



vitae

prosinec 2025/leden 2026

Oslavme Vánoce
s radostí a ve zdraví!

Tři QI nápoje
– jako tři mušketýři

Náš pohybový systém
potřebuje péči



Produkty měsíce prosince

Konec roku bývá pro mnoho lidí obdobím bilancování, ztišení a uzavírání starých kapitol. Z energetického pohledu představuje přirozený cyklus proměny, očistění a obnovy životní síly. Staré se uvolňuje, aby mohlo přijít nové – tak, jak to učí i přírodní zákony. Ve východních naukách je tento čas vnímán jako přechod mezi energií jin a jang – prostor pro zklidnění, meditace a návrat k sobě samému. Ideální chvíle k uvolnění vnitřního napětí, odpuštění sobě i druhým a k harmonizaci těla a mysli.

Na podporu rovnováhy může být dobrým společníkem **Relaxin**, který si v Energy vysloužil označení „produkt vyrovnanosti a štěstí“. Jeho receptura vychází z principů tradiční čínské a japonské medicíny a propojuje dva mimořádně účinné extrakty – z kůry stromu magnólie a kořene kudzu. Právě kudzu je bohaté na cenný puerarin, látku podporující přirozenou tvorbu serotoninu, tedy „hormonu štěstí“. A co si přát víc než trochu vnitřního slunce v době, kdy se ráno probouzíme a večer navracíme za tmy domů?

Když vás přemůže nachlazení nebo chřipka, sáhněte po **Mycopulmu**, který pomáhá tělu k rychlejšímu zotavení a posílí i při únavě či rekonvalescenci. A když je zapotřebí něčeho se silnějšími „grády“, přichází na řadu **Cistus complex** – směs výtažků z rostlin s mimořádnou silou, která pomáhá tělu u opakujících se nebo hůře léčitelných infekcí, zejména virových.

Nechme tedy konec roku plynout v klidu a s důvěrou. Využijme jeho sílu k propuštění starého, posílení těla i ducha a k vykročení do nového roku s čistou myslí a otevřeným srdcem.



Produkty měsíce ledna

Začátek roku je víc než jen nový list v kalendáři – je to energetický přerod, kdy se vše staré rozpouští a prostor se otevírá novým možnostem. A možná i předsevzetím. Co tedy svému tělu rovnou naordinovat vědomou péčí? Každý pohyb, každý krok i každý úsměv – všechno začíná u zdravých kloubů a kostí. Ať už sportujete, pracujete u počítače, nebo se prostě jen chcete cítit dobře a bez bolesti, péče o pohybový aparát by měla být vaší každodenní samozřejmostí.

Tělo bylo stvořeno k pohybu a naše klouby to dobře vědí. Pravidelná aktivita udržuje kloubní chrupavky pružné a vyživované. Silné kosti potřebují také stavební materiál – vápník, vitamin D, hořčík a bílkoviny. Nezapomínejte ani na vitamin C, který podporuje tvorbu kolagenu, a udržuje tak klouby pružné a kosti pevné. Super výživu „vše v jednom“ jim poskytne například **Skeletin**, tak mu dejte minimálně na pár týdnů šanci. A co byste řekli pravidelným masážím anebo třeba uvolňujícím koupelím v **Biotermalu**? Koupele často podceňujeme, ale přitom jsou společně s výživou a pohybem prevencí i pomocí při revmatismu, osteoporóze, artróze či artritidě. A když nás přeci jen něco začne akutně bolet? Na všechny bolístky světa pomůže **Artrin**. Komplex látek v něm obsažených lze využít při bolestech a zánětlivých stavech celého pohybového aparátu nebo při poruchách lymfatického systému, nedostatečném prokrvení končetin a dalších obtížích. Každopádně věřte, že tělo se nám za tuhle péči odmění tím nejcennějším – bezbolestným a volným pohybem.

Na začátku roku si dopřejte chvíli ticha, ponořte se do hlubin svého nitra a jen tak nechte energii proudit. A možná vyšlete předsevzetí pro zdravé, pružné a bezbolestné tělo. Nový rok je jako čisté plátno – a jen vy jste ten, kdo drží štětec. Ing. ŠTĚPÁNKA GRUBEROVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy,

číslo 12/1, prosinec 2025/leden 2026.

Náklad 25 000 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, Beata Mitregová.

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.

Vánoční naladění

OBSAH

Editorial	04
Malé vánoční zamyšlení	05
Adventní zvyky, které možná neznáte	06
Jídelníček z naší rovnoběžky	07
Tři mušketýři: QI drink, QI collagen a QI coffee	08
Celostní cesta ke krásné zdravé pleti	09
Energyfood: hravá inspirace	10
Vaše zkušenosti s našimi produkty	11
Pohyb a péče o klouby patří ke každému věku	12
Balneol, další list do kroniky aneb tradice pokračuje	15
Okénko do Duše	16
Terapeutické metody	18
Univerzita Energy	19
Nové veterinární produkty	21
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24





EDITORIAL

KONCERT

Na Vánocích mám nejraději atmosféru, která je zcela výjimečná. A od té doby, co jezdíme na hory, je to ještě lepší. Třeba když chumelí, jedu se sáňkami do lesa pro chvojí a pak se hřeju u krbu s čajem v ruce a jen tak koukám do ohně. Nebo když pozoruju ráno ptáčky na hostině v krmítku za oknem. Miluji také východy a západy slunce na hřebeni hor. To v Praze zkrátka není... Nejlepší ale je doběhnout si na běžkách do kostelíku ve vedlejší vsi na adventní koncert. Víte, to místo má obrovské kouzlo. Kostel si prošel krušnými časy – měl špatnou střechu, kudy zatékalo, strop a barevné

fresky na stěnách zmizely, varhany na kúru se rozpadly. Nicméně se ho v poslední chvíli ujala svojí péčí skvělá paní starostka s řadou místních starousedlíků. Takže dnes, odsvěcený, slouží pro sousedská setkávání, pořádání koncertů a výstav.

Vloni za námi těsně před Štědrým dnem přijela na chalupu moje téměř devadesátiletá, ale velmi čiperná maminka. Napadlo mě zjistit na místní vývěsce, zda ještě neprobíhá nějaká vánoční akce – a zrovna za hodinu začínal koncert! Tak jsme se na něj neplánovaně vypravili. V zádveří kostela jsme si koupili čaj, domácí makový závin a medové voštiny, čímž jsme přispěli na obnovu varhan. Uvnitř už bylo plno lidí a kouzelné útulno. Přírodní vánoční výzdoba s dřevěným betlémem v životní velikosti od místního řezbáře, velká papírová hvězda u stropu, teplomety, tlumená světýlka a svíčky. K tomu si představte charismatický vybydlený prostor, který teprve čeká na opravu... Máte to?

A teď účinkující. První část koncertu zpívala velmi nadaná Nina Schwarzová s krásným hlasem, která se tady v horách narodila a studuje muzikálové herectví v New Yorku. A do toho všeho nastoupil – Future Sibanda ze Zimbabwe. Vysmátý sympáček v pestrobarevném lesklém plášti s neméně pestrou šálou, který se do toho vážně opřel! Mluvil perfektně anglicky a vysvětlil nám, že nám předvede, jak to chodí na Vánoce v Zimbabwe. Tohle tedy náš venkovský kostel v česko-německém pohraničí ještě nezažil. Všichni zpívali společně s nimi, svítily mobilními telefony (!), moje maminka měla oči navrch hlavy. Moc se jí to líbilo. Takže příště určitě půjdeme zase.

Krásné Vánoce všem, MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ



SALUS

VĚRNOSTNÍ PROGRAM

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

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

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

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



Malé vánoční zamyšlení

Každý to má s vánočními svátky jinak. Jedni jsou nervózní z toho, co vše je potřeba udělat, zařídit, druzí si plánují návštěvu vánočních trhů s přáteli a netrápí je předvánoční úklid. Kolikrát s koncem roku dotahujeme úkoly a projekty v práci, padáme únavou a vůbec se nám nechce péct pomalu 20 druhů cukroví, shánět miliony dárků a přemýšlet, co budeme celé svátky vařit.

Přitom v souvislosti s Vánocemi slyšíme ze všech stran o klidu a pohodě a přesně takové by měly být. Budme tvůrci svých vlastních Vánoc, do ničeho se nenuťme. Pokud to vychází z nás samotných, ano, dodržujeme zvyky a tradice, které jsou fajn pro naši rodinu, nebo si vytvoříme

vlastní, jdeme na půlnoční mši a upečme vánočku. Hlavně si to užijme! Dětem nevadí neumytá okna, ale vnímají velice silně náladu v rodině. Zda jsou rodiče spokojeni a mají si čas s nimi pohrát, zpívat vánoční písničky a třeba něco vánočního společně vyrábět, nebo jestli jsou ve stresu a nemají čas vůbec na nic. Dovolme si být zase dětmi v radostném očekávání blízkých se svátků. A není to jen o tom, co nakoupíme a kolik nás to bude stát. Je to o čase, který si dáme sami sobě, svým blízkým a lidem, které máme rádi, přátelům. O společných prožitcích, setkáních, vzájemné blízkosti a radosti. Také pohádkách a hrátkách ve sněhu, když se povedou bílé Vánoce. Ať nám září oči stejně jako ty dětské. Nemusí být vše

dokonalé, ale takové, jaké nám vyhovuje. Stromeček nemusí být obložený dárky, ani lednice přeplněná k prasknutí. Všechny rodinné návštěvy během svátků není nutné stihnout, lze se domluvit i na jiném termínu! A budme venku, v přírodě. Prosedět celé dny u televize a jídla nám zase tolik radosti nepřinese. Ale hrnek teplého čaje po svižné procházce určitě potěší. Naši vlastní vánoční atmosféru si můžeme ještě zpříjemnit vůněmi od Energy z řady aromaterapeutických esencí nebo sprejem **Zen**. Vnímejme tento čas, který symbolizuje naději a pomyslný nový začátek, s lehkostí a pokorou.

Vánoce plné harmonie, lásky, klidu a blízkosti přeje **LUDMILA BROKLOVÁ**



Adventní zvyky, které možná neznáte

Období adventu a Vánoc má mnoho z nás spojeno se zvyky a symboly více než jiný sváteční čas. Chodíme na půlnoční, házíme pantofle, zdobíme svítítky dům, strojíme stromček, pečeme cukroví atd. Pojďme na průzkum těch, které jsou méně známé, či dokonce zapomenuté, a míst, kde se dodržovaly.

MORAVSKÁ HVĚZDA HERRNHUT

Krásná ozdoba, která připomíná nejen příchod Krista jako Světla světa, ale je také symbolem naděje a východu dne po dlouhé noci. Jedná se o mnohacípou prostorovou hvězdu s 26 nebo 32 špicemi pocházející z 18. století z městečka Herrnhut v Horní Lužici. Tradičně se vyráběla z ručně stříhaného papíru či tenkého pergamenu, dnes ji lze koupit i ze dřeva, kovu či plastu. Typicky má bílou, žlutou či červenou barvu a uvnitř je žárovka (dříve olejová lampička). Rozsvěcí se na první adventní neděli a zhasíná po svátku Tří králů.

