



vitae

květen 2026

Nová řada Solara
mění přístup
k opalování

Gynex a štítná žláza

Rejuve serum
– dárek pro vás

„Energy Beauty Day“
Akce 13. 5. 2026



Produkty měsíce května

Květen – jedno z nejkrásnějších období v roce. Měsíc lásky, energie a rozkvětu. Příroda je v plném rozpuku, dny se prodlužují a sluneční paprsky lákají ven. Podle tradiční čínské medicíny je toto období spojeno s elementem Ohně a orgánem srdce, kterému sekunduje tenké střevo. Je to čas radosti, ale také zvýšených nároků na náš oběhový a hormonální systém.

Strava by měla být lehčí – ideální je zařadit čerstvé bylinky a první jarní zeleninu. Pro harmonizaci těla i mysl v tomto dynamickém období přinášíme pár tipů, které se mohou hodit. **Gynex** nejen zharmonizuje hormonální systém, ale pomáhá i s psychickou vyrovnaností. Pokud pocítujete emoční výkyvy nebo jste žena v období (peri)menopauzy či se naopak snažíte o početí, Gynex vás jemně ukotví a podpoří vaši ženskou (i mužskou) energii. Cítíte, že vám jarní start bere příliš sil? **Revitae** je tím pravým životabudičem. Obsahuje goji, rakytník a ženšen, které regenerují nervový systém a dodávají vitalitu. Je to ideální podpora pro srdce a cévy v období, kdy teploty začínají stoupat. Květen je ale také o vůních. A esence z pelargonie (**Geranium**) působí jako balzám na duši. Pomáhá uvolnit napětí, podporuje lymfatický systém a svou sladce bylinnou vůní navozuje pocit bezpečí a pohody. Síla, na kterou geranium rozpomíná, voní po růžích a po lásce, která naplňuje a uzdravuje srdce (blahodárně působí na srdeční čakru). Zklidňuje prudké emoce, rozpouští a odpлавuje „nevyplakané“ ven. Stačí pár kapek do aromalampy a malý terapeutický zázrak po náročném dni je na světě!

Využijte tedy sílu května k tomu, abyste rozkvetli spolu s přírodou. Stačí naslouchat svému tělu, hýčkat se a dopřát si tu správnou péči. Ing. ŠTĚPÁNKA GRUBEROVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 5, květen 2026.

Náklad 23 500 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.



Prostě se
zamilujete!

OBSAH

Editorial	04
Aby mohlo vzniknout něco nového...	05
Slunce není nepřítel	06
Vaše zkušenosti s našimi produkty	10
Gynex a štítná žláza	
aneb Když se to v životě zauzluje	11
Rejuve serum – dárek pro vás	12
Pozvánka na Energy Beauty Day	13
Seriál pro ženy	15
Terapeutické metody	16
Univerzita Energy	17
Alternativní přístupy v léčbě 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

LÁSKA

Dnes jsem si koupila „Hummus“ – pomazánku z cizrny. Protože mě zajímá, co jím, čtu si vždy složení na obalech krabiček. A zde stálo napsáno: cizrna, sezamová pasta tahini, citronová šťáva, olivový olej, mořská sůl, koření, špetka lásky a nic jiného. Hezké, vidíte? Láska se dává i do komerčně vyráběného jídla! To by jeden nečekal. Připomnělo mi to situaci, kterou jsme zažili, když jsme chodili za manželovým tatínkem v závěru jeho života do LDN léčebny. Dědeček v sobě měl osobitý šarm, byl vždy pozorný k ženám, dvořil se jim a byla s ním velká legrace. Mně a mojí švagrově například říkal holubičko, nebo když si chodil pro

obědy do školní jídelny, tak všechny paní kuchařky ujišťoval, jak jsou štíhlé a krásné (což tedy ne vždy byly) a oslovoval je „madam“. Babička se s ním kolikrát styděla vyrazit na nákupy... Když ovdověl a moje maminka také, občas se spolu v rámci rodinných návštěv potkali. A vždy se velmi dobře bavili. Byli stejného ročníku, zažili stejné věci a měli i podobnou náтуру projevující se láskou k životu. „No, abyste se nám tady do sebe nezamilovali,“ smál se vždycky můj muž.

Ale zpět k tomu příběhu. Víím, že dědečka v léčebně nejvíc trápilo, že je odkázaný na pomoc sestřiček, bylo mu to nepříjemné a snažil se jim jejich službu svými komplimenty co nejvíc ulehčit. Jedna z nich, když jsme zrovna přišli na návštěvu, roznášela jídlo. Dědeček jí říkal, že je hotový anděl. Byla. Jídlo na nemocniční pokoje totiž vozil centrální dodavatel v plastových boxech zatavených fólií (to jsem tedy viděla poprvé). A tato sestřička každému ležícímu dědečkovi nebo babičce namalovala fixou na tu fólii srdíčko, aby to aspoň trochu zlidštila. Bylo vidět, že má pacienty i svoji práci upřímně ráda. Až nás to dojalo.

Říká se, že láska prochází žaludkem. To znamená – cituji internet: „...že si náklonnost a vztah upevníte skrze dobré jídlo, péči o partnera a společné stolování. Tento zvyk vychází z toho, že nasycený a spokojený člověk je vstřícnější. Vědecky je doloženo, že jídlo uvolňuje hormony štěstí, které vytvářejí pocit bezpečí a lásky.“ A protože je květen měsícem lásky, můžete někomu udělat jídlem radost, hezky ho naservírovat, navodit příjemnou atmosféru. Nebo, pokud nikoho nemáte, dopřejte to sami sobě! Mějte se rádi...

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 Podhájska (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.

Aby mohlo vzniknout něco nového...

Beltaine, Beltain či Beltane je starý keltský svátek lásky a plodnosti, jeden z nejdůležitějších dnů, kterým začínala světlá polovina roku. Pádal na noc ze 30. dubna na 1. května. Čím nás dnes může inspirovat?

Beltain probíhal v době, kdy příroda již byla probuzená, vše v rozpuku a kvetlo. Sexuální síly byly na vrcholu. Představoval proto svátek lásky, tance, zpěvu a také sexu. Slavil se o posvátné noci, kdy docházelo ke spojení Boha a Bohyně. Jediné noci v roce, kdy neplatily závazky a všichni se chovali jako svobodní. Lidé se milovali v přírodě a děti, které z této noci vzešly, byly považované za dar. Protože otcovství nebylo jasné, starala se o ně celá vesnice.

Aby se mohlo zrodit nové, je však vždy třeba, aby skončilo to staré. Proto se na Beltain páliły ohně, aby zbavily lidi toho, co už jim neslouží. Přes ohně se skákalo, tančilo se kolem nich a zpívalo. Oslavoval se život. Ráno si děvčata omývala obličej nebo celé tělo v ranní rose, aby posílila svou krásu. Pak upletla věneček z jarních květin a vhodila ho do potoka, řeky či jezera, aby požehnala vodě. Dalším zvykem, který se udržel dodnes, bylo vztyčování májky. Májka, zpravidla březová, symbolizuje falus a proniká věncem, který bývá na májku pověšený a představuje jóni. Májka také znázorňuje tok energie mezi nebem a zemí. Májky byly zdobeny květinami a barevnými stužkami, nejčastěji červenou (Bohyně) a bílou (Bůh). Lidé kolem nich tančili kruhové tance, posilující půdu.

Silné keltské, či chcete-li pohanské, svátky byly později překrývány církevními. Tak se podle svátku apoštolů Filipa a Jakuba zrodila filipojakubská noc, během které se dle pověr slétaly čarodějnice na kopcích, a tam společně s temnými silami provozovaly nečisté orgie. Odtud dnešní tradice „pálení čarodějnic“. Za socialismu se pak ohně proměnily na ohně míru a 1. květen byl „Svátkem práce“.

Vraťme tomuto dni zpět jeho původní význam. Nepalme čarodějnice, ale oslavujme život, lásku a plodnost ve všech podobách. V ohních symbolicky spalme vše staré, co už nám neslouží.

OSLAVA BELTAIN

- » Pokud si rády tvoříte domácí oltář nebo útulné zákoutí, můžete při jeho výzdobě použít cokoliv, co symbolizuje lásku a plodnost, věneček z květin, svíčky... hodí se růžová nebo červená barva.
- » Beltain lze pojmut s partnerem jako oslavu lásky, partnerství, sexuality, smyslnosti a plodnosti. Dát si společně sklenku vína a našeptat do ní, co si přejete pro váš vztah. A pak víno z jedné sklenice společně vypít.
- » Pokud jste samy, napustěte si vanu a udělejte si domácí spa se svíčkami, růžemi a podobně. Dopřejte si pleťovou masku, něco dobrého, čokoládu. Hýčkejte se.
- » Svátek můžete pojmut také jako oslavu sjednocení ženského a mužského principu v sobě. Představte si, jak se váš vnitřní muž a vnitřní žena setkávají, jak se vzájemně láskyplně přijímají a sjednocují.



- » Máte-li možnost, udělejte si oheň. Představujte si, jak vás jeho teplo prostupuje, pálí vše nepotřebné a staré. Můžete si napsat na papír, čeho se chcete zbavit nebo co ukončit, a papír hodte do ohně. S přáteli si zatančete okolo ohně, zpívejte.
- » Upleťte věneček z květin a vpleťte do něj svá přání. Můžete jej pak vhodit do vody, a tím ji uctít.
- » Omyjte si obličej v ranní rose, abyste posílily svoji krásu.
- » S Beltainem se pojí bohyně Rhiannon, u nás Lada. Poproste jednu z nich, aby do vašeho života přinesla lásku, vášně a plodnost. Pomůže vám také s tvořením, uměleckou inspirací a zhmotněním vašeho snu.
- » Nastříhejte dlouhé pruhy látky, na stuhy napište svá přání a zavěste je na břízu nebo vrbu, pokud je máte ve svém okolí. Bohatě ověšený stromek pomáhá přivolat štěstí a splnit vaše přání.

JANA ROSA MATULOVÁ



Slunce není nepřítel

PROČ JSME ZMĚNILI PRAVIDLA OPALOVÁNÍ A JAK PROMĚNIT STRACH V SYNERGII

Dlouhá léta nás učí, abychom se slunce báli. Abychom se před ním schovávali a nevycházeli ven, dokud se nenatřeme vrstvou syntetického krému. Mediální masáž vytvořila rovnici: slunce = rakovina a vrásky. My v tom ale vidíme chybu. Slunce je zdroj života, energie a radosti. Nemusí být nepřítelem, pokud máte toho správného spojence.

Rozhodli jsme se změnit paradigma. Vytvořili jsme novou produktovou řadu SOLARA. Ne jako bariéru, která vás oddělí od světa, ale jako přirozenou součást, která vaši kůži naučí se sluncem žít v synergii a mít z něj užitek. Místo abychom s přírodou bojovali, rozhodli jsme se od ní učit.

Položili jsme si zásadní otázku: Jak je možné, že rostliny a organismy, které jsou vystaveny přímému záru celé dny, nespálí svou DNA? Jak přežije řasa v mělkém tropickém rybníčku? Jak to, že květina na skalnatém útesu ve Středomoří neuschne, ale naopak zkrásní? A jak regenerují květiny, které rostou na vyprahlých skalách? Odpovědi jsme našli v biomimetice – vědě, která napodobuje strategie přežití živých organismů. Výsledkem je dvoukrokový rituál: aktivní ochrana a hloubková obnova.

NOVINKA SOLARA SPF 30: STRUKTURA NEZNIČITELNÉHO ŠTÍTU

„Půjčili jsme si strategii přežití od červené řasy, která se umí bránit záru, sílu semínka, chránícího svou DNA, a technologii zrcadla, jež slunce odráží, místo aby ho pohlcovala.“

Běžný opalovací krém je jen filtr. **Solara spf 30** je funkční ekosystém. Spojili jsme fyzikální ochranu (minerály) s biologickou obranou (silné antioxidanty) a vytvořili štít, který nezatěžuje organismus, ale aktivně bojuje proti stárnutí pleti přímo na slunci.

TECHNOLOGIE ZRCADLA – FYZIKÁLNÍ OCHRANA (MINERÁLY)

Hlavní hrdinové: *zinc oxide* (oxid zinečnatý), *titanium dioxide* (oxid titaničitý)

Základem je bezpečnost. Místo chemických koktejlů, které se vsakují do krve a mění UV záření na teplo, používáme čisté minerály.

» **Efekt odrazu:** Tyto minerály fungují jako miliony mikroskopických zrcátek. Zůstávají na povrchu pokožky a sluneční paprsky



(UVA i UVB) jednoduše odrazí pryč. Nepoužíváme nano velikosti, proto je minerály do kůže nevstřebávají, ale zůstávají na povrchu, kde se po splnění úkolu běžným rytmem života smyjí z kůže pryč.

» **Bezpečnost:** Nevstupují do hormonálního systému, nedráždí citlivou pleť a fungují okamžitě po nanesení. Je to mechanický štít, který je k vaší pleti nejšetrnější.

