KARLOVY VARY

Provozní doba:

po 8.30–17, út, st 8.30–15.30,
čt 8.30–16, pá 8.30–14 h.
Online objednávky: energykv.cz
nebo tel.: 606 020 012

Stálá nabídka:

poradna online: fb skupina "Klub Energy
Karlovy Vary" nebo whatsapp 775 947 793 /
diagnostika EAV přístrojem, objednávka
nutná na tel.: 606 020 012 / masáže,
kosmetika, pedikúra při praktickém
vyučování studentů / rekvalifikační
a odborné kurzy pro maséry / dárkové
poukazy na masáže a Energy produkty

Veterinární poradna s produkty Energy:

- » DALOVICE – Botanická 256, I. Vidimová,
tel.: 605 191 837 – komplexní regenerace
zvířat, metamorfni technika pro zvířata,
problémové chování koček aj.
- » KRÁSNÓ – MVDr. Cincibusová,
tel.: 773 657 288

Nabídka KC – poradna a prodej za členské ceny:

- » KLATOVY – Apatyka Pampeliška,
Čs. legií 116, H. Matějková,
tel.: 728 450 538 – poradenství v oboru
čínské medicíny, irisdiagnostika,
Bachova květová terapie aj.
- » MARIÁNSKÉ LÁZNĚ – A. Tatarinová,
tel.: 702 420 654

Kontakt:

Karlovy Vary, Varšavská 1168/13

2. patro, agentura RAFAEL, s. r. o.

tel.: 775 947 793, 606 020 012

e-mail: info@agenturarafael.cz

www.energykv.cz

LIBEREC

Provozní doba:

út 9–17, čt, pá 9–15 h.,
po, st dle tel. dohody

Stálá nabídka:

bezplatná poradna / produkty Energy /
zásilková služba, obj. na email + SMS,

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE LIBEREC

Nové KC:

» Liberec

Centrum zdraví Liberec
U soudu 536/6a
Galina Veselá, tel.: 777 624 569
e-mail: inka.vesela@seznam.cz
pouze na objednání

KE OSTRAVA

Nové KC:

» Ostrava-Poruba

Nám. A. Bejdové 1809/2
Gabriela Kubalová, tel.: 777 189 486

KE PARDUBICE

Nové KC:

» Přelouč

Mirint s.r.o. – interní a geriatrická
ambulace, Zborovská 51
Monika Kaderová, tel.: 725 241 580
e-mail: m.kaderova@seznam.cz
otevírací doba po telefonické
dohodě

Kluby a konzultační centra nabízejí

viz kontakt / tělové svíce / ochutnávka
superpotravin Energy, dle aktuální
nabídky / kosmetické ošetření kosmetikou
Energy (Blanka Chlumská, obj. na
tel.: 725 515 068)

Na objednání:

měření SPT / psychosomatická poradna /
individuální i skupinové konstelace /
NLP techniky / regresní terapie /
kineziologie One Brain / EFT / tělové
svíce / arteterapie, mandaly, NeuroArt /
masáže, Rain Drop – terapie a diagnostika
esenciálními oleji / Osho Zen Tarot /
terapie tibetskými mísami / numerologie /
online poradna / přednášky / dárkové
poukazy (Galina Veselá, tel.: 777 624 569,
e-mail: inka.vesela@seznam.cz)

Mimořádná nabídka KE:

- » V září ochutnávka QI nápojů
– káva, drink, kolagen

Další nabídka KE:

- » Biorezonance – Bicom II. generace
– MUDr. Zuzana Baumannová, info na
tel.: 727 875 232, www.bicom-help.cz

Kontakt:

Centrum zdraví Energy
Liberec 1, Moskevská 637/6 – 2. patro
tel.: 725 515 068 (Blanka Chlumská)
e-mail: blankachlumska@seznam.cz