ŠEDIVÍ MUŽÍCI

Zapomenutá tradice pocházející z Beskyd, někde se uvádí z Valašska. Mladí muži se zcela poprášili dřevěným popelem, moukou či jemně mletým vápnem, aby působili jako šediví přízraky. Oblečení byli do starých roztrhaných kabátů, někdy i s jednoduchými maskami na obličeji. Obcházelí tiše stavení, vždy se krátce zastavili na prahu domu, poklekli a popelem posypali dveře, někdy i chlév. Chodili nejčastěji o zimním slunovratu či přímo na Štědrý den. Mužici měli přinášet klid, zdraví a ochranu, popel na prahu byl symbolem očisty a ochrany před zlými duchy.

OHEŇ Z DEVÍTI DŘEV

Tradice pochází pravděpodobně z horských oblastí Karpat, oheň se rozdělával při zimním slunovratu či noc před Štědrým dnem. Zapaloval se zásadně třením dřeva o dřevo, což je starý způsob bez kovu a křesadla. Pro zapálení se připravilo devět druhů dřeva

(nejčastěji jablonoň, hrušeň, třešeň, dub, buk, lípa, bříza, jedle, smrk). Hospodář oheň rozdělával za tichého zpěvu modlitby či říkanky. Vychladlý popel se následně rozsypal na pole, zahrady a do chléva. Devět druhů dřeva symbolizovalo plnost a rovnováhu přírody, oheň byl symbolem světla a očisty pro nový rok.

PÁLENÍ STARÝCH KOŠTAT

Adventní zvyk pocházející hlavně z Moravy, který se rozšířil i do některých oblastí Čech. Někdy se praktikoval na Nový rok či až na Tři krále a prováděla ho především hospodyně. Vzala všechna stará koštata a dala je ven na ohniště nebo do pece. Za účasti celé rodiny je zapálila, u ohně všichni chvíli tiše stáli. Zvyk měl očistit domácnost od starých energií a neštěstí a připravit ji pro nový rok, začátky a prosperitu.

ROH HOJNOSTI Z TĚSTA

Tradice, která se i dnes udržuje v moravských vesnicích, dříve se praktikovala především mezi zemědělskými komunitami v posledním adventním týdnu. Z těsta se upletl či vymodeloval roh, který měl většinou tvar kornoutu či spirály. Zdobil se semínky, ořechy a sušeným ovocem a po upečení se nejedl, ale umístil na stůl při štědrovečerní hostině jako symbol hojnosti a plodnosti. Po večeři se v některých oblastech roh nalámala a rozdala mezi hosty u stolu pro nový rok plný dostatku.

SVATÁ BARBORA

Na 4. prosince se nejen řezaly větvíčky ovocných stromů, ale dochovaly se i další tradice. Například dívky otevíraly vlašský ořech a podle tvaru jádra věštily budoucího ženicha, zdraví, či dokonce osud rodiny. Také v některých moravských vsích chodily malé skupinky dětí od domu k domu a zpívaly písně o svaté Barboře. To mělo přinést do vesnice radost a do domů štěstí.

Krásný předvánoční čas vám přeji, ONDŘEJ VESELÝ

Oslavte konec roku stylově!

LUXUSNÍ FINGER FOOD, KTERÉ ZVLÁDNETE I DOMA

Konec roku si žádá oslavu! A co by to bylo za oslavu bez dobrého jídla? Nemusíte trávit hodiny v kuchyni ani objednávat catering, abyste ohromili hosty. I doma si můžete připravit luxusní občerstvení, které bude vypadat skvěle, chutnat ještě lépe, a hlavně se bude snadno jíst.

Řeč je o finger food, malých jednohubkách, které jíte prostě rukama. Žádné přbory, žádné složité servírování, ideální pro večer se sklenkou v ruce. Finger food jsou malá jídla na jedno až dvě kousnutí, mohou být teplá i studená, slaná i sladká, ale hlavně efektivní a hravá. Vypadají luxusně, ale jejich kouzlo spočívá v jednoduchosti. Vybrala jsem pro vás pět jednoduchých receptů, které zvládne každý a které zaručeně zmizí ze stolu dřív, než stihnete říct „Šťastný Nový rok!“.

Mini toasty s ricottou a pečenou hruškou

» dokonalá kombinace krémové, sladké a křupavé chuti
ricotta, bagetka, olivový olej, hruška, med, rozmarýn, pár vlašských ořechů

Bagetku nakrájejte na tenké plátky, zakápněte olivovým olejem a krátce zapečte dozlatova. Hrušku nakrájejte na tenké plátky a opečte na pánvi s kapkou

medu a rozmarýnem. Na toasty dejte ricottu, pečenou hrušku a kousek ořechu.

Avokádová pěna s krevetkou na lžičce

» efektivní a hotové za pár minut
zralé avokádo, limetka, česnek, sůl, pepř, pár vařených krevet

Avokádo rozmixujte s trochou limetkové šťávy, špetkou soli a česnekem. Krém podávejte v malých porcelánových lžičkách, navrch položte krevetku a zakápněte olivovým olejem.

Mini sýrové kuličky na špejli

» ať pikantní, nebo jemné, vždy skvělé
smetanový sýr (např. Philadelphia), tvrdý sýr, koření – chilli, černý a růžový pepř, bylinky, sekané ořechy nebo semínka

Sýry smíchejte, můžete okořenit, vytvořte malé kuličky a obalte je v bylinkách, sekaných oříšcích či semínkách. Napíchněte na párátko a servírujte.

Rajčátka plněná tuňákovým krémem

» svěží, lehká a ideální k vínu nebo proseccu
cherry rajčata, tuňák v oleji, majonéza nebo bílý jogurt, citron, kapary, sůl, pepř, kopr

Odřízněte vršky rajčátek a vydlabejte dužinu. Tuňáka smíchejte s majonézou,

citronem, nasekanými kapary a trochou pepře. Naplňte rajčátka krémem a ozdobte koprem.

Ovocný mousse

» osvěžující, a přitom slavnostní dezert, co dá večeru sladkou tečku
ovoce dle chuti (maliny, jahody, mango), řecký jogurt nebo šlehačka, med, máta

Ovoce rozmixujte s medem a vmíchejte jogurt nebo vyšlehanou smetanu. Krém dejte do malých skleniček, nechte chvíli vychladit. Ozdobte kouskem čerstvého ovoce a lístkem máty.

TIP NA ZÁVĚR

Při servírování hraje velkou roli i vzhled. Použijte malé skleničky, porcelánové lžičky, mini prkénka nebo ozdobné ubrousky – všechno, co dodá jídlu šmrnc. Sladte barvy, přidejte třpyt zlaté nebo stříbrné.

MŮJ POHLED

Když jsou sousta malá, můžete prostě ochutnat všechno. Nebojte se experimentovat s chutěmi a dopřejte si to nejlepší. Ať ten poslední den v roce stojí za to!

*Veselého silvestra
a šťastný celý nový rok přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ*



Tři mušketýři: QI drink, QI collagen a QI coffee

Co mají tito tři „hrdinové“ společného? Zvýšení energie, což je patrné už z jejich názvu: QI (čchi) je čínský výraz pro energii. A ochranu našeho organismu. Každý produkt působí specificky na různá místa na těle, ale jedno se jim musí nechat. Jsou ochránci s velkým O, protože jejich složení je jedinečné. Definice zdraví podle TČM zní: „Člověk je zdravý, pokud je plný QI a krve a pokud v těle vše volně proudí.“ O její naplnění se mohou postarat právě tyto tři QI nápoje.

QI DRINK

Už asi 2 roky si neumím představit náš domácí ranní rituál bez **QI drinku**. Jelikož manžel se neobejde u snídani bez zapíjení, nabídl jsem mu tento nápoj ze slzovky a astragalu. Docela mu i chutná. Je pro něj velice vhodný, ulevuje u překyselení, a tím doplňuje léčbu metabolického syndromu. Je skvělý na odstranění hlenů a nadměrné vodnatelnosti. Podporuje funkci jater, odstraňuje toxiny, pročišťuje organismus. Posiluje slezinu, ledviny i plíce. Přispívá k psychické rovnováze. Nedávno mi jedna klientka řekla: „Chtěla bych tu vaši výbornou kávu bez kofeinu.“ A manžel mi občas oznámí: „Už nám došel čaj.“ Oběma jsem vysvětlila, jak to s QI drinkem je a že jde o energetický nápoj, ne kávu nebo čaj. QI drink si velice oblíbila i moje známá, sestřička z nemocnice. Jeden má doma a druhý v práci. Pochvaluje si jeho působení na trávení a díky tomu i psychickou pohodu. Dalo by se říct, že v podstatě plní QI drink funkci kávy. Jenom jsem opatrná

v doporučení jeho dlouhodobějšího užívání štíhlým, vysušeným lidem, vzhledem k jeho odvodňovací funkci. Využijte působení slzovkového nápoje mezi 7.–11. hodinou, kdy je nejvhodnější doba k regeneraci trávicího ústrojí!

QI COLLAGEN

Jestliže jste žena nad 40 let a utracíte peníze za kolagen, existuje 50 % šance, že ho vaše tělo spíše vyloučí, aniž by aktivovalo to nejdůležitější – vlastní produkci mládí. **QI collagen** tělo naučí, aby si opět pomohlo samo. Doplnovat kolagen již od tohoto zralého věku, kdy začíná pomalu ustupovat jangové období v životě člověka, je přímo nezbytností. Přecházíme postupně do jinovější fáze našeho žití, kdy vše více tuhne, vysychá, chladne, zpomaluje se, blokuje atd. Abychom tělu dodali potřebné stavební látky a výživu, uvolnili stagnující energii a vrátili se opět více do harmonie, pomůže nám v tom i QI collagen.

Energeticky patří ke středové Zemi, harmonizuje především žaludek, slinivku a slezinu. Středová Země obsahuje 50 % jangu a 50 % jin. Tento nápoj má výjimečné složení: mořský kolagen I. a II. typu, ájurvédský bylinný komplex – kurkumu, plody morušovníku a kadidlovník. Nezbytný pro výstavbu kolagenu je vitamin C z aceroly. QI collagen umožňuje dosáhnout dlouhodobého efektu na kůži a kloubech. Postupně vyhlazuje vrásky, díky zvýšené elasticitě tkání. Zlepšuje kvalitu vlasů a nehtů. Někomu může trochu vadit výrazná chuť kurkumy. Vyzkoušeli jsme

přidat lžičku **Organic Sea Berry** (rakytník), **Organic Cranberry juice** (brusinky) nebo **Organic Goji** (kustovnice) a nápoj je luxusní. Navíc ještě více posílí energetiku těla. Tak hurá do užívání, ať jsme pružní!

QI COFFEE

Kontroverzní téma kávy je probíráno medicínskými i alternativními odborníky. Pojďme se podívat na její konzumaci z pohledu TČM. Káva je hořké chuti, teplá a stimulující. Zahřívá a hodně vysušuje. Stimuluje energii srdce, vede ji dolů. Při dlouhodobém pití většího množství kávy se oslabuje jang ledvin. A tady už vzniká otázka, zda je pití kávy bezpečné? Káva má ovšem i velice pozitivní účinky na organismus, cení se zejména její vliv adaptogenní, imunostimulační a detoxikační.