ČERVENÝ DIAMANT: BIOLOGICKÝ ŠTÍT (ANTIOXIDANTY)

Hlavní hrdinové: *Haematococcus pluvialis* (astaxanthin), *Rubus idaeus* (olej z malinových semen)

Tohle je srdce našeho anti-aging efektu.

» **Haematococcus pluvialis:** Sladkovodní řasa, která produkuje astaxanthin – jedno z nejsilnějších přírodních barviv a antioxidantů na světě (je 6000x silnější než vitamin C!). Tato řasa zčervená, aby se chránila před vyschnutím a sluncem. My tuto schopnost přenášíme na vaši pleť. Chrání buňky před oxidací a předčasným stárnutím.

» **Olej z malinových semen:** Příroda vybavila semínka malin přirozeným UV faktorem, aby ochránila jejich genetickou informaci. Tento olej je bohatý na vitamin E a karotenoidy, které pomáhají pohlcovat tu část záření, jež by mohla projít.

ZLATÁ OCHRANA: ZDRAVÝ TÓN A ZKLIDNĚNÍ (ROSTLINNÉ OLEJE)

Hlavní hrdinové: *Daucus carota* (olej z mrkvových semen), *Curcuma longa* (kurkuma)

Nechceme být bledí, chceme zdravou barvu.

» **Mrkvový olej:** Je plný betakarotenu. Nejenže pomáhá kůži lépe snášet slunce, ale připravuje ji na rovnoměrné, zlatavé opálení a funguje jako lapač volných radikálů.

» **Kurkuma:** Známá pro své silné protizánětlivé účinky. Na slunci kůže trpí „tichým zánětem“. Kurkuma tento proces brzdí, zklidňuje zarudnutí a dodává pleti přirozenou záři (glow effect).

PRODYŠNÁ SÍŤ: TEXTURA, KTERÁ NELEPÍ (VOSKY)

Hlavní hrdinové: *jojoba esters* (jojobové estery),

Acacia decurrens (akácie), *Helianthus annuus* (slunečnice)

Mnoho minerálních krémů je mastných a těžkých. Solara spf 30 je jiná díky unikátnímu komplexu květinových vosků.

» **Jojobové estery a květinové vosky:** Vytvářejí na kůži lehkou, prodyšnou síť (nikoliv igelitový sáček). Tato struktura drží minerální filtry rovnoměrně rozprostřené, zajišťuje voděodolnost, ale dovoluje kůži dýchat a potit se, což je pro termoregulaci na slunci klíčové.

VITAMINOVÁ POJISTKA (STABILITA)

Hlavní hrdina: *ascorbyl tetraisopalmitate* (stabilní vitamin C)

Běžný vitamin C na slunci degraduje, a to již v řádu několika minut. My používáme prémiovou, v oleji rozpustnou formu, která je vysoce stabilní a její účinek se prodlužuje v hodinách.

» **Efekt:** Brání vzniku pigmentových skvrn přímo v procesu opalování a podporuje tvorbu kolagenu i v náročných podmínkách.

PŘEPNĚTE Z REŽIMU OCHRANA NA OBNOVU

Dokonce i ten nejdokonalejší štít má své limity, když jde o fyziku. I když Solara spf 30 odrazila škodlivé záření a ochránila DNA, samotný pobyt v horkém prostředí a na slunci si však vybral svou daň jinde. Mnoho lidí si neuvědomuje, že zatímco myslí pobyt na slunci vnímá jako relax, pro kůži a vnitřní organismus se jedná o stav vysoké pohotovosti a metabolického stresu. Co přesně se ve vašem těle odehrává?

» **Teplotní šok:** Slunce není jen světlo, je to i infračervené teplo.

Vaše kůže funguje jako chladič celého těla. Aby udržela vnitřní orgány v bezpečné teplotě, musí masivně zvýšit prokrvení podkoží a odpařovat vodu. I když se viditelně nepotíte, dochází k tzv. transepidermální ztrátě vody.

» **Oxidace lipidů:** Přirozený ochranný film kůže je tvořen tuky (lipidy). Vlivem tepla a UV záření tyto tuky oxidují a narušuje se kožní bariéra. Kůže přestává být celistvá, stává se propustnou pro nečistoty a ztrácí schopnost udržet hydrataci. To je důvod, proč je pleť po létě často hrubá a „papírová“.

» **Energetický bankrot buněk:** Vaše kožní buňky pracují na plné obrátky. Mitochondrie (buněčné elektrárny) jedou na 110 %, aby opravovaly drobná poškození a neutralizovaly volné radikály, které vznikají pouhým teplem. Po několika hodinách na slunci jsou zásoby buněčné energie (ATP) vyčerpané. Buňky jsou „unavené“ a bez externí pomoci nemají sílu na noční regeneraci.

» **Tichý zánět:** I když nejste spálení do červena, v hloubce kůže probíhá tzv. tichý zánět. Imunitní systém je v pohotovosti a produkuje enzymy, které – pokud nejsou zastaveny – začnou rozkládat kolagen a elastin. Právě tento proces je zodpovědný za předčasné stárnutí. V momentě, kdy slunce zajde, se priority vaší kůže radikálně mění: přepíná z režimu boj a obrana do režimu hojení a obnova. Kůže už nepotřebuje odrážet útoky, ale zoufale volá po vodě, lipidech a zklidnění. A právě v tuto chvíli přichází na řadu druhý krok.



» NOVINKA SOLARA BALM: KOMPLETELNÍ ANATOMIE REGENERACE

„Propojili jsme umění regenerace květiny, která hojí vlastní rány, moudrost oceánu, jenž vrací rovnováhu, a inteligenci mikrosvětla obnovujícího život.“

Slunce dává život, ale také si za něj vybírá daň – energii, vodu a stabilitu naší kůže. **Solara balm** byl stvořen proto, aby tento dluh okamžitě splatil. Není to obyčejný krém po opalování. Je to záchranná mise vedená třemi mocnými silami: zemskou (slaměnka), vodní (chlorela a squalane) a biotechnologickou (fermenty).

UMĚNÍ REGENERACE

– KVĚTINA, KTERÁ HOJÍ RÁNY (ZEMĚ)

Hlavní hrdina: *Helichrysum italicum* (slaměnka)

Představte si květinu, která roste na vyprahlých skalách Středomoří a nikdy neuvadá. Slaměnka v našem balzámu funguje jako „tekuté stehy“.

» **Efekt:** Slunce způsobuje v kůži mikrozáněty (teplo a pnutí, které cítíte). Slaměnka tento požár okamžitě hasí, snižuje zarudnutí a dává buňkám signál k opravě, nikoliv k odumírání.

MOUDROST OCEÁNU

– NÁVRAT K ROVNOVÁZE (VODA)

Hlavní hrdinové: *Chlorella vulgaris*, *squalane*

Život vzešel z vody a vyprahlá kůže se k ní musí vrátit.

» **Chlorela (buněčná baterie):** UV záření vyčerpává mitochondrie buněk. Extrakt z této prastaré řasy funguje jako energetická infuze, která nastartuje opravu poškozené DNA a vrátí pleti ztracenou vitalitu.

» **Squalane (druhá kůže):** Biomimetický lipid získávaný z oliv (ale strukturou identický s tím, co máme v kůži). Nahrazuje ochranný film, který slaná voda a slunce smyly. Okamžitě uzamyká vlhkost, aniž by kůži dusil.

INTEIGENCE MIKROSVĚTA

– ARCHITEKT BARIÉRY (BIOTECHNOLOGIE)

Hlavní hrdina: *sphingomonas ferment extract*

Zde přichází na řadu moderní věda inspirovaná přírodou.

Sphingomonas je unikátní bakterie, která prochází procesem fermentace. Výsledkem je silný bioaktivní extrakt.

» **Proč je to klíčové po opalování?** Slunce často naruší kožní mikrobiom (neviditelný štít z mikroorganismů) a oslabí strukturu kůže.

» **Co dělá ferment?** Funguje jako inteligentní architekt. Strukturuje vodu a lipidy v pokožce tak, aby kůže byla pevnější a pružnější. Pomáhá obnovit narušenou bariéru mnohem rychleji než běžné oleje. Je to právě tato složka, která dává Solara balmu hedvábný pocit okamžitého vsáknutí.

HLOUBKOVÁ HYDRATACE A OBNOVA (SYNERGIE)

Hlavní hrdinové: *sodium hyaluronate* (hyaluronát sodný),

tocopheryl acetate (vitamin E), *lactic acid* (kyselina mléčná)

Aby byl efekt dokonalý, potřebujeme ještě vodu a „leštiče“.

» **Sodium hyaluronate (magnet na vodu):** Nízkomolekulární forma kyseliny hyaluronové. Proniká hluboko do „žiznivých“ vrstev kůže a váže na sebe vodu. Představte si ji jako houbu, která se nasákne a zevnitř vypne kůži, která by jinak byla po slunění vrásčitá (papírová).

» **Tocopheryl acetate (vitamin E):** Silný antioxidant. Slunce v kůži spouští reakci volných radikálů (stárnutí). Vitamin E

SOLÁRNÍ RITUÁL V PRAXI

5 KROKŮ, JAK SE OPALOVAT ZDRAVĚ A DO BRONZOVA

Mít v ruce tu nejlepší kosmetiku je základ, ale výsledek závisí na tom, jak s ní pracujete. Zapomeňte na „smažení se“ na slunci. Přistupujte k opalování jako k rituálu, při kterém spolupracujete se svým tělem. Zde je náš návod na dokonalou synergii:

1. Pravidlo vrstvení (nešetřete)

Minerální filtr v produktu Solara spf 30 funguje na principu fyzikálního odrazu. Aby byla zrcadla účinná, musí tvořit souvislou vrstvu. Nebojte se nanést dostatečné množství krému. Nezapomínejte na opomíjená místa – uši, nártý, zadní stranu krku a podpaží.

2. Respektujte svůj čas (trénink melaninu)

Melanin (hnědé kožní barvivo) je přirozený slunečník vašeho těla. Jeho tvorba ale chvíli trvá. Nesnažte se opálit za jeden den. První dny dovolené vystavujte kůži slunci jen krátce a postupně intervaly prodlužujte. Solara spf 30 sice chrání DNA buněk díky astaxanthinu, ale kůže potřebuje čas, aby si vybudovala vlastní obranyschopnost. Pomalé opálení také vydrží nejdéle.

3. Fyzika v pohybu (mažte se opakovaně)

I když je Solara spf 30 voděodolná díky květinovým voskům, mechanické tření (osuška, písek, otírání potu) může ochrannou vrstvu narušit. Aplikaci opakujte po každém delším koupání nebo každé 2 hodiny. Pamatujte: minerální filtr funguje okamžitě, nemusíte čekat 20 minut jako u filtrů chemických.

4. Dvojitý očista (večerní restart)

Toto je nejdůležitější bod, který mnoho lidí podceňuje. Minerální filtry (zinek a titan) jsou pevné částice. Před aplikací regeneračního krému je musíte z kůže důkladně smýt sprchovým gelem a houbou. Teprve na dokonale čistou, „nahou“ kůži nanášejte Solara balm. Jen tak mohou aktivní látky (slaměnka, chlorela) proniknout do hloubky a fermenty mohou začít opravovat kožní bariéru.

5. Hydratace zevnitř (voda je palivo)

Zatímco Solara balm dodává kůži lipidy a váže vodu v epidermis, vy musíte doplnit vodu do tělního systému. Na slunci tělo funguje jako chladič a spotřebovává litry tekutin. Pijte čistou vodu. Vaše buňky potřebují vodní prostředí, aby v nich mohly probíhat regenerační procesy, které kosmetika Solara nastartuje.

Náš tip: Nebojte se stínu. Opálíte se i tam (odrazem od okolí), ale bez teplotního šoku pro organismus. Solara a stín jsou nejlepší přátelé vaší kůže.

(RED.)

tuto reakci zastavuje. Je to strážce, který hlídá, aby opálení neznamenal stárnutí.

» **Lactic acid (kyselina mléčná):** Velmi jemná AHA kyselina, která je přirozenou součástí našeho těla. Pomáhá udržet správné pH kůže (jež slaná voda narušuje) a jemně stimuluje obnovu buněk, aby bylo opálení sjednocené a hladké.

DOKONALÝ KRUH PÉČE

Se sluneční řadou Solara přinášíme do solární kosmetiky nový pohled. Nechceme, abyste se před světem zavírali. Chceme, abyste do něj vstupovali chráněni tím nejlepším, co příroda vymyslela za miliony let své evoluce. Výsledkem je kůže, která netrpí, ale září. Kůže, která žije se sluncem v harmonii.

(RED.)