LUHAČOVICE

Provozní doba:

po 9–12, 13–17, út, st 9–12, 13–15,
čt 9–12, 13–18 h., pá – po domluvě

Stálá nabídka:

poradna celostní medicíny, produkty
Energy / měření SPT / zásilková služba
již od 0 Kč / ochutnávka vybraných
produktů / testování kosmetiky

Další nabídka na objednání:

- » E. Karská – měření SPT, poradna
– tel.: 720 289 092, Klub Energy
- » MVDr. M. Můčková Uzlová, Radějov 109
– Veterinární ordinace a poradna,
tel.: 518 322 880, m.uzlova@seznam.cz
- » Mgr. P. Chromá – fyzioterapie
– DNS dle prof. Pavla Koláře, metoda
Ludmily Mojžíšové, Brugerův koncept,
reflexologie dle Patakyho
– tel.: 774 093 625, Slunná 827, Luhačovice
- » J. Stružková – kosmetická poradna
a ošetření pleti produkty Energy
– tel.: 604 897 909, kosmetikajennys.cz

Kontakt:

Luhačovice, Solné 804
tel.: 577 011 922, 702 041 015
e-mail: energy.luh@centrum.cz
www.energyluha.cz



OLOMOUČ

Provozní doba:

po, st 9–12.30, 13.30–18,
út, čt 9–12.30, 13.30–16, pá 9–13 h.

Stálá nabídka:

automatická kresba, rodinné konstelace
– L. Zvolánek, tel.: 605 256 327 /
poradna Energyvet – J. Indrychová,
tel.: 777 225 517 / měření SPT, astrologická
poradna, bodyterapie, psychosomatická
poradna – Mgr. M. Maňásková,
tel.: 602 583 091

Mimořádná nabídka KE:

- » 13. 9. – Bylinná poradna Jiřího Čerklá,
tel.: 732 256 115
- » 18. 9. – 16–18 h. – Představení nové
kosmetiky Energy Beauty
– Mgr. Michaela Maňásková, vstupné
300 Kč, přihlášky na tel.: 602 583 091

Nabídka KC:

- » SLAVKOV U BRNA – ZMĚNA ADRESY:
Palackého nám. 71, Andrea Vašíčková
– tel.: 775 237 753, www.cestouprirody.eu
e-mail: poradna@cestouprirody.eu,
(poradna a prodej produktů Energy,
diagnostika EAV přístrojem Supertronic,
poradenství v oboru čínské medicíny)

Kontakt:

Olomouc, Palackého 642/13
tel.: 585 224 641, 602 583 091
e-mail: info@energycentrum.cz
www.energycentrum.cz

OSTRAVA

Provozní doba:

po 9–15, út 9–12, 13–16.30, st 12–18,
čt 9–12, 13–18, pá 9–14 h.

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy
vč. veterinárních / diagnostika SPT
– tel.: 777 804 730 / kosmetická poradna
Energy Beauty / psychologická poradna
– PhDr. Sýkora, tel.: 604 603 949,
www.psycholog-sykora.cz / ochutnávka
vybraných produktů / zásilková služba

Nabídka KC – poradna, Energy produkty:

- » NOVĚ: Ostrava-Poruba
– Nám. A. Bejdové 1809/2,
Gabriela Kubalová, tel.: 777 189 486
- » BÍLOVEC – Tkalcovská 47,
Pavla Jarošová Bartková,
tel.: 605 290 940
- » HLUČÍN – Ostravská 1810/81A,
Alena Václavíková, tel.: 720 602 996
(měření SPT)
- » ZBYSLAVICE – Vrchpolí 122,
Pavla Klimešová, tel.: 774 912 703

Kontakt:

Ostrava, Československá 15
zvonek č. 3, první patro
tel.: 602 404 934, 777 804 730
e-mail: vstrachotova@seznam.cz,
energyostrava@seznam.cz
www.klubenergyostrava.cz

PARDUBICE

Provozní doba:

po–čt 9–12, 13–17 h.