Kávovým antioxidantům pomáhají v produktu **QI coffee** rozšířit toto působení vitální houby cordyceps a reishi. Cordyceps hojně doplňuje jang ledvin a reishi díky svému tropismu k srdci dokáže doplňovat krev srdce, a tím uklidňovat ducha Shen (Šen). Proto vidím pití QI coffee v přiměřené míře jako bezpečné. Pokud potřebujeme efektivně doplnit energii, tak tato káva působí až 7 hodin. Máme vyzkoušeno. Pro podání výjimečného sportovního výkonu si dejte šálek, protože káva podporuje buněčné dýchání a cordyceps zlepšuje využití kyslíku v těle. Celkově QI coffee posiluje jang a udržuje jin. Napomáhá k otevřenému vnímání, zlepšuje pocit životní síly, psychiky i těla.

Doporučuji vám vyzkoušet všechny QI nápoje.

Na zdraví! DANA ŠVESTKOVÁ



Celostní cesta ke krásné zdravé pleti (2)

DEHYDRATACE



Dehydratovaná pleť není to samé co suchá, které chybí lipidy, i když pocitově se tak může jevit. Rozdíl je v tom, že jí nechybí oleje, ale voda, kterou ztrácí rychleji v důsledku narušené kožní bariéry. Nejde o typ pleti, jenž nám byl dán do vínku, ale o její momentální stav. Dehydratace může postihnout jakoukoli pleť, dokonce i mastnou. Objeví se kdykoli během života a správnou péčí ji lze brzy napravit.

Dehydratovaná pleť je napjatá, působí mdle, jemné vrásky jsou výraznější a často má i nerovnoměrnou texturu. Její nositel většinou vnímá i zvýšení citlivosti. Narušení kožní bariéry může mít mnoho příčin – nevhodná kosmetika, prostředí, čisticí prostředky, klimatizace, vytápění, časté létání, nedostatek tekutin, minerálů nebo stres. Dehydratace pleti je často spouštěčem dalších kožních problémů, a je proto tím prvním, co bychom v sebekéci měli řešit, ať již máme jakýkoli typ pleti.

CELKOVÁ PODPORA

Hydratace každé pleti začíná uvnitř – dostatek vody, vhodných bylinných čajů a potravin s vysokým obsahem vody (ovoce, zelenina). Ideální je také přidat do vody elektrolyty, minerály, které se vyskytují ve formě nabitých částic (iontů). Mezi nejdůležitější patří sodík, draslík, hořčík, vápník a chlorid. Ty jsou zásadní pro udržení rovnováhy tekutin v pokožce. Ne nadarmo je proto **Fytomineral**

nedílnou součástí doplňkové kosmetické rutiny mnoha žen.

Velmi vhodné je, zejména v přechodových a chladnějších obdobích, kdy dochází k vyšší ztrátě vody z pleti do okolí vlivem teplot, klimatizací a vytápění, užívat i doplňky, které přímo podpoří hydrataci pleti zevnitř. Patří sem například kyselina hyaluronová, tremella, aloe vera, kolagen, přeslička, vitamin C, vitamin E a betain, který je výborným pomocníkem pro udržení vody v pokožce. Ze široké nabídky Energy produktů stojí určitě za pozornost **Vitaflorin, Organic Sea Berry, Betafit, QI collagen** nebo **Flavocel**.

JAK MŮŽE POMOCI PŘÍRODNÍ KOSMETIKA?

V kosmetice pomáhají stejné složky (jak uvnitř, tak navenek), které vážou vodu v pleti: kyselina hyaluronová, tremella, aloe vera, rostlinný glycerin, betain a další přírodní extrakty. Plus látky, které regulují ztrátu vody z pleti – kvalitní a vhodné rostlinné oleje nebo látky z nich získané, na které je kosmetika Energy Beauty bohatá.

VNĚJŠÍ KOSMETICKÁ PÉČE

Dehydratovaná pleť je pro její majitelku signálem, že má zpomalit tempo. Potřebuje odpočinek, lepší pitný režim a méně stresu. Pokud k tomu přidáme správně vrstvenou kosmetiku, pleť se postupně navrátí do rovnováhy. Tonizační vody **Balance** a **Visage water** jsou skvělým prvním krokem. Okamžitě pleť osvěží a dodají jí vlhkost. Pokud je

zařadíme až po čištění, zajistí obnovu přirozeného pH, které je pro kožní bariéru a ochranu před dehydratací klíčové. Aby se hydratace v pleti udržela, je třeba dále kombinovat hydratační složky s lehkými oleji nebo krémy s hutnější/bohatší texturou, jež vytvoří na pleti ochranný film. Rozhodně prospěje aplikace pleťového séra. **Balance serum** poskytne hloubkovou hydrataci a zklidnění citlivé pleti se sklonem k dermatitidám, **Rejuve serum** kromě hydratace nabízí větší lifting. Posledním důležitým bodem bude krém nebo pleťový olej. Doporučuji vybrat **Floru, Vestu, Yemayu** nebo **Skin essence day**, které jsou vytvořeny i jako hydratační krémy. Volit lze intuitivně podle vůně a pocitu, nebo jejich dalších benefitů pro různé druhy pleti.

Krémy **Skin essence night, Cybele** a **Niké** jsou svým složením spíše ochranou před ztrátou vlhkosti. Obsahují vyšší podíl velmi kvalitních olejů a dalších látek, které na pleti vytvoří požadovaný ochranný obal a udrží vlhkost z aplikovaných sér. Na zimu doporučuji i majitelkám smíšené nebo mastné pleti pořídit si jeden z nich a používat jej jako noční krém. Kdo dává přednost pleťovým olejům, tak rozhodně v chladných dnech bude vhodný **Argan oil**, který je navíc obohacen o vitamin E. Můžete vetřít pár kapek do pleti jako další krok po hydratačním séru. Nebo si kapičku oleje přidejte před nanesením do pleťového krému.

Přeji nám všem krásné podzimní a zimní dny se spokojenou pleťí, Ing. IRENA SLADKÁ

Energyfood: hravá inspirace

Koncept celostní stravy Energyfood byl vytvořen tak, aby podporoval prospěšné procesy v těle, ať už jde o trávení či krvetvorbu, rozproudění energie, nebo naopak její zklidnění, zahřátí, ochlazení, harmonizaci těla i mysli... To vše už znáte. Ale víte, že Energyfood můžete využít i při běžném vaření?

Gaja, Buddha, Lama, Runa, Tao – to nejsou jen kaše a smoothie. Mohou být i zdravou svačinkou do školy, do práce či na cesty, rychlým dezertem pro nečekanou návštěvu nebo chutným vánočním cukrovím. Jejich příznivé účinky, sílu jednotlivých bylin a medicínálních hub tak můžeme využít, i když zrovna nemáme chuť na kaši nebo smoothie. Budou působit stejně dobře, dokonce můžeme jejich efekt ještě posílit. Kaše Gaja, Buddha i Lama lze zapékat v troubě nebo z nich připravit lívanečky. Základ je vždy stejný – k suché směsi přidáte vodu či mléko, případně vejce, koření apod., zpracujete těstíčko buď tekutější na zapečení, nebo pevnější na lívanečky. A šup s ním do trouby nebo na pánev. Smoothie Runa a Tao zase mohou být skvělými „overnight skleničkovými svačinkami“, nebo, podle zkušeností od vás, báječným ochucením dortových krémů. A protože právě nastalo zimní období a budou Vánoce, pojdte v tomto čase naplno využít zimní kaši Lama. Připravte si ji zapečenou či v podobě rychlého cukroví.

Přeji Vám pohodovou zimu, vánoční svátky, a ať Vám Energyfood chutná a pomáhá!

LENKA FOTROVÁ



PEČENÁ LAMA ESSENCE

100 g kaše Lama, 400 ml plnotučného mléka (lze i rostlinné), 2 vejce (není nutné), máslo či kokosový tuk, jablka, mandle, skořice, smetana (jogurt, tvaroh, skyr)

Suchou směs zalijte mlékem, vešlehejte vejce a nechte pár minut ustát. Mezitím rozehejte horkovzdušnou troubu na 170 °C, zapékací misku vytřete máslem nebo kokosovým tukem, vlijte připravenou směs a vložte do vyhřáté trouby na 7 minut. Poté lehce promíchejte, vždy od krajů, kde kaše tuhne jako první, směrem do středu. Pokud chcete, nyní ji můžete posypat nakrájenými čerstvými jablky, plátky mandlí, skořicí a poklást plátky másla. Vložte zpět do trouby a zapečte dalších 5–10 minut podle toho, jak chcete mít směs tuhou. Při servírování můžete přidat kopec zakysané smetany, tučného jogurtu, tvarohu nebo skyru apod.

DATLOVÉ KULIČKY

100 g datlové pasty (pokud je hodně tuhá, lze naedit převařenou vodou), 60–100 g kaše Lama, 2 lžice másla čerstvého nebo přepuštěného, případně kokosový olej, 2 lžice rumu, koření dle chuti – skořice, hřebíček, zázvor apod.

ČAJOVÉ KULIČKY

50 ml horkého silného černého čaje, 2 lžice másla, ideálně přepuštěného nebo kokosového oleje, asi 80 g kaše Lama, 1–2 lžičky nerafinovaného třtinového cukru, možno přidat pár kapek rumu i koření dle chuti – skořice, hřebíček, zázvor apod.

Postup je u obou druhů cukroví stejný. Z vybraných ingrediencí zpracujte těsto – měkké, ale pevné, nesmí se drolit ani téct. Tvořte z něj kuličky a obalujte v sekaných mandlích, konopném semínku, karobu, kokosu apod.



KNIŽNÍ NOVINKA – DOPORUČUJEME!

Rádi bychom vám představili novou knihu, na jejíž vznik Energy s radostí přispěla. Je dílem spoluautorky produktové řady Energyfood Lenky Fotrové.

„Symfonie chutí na talíři“ je kniha, která spojuje vědu s tradicí a ukazuje, že zdraví z kuchyně je dostupné každému. Najdete v ní nejen recepty, které se osvědčily na kurzech vaření, ale také:

- » trochu teorie, třeba svaťou trojici celoživotního zdravého stravování
- » informace, jak na alergie a intolerance
- » tipy, co mít doma v zásobách, abyste kdykoliv zvládli uvařit něco dobrého
- » praktické rady i přehlednou tabulku potravin „co vyměnit za co“

Tato kniha je pro každého – ať už jste vegetariáni, vyhýbáte se lepku či laktóze, nebo jíte všechno. I pro ty z vás, kteří vaříte podle dietetiky TČM. Principy v ní popsané platí obecně a recepty si snadno přizpůsobíte podle sebe.

„Symfonii chutí na talíři“ si můžete koupit v knihkupectvích nebo na stránkách vydavatelství Grada: www.grada.cz/symfonie-chuti-na-taliri-14463/.

Funguje to!