Partáci pro sport i každý den

ENERGIE, SÍLA A REGENERACE V JEDNOM

Už rok používám **King Kong** – stal se mým nepostradatelným parťákem při sportu i v běžném životě. Nejvíce na něm oceňuji, že mi dodává stabilní energii při fyzické aktivitě, zároveň podporuje regeneraci a celkově zvyšuje vitalitu. Není to žádný „nakopávač“ plný chemie, ale čistě přírodní směs s adaptogenními bylinami, která pomáhá tělu lépe zvládat zátěž, posiluje imunitu a podporuje pohybový aparát, kosti a klouby. Mám po něm pocit síly, lepší vytrvalosti a rychlejší regenerace svalů po cvičení i celodenním shonu. Doporučuji každému, kdo potřebuje podpořit fyzickou kondici, odolnost a zároveň dodat tělu kvalitní přírodní energii bez vedlejších účinků.

ZDRAVÁ A CHUTNÁ ENERGIE NA CESTY

Mám také vždy po ruce tyčinku **Runa snack**, když potřebuji rychlou a výživnou svačinu, zvláště pokud cestujeme obytným autem. Je to skvělá kombinace přírodních surovin, která mě zasytí, dodá energii a zároveň mě nepřetíží. Ocením, že je bez zbytečných přidaných cukrů a umělých přísad. Navíc je výborná i jako malá odměna během dne, když mám chuť na něco sladkého, ale chci zůstat zdravá. Runa snack je podle mě ideální volba pro každého, kdo hledá praktický, chutný a zároveň prospěšný snack na cesty i do práce.

ADÉLA, Brno (IG@nas_svet)



NAPIŠTE NÁM TAKÉ

VAŠE DOPISY NA TÉMA:

- » přípravky Energy mi vrátili 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.



Ve zkratce

Připojuji se k pozitivním zkušenostem s produkty Energy. Osvědčilo se mi jich více. Přibližně pět let jsem užívala **Gynex** – nepravidelně, když jsem měla bolestivou menstruaci. Při jeho užívání mi většinou bolesti zmizely. Myslím, že skladba výrobku je jedinečná. Vím také od kamarádek, že si Gynex pochvalují a raději sáhnou po něm než po Ibalginu. Nyní v menopauze si vařím čaj **Maytenus**, chutná mi a zklidňuje mě. Ještě bych ráda zkusila i další produkty, které se zaměřují na hormonální nerovnováhu. Skvělé výrobky má Energy také podobě olejů ke vnějšímu použití. **Argan oil** a **Almond oil** používám denně. Arganový na obličej, mandlový na tělo. Oba překrásně voní, mám je ráda. A když jsem u těch vůní, tak z aromaterapie jsem si vybrala sprej **Zen**, vždy mě báječně vyladí.

JANA B., Olomouc

Únava? Děkuji, ne.

Je to evergreen moderního života: únava. Ne ta příjemná po cvičení, ale plíživá, co člověku brání soustředit se a bere radost. Známe to důvěrně. Poslední dobou jsem se cítila, jako bych běžela na baterii, která se už nedokáže plně dobít. A pak jsem vyzkoušela **Revitae**. Hned na úvod musím říct, není to žádný chemický sprint. Skrývá se v něm síla bylin, jako je sibiřský ženšen, kustovnice nebo rakytník – což jsou místní adaptogeny. Zmizela ta těžká deka, která na mně ležela. Revitae u mě zabral především v boji proti únavě. Jedním z benefitů, který jsem na něm ocenila, je jeho flexibilita. Potřebujete jen nárazovou podporu? Před zkouškou nebo dlouhou jízdou? Funguje skvěle. Ale opravdová síla se projeví, když ho zařadíte pravidelně.

Přeji klidné dny, MARTINA VALÁŠKOVÁ, Břeclav

Gynex a štítná žláza aneb Když se to v životě zauzluje

Ráda bych (nejen) všem ženám sdělila svou pozitivní zkušenost s produktem Gynex v kombinaci s krémem CytoVital. Vlivem stresu a uspěchaného života, kdy jsem na sebe přestala myslet a stavět se na první místo, mé tělo „navštívily“ nezhoubné uzlíky na štítné žláze, které byly propojené s cystičkami na vaječnících. Když jsem se tuto hroznou zprávu dozvěděla, tak jsem zprvu nevěděla, jak se vše bude řešit a co to pro mne znamená. V jednom jsem měla ale jasno, že pokud to půjde a nebude to tak vážné, nechci podstupovat hormonální terapii u lékařů.

STOPKA – VŠE PŘEHODNOTIT!

Proto jsem začala bádat na internetu nejprve po emočních příčinách, jež souvisejí s onemocněním štítné žlázy, a tam přišla pro mne první stopka – že musím přehodnotit svůj životní styl, který jsem provozovala. Rozhodla jsem se vše razantně změnit a zrevidovat i vztahy, a to v podstatě ze dne na den. Protože ačkoliv uzlíky nebyly zhoubné, lékaři mě varovali, že je jich dost, a způsobovaly mi opravdu široké problémy hormonální povahy, a hlavně v oblasti krku, krční páteře a polykání. Rovněž jsem začala s očistou organismu. Ze stravy jsem se snažila vyřadit sladkosti, jednoduché cukry, které sloužily pro mě jako „dobíječ“ proti únavě, slazené nápoje, sladké džusy a šťávy. Také jsem omezila lepek a jemné pečivo, protože lepek působí jako „profesionální zahleňovač“ a je to všeobecně prozánětlivá potravin. V podstatě cysty jsou kouličky naplněné vodou, hlenem či hnísem, kdy tělo neumí zpracovávat odpad a lymfa neproudí tak, jak by měla. Proto součástí úspěšného vyléčení nebo alespoň eliminace uzlíků, aby nám nečinily potíže v běžném životě, je vynechat ze svého jídelníčku stravu, jež produkuje nadměrnou vlhkost a hlen. Velmi důležitým milníkem ještě před úpravou stravování bylo pro mě opravdové nastolení klidu v mém životě a maximální vyloučení stresu. Tady bych všem ženám chtěla sdělit, že pokud se někdy dozví tuto nelibou diagnózu, aby do svého života zařadily více optimismu, strach a uspěchanost odhodily, začaly se více milovat, naslouchat si, pečovat nejen o tělo, ale zeptat se své duše, po čem prahne. Uzlíky totiž přicházejí i jako znamení pocitu nedostatečného sebevyjádření, neschopnosti říct „ne“, a když se přestaneme projevovat autenticky. Dlouhodobé potlačování svých potřeb se nám nemusí vyplatit. Měly bychom být svobodné a milované bytosti, protože si to zasloužíme.

DOBŘE TO DOPADLO

Vše výše zmíněné přineslo své ovoce, i když po delší době. Nebylo to ze dne na den, ale největší podporou byl v té době Gynex, který jsem si vyhledala, že by mohl optimalizovat funkci štítné žlázy a korespondoval i s mým emočním stavem, kdy „sliboval“ vést člověka k přijetí sebe sama, jeho dobrých i špatných stránek. To jsem v té době moc potřebovala, a tak jsem se ho rozhodla zakoupit. Byla jsem velice mile překvapená, jak mé tělo začalo doslova jásat. Je třeba brát zřetel na to, že každý organismus je jedinečný, ale na mě zafungovala už jen jedna kapička Gynexu denně a začala jsem na sobě pociťovat silné detoxikační účinky právě v oblasti štítné žlázy a vaječníků. K tomu jsem kúru podpořila mazáním krku a podbřišku krémem CytoVital, který obsahuje prospěšné humáty. Doslova

jsem cítila příliv nové energie a překvapilo mne, jak se mi detoxikuje pokožka a krém působí na orgány jemně stimulačně. Taktéž se mi upravila funkce močového měchýře, se kterou jsem předtím bojovala, zpevnilo se mi pánevní dno a celkově jsem pociťovala velkorysý efekt těchto dvou produktů na svém těle. Cítila jsem, že to má smysl a že to nejsou vyhozené peníze. Protože jsem zprvu byla skeptická k tomu, jaký výrobek na trhu vybrat na svůj problém, když se nabízí široké spektrum přípravků a každý něco slibuje.

Dopadlo to tedy celé dobře, uzlíky zmizely, což je hlavní, a už mi nepůsobí komplikace. Musím se ale hlídat, co jím. Dbám hlavně na zdravou stravu, která nezahleňuje, a nesmím podléhat stresu a oslabení. Co se týče hormonů, ty mám nyní díky Gynexu v úžasné formě, tak třeba se někdy dočkám vytouženého mimča... Pokud člověk neprožije zkušenost na vlastním těle, tak nepochopí vlastně celý princip tohoto léčení.

STUJTE PŘI SOBĚ, AŽ SE DĚJE COKOLIV

Ovšem, jak už jsem zmínila, každý organismus je jedinečný a má i jinou schopnost se regenerovat... Já efekt Gynexu pociťovala po jedné kapičce, to je minimum i dle doporučení, ale každý musí vyzkoušet, co mu sedí a vyhovuje. Třeba mu Gynex nebude sedět, tak doporučuji ho na chvíli vysadit (já jsem to tak také měla), a pak se k němu vrátit, dát mu znovu šanci a uvidět, jestli ho tělo přijme. Ale i my musíme chtít a věřit přípravku, jinak nebude nic fungovat.

Bylo mi úplně jedno, co si o mně okolí myslí, že jsem odmítla hormonální léčbu a začala léčit samu sebe a přírodní cestou. V tomto směru bych chtěla vyzvat všechny ženy, ať se nebojí dělat odvážné kroky a stát si za svým rozhodnutím. Postavit sebe na první místo navzdory vztahům či kariérnímu růstu a penězům, než bude pozdě a nezdravě za to zaplatí zdravotními komplikacemi.

TEREZA MROWIECOVÁ, Karviná-Ráj



Rejuve serum – dárek pro vás

Před více než rokem jsme v rámci nové řady Energy Beauty uvedli do produktové nabídky Rejuve serum. Inovativní denní i noční péči, která si okamžitě získala sympatie žen hledajících viditelnou revitalizaci pleti. Jeho hlavními benefity jsou jemná sametová konzistence, výborná vstřebatelnost a harmonizující účinky pro pleť, které respektují přirozenou krásu a zdraví pokožky.



HLOUBKOVÁ REGENERACE, LIFTING

Rejuve serum podporuje přirozenou produkci kolagenu, elastinu a kyseliny hyaluronové, čímž obnovuje pružnost, pevnost a mladistvý vzhled pokožky. Nabízí liftingové a regenerační účinky, které harmonizují, revitalizují a prozařují pleť obličeje i dekoltu. Jeho benefity jsou stejné jako u retinolu – vyhlazování jemných vrásek, depigmentace a redukce pórů – ale zcela přírodní cestou, bez podráždění či zcitlivění pleti. Patentované složky ALGAKTIVE® Retin ART a Bio SKN z řasy *Chlorella vulgaris* zajišťují účinnou péči, kterou pokožka miluje, aniž by byla vystavena agresivním látkám.

HYDRATACE A OCHRANA

V séru obsažená kyselina hyaluronová poskytuje hloubkovou hydrataci, podporuje regeneraci a zjemňuje vrásky. Squalane chrání pokožku, zanechává ji sametově jemnou a neucpává póry. Vitamin E podporuje pružnost, pečuje o zralou i dehydratovanou pleť. Luxusní éterický olej ze slaměnky (*Helichrysum italicum*) harmonizuje a dodává pocit pohody.

UDRŽITELNÁ KRÁSA – LONGEVITY

Rejuve serum respektuje přirozenou biologii pleti, podporuje dlouhodobou vitalitu a mladistvý vzhled. Každodenní rituál s tímto sérem znamená, že pleť zůstává pevná, zářivá a harmonická dlouhodobě.

Ing. IRENA SLADKÁ

VYZKOUŠEJTE!

První rok jasně dokázal, že Rejuve serum přináší skutečné, dlouhodobé výsledky. Posuďte sami:

» Tento produkt je jeden z mých nejoblíbenějších. Když mi dojde, tak ty dny, než koupím nový, si přijdu jako nahá, jakmile si ho nedám pod krém. Miluji jeho konzistenci, přirozenou vůni a jemnost. Přesně to moje citlivá pleť potřebuje. Po nanesení úplně cítím tu hydrataci, jinou než z krému. Nechápu, jak jsem bez něj mohla dřív být.

VĚRA BARTYZALOVÁ SOUČKOVÁ, Plzeň

» Sérum Rejuve naprosto miluji. Je velmi jemné a hebké na pleti, okamžitě ji krásně rozzáří. Velkým plusem je, že je vhodné i pro mou citlivou pleť se sklony ke kuperóze. Pleť je po použití zklidněná, hydratovaná a působí zdravěji. Po několika týdnech používání poznáte rozdíly. Vyhovuje mi složením, texturou i designem. Doporučuji všem ve mém okolí.

LENKA ŠRÁMEK, Olomouc

rejuve
serum

Firming & Tightening
Lifting
Skin Tone

Helichrysum

Retinol like

ENERGY 2 ml



POZVÁNKA

Energy Beauty Day

DEN PRO VAŠI KRÁSU I ZDRAVÍ

Vážené dámy a milovnice kosmetické péče i zdravého životního stylu!