Stálá nabídka – jen na objednávku:

Pedikom – počítačové vyšetření chodidel
– Š. Urbanová, tel.: 607 817 123 /
konstelace, kineziologie, reiki
– L. Hajníková, hajnikovalenka@seznam.cz,
tel.: 722 934 746 / výživová a laktanční

Kluby a konzultační centra nabízejí



Letohrad

poradna – Ing. M. Čejková, tel.: 733 121 930,
www.marketacejkova.cz,
info@marketacejkova.cz / zasílání zboží
+ e-shop: www.vitalityinlife.cz / dárkové
poukazy na Pedikom nebo měření SPT

Nabídka KC – poradny SPT:

- » NOVĚ: HEŘMANŮV MĚSTEC – Chotěnice
– L. Aišmanová, tel.: 725 977 313
- » NOVĚ: LETOHRAD – Lukavice 212,
Jana Venclová, tel.: 776 072 716,
e-mail: jana.venclo@email.cz
- » HEŘMANŮV MĚSTEC – L. Matějka,
tel.: 777 147 083
- » KOLÍN – Karlovo nám. – E. Petříčková,
tel.: 604 174 498
- » KUTNÁ HORA – D. Kuželová,
tel.: 724 324 071
- » KE PARDUBICE – T. Křišťůvková,
tel.: 777 177 610

Kontakt:

Pardubice, Smilova 2935

tel.: 607 817 123

e-mail: sarka.urbanova@energy.cz

www.vitalityinlife.cz

PLZEŇ

Provozní doba:

po a čt 9–12, 13–15, út 9–12, 13–18,
st 13–18 h., pá – zavřeno

Stálá nabídka:

bezplatná poradna, prodej produktů
Energy / měření SPT / nutriční
poradenství / zásilková služba / prodej
drahých kamenů a terapeutických svící

Na objednání:

- » Kraniosakrální terapie
– MUDr. L. Sobotková, tel.: 737 220 488

Kontakt: POZOR – změna adresy

v průběhu září, sledujte web

www.energyplzen.cz

Plzeň, Dominikánská 14 (Mestlův dům)

tel.: 775 415 480 (klub)

tel.: 777 225 406 (L. Panýrková)

e-mail: obchod@energyplzen.cz

energyplzen@email.cz

www.energyplzen.cz

PRAHA 2

Provozní doba:

po, út, čt, pá 9–17, st 8–19 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika SPT / kosmetika / masáže /
EFT / kraniosakrální osteopatie /
regresní terapie / vědomé léčení / TČM /
homeopatie / detoxikační a energetické
zábal / reflexní terapie / kvantové
opravy / individuální a skupinové lekce
jógy / veterinární online poradna:

energyvetpraha1@seznam.cz

Další aktuální program:

https://www.facebook.com/EnergyklubPraha,

https://energy-manesova.cz/

Kontakt:

Praha 2, Mánesova 11

tel.: 224 934 642, 737 403 334

e-mail: regina@energy-manesova.cz

www.energy-manesova.cz

PRAHA 4

Provozní doba:

po 9–19, út, st, čt, pá 9–17 h.

Stálá nabídka na objednávku:

poradna Energy / měření SPT
– M. Bednářová, tel.: 777 797 012 / měření
SPT, EFT terapie – I. Jandová Bendová,
tel.: 774 700 005, www.eft-jandova.cz /
veterinární poradna – V. Šašková,
tel.: 606 451 325, www.poradna.mzf.cz /
shiatsu – B. Šimečková, tel.: 703 662 907,
www.shiatsu-bara.cz

Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy:

- » DVŮR KRÁLOVÉ – Revoluční 62
– výklad karet, tel.: 737 609 655
- » Kladno – Bylinky a koření,
K Nemocnici 2814/4 – aromaterapie,
drahé kameny – tel.: 778 008 381
- » KLATOVY – Oáza zdraví, Vídeňská 9
– měření SPT, regrese, automatická
kresba, tel.: 777 268 114
- » PLZEŇ – Dům U Slunce, Na Roudné 105/1
– masáže, tel.: 777 573 004
- » PSÁRY – Čarovné Bylinky, Na Vysoké 306
– výklad karet, tel.: 602 714 101