U mého tatínka (83 let) se zjistilo akutní selhání ledvin. Na začátku jsem vše řešila velmi intenzivně, kupovala nízkobílkovinné potraviny, počítala každou bílkovinu a nic se nedělo. V té době jsem ještě neměla tatínka u sebe doma, ale střídala jsem se s bratrem v péči o něj. Pak jsem si vzala tatínka domů a začala mu podávat 5 dní v týdnu **Lama essence** a **Drags Imun**. Kaši na snídani a „dračí krev“ 7 kapek večer. Nic jiného jsem už neřešila a jídlo mu dávala dle chuti, vůbec jsem nekoukala doleva doprava, jak se říká. Po třech měsících si tatínkův kardiolog vyžádal kontrolně ledvinové testy (z důvodu zavedeného kardiostimulátoru). Po odeslání krve mi pan docent nadšeně volal, že tatínek má nejlepší výsledky v krvi za poslední dva roky. Já mu na to řekla, že jsem tatínkovi od té doby dávala nově terapeutickou kaši Lama, která je cílená na ledviny, a on odpověděl: „Krmte ho těma vašima věcmi, krmte ho...!“ Tak v tom pokračuji, nyní je to 4 měsíce a zlepšilo se i vyprazdňování stolice, což byl velký problém. Jsem moc ráda, že mohu tuto zkušenost s kaší a dračí krví sdělit dál – protože evidentně fungují! Třeba někomu tento článek pomůže vyřešit problémy se zdravím. Musím poděkovat tvůrkyním – paní doktorce Vosátkové a paní Fotrové, protože jejich kaše mému tatínkovi velmi výrazně zlepšila kvalitu života.

KLÁRA SYNEK KLOUBOVÁ, Tišnov



QI coffee piji každý den

Objevila jsem **QI coffee** asi před rokem, protože jsem hledala kvalitní instantní kávu. Na trhu jich je spousta, ale najít takovou, která by byla z kvalitních surovin, výborně chutnala, byla dostatečně silná, když člověk potřebuje nakopnout, ale zároveň s mlékem jemná, když si chce spíše pochutnat, není jen tak. Vařím si QI coffee každé ráno a oceňuji na ní i přítomnost extraktů hub jako bonusů pro mé zdraví. Vždy mě probudí do nového dne a zároveň ji mohu vypít i na lačný žaludek, který nedráždí. Pomáhá mi se celé dopoledne soustředit a mít dostatek energie, doporučuji na každém kroku!

KRISTÝNA ŠTURMANOVÁ, Havířov

Runa essence

Chci se s vámi podělit o moji skvělou zkušenost s produktem **Runa essence**. Dlouhodobě řeším problémy s panickými atakami, a především horké letní dny vždy bývaly přímo peklem. Obavy a strach už při předpovědi vysokých teplot, problémy zvládat pracovní den – vždy to bylo velmi náročné. U skvělé paní doktorky Vosátkové mi bylo doporučeno jako doplněk v horkých dnech vyzkoušet smoothie Runa essence. Účinek na mě byl přímo úžasný. Do patnácti minut jsem vždy pocítil zklidnění a přímo fyzické ochlazení. Užíval jsem většinou pouze rozmíchané ve sklenici vody, nouzově i „na sucho“ se zapitím. Díky Runě jsem celé léto zvládal v pohodě. Později, když jsem již měl vícekrát odzkoušeno, mi dodávala klid a potřebnou jistotu. A nejen že jsem neměl ataky, dokonce jsem i v horkých dnech byl schopen větší fyzické zátěže. Oproti dřívějším rokům to byl přímo zázrak, a díky Runě jsem měl krásné léto. Mohu všem vřele doporučit, já už se dokonce těším i na léto příští.

Ještě jednou děkuji. MARTIN VAFEK, Velké Meziříčí

NAPIŠTE NÁM TAKÉ

VAŠE DOPISY NA TÉMA:

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

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

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

Pohyb a péče o klouby patří ke každému věku

Zdraví pohybového aparátu je pro kvalitu života klíčové, s přibývajícím věkem však klesá schopnost těla regenerovat klouby – proto je důležité se o ně cíleně starat. Výzkumy ukazují, že udržování zdravých kloubů a kostí vyžaduje komplexní péči zahrnující správnou stravu, pravidelný pohyb a kvalitní doplňkovou výživu.





VÝZNAM POHYBU

Pravidelná fyzická aktivita stimuluje metabolismus chrupavky a podporuje tvorbu kloubního mazu, čímž se zlepšuje funkce kloubů. Výzkumy potvrzují, že mírné zatížení, jako například chůze, plavání nebo jóga, může zpomalit degenerativní procesy a zlepšit hybnost. Naopak nadměrně intenzivní cvičení bez dostatečné regenerace může vést k opotřebení chrupavky. Pohyb navíc pozitivně ovlivňuje imunitu a psychické zdraví, čímž přispívá k celkové kvalitě života.

Neocenitelný přínos pro zdraví má zejména chůze. Je to přirozený pohyb, který posiluje svalstvo, podporuje kardiovaskulární zdraví, snižuje stres a podporuje spánek. Doporučuje se denně absolvovat minimálně 6 000–10 000 kroků, což odpovídá přibližně 5–8 km chůze. Abychom dosáhli ještě lepších výsledků, ideální je kombinovat chůzi s vhodnými doplňky stravy.

KLOUBY: VÝŽIVA A REGENERACE

Společnost Energy nabízí produkty, které podporují regeneraci kloubů, zlepšují stav kostí a přispívají k celkovému komfortu pohybového systému.

- » **QI collagen** je nápoj pro výživu kloubů. Obsahuje kolagen I. a II. typu, který se získává z ryb žijících hluboko v moři u Islandu. Pro správné vstřebávání těchto látek do kloubní chrupavky je přítomen i vitamin C získaný z aceroly. Zároveň produkt působí protizánětlivě (využití při onemocněních, jako je artritida nebo artróza) díky přítomnosti kurkumy a kadidlovníku. Plody morušovníku v QI collagenu uvolňují stagnující energii v drahách kloubů a šlach, zmírňují křeče. Přípravek tedy vyživuje chrupavky, meziobratlové ploténky, šlachy, vazy, kůži, vlasy i oči, podporuje tvorbu kloubního mazu. Zároveň zmírňuje zánětlivé procesy v kloubech (artritida), snižuje bolestivost kloubu a přispívá k volnosti pohybu (artróza). Nakonec zlepšuje kvalitu nehtů, vlasů a vyhlazuje jemné vrásky.
- » Želatinové tablety **Skeletinu** obsahují sépiovou kost, která je zdrojem vápníku a hořčíku. Jsou důležité pro stavbu a obnovu kostní tkáně. Kolagen přítomný ve Skeletinu regeneruje kloubní chrupavky. Růže šípková je zdrojem vitaminu C, potřebného ke vstřebávání kolagenu. Mangan se účastní stavby chrupavek a kostí a podporuje proces hojení (zlomeniny). Je nezbytný pro bezproblémový vývoj kostry plodu. Poslední složkou je kopřiva dvoudomá, která je zdrojem chlorofylu, vitaminů a minerálů. Má protizánětlivý účinek (artritida, revmatismus) a podporuje odstraňování kyseliny močové z těla (DNA).
- » **Vitamarin** – jedná se o rybí olej v želatinové tabletě. Získává se z mořské ryby *Engraulis japonicus*, která je neodmyslitelným zdrojem esenciálních mastných kyselin potřebných pro zdraví kloubů, srdce a cév. Obsahuje jód, nezbytný pro správnou funkci štítné žlázy. Vitaminy D, A a E slouží k podpoře imunity, dobrého zraku a pružné pokožky. Vitamarin zlepšuje regeneraci, zmírňuje zánětlivé procesy v těle a výrazně posiluje imunitu. Pravidelné užívání Vitamarinu pomáhá nejen při pohybových problémech, ale i při psychickém zdraví, což je důležité pro udržování aktivního životního stylu v každém věku.
- » **Renol** je základní koncentrát z Pentagramu® Energy. Jeho složení obsahující 15 léčivých bylin je navrženo podle poznatků moderní medicíny ve spolupráci s tradiční čínskou medicínou. Zaměřuje se na podporu dráhy ledvin a pohybového ústrojí. Pomáhá vylučovat z organismu kyselinu močovou, čímž léčí dnu. Zlepšuje oběh lymfy v organismu, ulevuje pohybovému ústrojí při zánětech (artritida, revma) a bolestech (artróza).





NÁŠ TIP

PŘÍKLAD POHYBOVÉHO TRÉNINKU NA TÝDEN

- » **Pondělí:** 30 minut chůze na čerstvém vzduchu a snadná jóga zaměřená na flexibilitu.
- » **Úterý:** plavání nebo cvičení ve vodě na odlehčení kloubů.
- » **Středa:** cvičení s vlastní hmotností (dřepy, výpady, kliky) s důrazem na správnou techniku.
- » **Čtvrtek:** oddechová aktivita, například procházka nebo strečink.
- » **Pátek:** silový trénink s nízkou zátěží pro podporu svalů kolem kloubů.
- » **Sobota:** turistika nebo nordic walking.
- » **Neděle:** relaxační cvičení, jako je tchaj-ťi nebo pilates.

K dosažení maximálních výsledků kombinací pohybu a přípravků Energy doporučujeme následující režim:

- » **Před pohybem:** Používejte **Stimaral**, **Tribulus terrestris forte**, které podpoří energetickou hladinu a připravenost na fyzickou zátěž.
- » **Po pohybu:** Vhodné je nasadit **King Kong** a **Skeletin** na podporu regenerace svalů a kloubů.
- » **Večer:** Pro klidný spánek a psychickou regeneraci je ideální **Relaxin**.

» Krém **Artrin** patří do Pentagramu® krémů a zároveň tvoří dvojici s koncentrátem **Renol**. Artrin by měl mít ve své domácí lékárnice každý, protože ulevuje od bolesti (klouby, svaly, páteř, migrény), má protizánětlivý účinek (dna, artritida, křečové žíly, hojení ran), je chladivý (popáleniny, odřeniny, modřiny, horečka), podporuje činnost ledvin a lymfatického systému.

KOSTI: SÍLA A HUSTOTA

Osteoporóza a úrazy kostí jsou častým problémem. Strava bohatá na vápník, vitamin D a hořčík je pro udržování pevnosti kostí zásadní. Doplnky jako **Fytomineral** poskytují důležité stopové prvky, které podporují mineralizaci kostí a jejich regeneraci. Pro posílení kostí je ideální kombinovat zmíněný **Renol**, **Skeletin** a **Vitamarin**. Kapky **Tribulus terrestris forte** slouží k prevenci před ztrátou svalové hmoty, která je potřebná k udržení pevnosti a hustoty kostí a chrání je tak před vznikem osteoporózy.