Všichni víme, že skutečná krása vyzařuje zevnitř, ale zaslouží si být hýčkána i zvenku. Proto přijměte naše srdečné pozvání na Energy Beauty Day – den věnovaný Vaší péči, regeneraci, harmonii a pleti, která září zdravím.

13. května 2026, 10–18 h.
Kluby Energy po celé České republice*

ČÍM VÁS POTĚŠÍME I PŘEKVAPÍME?

Připravili jsme pro Vás program propojující funkční kosmetiku s celostním přístupem:

- » Individuální doporučení péče o pleť ZDARMA
- » Pohodový zážitek s kosmetikou Energy Beauty přímo na vlastní kůži
- » Poradenství pro krásu i zdraví s využitím principů tradiční čínské medicíny
- » Ochutnávky našich dalších produktů a drobné občerstvení

DÁREK PRO VÁS

SLEVA 100 Kč na nákup Energy Beauty kosmetiky v rámci akce

SDÍLENÁ RADOST JE DVOJNÁSOBNÁ!

Vezměte s sebou kamarádku, maminku nebo kolegyni a užijte si společný den plný péče, inspirace a příjemného setkání.

Registrace do Energy vyjde tento den pouze na 1 Kč.

„Krása začíná v okamžiku, kdy se rozhodnete být sama sebou...“
Dopřejte si den pro sebe, kdy se o Vás pro změnu postaráme my.
Těšíme se na Vás!

*Seznam všech Klubů Energy naleznete zde: www.energy.cz/kluby



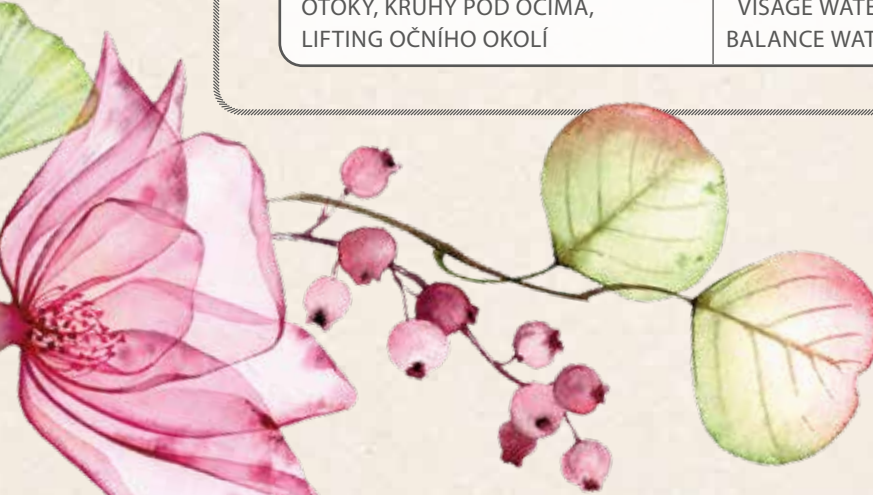


PÉČE O PLEŤ S ENERGY BEAUTY

Základní krok pro všechny typy pleti
je důkladné odlíčení s Visage oil.

TYP PLETI	PLEŤOVÁ VODA	SÉRUM	KRÉM
NORMÁLNÍ	VISAGE WATER	REJUVE SERUM	SKIN ESSENCE DAY/NIGHT
SMÍŠENÁ S HYPERPIGMENTACÍ	BALANCE WATER	REJUVE SERUM	YEMAYA
CITLIVÁ	BALANCE WATER	BALANCE SERUM	FLORA
CITLIVÁ S HYPERPIGMENTACÍ	BALANCE WATER	REJUVE SERUM	FLORA
MASTNÁ	BALANCE WATER	BALANCE SERUM REJUVE SERUM	FLORA SKIN ESSENCE DAY VESTA
MASTNÁ S HYPERPIGMENTACÍ	BALANCE WATER	BALANCE SERUM	FLORA
PROBLEMATICKÁ, ZÁNĚTLIVÁ	BALANCE WATER	BALANCE SERUM	FLORA
PROBLEMATICKÁ S HYPERPIGMENTACÍ	BALANCE WATER	REJUVE SERUM	FLORA
ZRALÁ	VISAGE WATER	VISAGE SERUM REJUVE SERUM	CYBELE SKIN ESSENCE DAY/NIGHT NIKÉ
ZRALÁ S HYPERPIGMENTACÍ	BALANCE WATER	VISAGE SERUM	CYBELE
SUCHÁ	BALANCE WATER	BALANCE SERUM VISAGE SERUM	NIKÉ SKIN ESSENCE NIGHT
DEHYDRATOVANÁ	VISAGE WATER BALANCE WATER	BALANCE SERUM	YEMAYA
ZAČERVENALÁ, JEMNÉ ŽILKY	VISAGE WATER BALANCE WATER	BALANCE SERUM	VESTA
OTOKY, KRUHY POD OČIMA, LIFTING OČNÍHO OKOLÍ	VISAGE WATER BALANCE WATER	REJUVE SERUM	LUMÉA EYE CREAM + YEMAYA

www.energy.cz



Seriál pro ženy (27)

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

ŽENA JE KLÍČ

Rozmohl se nám tady takový nešvar. Začínám si všímat, jak některé páry ve snaze zachránit kolabující vztah nebo vyřešit svou sexuální frustraci otáčejí klíčem v zámku monogamie a otevírají dveře svého vztahu dokořán vstříc novým zážitkům, pocitům a energiím. Na první pohled to smysl dává. Pokud se dva dospělí lidé na něčem dobrovolně dohodnou, neměl by v tom být problém, říkáte si. Ať si každý dělá, co chce. Ale tento fenomén otevřeného vztahu má svá úskalí, která vyplývají ze zásad fungování jinu a jangu. Universum má svá pravidla, která si zkrátka nemůžeme přepisovat, jak se nám zlíbí.

PODOBENSTVÍ O RESTAURACI

Představte si, že váš partnerský vztah je vaše společná restaurace. Vaříte si v ní své menu pro sebe a pro veřejnost máte zavřeno. Vaříte a uklízíte pouze jeden pro druhého. Může se stát, že vám ale nabídka ve vaší restauraci přestane chutnat nebo se vám to samé menu vařené stále dokola přejí a vy se začnete dívat z okna a říkáte si: „Co asi vaří v té vedlejší restauraci?“ V takové situaci se stává, že jeden nebo druhý opouští svou restauraci zadním vchodem, po nocích navštěvuje cizí restaurace a dělá jakoby nic. Klasická nevěra.

Zdálo by se tedy, že pokud je ve vztahu vzniklá frustrace rozpoznána a komunikována, je rozumné vzít klíč a otevřít hlavní vchod, což ve většině případů udělá právě žena. Pozve dovnitř vybrané hosty, dá muži vytouženou volnost a sama se zajde inspirovat do jiných restaurací. Nemusíte si tam přece dát hned celé menu, můžete ochutnat jen předkrmy, že ano... Teorie je taková, že pak se plní nových zážitků a nápadů vrátíte do své restaurace, kde si o tom všem hezky popovídáte, a bude po frustraci. Svět by nemohl být růžovější...

Teorie je to pěkná, ale v praxi to drhne. Najednou zjistíte, že musíte uklízet nepořádek, který do vaší restaurace zanesl někdo jiný, a že každým výletem mimo vztah vynášíte energii, která ve



vašem primárním vztahu zkrátka chybí. Ať už tedy odcházíte předními nebo zadními dveřmi, efekt je nakonec jeden a ten samý. Děláte ve vztahu díru a tou dírou uniká energie. To ve svém důsledku nakonec vede k tomu, že se ve vaší restauraci ani nevaří, ani neuklízí. Takový podnik dříve nebo později skončí ve ztrátě a zkrachuje.

MONÁDA JAKO DIAGRAM HARMONICKÉHO VZTAHU

Můžete mít srdce jakkoli široké a toleranci natahovací jako gumu u kalhot, stejně tím nemůžete přepsat pravidla harmonického uspořádání energie. Známý, tisíce let starý obrázek taoistické monády jednoduchým způsobem vysvětluje, jak náš svět vlastně funguje. A nejenom, že říká, že všechno zlé je pro něco dobré a že všechno dobré je pro něco zlé, což jistě platí i pro otevřený vztah, ale napovídá nám také, jaká je energetická přirozenost každého vztahu mezi mužem a ženou. V bílém jangovém poli je jen jediné místo pro trochu jinu a v černém jinovém poli je jen jediné místo pro trochu jangu. Vnímám to osobně tak, že v každém partnerském vztahu dochází k jistému prolnutí energií, část mě je v energetickém poli mého

muže a jeho část je zase v tom mém. Oba máme zkrátka jakousi „kapsičku“ na energii toho druhého, která funguje jako aktivací klíč. Otevírá totiž unikátní verzi nás samých. Byla bych zkrátka někdo úplně jiný, kdybych ve své „kapsičce“ měla energii jiného muže. Pokud se vám tedy líbí ta verze vás samých, kterou váš partner ve vás aktivoval, pak vás žádné otvírání vztahu ani nenapadne. Pokud ale přemýšlíte, kdo byste byla s kouskem toho nebo tamtoho člověka, pak je pochopitelné, že se jiným možností otevíráte, ve snaze najít aktivátor té nejlepší verze sebe sama. Jděte a hledejte, jen si nemyslete, že máte víc než jen jednu „kapsičku“.

JE TO MÝTUS

Otevřený vztah není tedy z podstaty vysloveně špatný nápad, jen to není způsob, jak vnést do stávajícího vztahu harmonii a stabilitu. Je to způsob, jak se nerozejít, dokud nenajdete lepší životní alternativu. Je to průvodní jev hluboké nespokojenosti a podvědomé volání po změně. Fungující otevřený vztah je jako bájný mýtický jednorožec, hodně lidí na něj věří, ale nikdy ho nikdo neviděl...

Mgr. TEREZA VAR VIKTOROVÁ

Terapeutické metody (67)

MASÁŽE TUINA

V dnešní uspěchané době hledáme čím dál více způsoby, jak podpořit své zdraví přirozenou cestou. Jednou z hluboce účinných metod, která si nachází místo i v západním světě, jsou ozdravné masáže Tuina – tradiční čínská manuální terapie, která se po tisíciletí používá k léčení těla i duše. Tuina (čti „tchuej-na“) je jedním ze čtyř pilířů tradiční čínské medicíny (TČM), vedle akupunktury, bylinné léčby a dietetiky. Jedná se o terapeutickou masážní techniku, která je v Číně dodnes součástí klasické nemocniční léčby – a to nejen při potížích pohybového aparátu, ale i při vnitřních onemocněních, stresu, únavě či oslabené imunitě. Tuina využívá hluboké znalosti energetického systému těla – meridiánů, akupresurních bodů a vzorců pohybu čchi (životní energie). Zkušený terapeut pomocí různorodých technik pracuje s prouděním energie v těle, uvolňuje stagnace, doplňuje chybějící energii a harmonizuje celé tělo. Cílem není jen úleva od bolesti, ale především obnovení rovnováhy organismu jako celku.

DOTEK, KTERÝ LÉČÍ I PROBOUZÍ

Na rozdíl od klasických masáží se Tuina provádí přes tenké bavlněné oblečení, čímž je přirozeně přístupná i pro klienty, kteří se necítí komfortně při přímém kontaktu s pokožkou. Terapeut využívá přesné a zároveň velmi intuitivní pohyby: tlak, protahování, hnětení, vibrace, otáčení kloubů i specifické techniky, jako je „otevírání bodů“ či tzv. doplnění středu – tedy energetického jádra člověka, kde sídlí naše vitalita i emoční stabilita. Tyto techniky nejsou pouze mechanické. Jsou vedené vnitřní praxí terapeuta, který pracuje nejen rukama, ale i svou vnímavostí, klidem a vnitřní energií čchi. Zásadní roli zde hraje dlouhodobá praxe čchi-kungu (qigongu), kterou by měl praktikující terapeut každodenně rozvíjet. Tato vnitřní kultivace dodává každému doteku hloubku, přítomnost a schopnost vnímat tělo klienta jako živý a proměnlivý organismus.

CO BĚHEM MASÁŽE LIDÉ ZAŽÍVAJÍ?

Tuina je známá tím, že vyvolává zcela jedinečné fyzické i energetické vjemy. Klienti často popisují vibrace v těle,

náhlé uvolnění napětí, teplo, proudění, mravenčení nebo pocit, že se „něco uvnitř dává do pohybu“. Není výjimkou, že masáž přinese i emoční očistění, klid nebo naopak vlnu energie, která přichází po uvolnění dlouhodobých bloků. Jednou ze specializovaných forem jsou **ozdravné masáže Baojian** (čti „pao-tien“), zaměřené na prevenci, očistu organismu a podporu dlouhověkosti. Upravují rovnováhu orgánových systémů, harmonizují metabolismus a pomáhají tělu navrátit se do svého přirozeného rytmu. Jsou velmi účinné při únavových stavech, oslabené imunitě nebo psychickém vyčerpání. Další oblastí je tzv. **Tuina vnitřních nemocí**, která se zaměřuje na konkrétní funkční potíže – například trávicí problémy, menstruační nerovnováhu, poruchy spánku, napětí v oblasti hrudníku, potíže s dechem či oslabení ledvin. Výhodou Tuiny je právě její komplexnost – pracuje s tělem jako s celkem a zároveň zohledňuje jedinečnost každého klienta.