Kontakt:

Praha 4, Budějovická 601/128

(metro Kačerov)

tel.: 244 472 762, 776 009 733

e-mail: energy-praha@centrum.cz

www.energy-praha.cz

PRAHA 7

Provozní doba:

po 9–13, 14–18, út–čt 9–13, 14–17,

pá 9–14 h., so 10–13 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
měření krevního tlaku / testy Beauty
kosmetiky / ochutnávka zelených
potravin, čajů, kaší, smoothie

Stálá nabídka na objednávku:

měření SPT – M. Hamrová, K. Lesáková,
P. Nechuta, tel.: 705 635 255 /
Diacom – R. Skrčená, tel.: 723 932 640 /
veterinární poradci – A. M. Tůmová,
tel.: 775 046 115, a.m.tumova@gmail.com,
A. Šulcová, tel.: 777 858 200 / masáže
– J. Trejbalová, tel.: 728 680 326 / Access
Bars – K. Stránská, tel.: 605 258 810 /
masáže, baňkování – J. Novotný, tel.:
604 112 291 / kraniosakr. biodynamika
– M. Skřepská, tel.: 723 907 451

Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy, měření SPT:

- » HOVORČOVICE – Revoluční 644,
Veronika Jacková, tel.: 608 900 737,
e-mail: energyprodejna@gmail.com

Kontakt:

Praha 7, Dělnická 1633

– vstup do pasáže; roh ulice V Háji
(obchodní pasáž mezi drogerií Teta
a prodejnou Lidl)

tel.: 705 635 255

e-mail: energyprodejna@gmail.com

www.energypraha.cz

www.facebook.com/Energyvetpraha3

e-shop: www.eshop-csp.cz

PROSTĚJOV

po 9–13, út 12–16, st 10–13, 14–17,

čt 13–16 h.

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy,
vč. veterinárních / zasílání produktů /
ochutnávka zelených potravin, čajů /
testy tělové a Beauty kosmetiky,
aroma esencí / diagnostika Oberon /
poradna Energy, osobní konzultace
– H. Kaplánková, tel.: 603 167 328 /
numerologický rozbor – A. Hanáková,
tel.: 603 844 833,
e-mail: hanakova.anna@seznam.cz

Kluby a konzultační centra nabízejí

Nabídka KC – prodej produktů, poradenství:

- » DRŽOVICE – Olomoucká 266 – út 14–17 h.
– Mgr. V. Leitnerová, tel.: 737 717 385
(kineziologie, automatická kresba)
- » KONICE – 9. května 480, Regenerační centrum Harmonie – Mgr. L. Věvodová, tel.: 773 706 719 (Oberon – diagnostika)
- » SLAVKOV U BRNA – Kolářkovo nám. 727, Salon Ivka – I. Klučková, tel.: 607 628 101
- » VYŠKOV – Komenského 9, Energiel centrum zdraví, masáže – Mgr. P. Nedomová, tel.: 724 080 016 (kraniosakrální uvolnění, meridiánová masáž); N. Drbalová, tel.: 604 337 834 (Dornova metoda)

Kontakt:

Prostějov, Atrium – Hlaváčkovo nám. 1 (2. p.)
tel.: 603 167 328
e-mail: energyprostejov@email.cz
www.energyprostejov.cz
www.facebook.com/energyprostejov

PŘÍBRAM

Provozní doba:

po–čt 9–12.30, 13–17, pá 9–12.30, 13–16 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy, vč. veterinárních / diagnostika SPT / masáže / kosmetické ošetření Energy Beauty / Feng Shui / TČM / cesta sebepoznání – fobie, strachy, alergie, hubnutí / výklad run a Osho tarot / Bachova terapie / rodinné konstelace / výživové poradenství / numerologie / koučink / e-shop: energy-pribram.cz

Nabídka KC – produkty Energy, poradenství:

- » NOVÉ: Blatná – Bezobalu, J. P. Koubka 14 – Kateřina Uldrichová, tel.: 777 646 348