SVALY, VAZY, ŠLACHY: PRUŽNOST A PEVNOST

- » **King Kong** obsahuje adaptogeny a bylinné extrakty, které regenerují svalstvo po fyzické zátěži. Kromě toho podporuje elasticitu šlach a svalů, což je důležité pro aktivní lidi.
- » Kapky **Tribulus terrestris forte** jsou prevencí ztráty svalové hmoty, která je potřebná k udržení pevnosti a hustoty kostí jako prevence osteoporózy. Při potřebě podat výkon pomáhají při zvýšené fyzické aktivitě a psychické zátěži. Účinkují i při předcházení kardiovaskulárním onemocněním.
- » **Skeletin** obsahuje přírodní složky, které zlepšují kvalitu všech pojivových tkání – šlach, vazů, kostí a kůže. Pomáhá při regeneraci po mikrotraumatech způsobených intenzivním pohybem.
- » Kolagenový nápoj **QI collagen** snižuje bolestivost kloubů, vazů a šlach. Při jeho dlouhodobém působení lze očekávat zlepšení tvorby kloubního mazu, elasticity vaziva.

- » **Stimaral** podporuje soustředění, zvyšuje psychickou výdrž a vitalitu během dne. Pomáhá tělu odolávat stresovým faktorům.
- » **Relaxin** podporuje redukci stresu a uvolnění nervové soustavy. Navíc obsahuje bylinné složky, které pomáhají navodit klidný spánek.

DOPORUČENÉ PREVENTIVNÍ UŽÍVÁNÍ PŘÍPRAVKŮ ENERGY

- » **Ráno:** Den začneme s **Vitamarinem** na podporu imunity a mozkové aktivity. Nakapeme **Renol** do sklenice vody, čímž nastartujeme ledviny, lymfatický systém a pohybový aparát.
- » **Během dne:** Použijeme **QI collagen** na podporu kloubů, **Artrinem** se můžeme natírat podle potřeby, tj. vždy, když nás to napadne nebo máme čas a prostor. Kapky **Tribulus terrestris forte** užíváme před fyzickou aktivitou (procházka, jóga, plavání atd.). Po této aktivitě, která může být spojena s pocením se, a tedy se ztrátou minerálů, doplníme minerály sklenicí vody s obsahem **Fytomineralu**.
- » **Večer:** Večer před spaním použijeme **Skeletin** k regeneraci kostí a kloubů ve spánku a relaxační čaj ke zklidnění.

PENTAGRAM® A HOLISTICKÝ PŘÍSTUP

Energy přináší koncept Pentagramu®, zaměřený na harmonizaci celého organismu prostřednictvím pěti základních bylinných kapek: **Vironal**, **Renol**, **Gynex**, **Regalen** a **Korolen**. Přípravky podporují přirozenou rovnováhu těla a pomáhají řešit různé problémy – od detoxikace až po podporu hormonální stability. Používání pentagramových kapek poskytuje komplexní péči o tělo, přičemž každé roční období může být zaměřeno na konkrétní orgánový systém.

Pravidelný pohyb, správné stravování, dostatek tekutin a cílené používání přípravků vytvářejí ideální kombinaci pro zdravé klouby, silné kosti a aktivní život v každém věku. Naše tělo nám poděkuje za péči, která je investicí do kvalitního života!

Mgr. JULIE ČERNEKOVÁ a JOZEF ČERNEK

Balneol, další list do kroniky aneb tradice pokračuje

ROZPIS NA ROK 2026

Jak se stalo zaběhaným zvykem, přináším vám v tomto vánočním vydání magazínu kalendář užívání Balneolu na další rok (kolikátý již?). Váš zájem a ohlasy svědčí o tom, že jste tuto pomůcku přijali za svou, a hlavně se přesvědčili, že je plně funkční. Dlouholetí uživatelé Balneolu vědí, mají praktickou zkušenost. Nové čtenáře Vitae odkážu na vánoční dvojčísla minulých ročníků. Zároveň věřím, že tento článek bude inspirací pro ty, kteří tuto humátovou koupel ještě nevyzkoušeli.

V minulých příspěvcích jsem psal, že kdo nemá velkou vanu, může Balneol použít alespoň ve vaničce/lavoru na koupel nohou. Jednak z principu účinnosti přes reflexní body na chodidlech, a zvláště z hlediska zátěže, které nohy čelí. Celoročně můžeme Balneol cíleně využít jako pomocný prostředek při léčbě různých plísň a mykóz. Zajímavý moment přichází v teplých měsících, kdy chodíme naboso. Ponechám stranou národní kolorit vtipů o ponožkách v sandálech aneb když móda vítězí. Faktem je, že při chůzi naboso nohy dostávají, zvláště ve městě, neuvěřitelnou energetickou zátěž. Navíc kdo nosí tak přesně padnoucí a kvalitní sandály, že nemá po létě ztvrdlé a rozpraskané paty? Zkuste i v tomto období, kdy není taková potřeba koupele jako v zimě, dát občas nohy do lázně s Balneolem. To zvládnou i uspěchaní lidé, neboť ji lze aplikovat u televize či počítače. Pak si porovnejte nejen stav chodidel, ale též ústup tíhy a únavy z nohou celkově. Ještě zmíním použití podle receptu našich babiček při nachlazení. Do vaničky dejte co nejvíce horkou vodu (jak vydržíte), jen místo rozemletého hořčičného semínka přidejte Balneol. Nohy ponořte až nad kotníky a průběžně dolévejte z konvice horkou vodu.

KDY JE KOUPEL NEJVHODNĚJŠÍ?

Prosinec (2025): 2.–3., 6.–7., 11., 15.–16., 20.–21., 25.–26., 30.

Leden: 2.–3. (úplněk = někdo ano, někdo ne), 7.–8., 12.–13., 16.–17.–18., 21.–22., 26., 30.–31.

Únor: 4., 8., 13.–14., 17.–18., 22.–23., 26.–27.–28.

Březen: 3. (úplněk = někdo ano, někdo ne), 7.–8., 12.–13., 17.–18., 21.–22., 25.–26., 30.–31.

Duben: 4.–5., 9.–10., 13.–14., 18., 22., 26.–27.

Květen: 1. (úplněk = někdo ano, někdo ne) –2., 6.–7., 10.–11.–12., 16., 19.–20., 24., 28.–29.

Červen: 2.–3., 7.–8., 12., 15.–16., 20., 24.–25., 30. (úplněk = někdo ano, někdo ne)

Červenec: 4.–5., 9.–10., 13.–14., 17.–18., 22.–23., 27.–28., 31.

Srpen: 5.–6., 9.–10., 18.–19., 23.–24., 28. (úplněk = někdo ano, někdo ne) –29.

Září: 2., 5.–6., 10.–11., 14.–15., 19.–20., 24.–25., 29.

Říjen: 3.–4., 7.–8., 12.–13., 17.–18., 21.–22., 27., 30.–31.

Listopad: 3.–4., 8.–9., 13.–14., 18.–19., 23., 27.

Prosinec: 1., 5.–6., 10.–11., 15.–16., 20.–21., 24. (úplněk = někdo ano, někdo ne), 28.–29.



VYSVĚTLIVKY

Rozpis je sestaven s ohledem na postavení Luny v jednotlivých znameních. Pokud Luna prochází zemským (Kozoroh, Býk, Panna) nebo vodním znamením (Ryby, Rak, Štír), je koupel z principu nejen příjemná, ale i nejučinnější a zároveň nejbezpečnější. Není to samozřejmě dogma, zdravý člověk se prostě vykoupe podle chuti. Přesto bude Balneol na každého působit účinněji a harmoničtěji právě ve dnech dle tohoto rozpisu. Zároveň se tedy nemusí obávat obtíží ti, kteří mají nějaké oběhové, kardiovaskulární či ledvinové problémy. Regeneračně či preventivně je vhodná jedna koupel týdně. Při obtížích, dle jejich povahy, se doporučují dvě až tři koupele za týden. Kde je uvedeno rozmezí, vyberte si jedno datum, tučně jsou uvedena data, která jsou ještě o něco vhodnější (to už jsme v nuancích pro fajnšmekry), neboť je Luna v daném znamení celý nebo téměř celý den.

Není důvod se obávat teplejší vody, pokud vám teplá či horká koupel nedělá obtíže. Ke zvýšení účinku je dobré se vodou s Balneolem fyzicky umýt po celém těle (včetně obličeje), stejně jako se myjete mýdlem. Takže se do vany nejen tzv. „naložit“. Po regenerační fázi (do 20 minut) se rovnou utřete nebo osprchujte, podle toho, co vám vyhovuje – dejte na pocit.

*S přáním dobrých, vlivných, nadějeplných dnů a pevného zdraví
v novém roce Mgr. MICHAL ŠAMAN*

Poznámka redakce: Pokud byste hledali jakoukoliv informaci, nejen o koupelích v Balneolu, a neměli k dispozici vytištěná čísla Vitae ze starších ročníků, naleznete jejich kompletní archiv na webu energy.cz v sekci Knihovna. Dostupné pouze pro členy Energy.



Okénko do Duše

UPŘÍMNOST JE CESTA KE SVOBODĚ

Upřímnost je krásná vlastnost a mnozí se jí doslova pyšníme. Říkáme, že jsme vždy a za všech okolností upřímní. Ale je to opravdu tak? Víme vůbec, co upřímnost znamená ve své nejčistší podstatě?

Upřímnost v sobě ukrývá otevřenost, pravdivost, ale i realitu, tedy reálný život v přítomnosti se vším, co k tomu patří. Jedná se o schopnost přijmout a přiznat si nejen pozitivní, ale i negativní věci v životě. A v první řadě je to férovost vůči sobě samému. Přiznat si svá selhání, hněv, závist, či dokonce faleš. Přiznat, přijmout je a netrestat se za to, ať už vědomě, nebo nevědomě.

POUŽÍVEJME I SLOVO „NE“

Upřímnost je i přímost ve vyjadřování se, ať už pozitivních, nebo negativních poselství. Přestat chodit „kolem horké kaše“, zamlžovat a zbytečně vysvětlovat všechny okolnosti. Jednoduše, stručně, a hlavně srozumitelně říct každému svoji myšlenku, pocit, emoci, názor, zkrátka cokoli, co je zapotřebí. Určitě je třeba zvolit vhodnou formu vyjádření, bez použití vulgarismů a jakékoli tvrdé kritiky. Ideální při vyjadřování je použít „Já“, ne „Ty“. To znamená, že vyjadřuji sebe: mně se nelíbí, mně chybí, já bych chtěla. Mnohokrát je to nepříjemné a určitě se budete dostávat do konfrontací. Je to způsobeno tím, že v očích druhých jste se změnili. Samozřejmě k horšímu, protože začnete častěji používat slovo NE. V různém kontextu, ale stále důrazněji si začnete pomoci tohoto slovíčka budovat hranice osobního prostoru. Za tím je jen jednoduchá touha žít svůj život podle sebe, podle své představy,

tak, jak chcete. Tak, jak jste si vždy přáli. Když budete k sobě upřímní, uvědomíte si, že mnoho věcí, které jste v životě dělali, jste dělat nechtěli. Nebavilo vás chodit na procházku, vlastně vám nechutná smoothie, které dělá partner či partnerka. Nebaví vás škola, kterou vám vybrali rodiče, nebo pracovat v oblasti, kterou si celá rodina pro vás vysnila. Nechcete bydlet v domě – a milion dalších věcí. Pomalu si začnete uvědomovat, co se vám vlastně líbí, co vás baví nebo vás prostě začalo lákat. A naopak, co vám v životě vytváří zbytečný tlak jen z toho důvodu, že to děláte pro spokojenost někoho jiného.