ROVNOVÁHA, CELISTVOST

Ozdravné masáže Tuina přinášejí nejen úlevu od bolesti a regeneraci tkání, ale také návrat k sobě samému. Nejsou to rychlé úlevové procedury, ale hluboký proces, který člověka navrácí do jeho vlastního středu. Dotek zde není nástrojem tlaku, ale vědomým mostem mezi fyzickým tělem a vnitřními vrstvami vědomí.

Důležité je si uvědomit, že terapeut není „vykonavatelem“, ale především průvodcem. Nepředává jen techniku, ale i klid, přítomnost a léčivou pozornost, která umožňuje tělu otevřít se procesu uzdravení. Práce s energií je tichá, neinvazivní, a přesto hluboce proměňující. Každá Tuina masáž je jiná – živá, proměnlivá, odpovídající aktuálním potřebám klienta. V tom spočívá její kouzlo i léčivý potenciál. Nečekejte rutinní sekvenci pohybů – ale dotek, který naslouchá.

Tuina není jen masáž. Je to tisíciletími ověřený způsob, jak se navrátit k rovnováze, zdraví a vnitřní celistvosti. Pokud hledáte terapii, která propojuje péči o tělo, emoce i životní energii, Tuina vám může nabídnout cestu, která přesahuje běžné představy o léčbě.

JOSEF BERAN





Psychiku nedáme!



MUDr. A. Vosátková

V dnešní době jsme vystaveni mnoha vlivům, které nepříznivě ovlivňují náš psychický stav. O to důležitější je věnovat psychice cílenou pozornost a posilovat vnitřní stabilitu. Na toto téma jsme aktuálně připravili nový webinář s MUDr. Alexandrou Vosátkovou, bude se konat 21. května v 19 hodin.

Paní doktorko, vedete téměř 30 let ordinaci celostní medicíny. Jak se za tu dobu proměnila psychika vašich pacientů?

Naprosto zásadně. Lidé jsou oproti dřívějšímu pod obrovským tlakem životních okolností i daleko větší informovanosti. Jsme méně důvěřiví, bojíme se selhání vztahů, ať už obchodních, pracovních, nebo s těmi nejbližšími. Také se rozpadly široké rodiny, narostla osamělost, korunu tomu nasadil covid a současné mezinárodní události. Situace je prostě nejistá, vyžaduje sílu a odvahu jít dál...

Energy v dubnu přišla se dvěma speciálními novinkami zaměřenými právě na podporu psychické odolnosti – Auxiliem a Salvie...

Ano, jsou to úplně nové produkty. A proto o nich budeme podrobně mluvit na našem webináři. Vysvětlíme si, co jsou zač, a jakým způsobem je můžeme využít pro posílení psychiky. Hodně se budeme věnovat kombinacím s dalšími Energy

přípravky, jako je Korolen, Stimaral, Myocard, Relaxin a celou řadou dalších, které se v praxi často využívají v širších souvislostech. Aby si s nimi terapeuti i klienti věděli rady a účinně jim pomohly.

Co říci na závěr? Nebojme se. Máme v našem národě literárního hrdinu, který to shrnul naprosto mistrně: „Ať si bylo, jak si bylo, vždycky nějak bylo. Ještě nikdy nebylo, aby nějak nebylo...“ Držme se!

Děkujeme za rozhovor i povzbuzení



INSPIRACE NA YOUTUBE

Na YouTube kanálu Energy najdete přednášky a rozhovory věnované zdraví, životnímu stylu i hlubším souvislostem fungování lidského organismu. Postupně zde vznikl bohatý výběr videí, ve kterých vystupují naši lektori a odborníci. Mezi nimi jsou také poutavé dialogy s Jaroslavem Duškem, který je vede svým osobitým stylem – s nadhledem, lehkostí a často i hravou improvizací.

- » Regenerace v Pentagramu® I. a II.
- » Produkty Energy
- » Mycosynergy
- » Imunita
- » Alergie
- » Pohyb – kosti, klouby, vazy
- » Zdraví ženy
- » Detoxikace
- » Zelené potraviny
- » Aromaterapie a další...



Dopřejte si chvíli inspirace a vyberte si téma, které vás právě zajímá. Vídea najdete na: youtube.com/@energyvzdelavani.



IMUNOVET VE VÝHODNÉM DVOJITÉM BALENÍ!

Členská cena balíčku: 736 Kč

32 bodů, 184 Kč ušetříte

IMUNOVET

PODPORUJE OBRANYSCHOPNOST
ORGANISMU. AKTIVUJE
KRVETVORBU A BUNĚČNOU
IMUNITU A TÍM NAPOMÁHÁ
I HOJENÍ A REGENERACI RAN,
TKÁNÍ A SLIZNIC.



Platnost akce od 1. do 31. května 2026 nebo do vyprodání zásob.

Akce je určena pouze pro členy Energy.

Alternativní přístupy v léčbě zvířat (1)

Dnešním článkem vás chceme pozvat ke čtení nového seriálu věnovaného netradičním nebo méně známým způsobům léčby zvířat a práce s nimi, které mohou skvěle doplnit užívání přírodních veterinárních produktů. Vítejte tedy!

KOMUNIKACE SE ZVÍŘATY

I když by to mohlo znít skoro pohádkově, komunikace se zvířaty není nic neobvyklého. Akorát my lidé jsme se naučili dávat velkou váhu slovům a zbytek informací, které v interakci přirozeně plynou, zpracováváme spíše podvědomě nebo je úplně přehlízíme a nevnímáme. Možná se není čemu divit. V dnešním přehlceném moderním prostředí, kde je vše o rychlosti a výkonu, nemáme kolikrát prostor na chvíli zastavit, zavnímat a ucítit sami sebe, natož cítit a slyšet naše zvířata.

V nativních kulturách, kde život ještě tepe v rytmu s přírodou, je komunikace se zvířaty poměrně běžná věc. Není to super schopnost pár vyvolených lidí a šamanů. Každý z nás k ní měl dříve přístup – vzpomínáte? Když jste byli děti, plně ve spojení sami se sebou a vším okolo. Život tehdy plynul jemně a přirozeně. Pamatujete si kouzelné momenty, kdy si stačilo něco pomyslet a váš pes se k vám najednou otočil a dlouze se vám zadíval do očí? Chvilky, kdy si na vás sednul motýl, a jako by se zastavil svět? Všichni jsme to spojení se zvířaty měli. A proto zde nebudu mluvit o metodě ani nadpřirozených schopnostech, ale o něčem velmi přirozeném a hlubokém. O řeči, kterou všechna srdce dobře znají, ale mysl na ni časem zapomněla.

MOJE CESTA

Se zvířaty jsem byla v úzkém spojení už od mala. Byli to mí přátelé, partáci a povídat si s nimi bylo úplně normální. Jak čas plynul, také jsem se tomu napojení lehce vzdálila. Paradoxně nejvíc v době, kdy jsem začala jezdit na koních. Kdy otevřené srdce a touhu po spojení přebil systém: „Támhle ho dotlač, musí tě poslouchat, jen si z tebe dělá srandu, nenech si to líbit, donuť ho...“ Tenhle přístup je v jezdeckvím zatím bohužel převažující. Přesně tyto věty zpochybňují intuici, zavírají jemný tok, kde proudí informace, a z otevřeného srdce a naslouchání se stává diktatura. Ve 20 letech se mi pak život otočil vzhůru nohama a já se zase zpátky zjemnila.

Spojení se obnovilo, a ještě více posílilo. Přestala jsem na koních jezdit a začala je léčit, nejen je, ale i ostatní zvířata i lidi pomocí aromaterapie a bylinek na míru. Nejen že jsem skrze napojení dokázala cítit, kdo potřebuje jakou bylinku, ale často se stávalo, že mi do toho začala zvířata povídat – jak se cítí, co je trápí, sdílela svůj příběh, který dlouho nikdo neslyšel. A to bylo kolikrát nejvíc uzdravující pro ně i jejich majitele.

JAK KOMUNIKACE SE ZVÍŘATY PROBÍHÁ?

Úplným základem je napojení, kdy musím být připravená slyšet úplně vše – ať už to příjemné, nebo to bolavé. Někdy přicházejí samostatně slova, jindy je to vodopád souvětí. Často to jsou ale také pocity a emoce. Třeba když se zvíře bojí, něco ho trápí nebo se zlobí. V mnoha odpovědích je zase cítit radost, těšení se nebo zvědavost. Pocity, které doprovázejí slova, jsou jako intonace. Dávají vědět, jak se v daném tématu zvíře cítí a jaký má na něj názor. V průběhu komunikace se objevují i obrazy, ať už mají symbolický význam, nebo jde o záblesk prožitku či ukázky ze života zvířete. Vidím například jeho oblíbené místo na vycházce, nebo jakou hračku by si přálo. Že jezdí v autě

v kufru, kde se mu dělá špatně, a že je to mnohem lepší, když sedí uprostřed na zadní sedačce a má výhled přes čelní sklo. Koně často ukazují okamžiky, kdy je člověk uhodil, zatlačil do kouta a oni se báli. Někdy přichází informace také přes chuť a hmat. Když se třeba ptám zvířete, jestli ho něco nebolí, najednou cítím bolest hlavy, napětí a ztuhlost svalů v určité oblasti těla nebo třeba i nevolnost. U jednoho pejska jsme například řešili užívání léků, které neměl v oblíbené. Když jsem se ho na ty léky zeptala, okamžitě se mi objevila silná hořká pachut v puse.

UNIVERZÁLNÍ POMOCNÍK

K čemu je komunikace se zvířaty dobrá? Vlastně úplně ke všemu! K prohloubení vztahu a zjištění, jak se vašemu zvířátku daří, jestli ho něco netrápí nebo jestli něco nepotřebuje. Pro možnost vykomunikovat velká rozhodnutí nebo změny – operace, uspaní, stěhování, příchod nového člena rodiny, ať už zvířecího, nebo lidského. Objasnit a vyřešit neshody či nedorozumění v rámci soužití, společného vztahu nebo při výcviku/tréninku. Komunikace se zvířaty je o lásce, úctě a odvaze dát svému zvířeti hlas a naslouchat...

Ing. MARTINA NĚMCOVÁ



Chřest má krátkou sezonu a velké kouzlo

Květen je měsíc, kdy se na trzích i v kuchyních začíná objevovat zelenina, která budí respekt, zvědavost i velké nadšení: chřest. Proč stojí za to nenechat si její sezonu utéct, si můžete přečíst právě teď.

CO JE ZAČ?

Chřest, latinsky *Asparagus*, je vytrvalá bylina z čeledi chřestovitých. Původ má pravděpodobně ve Středomoří a v oblasti Blízkého východu, odkud se postupně rozšířil do celé Evropy. Už ve starověkém Římě byl považován za delikatesu a také za rostlinu s léčivými účinky. Do českých zemí se chřest dostal zřejmě v 18. století a velmi rychle si našel své místo na šlechtických i měštanských stolech. Ve světě existuje asi 300 druhů chřestu. U nás se pěstuje chřest lékařský pro své mladé výhonky (zvané pazochy nebo prýty), které se konzumují jako zelenina.

PĚSTOVÁNÍ

Chřest vyžaduje pro svoji ideální kvalitu a chuť velmi specifické podmínky, jeho pěstování i sklizeň jsou velmi náročné. Ideální je lehká písčitá půda a mírné klima, ani příliš vlhké, ani příliš suché. Hlavní sezona připadá na druhou polovinu dubna, končí začátkem června. Sklizeň i dnes probíhá většinou ručně. K nejznámějším českým chřestovým lokalitám patří zejména Hostín u Vojkovic na Mělnicku nebo oblasti jižní Moravy – Ivančice, Hrabětice.

PROČ CHŘEST JÍST?

Chřest není jen lahůdka, ale také malý poklad pro naše zdraví. Obsahuje totiž celou řadu látek, které lidské tělo ocení. Najdeme v něm vitaminy skupiny B, především kyselinu listovou, dále vitamin C, E, K. Z minerálních látek stojí za zmínku draslík, železo nebo hořčík. Chřest je zároveň velmi nízkokalorický,

ve 100 gramech má jen kolem dvaceti kalorií. Díky vysokému obsahu vlákniny podporuje trávení a přirozeně působí jako mírné diuretikum, tedy pomáhá tělu odvádět přebytečnou vodu. Uvádí se, že podporuje činnost ledvin a celkovou detoxikaci organismu. Pokud se snažíte jíst lehčeji nebo odlehčit jídelníček po zimě, chřest může být velmi příjemným a chutným pomocníkem.