- » DOBŘÍŠ – U Anděla strážce, Pražská 27, tel.: 602 335 755
- » DOBŘÍŠ – MUDr. Ferrová, ordinace přírodní medicíny, www.zuzanaferrova.cz
- » NOVÝ KNÍN-SUDOVICE – Salon Štěpánka Hampeková, tel.: 602 229 694
- » PŘÍBRAM – Renata Placáková – kosmetické ošetření Energy, masáže, tel.: 606 904 880
- » ROKYCANY – Soulad – kosmetika, Jiráskova 1154, Ing. Irena Sladká, tel.: 604 271 895
- » SEDLČANY – Ul. 28. října, Iveta Barešová – masáže, tel.: 603 446 020

Kontakt:

Příbram, Nám. T. G. Masaryka 100/101
tel.: 731 173 340, 602 199 220
e-mail: energypribram@gmail.com
www.energy-pribram.cz
www.facebook.com/EnergyPribram

ŠUMPERK

Provozní doba:

po 9–14, út 14–17, st 9–17, čt 14–18 h.

Provozní doba KC Zábřeh:

po–pá 9–12, 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy, zdravý životní styl, prevence / měření SPT / poradna celostní medicíny MUDr. B. Haltmara – gynekologie, tel.: 731 236 549, 737 015 470 / zásilková služba zboží a přístrojů (www.prirodniprodukty.cz) / masáže: Spinal Touch, manuální lymfatická, protimigrénová, reflexní, Breussova masáž, Dornova metoda, reflexologie, baňkování, kinesioltaping, práce s energetikou těla a harmonizace čaker – pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283, Shiatsu – p. Dohnal, tel.: 774 236 191 / měření na přístroji F-SCANT – terapie pomocí plazmového generátoru RPZ 14, tel.: 731 737 545

Kontakt:

Šumperk, Hlavní tř. 13/3
tel.: 731 737 545
e-mail: klubenergy@seznam.cz
www.klubenergy.cz

TÁBOR

Provozní doba:

po, čt 10–15, út, st 13–18 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy – A. Truhlář – alan.truhlar@seznam.cz / měření SPT – H. Košťálová, obj. na tel.: 607 143 908 / rodinné konstelace – L. Zvolánek,

www.systemicke-konstelace.info
– obj.: R. Sekyrová, tel.: 776 214 706

Nabídka KC – poradna a prodej produktů Energy:

- » BRNO – Třída Kpt. Jaroše 1943/30 – Jarmila Pondikasová, tel.: 775 984 407, e-mail: jarmila.pondikasova@volny.cz
- » PACOV – Harmonie – zdravá výživa, Jana Autengrubera 167 – Martina Fialová, tel.: 775 145 813, e-mail: Martina1Fialova@seznam.cz
- » PETŘVALD U KARVINÉ – Družstevní 1905 – Alexandra Flašarová, tel.: 725 494 825, e-mail: alexflasarova13@gmail.com – měření SPT, terapie dotekem
- » TÁBOR – Zdravá výživa Oříšek, Purkyňova 2961 – Eva Berková, tel.: 732 816 095, e-mail: berkaeva.sluzby@centrum.cz
- » TIŠNOV – Studio Terapie, Brněnská 792 – Klára Synek Kloubová, tel.: 608 411 353, e-mail: studioterapie@seznam.cz, www.studioterapie.cz
- » VIMPERK – Štítkov 1, Mgr. Jana Hlinková, e-mail: janahlinkova91@gmail.com, tel.: 728 915 380, dle tel. dohody 13–18 h.

Kontakt:

Tábor, Purkyňova 1085
tel.: 607 143 908, 776 214 706, 381 251 041
e-mail: objednavky-energy@seznam.cz
www.energy-tabor.cz

TŘEBÍČ

Provozní doba:

po–čt 9–12, 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / měření SPT / dietetika / reflexní terapie, masáže, baňkování / e-shop pro členy Energy – www.energytcm.cz

Ordinace celostní medicíny:

- » MUDr. Alexandra Vosátková, tel.: 725 125 289, e-mail: celostnimedicinatrebic@seznam.cz, otevírací doba: po 10–16, út 13–19, st, pá 8–14 h.