Začnete si bytostně uvědomovat situace, ve kterých jdete proti sobě. Ten pocit v žaludku nebo na hrudi začne být stále nepříjemnější. Dříve nebo později vás donutí udělat změnu. Poprvé to bude zvláštní, ale pak si to začnete užívat. Proč? Protože začnete vnímat svobodu ve vlastním rozhodování a řízení.

NYNÍ JÁ TOBĚ, POTOM TY MNĚ?

V okamžiku, kdy umíme přesně říct, co chceme, nebo nechceme, ztrácí se důvod k vytváření domněnek. A tím se snižuje riziko nepochopení – ačkoli riziko konfliktů se na nějaký čas zvýší. Je důležité uvědomit si, že každý reaguje na všechno kolem sebe jen a jen přes sebe. Přes vlastní zkušenosti z minulosti. Právě tato zkušenost, respektive následek ze zkušenosti v podobě zranění nebo bloku, se vynoří v momentě, kdy nám něco zarezonuje. V tuto chvíli je na místě říct důležitou informaci – tedy jakmile si začneme uvědomovat souvislosti života. Jakmile si začneme



všímat a přijímat fakt, že každý opravdu reaguje jen přes sebe. Každý z nás se stává tím, kdo ukazuje a učí druhé vnímat odpovědnost života v komplexnosti. To znamená, že člověk sám je ten, kdo dává to správné a krásné, ačkoli v začátcích nedostává nic nebo jen velmi málo.

Možná to zní trochu šíleně. Máme snad dávat předtím, než cokoli dostaneme, dokonce ani když nevíme, jestli vůbec něco dostaneme? A bude to stát za to? Je třeba říci, že my lidé, celá společnost, jsme se tak trochu pokazili. Pokazili jsme se v chování jeden vůči druhému. Mnozí z nás byli vychováni tak, že máme více myslet na druhé než na sebe. Říkáme si, že tak je to správné a nemáme být egoisté. Ale opak je pravdou. Egoistou se v negativním smyslu slova stáváme, když stále bereme ohled na druhé, protože tehdy očekáváme přinejmenším vděčnost. Ještě častěji vzniká závazek, že když my budeme něco potřebovat, musí nám to oplatit. Řeknu to jinak. Naučili nás starat se o životy druhých, doslova je řídit, a to tak, že chceme dosáhnout, aby se ostatní chovali tak, jak chceme my. To je naše očekávání vůči druhým.

STAREJME SE ZEJMÉNA O SEBE

Bohužel nás nenaučili starat se o svůj život. Tvořit si ho tak, jak potřebujeme, procházet důležitými zkušenostmi včetně následků. Uvědomovat si zodpovědnost za každé vyslovené slovo a za každý vykonaný skutek. Pochopit, že všechno, co se děje v našem životě, je spojeno s námi. Protože – a teď přijde ten moment procitnutí –

vždy, když se v našem životě děje něco podstatného, jsme při tom. Často se říká: „Chceš-li něco dostat, nejprve musíš dát.“ Takže není třeba se vždy zabývat myšlenkou, co z toho budu mít, ale zkusit se na to podívat přes otázku, co mi to přinese. Zní to stejně, ale smysl je rozdílný. „Přinést“ neznamená, že budu něco mít, vlastnit. „Přinést“ může znamenat vyřešení dlouhodobého konfliktu nebo získání opravdu výborného přítele, když se, jak se říká, pročistí vzduch. Nebo dobrý pocit z pochopení důležité součásti života, jako je upřímnost, otevřenost a zodpovědnost za sebe. Přidáme k tomu fakt, že díky svému chování ukazujeme tento rozměr života i svému okolí a umožňujeme dalším lidem pochopit, jaký je to dar. Určitě to stojí za všechny nepříjemnosti během této náročné, ale nádherné cesty.

Blíží se výjimečné období vánočních svátků. Říká se, že v tomto čase se otevírá nebe. Smysl toho je různý, ale jeden z nich je pro mě následující: do našich životů přicházejí andělé, aby nám ukázali pravost života. Jsou to andělé v lidských tělech, kteří nás umí velmi potrápit. Ale pouze ten, kdo vás opravdu miluje, je ochoten vzít na sebe tak náročný úkol. Vzpomeňte si na to vždy, když vás zraní blízký člověk. Protože z vašeho úhlu pohledu je to zranění, ale z jeho hlediska je to potřebná zkušenost.

V tyto nádherné dny přeji všem čtenářům a čtenářkám Vitae, členům a členkám Energy, aby nahlédli do svých srdcí a upřímně a se soucitem si odpustili. A s hlubokým nádechem si vytvořili nové záměry a cíle a stali se tvůrci a tvůrkyněmi svých životů.

Ze srdce a s úctou ZUZANA KRAJČÍKOVÁ–MIKULOVÁ

Terapeutické metody (63)

REBOZO – V LASKAVÉ NÁRUČI TRADICE



Tradiční šátek s poetickým názvem **rebozo** je ve své původní kultuře Mexika a Jižní Ameriky již po staletí nedílnou součástí ženského cyklu, oděvů i pomocníkem rodícího se života. Často se předává z generace na generaci a mladá dívka jej dostane darem při první menstruaci. Později jí slouží v těhotenství, při porodu i po něm a může v něm miminko nosit.

ŽENSKÁ PÉČE

Rebozo bývá typicky pestrobarevné, vyrobeno z vlny, bavlny, konopí (ale i ze lnu či hedvábí) a není příliš elastické. Rozměry mohou být různé, většinou v rozmezí 2–3 metrů na délku a 60–70 cm na šířku. Na obou koncích mohou být třásně. Obliba reboza pomalu nabývá na síle i u nás. Čím dál častěji potkávám i mimo svou praxi doly těhotné ženy s bříšky omotanými šátkem a mám z toho velkou radost. Podvázání břicha má význam pro ženy ve všech fázích jejich života. Během menstruace dodá tělu teplo a zmírní křeče, bolesti a celkovou nepohodu. Nezastupitelnou roli hraje zejména v těhotenství, během porodu a v šestinedělí. Po celé těhotenství můžeme bříško rebozem podvazovat, abychom ulevili namáhaným bedrům. Stejně tak po porodu, kdy se břicho stahuje zpět, a navíc se tělo vyrovnává s náhlou absencí miminka v děloze. Některé ženy mohou tento pocit prázdnoty uvnitř pociťovat velmi negativně. Rebozo nás jemně, ale pevně obejmě a stabilizuje na fyzické i psychické úrovni.

V TĚHOTENSTVÍ

Během těhotenství doly a porodní asistentky učí ženy a jejich partnery, jak speciálními cviky s šátkem jemně uvolnit přepjaté svaly a vazy. Už několik minut práce s rebozem denně může ulevit ženám od diskomfortu spojeného se stále rostoucím a těžknoucím břichem. Pokud harmonizujeme svaly a vazy těla, můžeme pomoci miminku zaujmout co nejoptimálnější polohu před porodem, což hraje v celkovém průběhu porodu obrovskou roli. Často totiž miminku brání různé dysbalance ve svalch a děložních vazech spojené s nerovnostmi v našem těle a s naším sedavým životním stylem. Spolu s vhodným cvičením (těhotenská jóga, Spinning Babies, fyzioterapie) může rebozo dokonce nabídnout miminku takzvaně druhou šanci na přetočení se hlavou dolů, pokud se dosud uvelebilo v pozici zadečkem dolů (koncem pánevním), nebo optimalizovat například původní zadní postavení miminka na pozici přední. Díky tomu se žena i její dítě mohou vyhnout případným komplikacím při porodu, nebo dokonce císařskému řezu. Je potřeba říci, že rebozo určitě není všespásné a porodní asistentky i porodníci mají další možnosti, které mohou pro otočení miminka vyzkoušet (např. obrat zevním hmatem). Mnoho žen také porodí bez nutnosti sekce i miminko v pozici koncem pánevním.

PŘI PORODU

Během samotného porodu cviky s rebozem pomohou ženě uvolnit se mezi

kontrakcemi, uleví od bolesti a často také jemně stimulují kontrakce tam, kde se přirozený průběh třeba kvůli stresu ženy pozastavuje. Na práci s šátkem se mi velmi líbí i to, že díky němu může partner ženy zaujmout klíčovou roli. Síla jeho paží se skvěle využije pro závěsné pozice, které ženy v kontrakcích často samy instinktivně vyhledávají, a muž naplno rozvine svůj ochranný a podpůrný potenciál. Partneři pak mívají z porodu lepší pocit, protože aktivně přispěli k celému procesu a mohli být své ženě skutečnou oporou. Zkušené porodní asistentky, jako je třeba úžasná Anna Kohutová, od které jsem měla tu čest se techniky s rebozo učit, zvládnou správně nasměrovat miminko i „na poslední chvíli“ během rozjetého porodu.

Jako dula doufám a věřím, že se rebozo stane běžnou součástí jak života žen, tak i péče o ženy v těhotenství, při porodu a v šestinedělí. Může být také nádherným symbolickým dárkem pro naše dcery při jejich první menstruaci a využijeme ho v rituálech, třeba v poporodním rituálu zavírání kostí.

MOUDROST PŘEDKŮ

Pokud by někdo měl problém s přejímáním péče, která náleží jiné kultuře, pak nemusí zoufat, protože i v naší slovanské tradici měl podvazovací šátek (na Ukrajině například nazývaný svivalnik) své důležité místo. Nejedná se tedy vlastně o nic nového, ale o návrat k historii, kdy ženy a jejich porodní báby využívaly zkrátka to, co měly po ruce – byliny, šátky či horkou páru (dnes také čím dál známější vaginální napáčku). Rebozo pro mě proto symbolizuje holistickou péči o ženy a návrat k našim kořenům.

Mgr. MICHALA KLIMEŠOVÁ

KONTRAINDIKACE

- » první trimestr těhotenství
- » rizikové těhotenství
- » placenta praevia (vcestné lůžko)
- » vysoký krevní tlak
- » preeklampsie
- » hrozící předčasný porod
- » akutní onemocnění
- » krvácení
- » po úrazech v pohybovém aparátu



Vzdělávací program – jaro 2026

Náplň seminářů Univerzity Energy sestavujeme podle vašich potřeb. Přednášky a setkání s inspirativními osobnostmi, online webináře na aktuální témata, konzultace a řešení autentických případů z praxe. To vše pro vás rádi organizujeme... Vyberte si téma, které vás zajímá!