NA CO SI DÁT POZOR

Přestože je chřest velmi zdravý, existuje pár drobností, na které je dobré myslet. Obsahuje puriny, a proto by jeho konzumaci měli zvážit lidé trpící dnou. Může vyvolat specifický zápach moči – nelekejte se, jde o zcela přirozený jev způsobený látkami vznikajícími při jeho trávení.

BÍLÝ I ZELENÝ A CO S NIMI V KUCHYNI

- » **Zelený chřest** roste nad zemí, má výraznější, svěží a lehce oříškovou chuť. Bývá křehčí a před přípravou se neloupe, stačí jen odlomit dřevnatý konec v místě, kde se při ohnutí výhonek sám zlomí. Hodí se na rychlou přípravu, jako je restování, grilování, ale i čerstvý do salátů, těstovin nebo jako příloha k posírovaným vajíčkům, rybám či světlému masu.
- » **Bílý chřest** je ta samá rostlina, roste pouze v půdě bez přístupu světla. Pěstitelé ho zahrnují zeminou, kterou ještě zakrývají tmavou textilií, a rovnou jej odtud sklízí. I malý kontakt se světlem způsobuje lehké fialové zabarvení. Chuťově je bílý chřest jemnější, má lehce nasládlou chuť, ale je i vláknitější než jeho zelený bráška, a je potřeba ho před přípravou a konzumací oloupat. Sklízí se také o něco dříve. V kuchyni se používá zejména na přípravu polévek, vaří se, zapéká nebo se podává klasicky s máslem či holandskou omáčkou.

JAK VYBRAT TEN NEJČERSTVĚJŠÍ A JAK HO SKLADOVAT

Při nákupu se vyplatí sledovat několik věcí. Stonky by měly být pevné, hladké a pružné, řez na spodním konci nesmí být vyschlý ani dřevnatý. Hlavičky chřestu mají být pevně uzavřené a kompaktní. Pokud o sebe čerstvé výhonky jemně třete, měly by lehce zavrzat. Doma je nejlepší chřest skladovat v lednici zabalený ve vlhké utěrce nebo postavený do sklenice s trochou vody podobně jako květiny. Ideální je spotřebovat ho co nejdříve, protože chřest rychle ztrácí chuť i křehkost. A úplně nejlepší variantou je koupit ho přímo od pěstitelů pár hodin po sklizni. Právě tehdy má nejvíce chuti, šťavnatosti i cenných živin. Pokud chcete chřest uchovat i mimo sezonu, lze ho také nakládat, podobně jako okurky, nebo krátce blanširovat a zamrazit.

MŮJ POHLED

Chřest jednoduše miluji! A mám to velké štěstí, že bydlím nedaleko od naprostého českého chřestového království. Český chřest z Hostína je totiž svojí kvalitou vyhlášený po celém světě. Takže jsme zvyklí zastavit se pro něj v sezoně přímo u polí, kdykoli jedeme kolem, ať už autem, nebo na kole. Nikdy si nenecháme ujít zdejší chřestové slavnosti. A jak ho mám nejraději? Zelený, jen lehce blanširovaný, s holandskou omáčkou a sklenkou bílého vína.

Krásný, svěží a chřestem provoněný květen vám přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ





KRÉMOVÁ POLÉVKA

1 svazek bílého chřestu, 1 šalotka, 2 lžíce másla, 1 větší brambora, 2 stroužky česneku, 1 l kuřecího vývaru, 150 ml smetany, sůl, černý pepř, muškátový oříšek, krutonky z bílého pečiva

Chřest oloupeme, nakrájíme a několik špiček dáme stranou pro dozdobení polévky. Na másle orestujeme nejmenší nakrájenou šalotku, přidáme nakrájený chřest, osolíme, přidáme nasekaný česnek, oloupanou a na kostky nakrájenou bramboru a zalijeme vývarem. Vaříme asi 25 minut, do zmečknutí. Rozmíchujeme do hladkého krému. Přilijeme smetanu, dochutíme solí, pepřem a muškátovým oříškem. Před podáváním polévku ozdobíme chřestovými hlavičkami a krutonky.

TARHOŇA S CHŘESTEM, BRYNZOU A SLANINOU

1 svazek zeleného chřestu, 2 lžíce másla, 1 cibule, 1 hrnek suché tarhoňi, cca 2 hrnky vody, 80 g brynzy, 2 lžíce zakysané smetany, 100 g slaniny, sůl, černý pepř, petrželka na posypání

Chřest nakrájíme na 2cm kousky a špičky odložíme stranou. Na másle orestujeme nakrájenou cibuli. Přidáme tarhoňu, zalijeme vodou, osolíme a přihodíme nakrájený chřest. Postupně, jak tarhoňa nabývá na objemu, přiléváme vodu. Asi po 10 minutách bude tarhoňa měkká a vmícháme do ní brynzu, kterou předem zjemníme zakysanou smetanou. V mezidobě si na pánvičce vyškváříme nakrájenou slaninu. Tarhoňu na talíři doplníme slaninou a špičkami chřestu, posypeme petrželkou.

QUICHE S RICOTTOU

1 balení listového těsta, 400 g ricotty, 4 vejce, sůl, pepř, špetka muškátového oříšku, 100 g parmezánu nebo modrého sýra, 500 g zeleného a bílého chřestu

Listovým těstem vyložíme koláčovou formu a dno propíchneme na několika místech vidličkou. Smícháme ricottu, vejce a nastrouhaný sýr, ochutíme solí, pepřem a muškátovým oříškem. Náplň vlijeme na připravené těsto. Poklademe očištěným chřestem a pečeme v troubě vyhřáté na 180 °C cca 25 minut.

TVARHOVO-JAHODOVÝ KRÉM

20–28 špiček bílého chřestu, 200 g jahod, 500 g měkkého tvarohu ve vaničce, 50 g vanilkového cukru

Chřest uvaříme v páře, zchladíme ve studené vodě a osušíme na kuchyňské utěrce. Jahody rozmixujeme s tvarohem a cukrem dohladka a necháme vychladit. Do skleničky nebo misky vlijeme rozmixovaný krém a zapícháme do něj chřestové špičky.

CHŘESTOVÉ RIZOTO S CITRONOVÝM KUŘÁTKEM

4 kuřecí prsní řízky, 5 lžic olivového oleje, sůl, pepř, šťáva z 1 citronu, 1 stroužek česneku, 500 g mladého zeleného chřestu, 1 šalotka, 130 g másla, 300 g rýže na rizoto, 100 ml suchého bílého vína, 1 litr horkého kuřecího vývaru, 60 g strouhaného parmezánu

Kuřecí maso alespoň 2 hodiny marinujeme v 3 lžících olivového oleje s citronovou šťávou, solí, pepřem a nejmenší nasekaným česnekem. Vložíme do pekáčku, přidáme 2 lžíce másla, podlijeme vývarem a pečeme v troubě vyhřáté na 200 °C asi 20 minut. Omyjeme chřest, odkrojíme dřevnaté konce stonků, nakrájíme na 3 cm kousky, špičky odložíme stranou. V hrnci rozpustíme polovinu zbylého másla a 2 lžíce olivového oleje, krátce osmahneme nejmenší nakrájenou šalotku. Poté vsypeme rýži a mícháme, až se všechna zrnka obalí tukem a zesklouatí. Podlijeme vínem a mícháme, dokud se veškerá tekutina neodpaří. Postupně podléváme horkým vývarem, další přilijeme vždy, až se předchozí várka vstřebá do rýže. Rizoto stále mícháme. S podléváním pokračujeme, dokud nebude rýže uvařená al dente, cca 15–20 minut. Na posledních 5 minut vaření vmícháme do rizota chřest. Směs odstavíme z plotýnky, důkladně vmícháme zbylé máslo a parmezán, dochutíme čerstvě namletým pepřem. Podle potřeby dosolíme. Podáváme s upečeným kuřecím masem, ozdobené chřestovými špičkami.



Zeptejte se hvězd

Monika Štejdířová (www.monicaesch.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: monicaesch@seznam.cz.

Občas vnímám teplo v dlaních, někdy až lehké pálení. Jinak se cítím v pořádku, ale je to pro mě nezvyklé.

HANA P., Jirkov

Tyto projevy mohou souviset se zvýšenou citlivostí drobných nervových zakončení, nebo se změnami prokrvení kůže. Objevují se někdy při únavě, hormonálních výkyvech nebo větším zatížení nervového systému. V jarních měsících se organismus postupně aktivuje a cévní i nervová regulace může reagovat citlivěji. V TČM patří ke květnu element Oheň, tedy energie srdce, jež řídí krev a projevit se může i v oblasti dlaní. Pokud je energie

srdce nadměrně aktivní nebo rozrušená, objeví se někdy pocit tepla v rukou, neklid i lehké přehřívání organismu.

Dlaně jsou psychosomaticky spojeny s dáváním a přijímáním. Pocit tepla může odrážet vnitřní napětí nebo snahu zvládnout příliš mnoho věcí najednou. Tělo tak upozorňuje na potřebu zpomalit a dopřát si více klidu. Pomáhá pobyt v čerstvém vzduchu, lehčí strava a vědomé uvolnění rukou i ramen. Podpůrně lze zařadit produkt **Revitae**, který přispívá k harmonizaci a vitalitě. Vhodný je také esenciální olej **Geranium** pro zklidnění emocí a vnitřní rovnováhu.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

Březnová tajenka zněla: „Nikdo vás nemůže přimět, abyste se cítili méněcenní, bez vašeho souhlasu.“ A to je dobré vědět...

Poukázku tentokrát vyhráli:

- » Milan Drahoš, Jablonec nad Nisou
- » Soňa Jírová, Studená
- » Lenka Horáková, Dolany – Véska

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. 5. 2026** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7 nebo e-mail: tajenka@energy.cz.

„Co nyní zkusíš... (TAJENKA).“ – Božena Němcová

AS; ANAS; BKJ; IONEX; XOSL; YANG	Dravá sladkovodní ryba	Účastníci Pařížské komuny	Iniciály herce Víznera	Lidová škola umění	Slovensky „kdyby“	Soubor map		Značka decibelu	Uloupená věc	Biblický praotec	Stát v západní Africe		Soupeř	Vraní citoslovce
Zařízení pro předškolní děti							Otvor pro čep Měnič iontů (chem.)					MPZ Slovenska		
1. část TAJENKY												Zkratka obchodního rejstříku Svedení		
Iniciály hudebníka Mládka			Obec u Vizovic Westernová hospoda					Lepší služebná Kul. model Země (-o-)						
Díl				Opak Yinu Tanec brazílského původu					Římské číslo 1004 Nejvyšší karta				2. část TAJENKY	Počáteční fáze skoku
Zoologický název kachny					Podsvinče Stínitko lampy					Uklidňující citoslovce Neobdělávaný pozemek				
	Jemný likér Starší SPZ Blanska					Zavaděč jádra op. systému Název D					Prarodič Úkon šachisty			
Sůl kyseliny bromo- vodíkové							Anglický „člun“ Moje					Značka kryptonu Inic. herečky Rázlové		
3. část TAJENKY									Velká rána (expr.)					
Na jiné místo						Člen bož- ského ger- mánského rodu			Poškození kúry dřevin ohryzáním					



Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

NEZNIČITELNÝ TRNOVNÍK AKÁT

Trnovník akát má domovinu v severovýchodní části Severní Ameriky, oblasti dnešních států Virginie a Severní Karolíny. Zde rostl na suchých svazích s chudší půdou. Díky tomu se vyvinul jako odolný a rychle rostoucí strom, což nyní dokazuje i v Evropě, kam byl dovezen v roce 1601 královským zahradníkem a botanikem Jeanem Robinem. Ten jej vysadil v pařížské botanické zahradě Jardin des Plantes a neuvěřitelně je, že exemplář přežil dodnes. Byl několikrát poškozen bouřemi, ale stále zde roste jako jeden z nejstarších zástupců tohoto druhu v Evropě.

Trnovník akát se šířil dál do okolních zemí a začal být ceněn včelaři pro vysoký obsah nektaru v květech i stavaři pro mimořádně odolné nehnijící dřevo. To dokáže ležet v půdě i více než sto let, než se začne rozkládat. Používá se na sloupy vinic, ploty, mostky i různé konstrukce zapuštěné v zemi. Dokonce se stal symbolem některých tajných spolků, údajně i svobodných zednářů, kde akátová ratolest má být znamením, že pravda a život přetrvávají i tehdy, když se zdá, že vše skončilo.

ROBINIA PSEUDOACACIA

Trnovník akát (*Robina pseudoacacia*, akácie, black locust) je opadavý strom z čeledi bobovitých. Jeho rodové jméno odkazuje na královského zahradníka a druhové, „nepravá akácie“, na podobnost listů a květů s pravými akáciemi. Trnovník dorůstá výšky 12 až výjimečně 30 metrů, korunu má nepravidelnou a ve stáří široce rozkladitou. Kmen bývá rovný, pokrytý hnědočernou kůrou, která je podélně rozpukaná.