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

- » BRNO-MEDLÁNKY – M. Pavlíčková, Salon Vista, Hudcova 72, tel.: 728 276 629
- » JIHLAVA – Mgr. P. Drejková – TČM, SPT – Fyton – Dům zdraví, Vrchlického 57, tel. objednání: 603 891 078
2. prodejna produktů Energy – Fyton, Mrštíkova 1, tel.: 739 049 203
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – M. Palová, Janáčkova 1497, tel.: 605 554 456
- » NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková, Zdravěnka, Masarykovo nám. 517, tel.: 739 026 531

VYUŽÍVÁTE SVOJI PRACOVNU?

PRACOVNA NA WEBU

Každý člen i poradce Energy si může kdykoliv prohlédnout a stáhnout ve své pracovně na stránkách www.energy.cz velmi kvalitně a názorně zpracované materiály:

- » měsíční vyrovnání
- » prodejní doklady
- » plnění věrnostního programu Salus
- » všechny informace o svém obchodním rozvoji

Kluby a konzultační centra nabízejí

- » OSTRAVA – Ing. P. Kovalská, Vítkovická 3276/2a, tel.: 604 741 725, www.petrakovalska.cz
- » PELHŘIMOV – I. E. Razimová, Vegetariánská jídelna, Svatovítské nám. 159, tel.: 776 766 971
- » TASOV – D. Švestková, Tasov 69, www.revite.cz, tel.: 605 938 299
- » VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43, tel.: 724 763 689
- » ZNOJMO – Biocentrum – R. Režňáková, Zámečnická 13, tel.: 515 224 684
- » ŽDÁR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková, Libušínská 36, tel.: 728 141 949

Kontakt:

Třebíč, Karlovo nám. 31/25

PaedDr. Alena Molíková

tel.: 568 847 472, 731 166 137, 603 844 505

e-mail: info@energy-tcm.cz

www.energy-tcm.cz

TURNOV

Provozní doba:

po 13.30–18, út 9–12.30, čt 13.30–17 h.

+ dle tel. dohody

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / e-shop – zaslání produktů pro členy Energy / měření SPT / metoda EFT / psychowalkman / masáže – lymfatické, baňkování, medová, relaxační, Breussova, lávovými kameny, aromaterapeutická relaxační masáže celého těla – 1,5 h. / dárkové poukazy na masáže a služby / prenatalní výukový program Baby plus – konzultace a možnost zapůjčení / NOVINKA: Heart Vision – analýza funkčního stavu organismu

Nabídka KC – poradny EAV,

produkty Energy:

- » ČESKÁ LÍPA – J. Novotná, tel.: 725 753 651 (masáže, kosmetika, Access Bars, každé pondělí odpoledne prodej a poradna Energy)
- » JILEMNICE – L. Riegerová, tel.: 603 533 013 (poradna TČM, masáže, baňkování)
- » MLADÁ BOLESLAV – M. Králová, tel.: 777 618 416, masáže
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – E. Rajtrová, tel.: 602 626 275 (reflexní masáže, EFT), st 12.30–17 h. + dle tel. domluvy
- » PŘEROV – Š. Blatáková, tel.: 721 338 971 (EAV měření, EFT, nápravy poruch učení...)