TČM – ZÁKLADNÍ KONCEPT PRODUKTŮ ENERGY

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková
Seminář vás provede nejdůležitějšími principy TČM, které jsou používány pro tvorbu, výběr i kombinaci produktů Energy. Díky jejich pochopení zvýšíte efektivitu a přesnost při jejich používání. Účastníci získají přehled o teorii jin-jang, pěti prvcích, energetických drahách. Naučíte se chápat produkty nejen z pohledu složení, ale i z hlediska energetického působení, vzájemných vztahů a kombinací. Po absolvování semináře budete umět zařadit produkty Energy do celostního systému péče o zdraví podle principů TČM a přesněji porozumět jejich působení u klienta.
Termín: 21. 2. 2026, Praha; 22. 3. 2026, Brno

SPECIFIKA PŘÍSTUPU K DĚTEM PŘI LÉČBĚ NEMOCÍ Z POHLEDU TČM

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková
Budeme se věnovat problematice nejčastějších dětských nemocí. Vysvětlíme si, čím se péče o děti při použití produktů Energy liší od péče o dospělé. Zaměříme se na výběr i dávkování produktů a na co si u malých pacientů dávat pozor. Rozebereme také příčiny nemocí dětí z různých úhlů pohledu, včetně tradiční čínské medicíny.
Termín: 21. 3. 2026, Olomouc

OPAKOVACÍ SEMINÁŘ SUPERTRONIC: DIAGNOSTIKA V PRAXI

Lektor: Bc. Michaela Císařová, MSc.
Seminář je určen výhradně pro absolventy třístupňového školení Supertronic (st. C, B, A), kteří si chtějí upevnit a prohloubit praktické dovednosti v oblasti diagnostiky. Pod vedením lektorky si zopakujete správnou techniku měření a interpretaci

výsledků kontrolních měrných bodů Vollových drah a testování produktů. Co vás čeká:
» opakování základů metody měření SPT
» praktické využití dalších doplňujících měrných bodů na drahách pro detailnější diagnostiku
» individuální přístup a zaměření na konkrétní otázky účastníků
» práce s reálnými klienty
Seminář je zaměřený na praktickou diagnostiku, proto je nezbytné pracovat s vlastním přístrojem. Bez Supertronicu není možné se aktivně zúčastnit tohoto školení. S sebou si vezměte také iPad a Atlas EAV.
Termín: 7. 3. 2026, Praha



SUPERTRONIC PRO ZAČÁTEČNÍKY – STUPEŇ C

Lektoři: MUDr. Bohdan Haltmar, Bc. Michaela Císařová, MSc.
Cílem je získání základních dovedností správného měření a interpretace výsledků kontrolních měrných bodů Vollových drah a testování přípravků Pentagramu®:
» představení metody EAV a jejího místa v diagnostice a terapii
» akupunkturní bod a jeho význam
» terapeut EAV – příprava, pracovní dokumentace

» získání základních dovedností při práci s klientem a jeho příprava k vyšetření
» porozumění souvislostí mezi Pentagramem® Energy a metodou EAV
» Vollovy dráhy
» seznámení s přístrojem Supertronic
» praktický nácvik dovedností (vyhledání bodu, správná technika měření, testování přípravků Energy)
Termín: 21.–22. 3. 2026, Hradec Králové

SUPERTRONIC PRO POKROČILÉ – STUPEŇ B

Lektor: MUDr. Bohdan Haltmar
Co můžeme očekávat od akupunkturního bodu a jak s ním pracovat? Vollovy dráhy s jejich charakteristikami, významnými body a onemocněními, která jsou s poruchou těchto drah spojena. Autonomní nervový systém, lymfatický systém a jeho role ve zdraví a nemoci. Anamnéza a její význam při měření a určování produktů, jejich využití k prevenci a zlepšení zdravotního stavu.
Termín: 11.–12. 4. 2026, Hradec Králové

SUPERTRONIC PRO PROFESIONÁLNÍ TERAPEUTY – STUPEŇ A

Lektor: MUDr. Bohdan Haltmar
Seminář je určen pro ty, kdo chtějí spojit svou profesionální dráhu s metodou EAV a sofistikovaným poradenstvím k používání produktů Energy. Posluchači se dozvědí důležité informace o jednotlivých orgánových systémech, jejich podrobnější anatomii, fyziologii a také o nemocech, které je postihují. Probrán bude i přístup klasické a nekonvenční medicíny, léčba jednotlivých patologií a využití testování bodů klasických i Vollových akupunkturních drah s důrazem na správné doporučování přípravků Energy.
1. den: Systémy – trávicí, vylučovací, cévní
2. den: Systémy – dýchací, nervový, pohybový, hormonální včetně gynekologie
Termín: 19.–20. 9. 2026, Hradec Králové

Přehled webinářů a školení najdete na www.energy.cz, v sekci Vzdělávání. Témata průběžně stále doplňujeme.



PODPORA POHYBOVÉHO APARÁTU A KONDICE V ZIMNÍM OBDOBÍ!

Členská cena balíčku: 664 Kč
29 bodů, 117 Kč ušetříte

KINGVET

POSILUJE ZDATNOST
A ŽIVOTASCHOPNOST ZVÍŘETE.
REGENERUJE VAZIVOVOU TKÁŇ.
LZE JEJ TAKÉ POUŽÍT K ŘEŠENÍ
NĚKTERÝCH BAKTERIÁLNÍCH
INFEKcí.

SKELEVET

URYCHLUJE HOJENÍ ZLOMENIN.
VHODNÝ U DEGENERATIVNÍCH
ONEMOCNĚNÍ KLOUBŮ A ZÁNĚTŮ
POHYBOVÉHO APARÁTU.



Akce je určena pouze pro členy Energy.

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



Nové veterinární produkty (3)

OCUVET – ČISTICÍ OČNÍ VODA

Podobný produkt ve veterinárním portfoliu zatím nebyl. Jedná se o přípravek sloužící k péči o oči a jejich okolí, preventivně i při zánětlivých onemocněních. Ocuvet obsahuje jitrocel kopinatý, kakost smrdutý, kaštan koňský, kostival lékařský, krvavec toten, lichořeřišnici větší a sadec konopáč. Tyto byliny podporují přirozenou bariéru oka a působí antibakteriálně. Vývoj produktu nebyl jednoduchý, k bylinnému extraktu jsme museli najít látku, která by nedráždila oči, a přitom sloužila jako konzervant. Stala se jí kyselina hyaluronová, která vyživuje kůži, regeneruje, snižuje pH, a díky tomu má protizánětlivé účinky.

ZÁKLADNÍ INDIKACE: ONEMOCNĚNÍ OČÍ U ZVÍŘAT

Ocuvet se ve veterinární praxi osvědčuje u řady očních obtíží, které mohou zvířata trápit:

- » Mezi nejčastější onemocnění patří **záněty spojivek, víček a rohovky**. Jsou doprovázené zvýšenou tvorbou sekretu, svěděním, přivřením očí a otokem víček. Příčinou jsou viry, bakterie, snížená produkce slz a nekvalitní složení slzného filmu.
- » Samostatnou kapitolou tvoří plemena psů i koček se **zkrácenou čenichovou partií** (brachycefalická plemena). Díky zkrácení nosu u nich dochází k deformaci kůže, mělkosti očnic, vystoupení očních bulbů z očních jamek. Velmi často jsou deformované slzné body, slzy neodtékají do slzných kanálků, vytékají ven z oka. Kůže u vnitřních koutků je mokrá a objevuje se zánět kůže, hlavně v nosní vrásce. Přestože oči slzí, tak slzy nemají správné složení, chybí hlavně lipidy (tuky), dochází k **syndromu suchého oka**. Tukovou složku vytvářejí meibomské žlázy, které se nacházejí na okrajích víček a aktivují se mrkáním. U brachycefalických plemen je oko vystouplé, takže se snižuje citlivost rohovky, a to je příčinou snížené frekvence mrkání. Suché oko je doprovázené tvorbou hnisavého sekretu, zánětem rohovky a spojivky.

- » Stejně jako u lidí, tak i u psů se mohou objevit **alergie**. Ty jsou doprovázeny svěděním a zvýšeným výtokem z očí.
- » Po **chirurgickém zákroku** se sekret z očí může objevit výrazněji než před operací. Přítomnost stehů, oholená srst na víčku svědí a místo zákroku je oteklé a bolestivé.
- » U želv se někdy setkáváme s výrazným otokem víček, který je způsobený **nedostatkem vitaminu A**. Víčka jsou oteklá a pevně přitisklá k sobě. Želva nemůže oči otevřít, nevidí na potravu. V tomto případě je nutné doplnit vitamin A (do krmení, injekční formou) a zvířeti předkládat potravu pomocí pinzety.
- » Kočata nejčastěji mívají **herpesvirovou infekci**. Oči jsou v jejím důsledku oteklé, z očí i nosu vytéká hnisavý sekret. Zvířátka chrčí, nemohou dýchat a obtížně přijímají potravu. Herpesvirus způsobuje záněty spojivek i rohovky, velmi často dochází ke vzniku vředů a proděravění rohovky. Po prodělaném onemocnění zůstává herpesvirus v nervových uzlinách trojklaného nervu. Pokud kočka zažívá stres (nová kočka v domácnosti, stěhování, změna ve složení členů rodiny), objeví se infekce znovu.

JAK OCUVET APLIKOVAT?

Ocuvet pomocí rozprašovače nastříkáme na odličovací tampon a otíráme zvířeti kůži víček nebo nosní vrásku. Doporučuji předtím tampon navlhčit vodou (může být kohoutková pitná), ošetřování kůže je pak příjemnější. Pokud se na kůži nebo víčkách objevují strupy, praktikujeme postup do té doby, než je kůže čistá. Produkt můžeme aplikovat i několikrát denně dle potřeby. Preventivně se Ocuvet používá 1–2x týdně.

Myslím si, že Ocuvet se díky svému unikátnímu složení a výborným léčebným účinkům zařadí jako další skvělý produkt do naší veterinární řady a neměl by chybět v žádné výbavě majitelů zvířat.

MVDr. LUCIE MÍKOVÁ

Zeptejte se hvězd

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

Všimla jsem si, že mi v poslední době začínají být nepříjemné některé vůně, které mi dříve nevadily. Dokonce se mi z některých dělá špatně. Co to může znamenat?

DRAHOMÍRA V., Brno

Změna čichového vnímání může být reakcí těla na přetížení nebo skrytou zánětlivou aktivitu. Z pohledu klasické medicíny souvisí s nosní sliznicí, nervovým systémem, ale také s hormonálními výkyvy nebo oslabením imunity. V TČM je čich spojen s plicemi, ale hlubší příčinou může být oslabení ledvin, které mají

v zimě své energetické minimum. Pokud je oslabena jejich esence, tělo ztrácí schopnost filtrovat podněty. Z hlediska psychosomatiky může jít o přetížení smyslů nebo o vnitřní odmítání toho, co už není v souladu. Může se také jednat o probuzení vnitřní intuice, jež zvyšuje citlivost k energiím. Vhodnou podporou jsou **Mycopulm** posilující plíce i dech a **Cistus complex** pro obnovu vnitřních hranic i očistu těla od zátěží, které mohly precitlivělost spustit.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

„Co si myslíš o sobě, je mnohem důležitější než to, co si o tobě myslí druzí.“ pravil moudrý muž Lucius Seneca. Za tuto říjnovou tajenku posíláme poukázku výhercům:

- » Lucie Marková, Cheb
- » Kamila Janíčková, Zašová
- » Irena Kadlecová, Třebíč

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. 1. 2026** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7 nebo e-mail: tajenka@energy.cz.