Listy jsou střídavé a skládají se z mnoha drobných lístků vejčitého tvaru. Květy patří k nejvýraznějším znakům, jsou bílé až krémově zbarvené, uspořádané v převislých hroznech. Mají motýlovitý tvar, silně voní a kvetou od května do června. Plody, ploché hladké lusky, obsahují několik tvrdých, tmavých semen, a často zůstávají na stromě i během zimních měsíců. Kořenový systém má akát velmi silný a hluboký, často se rozmnožuje pomocí kořenových výmladků. Vytváří zajímavou symbiózu s půdou, kterou díky schopnosti kořenů vázat vzdušný dusík obohacuje o živiny. To umožňuje stromu přežít i na nehostinných stanovištích. Typickým znakem akátu jsou trny, jež dorůstají délky až několik centimetrů a slouží jako ochrana před okusem býložravci. Vznikají přeměnou tzv. palistů u báze listů a obvykle vyrůstají v párech. Strom je velmi světlomilný a odolný. Snáší

sucho, znečištěné prostředí i mechanické poškození. V některých oblastech je považován za nebezpečný invazivní druh, který vytlačuje původní vegetaci.

MEDONOSNÝ STROM

Akátový med je v Evropě ceněn nejvíce a vyznačuje se charakteristickými vlastnostmi. Nejvýraznějším znakem je velmi světlá barva, čerstvý bývá téměř čirý. Světlost souvisí s vysokým podílem fruktózy a nízkým obsahem pylu. Další vlastností je velmi pomalá krystalizace, může zůstat tekutý i dva roky. Chuťově je velmi jemný, sladký, lehce květový. Med je oblíbený mezi pekaři, protože nepřebíjí ostatní chutě. Z nutričního hlediska v porovnání s tmavšími druhy mívá nižší obsah minerálů, ale je lépe stravitelný, doporučuje se tedy pro děti a lidi s citlivějším trávením.

ZKLIDNĚNÍ TĚLA I PSYCHIKY

Mezi hlavní účinné látky trnovníku akátu patří kvercetin, robinin, silice, glykosidy, třísloviny a stopové množství minerálních látek, organické kyseliny.

Ze stromu se využívají především květy. Listy a kůra jsou jedovaté, v dřívějších dobách se velmi opatrně používaly jako projímadlo či zevně na bolavé klouby. Velmi toxická jsou semena, je třeba se vyvarovat jejich vnějšímu i vnitřnímu použití. Květy se využívají v různých podobách: jako nálevy, čaje, sirupy, obklady či v medu. Akát pomáhá při nervovém napětí, stresu, kašli, dráždivém hrdle, kožních poraněních nebo při problémech s trávením. Obklady se dávají na bolavé klouby a svaly, čaj má mírně močopudné účinky a pomáhá zmenšovat otoky. U dětí a citlivých osob se čaj nebo akátový med využívají jako podpora při usínání či během dne pro lepší relaxaci. Doporučuje se pít ho s jídlem při křečích v žaludku a nadýmání, mírně také podporuje chuť. Květy jsou ideální na celkovou jarní očistu ledvin, střev, žaludku i jater v kombinaci s dalšími bylinkami, jako je například pampeliška, kopřiva, bršlice kozí noha či heřmánek. Dále se květy používají s oblibou i v gastronomii pro svoji sladkost a aromaticnost. Čerstvé se dávají do salátů, smoothie, dezertů nebo jednoduše na chleba s máslem či tvarohem. Klasickým lidovým receptem jsou smažené v těstíčku nebo pečené v akátovém medu. Dají se také louhovat v cukru, čímž vznikne voňavý sirup vhodný pro přípravu nápojů. Z přípravků Energy naleznete trnovník akát v produktu **Gynex** a v terapeutickém krému, šamponu či mýdle **Artrin**.

ONDŘEJ VESELÝ



STÁLÁ VÝHODNÁ NABÍDKA

Srdce a cévy v klidu

Lipidol

- » optimalizace metabolismu tuků
- » prevence ukládání cholesterolu



Kluby a konzultační centra nabízejí

VŠECHNY KLUBY ENERGY A KONZULTAČNÍ CENTRA POSKYTUJÍ PORADENSTVÍ A PRODEJ PRODUKTŮ

BLÍŽEJOV

Provozní doba KE Blížejov:

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

» 13. 5. – 10–17 h. – Energy Beauty Day

Stálá nabídka:

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

Nabídka KC:

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

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

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

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

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

Kontakt:

Blížejov 124, Bc. Johánková Jitka
tel.: 721 384 473

e-mail: johankova@centrum.cz
www.energyprodukty.cz

BOSKOVICE

Provozní doba:

po–pá 8.08–18.18, so 8.08–11.11 h.

Stálá nabídka:

zasílání zboží Energy na dobírku

Nabídka KC:

» BLANSKO – Centrum Harmonie, 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:

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

POZOR: 15. 5. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

zasílání produktů Energy / měření SPT

– M. Srnská, Z. Erbenová / masáže, Dornova metoda – H. Šobánková / masáže klasické, lymfatické, andělské terapie – R. Zavřelová, zaroma@seznam.cz, členové Energy sleva 10 % / Access Bars, tel.: 723 726 230, miri.aberlova@seznam.cz / 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

Kluby a konzultační centra nabízejí

- » 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 – Strejcův sbor 163, po, út 8.30–12, 13–16.30, st 8.30–14 h., čt, pá – dle objednání – měření SPT, kraniosakrální terapie, terapie BEMER, celostní terapie a vyšetření z kapky krve, akupunktura, masáže, baňky, fytotherapie – Iveta Janáčková, tel.: 603 811 428

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 – POZOR, ZMĚNA:

sudý týden po–čt 8–13,

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

Stálá nabídka:

měření SPT / masáže, baňkování, lymfodrenáž, terapie červeným světlem, praktik TČM / jóga, SM systém / ochutnávky čajů a zelených potravin

Mimořádná nabídka KE:

- » 28. 5. – 17 h. – Vliv ročního období na psychiku – lektorská přednáška MUDr. Alexandry Vosátkové – rezervace na tel.: 737 331 071
- » Zdravotní konstelace – lektor MUDr. Ivana Wurstová, tel.: 737 331 071

Nabídka KC:

- » BŘECLAV – V Zahrádkách 3170, Tučková Iva, tel.: 606 041 301 – kosmetika, depilace
- » ČESKÁ TŘEBOVÁ – Spížírna u Magdaleny, Staré náměstí 44, 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, praktik TČM
- » LITOMYŠL – Salon Martina, Smetanovo nám. 15 (2. p.) – Jiřelová Martina, tel.: 793 068 820 – kosmetika, měření SPT
- » 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, praktik TČM

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:

měření krevního tlaku / ochutnávky zelených potravin, výzkoušení kosmetiky Energy / e-shop: www.energyuklarky.cz

Mimořádná nabídka KE:

- » 21. 5. – od 16.30 h. – Beauty Energy – denní laskavá samopéče, otevření lymfy atd. – N. Tureková, rezervace nutná na tel.: 776 454 874 nebo energycb@seznam.cz

Nabídka KC:

- » ČESKÉ BUDĚJOVICE – NATUKO beauty studio, Žižkova tř. 309/12, Natalia Tureková, tel.: 608 662 993 (kosmetika)
- » ČESKÉ BUDĚJOVICE – Regenerační studio od SRDCE, Stavouinon, Žižkova 12, Ing. Milan Morávek, tel.: 731 827 169 (měření SPT)
- » HOLUBOV – Krasetín 33 – Ing. Karla Strejčková, tel.: 775 166 535, www.esoterickyobchudek.cz (e-shop)
- » PÍSEK – Lumen, Tř. Nár. svobody 25, Radka Dušková, tel.: 737 099 656, (měření SPT)
- » STRAKONICE – Obchůdek Harmonie, Máchova 1113, Pavlína Klimešová, tel.: 603 336 950 (měření SPT)

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 – tel.: 736 284 711 / rehabilitace, lymfodrenáže – MUDr. B. Rošková /

lymfodrenáž pro zdraví a krásu, klasické masáže, lávové kameny – M. Němčíková, tel.: 608 428 332

Nabídka KC – měření SPT:

- » JABLUNKOV – Velebnovského 164, Terezie Byrtusová, tel.: 608 581 799
- » TRINEC – 1. Máje 276, Eva Matlochová, tel.: 774 766 213
- » TRINEC – Nábřeží 295, Bohumila Gluzová, tel.: 777 019 050

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:

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:

- » NOVÉ: PASEKA 334 – Galdová Zuzana, tel.: 775 153 850, info@aurasomashop.cz
- » 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, tel.: 777 248 500, kosmetické ošetření produkty Energy

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE DOLNÍ BŘEŽANY

Nové KC:

» Paseka 334

Zuzana Galdová, tel.: 775 153 850, e-mail: info@aurasomashop.cz

KE TURNOV

Nové KC:

» Kopřivnice

Centrum ELEVIA, Sokolovská 407/7 D. Kilduff, tel.: 731 705 359 e-mail: centrumelevia@gmail.com prodej Energy, EAV měření

Kluby a konzultační centra nabízejí



» MNÍŠEK POD BRDY – Zrození k pohybu,
Ke škole 1389, M. Engelová,
tel.: 724 508 314

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:

diagnostika SPT / masáže – pí. Slušítková,
tel.: 776 488 848 / kosmetická péče
s Energy Beauty – pí. Schubertová,
tel.: 731 260 690

Mimořádná nabídka KE:

» 5. 5. – 10–16 h. – Diagnostika pleti
s Energy Beauty – Klub Energy

Veterinární poradna:

» MVDr. Martincová, tel.: 732 512 181

» MVDr. Hořejší, tel.: 605 581 731

Poradny a měření SPT:

» KE HRADEC KRÁLOVÉ – tel.: 736 765 477

» CHOCEŇ – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535

» KOSTELEČ NAD ORLICÍ – pí. Mlejnková,
tel.: 737 178 816

» NOVÝ BYDŽOV – pí. Rakouská,
tel.: 776 614 046

» OPOČNO – pí. Králíčková,
tel.: 739 379 435

» SMÍŘICE – PharmDr. Svobodová,
tel.: 602 141 184

» ZDICE – Ing. Zápotočná, tel.: 723 919 338

Kontakt:

Hradec Králové, Letců 1001

tel.: 495 534 715, 736 765 477

e-mail: babkabylinarka.cz@seznam.cz

CHEB

Provozní doba:

po, čt 14–18, út 14–17, st 10–12 a 14–17 h.

V případě potřeby mimo tuto dobu
volejte na uvedená čísla!

Stálá nabídka:

po, čt – 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:

» 13. 5. – 10–18 h. – Energy Beauty
Day – nová Energy Beauty kosmetika,
celodenní poradenství, rychlotest SPT,
Quantum, vzorky, ochutnávky

Nabídka KC (prodej produktů):

» AŠ – Okružní 25, Mgr. D. Rejsková,
tel.: 774 342 903

» CHODOVÁ PLANÁ – Bc. Pavla Fejt,
tel. (SMS): 775 802 328,
e-mail: pavla.fejt@gmail.com

» CHODOVÁ PLANÁ – Harmony Care,
– kosmetika s produkty Energy Beauty

» SOKOLOV – Studio Vesna,
K. H. Borovského 377, J. Malušková,
tel.: 604 790 940, e-mail: malus@seznam.cz
– testování SPT

» TACHOV – J. Petrůvá, tel.: 739 464 473

» TRSTĚNICE U MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ

– Ing. K. Jandová, tel.: 775 916 666,

zooiguana@seznam.cz – veterinární
i humánní poradna

Kontakt:

Cheb, Kostelní schody 1

tel.: 354 422 355 (klub v pracovní době)

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 pro členy:

poradna online: fb skupina "Klub Energy
Karlovy Vary" nebo whatsapp 775 947 793 /
výhodná cena: masáže, kosmetika,
pedikúra, manikúra / dárkové poukazy na
masáže a Energy produkty / rekvalifikační
a odborné vzdělávání

Veterinární poradna s produkty Energy:

» DALOVICE – Botanická 256, I. Vidimová,
tel.: 605 191 837 – komplexní regenerace

zvířat, metamorfní technika pro zvířata,
problémové chování koček aj.

» KRÁSNÓ – MVDr. Cincibusová,
tel.: 773 657 288

Nabídka KC:

» KLATOVY – Apatyka Pampeliška,
Čs. legií 116, H. Matějková,
tel.: 728 450 538 – poradenství TČM,
irisdagnostika, Bachova květová terapie aj.