Kontakt:

Turnov, Čsl. dobrovolců 1713

tel.: 733 760 522

e-mail: energyturnov@seznam.cz

www.energyturnov.cz

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba:

po–čt 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / J. Schmuttermeierová – SPT, Access Bars, tel.: 773 678 164, Š. Čechová – SPT, tel.: 604 185 940 / P. Trčková – SPT, tel.: 776 712 816 / S. Obdržálková – kosmetické ošetření s Energy Beauty, tel.: 737 622 994

Mimořádná nabídka KE:

- » 18. 9. – 16.30 h. – Přednáška s praktickou ukázkou Energy Beauty kosmetiky – Silvie Obdržálková

Veterinární a homeopatická poradna:

- » poradenství a prodej produktů Energy – MVDr. K. Hlačíková, tel.: 723 446 021, e-mail: hlacikovak@seznam.cz

Nabídka KC – poradna,

produkty Energy:

- » BRNO – Bc. Helena Sladká, IBC, Příkop 4, obchodní pasáž, tel.: 608 888 453, www.helenaslacka.cz (Access Bars, TČM, SPT, výživové poradenství)
- » BRNO (Líšeň) – MUDr. Linda Švendová – poliklinika, Horníková 34, tel.: 728 586 133, www.svendova.cz (akupunktura, hypnóza)

Kontakt:

Uherské Hradiště, Zelný trh 1249

tel.: 605 778 740

e-mail: mila.energy@seznam.cz

www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:

po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / veterinární poradna / zaslání zboží na dobírku / akupresura a tělové svíce, měření SPT – H. Červenková, tel.: 475 209 367, 737 148 606 / diagnostika kineziologickým testem – Ing. V. Kalusová, DiS., tel.: 775 707 372

Nabídka KC:

- » LOUNY – bylinkový obchůdek Mateřídouška, Beneše z Loun 39 – měření SPT a poradna, tel.: 604 969 645
- » TEPLICE – Zdravíčko, OC Galerie – měření SPT a poradna, tel.: 776 321 400

Kontakt:

Ústí nad Labem, Pařížská 14

tel.: 475 209 367, 602 345 999

e-mail: energyclub-usti@seznam.cz

www.klubenergyusti.cz

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Provozní doba:

po 9.30–13, 14–17, út 14–17, st, čt 9.30–13, 14–17 h.

út, pá – výdej produktů obchůdek Ametyst, Náměstí 8, tel.: 739 524 170

Stálá nabídka:

poradenství a obchodní spolupráce – Eva Macíčková, DiS., tel.: 723 976 814 / diagnostika SPT, Bicom poradenství pro zvířata – Katarína Bestr, tel.: 723 976 814 / diagnostika SPT – Robert Vyvial, tel.: 723 976 814 / kurzy Mindfulness – Mgr. Miroslava Jančová, tel.: 732 114 491

Mimořádná nabídka KE:

- » 25. 9. – 17.15 h. – Přednáška o produktech Energy – Pentagram a další koncentráty – E. Macíčková, přihlášky a rezervace přes tel. či e-mail klubu

Nabídka KC:

» FRENŠTÁT POD RADHOŠTĚM

– změna adresy: Šafrán Dobroty, Dolní 8 – Barbora Hajko Holubová, tel.: 775 188 495

» ODRY – salón Slunečnice, Potoční 39 – Marie Jůnová, tel.: 739 693 753 (masáže)

» ROŽNOV POD RADHOŠTĚM

– Petra Dobešová, U Vilenky, Palackého 195, tel.: 603 225 729

» ROŽNOV POD RADHOŠTĚM

– diagnostika SPT, speciálně pedagogické poradenství – Mgr. Hana Štěpánková, tel.: 739 208 896

Kontakt:

Valašské Meziříčí, Polášková 78

tel.: 571 161 545, 723 976 814

e-mail: info@energy-valmez.cz

www.energy-valmez.cz



Nabijte baterky a imunitu dřív, než to vypukne!

KOMBINACE RENOL + IMUNOSAN:

- posílení ledvin, nárůst životní energie
- včasná podpora funkce imunity před chřipkovou sezonou

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Renol + Imunosan	826 Kč	37	146 Kč

Jedná se o doplňky stravy. Akce je platná 1.– 30. 9. 2025 do vyprodání zásob.





nyní v celé kráse

pět bohyň představujících
jedinečný prvek přírody,
jedinečný element a jedinečný
krok ke skutečně hluboké,
trvalé a udržitelné kráse