Kontakt:

Karlovy Vary, Varšavská 1168/13

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

tel.: 775 947 793, 606 020 012

e-mail: info@agenturarafoel.cz

LIBEREC

Provozní doba:

út 9–17, čt, pá 9–15 h.,

po, st dle tel. dohody

Stálá nabídka:

zásilková služba, obj. na e-mail + SMS,
viz kontakt / tělové svíce / ochutnávka
superpotravin Energy dle aktuální
nabídky / kosmetické ošetření
kosmetikou Energy – Blanka Chlumská,
obj. na tel.: 725 515 068

Mimořádná nabídka KE:

» V měsíci dubnu – diagnostika Bicom pro
zvířata, objednávky přes SMS, e-mail,
datum bude upřesněno

Nabídka KC:

» Ivana Dlouhá, 8. Března 20/12, Liberec
– Studio Regenerace: kraniosakrální
terapie / rodinné konstelace / masáže /
Osho Zen Tarot – tel.: 736 761 355,
e-mail: info@studioregenerace.com

» Galina Veselá, U soudu 536/6a Liberec:
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 – tel.: 777 624 569,
e-mail: inka.vesela@seznam.cz

Nabídka KE:

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

Kontakt:

Centrum zdraví Energy, Liberec

Moskevská 637/6 – 2. patro

tel.: 725 515 068, Blanka Chlumská

e-mail: blankachlumska@seznam.cz

www.energyliberec.cz

Kluby a konzultační centra nabízejí

LUHAČOVICE

Provozní doba:

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

**ENERGY BEAUTY DAY – 13. 5. – otevřeno
mimořádně až do 17 h.**

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. Struškova – 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.energy-luhacovice.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
a psychosomatická poradna, bodyterapie
– Mgr. M. Maňásková, tel.: 602 583 091

Mimořádná nabídka KE:

- » 13. 5. – Energy Beauty Day
- » 16. 5. – Bylinná poradna Jiřího Čerkla,
tel.: 732 256 115

Nabídka KC:

- » SLAVKOV U BRNA – Palackého nám. 71,
Andrea Vašíčková – tel.: 775 237 753,
e-mail: poradna@cestouprirody.eu
(diagnostika SPT, poradenství TČM)

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:

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:

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

Kontakt:

Ostrava, Českobratrská 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:

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
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:

- » HEŘMANŮV MĚSTEC – Chotěnice
– L. Aišmanová, tel.: 725 977 313
- » HEŘMANŮV MĚSTEC – Heřmánek,
Nám. Míru 6 – L. Matějka,
tel.: 777 147 083
- » KUTNÁ HORA – D. Kuželová,
tel.: 724 324 071
- » LETOHRAD – Lukavice 212,
Jana Venclová, tel.: 776 072 716,
e-mail: jana.venclova@email.cz
- » PŘELOUČ – M. Kaderová,
tel.: 725 241 580
- » KE PARDUBICE – T. Křišťůvková,
tel.: 777 177 610

Kontakt:

Pardubice, Smilova 2935

tel.: 607 817 123

e-mail: sarka.urbanova@energypardubice.cz

www.vitalityinlife.cz

PLZEŇ

Provozní doba:

po–čt 10–12.30, 13–17, pá 10–14 h.

POZOR: 7.–10. 4. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

měření SPT / nutriční poradenství /
zásilková služba / prodej drahých kamenů
a terapeutických svící / kraniosakrální
terapie – MUDr. L. Sobotková,
tel.: 737 220 488

Kontakt:

Plzeň, Sedláčkova 17

tel.: 775 415 480 (klub)

tel.: 777 225 406 (L. Panýrková)

e-mail: obchod@energypzlen.cz

energypzlen@email.cz

www.energypzlen.cz

PRAHA 2

Provozní doba:

po, út, čt, pá 9–17, st 8–19 h.

Stálá nabídka:

diagnostika SPT / kosmetika / masáže /
EFT / kraniosakrální osteopatie /
regresní terapie / vědomé léčení / TČM /
homeopatie / detoxikační a energetické
zábaly / reflexní terapie / kvantové
opravy / individuální a skupinové lekce



Kluby a konzultační centra nabízejí

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:

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 /
shiatsu – B. Šimečková, tel.: 703 662 907,
www.shiatsu-bara.cz

Nabídka KC:

- » 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.

POZOR: 1.–3. a 8.–10. 5. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

měření krevního tlaku / testy Beauty
kosmetiky / ochutnávka zelených
potravín, čajů, kaší, smoothie / měření SPT
– 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 / masáže,
baňkování – J. Novotný, tel.: 604 112 291 /
kraniosakrální biodynamika – M. Skřepská,
tel.: 723 907 451

Nabídka KC – 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 Hájí (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

Provozní doba:

po 9–13, út 12–16, st 10–13, 14–17,

čt 13–16 h.

Stálá nabídka:

zasílání produktů / ochutnávka zelených
potravín, 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

Nabídka KC:

- » KONICE – 9. května 480, Regenerační
centrum Harmonie – Mgr. L. Vévodová,
tel.: 773 706 719 (Oberon – diagnostika)
- » LHOTA POD KOŠÍŘEM 18
– Krajina duše – Libor Zvolánek,

Danuše Zwiefelhoferová – automatická
kresba (diagnostika zdravotního stavu,
kurzy), rodinné konstelace, enneagram,
Osho meditace, tel.: 737 926 788,
www.systemicke-konstelace.info

- » 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:

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:

- » 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



Kluby a konzultační centra nabízejí

ŠUMPERK

Provozní doba:

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

Provozní doba KC Zábřeh:

po, čt 8–16 h, út, st 8–12.30 a 13–17.30,
pá 8–12 a 13–19 h.

Stálá nabídka:

měření EAV / poradna celostní medicíny
MUDr. B. Haltmara – gynekologie,
tel.: 731 236 549, 737 015 470 / masáže:
Spinal Touch, manuální lymfatická,
protimigrénová, reflexní, Breussova,
Dornova metoda, baňkování, kinesiotaaping,
práce s energetikou těla a harmonizace
čaker – pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283 /
Shiatsu – p. Dohnal, tel.: 774 236 191

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, tel.: 607 143 908 /
rodinné konstelace – L. Zvolánek,
www.systemicke-konstelace.info
– R. Sekyrová, tel.: 776 214 706 /
rekondiční a relaxační masáže,
Breussova masáž – Kristina Vušková
– tel.: 731 061 213 / kosmetické služby
– Romana Křížovská, tel.: 733 197 280

Mimořádná nabídka KE:

» 13. 5. – 10–18 h. – Energy Beauty day:
seznámení s novou řadou kosmetiky,
kosmetické ošetření pleti, masáž šíje,
ochutnávka zelených potravin, kaší
a terapeutických nápojů

Nabídka KC:

» PACOV – Harmonie – zdravá výživa,
Jana Autengrubera 167
– Martina Fialová, tel.: 775 145 813,
e-mail: Martina1Fialova@seznam.cz
» TÁBOR – Zdravá výživa Oříšek,
Purkyňova 2961 – Eva Berková,
tel.: 732 816 095,
e-mail: berkaeva.sluzby@centrum.cz
» TÁBOR – Zdravá výživa Pod Deštníkem,
Nerudova 3184 – Lucie Kolářová Fuka,
tel.: 732 551 669,
e-mail: Lucie.Kolarova@seznam.cz
» TÍŠNOV – 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:

měření SPT / NOVĚ: diagnostika pomocí
kvantového analyzátoru / 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 – KRÁLOVO POLE – Biorezonace
BicomBrno – Ing. D. Kukla,
Staňkova 18, tel.: 721 159 741,
e-mail: kukla@bicombrno.cz,
www.bicombrno.cz
» BRNO – Medlánky – M. Pavlíčková,
Salon Vista, Hudcova 72,
tel.: 728 276 629
» JIHLAVA – Mgr. P. Drejšková – TČM, SPT
– Fyton – Dům zdraví, Vrchlického 57,
tel.: 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

» 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:

měření SPT / metoda EFT / masáže
– baňkování, medová, relaxační,
Breussova, lávovými kameny,
aromaterapeutická relaxační masáž

Kluby a konzultační centra nabízejí



celého těla – 1,5 h. / dárkové poukazy na masáže a služby / prenatální výukový program Baby plus – konzultace a možnost zapůjčení / Heart Vision – analýza funkčního stavu organismu

Nabídka KC – měření SPT:

- » ČESKÁ LÍPA – J. Novotná, tel.: 725 753 651 (masáže, kosmetika, Access Bars, každé pondělí odpoledne prodej a poradna Energy)
- » JABLONEC NAD NISOU – M. Janoušková, tel.: 773 226 106 (nápravy poruch učení – EDU-kineziologie, DOV, EFT terapie, Access Bars, Bachovy esence)
- » 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
- » SEMILY – ZMĚNA ADRESY: Lešákov 273, E. Šmídová, otevírací doba dle tel. domluvy: 737 307 340

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:

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

Veterinární a homeopatická poradna:

» MVDr. K. Hlačíková, tel.: 723 446 021, e-mail: hlačíkovak@seznam.cz

Nabídka KC:

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

Kontakt:

Uherské Hradiště
Zelný trh 1249
tel.: 605 778 740
e-mail: energy.hradiste@gmail.com
www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:

po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:

veterinární poradna / zaslání zboží na dobírku / akupresura a tělové svíce, měření SPT – H. Červenková, tel.: 737 148 606 / diagnostika kineziologickým testem – Ing. V. Kalousová, DiS., tel.: 775 707 372 / tradiční čínská medicína – diplomované terapeutky – diagnostika, fyto-terapie, aurikuloterapie, akupresura, dietetika, tel.: 737 148 606

Nabídka KC – měření SPT:

- » LOUNY – bylinkový obchůdek MateříDouška, Beneše z Loun 39, tel.: 604 969 645
- » TEPLICE – Zdravíčko, OC Galerie, 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: POZOR ZMĚNA!

po 9.30–13, 14–17, út 14–17,

st 9.30–13, 14–17 h,

čt 9.30–13, 14–15.30 h.

út,čt, pá – výdej produktů obchůdek

Ametyst, Náměstí 8, tel.: 739 524 170

Stálá nabídka:

obchodní spolupráce – Eva Macíčková, DiS., tel.: 723 976 814 / diagnostika SPT, Bicom, poradenství pro zvířata – Katarína Bestr, tel.: 778 116 712 / diagnostika SPT – Robert Vyvial, tel.: 778 116 712 / výživové poradenství – Marie Polášek, tel. 792 354 370 / kurzy Mindfulness – Mgr. Miroslava Jančová, tel.: 732 114 491

Nabídka KC:

- » BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – J. Kocmanová, tel.: 776 714 705
- » FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ – Veterinární centrum přírodní medicíny, Snovina 191 – MVDr. P. Domesová, tel.: 776 792 394
- » JABLŮNKA NAD BEČVOU 130 – PharmDr. V. Martinková, tel.: 725 675 005 – reflexní terapie, kurzy
- » KOPŘIVNICE – Elixír života, Záhumenní 352 – A. Tomšejová, R. Vyvial tel.: 777 312 215, měření SPT, výdejní doba po–pá 9.30–17, so 8.30–12 h.
- » STŘÍTEŽ – M. Zátorská, tel.: 737 628 732 – masáže, měření SPT
- » UHERSKÉ HRADIŠTĚ – Dům u Bílého jelena – K. Bestr, SPT, Bicom, regenerace zvířat, tel.: 739 738 890
- » VSETÍN – Zelená lékárna, Smetanova 1462 – L. Tyralíková, tel.: 725 116 009

Kontakt:

Valašské Meziříčí, Polášková 78
tel.: 778 116 712, 723 976 814
e-mail: macickova.energy@seznam.cz
www.energy-valmez.cz

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

KVĚTEN 2026

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Česká Třebová	Klub Energy	28. 5. – 17 h.	Vliv ročního období na psychiku – MUDr. A. Vosátková	Česká Třebová

Zdraví začíná vaším úsměvem!

- vysoce funkční přírodní péče s antimikrobiálními účinky
- směs bylin, éterických olejů a třetihorní termální vody
- ochrana proti zubnímu kazu, aftům a parodontóze
- vhodné při homeopatické léčbě

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Libovolné 2 zubní pasty	245 Kč	10	43 Kč

Akce je platná 1.–31. 5. 2026 do vyprodání zásob.



Nová řada Solara

VYHNĚTE SE LETOS SLUNEČNÍMU STRESU. UŽIJTE SI SLUNEČNÍ LÁZEŇ!

Solara sfp 30

- » Nejmodernější minerální filtry. UV záření nepohlcují, ale bezpečně odrážejí.
- » Astaxanthin z červené řasy funguje jako neviditelný biologický štít, který chrání DNA buněk před oxidací.
- » Inovativní síť z jojobových vosků neucpává póry, nelepí a umožňuje pleti přirozenou termoregulaci.
- » Mrkvový olej a kurkuma brání zánětlivému zarudnutí a připravují kůži na zdravé, rovnoměrné opálení.

Solara balm

- » Slaměnka stahuje horkost, tiší mikrozáněty a brání sluncem způsobené destrukci kolagenu.
- » Chlorela vrací sluncem vyčerpaným buňkám ztracenou energii a startuje hloubkovou opravu poškozené DNA.
- » Fermenty a biomimetický squalane okamžitě doplňují chybějící lipidy, opravují narušený mikrobiom.
- » Nízkomolekulární kyselina hyaluronová a vitamin E uzamykají v pleti vláhu, udržují ji dokonale pružnou.