„Každý člověk se stává hezčím,... (TAJENKA).“ – Marcus Cicero

Nápověda: ANAIŠ; DAG; ELO; PY; RŽI; TI	Vysoký ženský hlas	1. část TAJENKY	Zkratka lékařské komise	Systém hodnocení výkonnosti šachistů	Panečku	Jméno herečky Mandlové	Tvoje osoba		Kdo řídí pěvecký sbor	Vykonavatel trestu smrti	Uzavřená vejčítá křivka	Program (v TV)	Název písmena R	Rímské číslo 101
Setřást								Souhvězdí zvěrokruhu						
Odložení (mn. č.)								Germáni Netečný vzácný plyn						
Starší SPZ Praha- východ			Osobní zájmeno Ionická				Druh právníka Finta						2. část TAJENKY	Tajní policisté
Žita (nář.)				Počítačová klávesa Dravý pták						Domácky Larisa Fr. obdoba jména Anna				
Staro- zákonní prorok					Typická vůně Celkový počet						Značka dekagramu Edisonovo jméno			
Nanesená vrstva						Vlastní Ině Spojovací součást						Mezinár. kód němčiny Typ pšenič- né mouky		
	Iniciály pětibojaře Capaliniho	Menší amer. šelma Iniciály Vivaldiho						Westernová hospoda Česká pošta (zkr.)						
Skoupý							Vlastnost dobře se čtoucího							
Rychle jet na koni							Ňadra					Slavný románový čínský soudce		

Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

MYRHA – TAJEMNÁ PRYSKYŘICE

Myrha byla spolu s kadidlem jedním z nejcennějších aromatických artiklů starověku. Při obchodování urazila klidně i tisíce kilometrů z Jemenu a Arábie do Egypta, Palestiny, Středomoří a mnohem dál. Je také spojena s vánoční ikonografií, třemi králi a posledním pomazáním. Podle evangelia při narození Ježíše přinesli tři králové tři dary – zlato, kadidlo a právě myrhu. Ta měla být symbolem jeho smrtelnosti, budoucího utrpení a pohřbu. Před smrtí mu byla podána směs vína a myrhy pro zmírnění bolesti. Ve starověkém Egyptě se používala myrha při mnoha náboženských obřadech a v procedurách spojených s balzamováním. Jako součást směsi pryskyřic sloužila pro konzervaci těl, což mělo zajistit posmrtný život. Řecká mytologie popisuje postavu dívky Myrrhy, která byla proměněna v myrhový strom poté, co zplodila Adonise. Myrha tak symbolizuje v Řecku lidské emoce a plodnost.

COMMIPHORA MYRHA / KAFAR

Myrha (*myrrha*, *myrrh*, *mor*, *molmol*, *murr*, *bol*) je modrozelená pryskyřice získávaná nařezáváním kůry stromů myrhovníku. Z myrhovníku pravého (*Commiphora myrrha*) je nejkvalitnější, nazývá se „herabol“. Další varianta je ze stromu *Commiphora kafar* (též *Commiphora erythraea*) – „bisabol“. Někdy se jako myrha označuje také směs pryskyřic ze stromů druhu *Balsamodendron*. Myrhovník je nejčastěji nižší, trnitý, listnatý strom či keř, dorůstající výšky maximálně pěti metrů. Kmen má křivý, hrbolatý, často rozvětvený už od země. Kůra je šedá až hnědočervená a olupuje se v tenkých šupinách. Při poranění vylučuje mléčně bílou pryskyřici, která po zaschnutí tmavne a mění se v myrhu. Větve myrhovníku jsou obvykle zakončeny ostny, po zlomení vydávají silně aromatickou vůni. Drobné listy mají kožovitý povrch, po okrajích bývají zubaté. Krátká květenství v úžlabí listů mají většinou červenohnědou až žlutou barvu. Plodem je dva centimetry dlouhá peckovice, obsahující jedno až dvě semena. Myrhovník má původ v Somálsku, Etiopii, Džibutsku, Eritrei, Jemenu a Ománu. Vyžaduje suchou, kamenitou, vápenitou půdu, ideálně na pouštních svazích a polopouštích. Vyhovují mu srážky kolem 150 mm ročně. Dožívá se až sta let a reprodukce je velmi obtížná, semena klíčí pomalu, vyžadují vysokou teplotu. Ve volné přírodě rostou často smíšeně s kadidlovníky, takže například v Somálsku se často těží myrha a kadidlo naráz a občas se míchají do směsi zvané Opopanax či *Commiphora molmol*.

SBĚR MYRHY

Na kmeni a větvích se nejčastěji v lednu až březnu udělají mělké zářezy nožem, ze kterých začne pomalu vytékat pryskyřice. Po kontaktu se vzduchem tuhne a mění se na poloprůhledné hrudky jantarové barvy. Po přibližně čtrnácti dnech se sbírá škrábáním nožem nebo dlátem. Vyschlé hrudky se čistí a třídí podle barvy, velikosti a vůně. Nej kvalitnější myrha má světle zlatou barvu a sladce kořeněnou vůni. Pryskyřice se může použít přímo jako léčivo v podobě prášku. Esenciální olej se získává destilováním vodní parou, je silně aromatický s hořko-kořenitou vůní. Tinktura vznikne rozpuštěním v alkoholu, využívá se v parfumerii i farmacii. Z jednoho stromu je ročně výtěžnost jeden až pět kilogramů pryskyřice, z jednoho kila vznikne dvacet až čtyřicet mililitrů esenciálního oleje.

MIMOŘÁDNĚ KOMPLEXNÍ

Myrha obsahuje přes 300 látek, které lze rozdělit do tří skupin: pryskyřičné složky (například curzeren či kyselina kommiforová), silice (např. limonen, cuminal, myrcen či pinen) a gumy a polysacharidy (například glukany či arabinogalaktany). Ve starověkém i dnešním Egyptě se používá k dezinfekci ran, léčbě infekcí dásní či ochraně proti moru. Řekové ji využívají i na kašel, hemeroidy, jako afrodiziakum nebo podporu zdraví ženy po porodu, arabská medicína na stimulaci menstruace a posílení dělohy. Podle TČM myrha aktivuje krev, zmírňuje bolest, snižuje otoky a podporuje regeneraci poškozené tkáně. V ájurvédě se nazývá Hira Bol a je častou součástí olejů na masáže kloubů a žívez. Považuje se za zahřívací a očištnou pro krev. Západní medicína potvrzuje analgetické, hojivé, antioxidační a antiseptické účinky pryskyřice. Některé výzkumy zmiňují také protinádorové účinky, myrha by mohla mít schopnost zpomalit růst nádorových buněk. Užívá se v podobě tinktury (kloktadlo, obklady), esenciálního oleje (masáže, difuzéry), pryskyřice (ke žvýkání na léčbu dásní), zubní vody, zubní pasty či hojivých mastí.

Z přípravků Energy naleznete myrhu v aromaspreji **Three kings**, **zubních pastách**, **terapeutických krémech Pentagramu®**, **Audironu** a kosmetickém krému **Niké**.

ONDŘEJ VESELÝ

Zdravá a silná imunita

PREVENCE / PODPORA / REKONVALESCENCE

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



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

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

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

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)

» RASPENAVA – Mgr. Vondráčková D.,
tel.: 792 305 336 (Supertronic),
e-mail: supertronic@dagmarcentrum.cz

» SUŠICE – Ing. Adamcová J.,
tel.: 605 128 207
» SVINNÁ – Birnerová I.,
tel.: 723 107 663 (masáže)
» TRNOVÁ – Míčová J., tel.: 723 204 672
(reflexní terapie)

Příjemné prožití vánočních svátků,
v Novém roce hodně zdraví přejí
Johánkovi. Děkujeme za Vaši přízeň.

Kontakt:

Blížejov 124
Bc. Johánková Jitka
tel.: 721 384 473
e-mail: johankova@centrum.cz
www.energyprodukty.cz

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-cesta@seznam.cz

BRNO

Provozní doba:

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

Provozní doba o Vánocích:

23. 12.–2. 1. – ZAVŘENO

Krásné Vánoce a po celý nový rok 2026
přejeme hlavně zdraví, vnitřní pohodu
a radost.

Stálá nabídka:

zasílání produktů Energy / měření SPT
– M. Srnská, Z. Erbenová / masáže,

Kluby a konzultační centra nabízejí

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
- » KUŘIM – Studio zdraví Harmonie, pí. Hrnčířová, tel.: 732 764 533 (měření EAV)
- » NOVÉ MĚSTO NA MORAVĚ – Hornická 970, Ing. Brettová, tel.: 608 338 991, 724 037 437
- » ŽIDLOCHOVICE – Strejčův sbor 163, po, út 8.30–12, 13–16.30, st 8.30–14 h., čt, pá – dle objednání – měření SPT, kraniosakrální terapie, terapie BEMER, celostní terapie a vyšetření z kapky krve, akupunktura, masáže, baňky, fyto terapie – Iveta Janáčková, tel.: 603 811 428, e-shop: www.energyzidlochovice.cz

Kontakt:

Brno, Sukova 4

tel.: 530 500 422, 737 479 120

e-mail: info@brnoenergy.cz

www.brnoenergy.cz, www.clenenergy.cz

FB – Energy Czech Republic a.s., klub BRNO

ČESKÁ TŘEBOVÁ

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

měření SPT / masáže, baňkování,
lymfodrenáž / jóga, SM systém /
ochutnávky čajů a zelených potravin

Mimořádná nabídka KE:

- » 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 – Vily 624, Rybková Lenka, tel.: 604 455 131
- » ČESKÁ TŘEBOVÁ – Spižirna u Magdaleny, Na splavě 56, Klimešová Magdalena, tel.: 601 360 458 – prodejna bez obalu, měření SPT
- » FRÝDEK MÍSTEK – Balírna Můj Svět, Malé náměstí 518, Michnová Lenka, tel.: 777 157 027

- » LITOMYŠL – J. E. Purkyně 1218, Lustyková Pavlína, tel.: 778 154 810, Pavlasová Martina, tel.: 732 238 668 – kineziologie, biorezonance Bicom

- » LITOMYŠL – Salon Martina, Smetanovo nám. 15 (2. p.) – Jiřelová Martina, tel.: 793 068 820 – kosmetika, měření SPT

- » LUBNÁ 31 – Blažková Lenka, tel.: 725 907 191 – masáže

- » NEPOLISY 75 – Masáže s Markétou, tel.: 737 703 919 – měření SPT, masáže a cvičení

- » NYMBURK – U Moničky, Jičínská 1240, tel.: 723 307 318 – měření SPT, kosmetika

- » POLIČKA – Keramika Paprsek, Pálená 123 – Ostatková Dagmar, tel.: 603 841 051

Kontakt:

Česká Třebová, Moravská 218

tel.: 737 331 071

e-mail: energy.ceskatrebova@seznam.cz

www.avmasaze.cz

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

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

Provozní doba o Vánocích:

30. 12. – 9–12.30 a 13.30–15 h.,
31. 12.–5. 1. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

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

Nabídka KC:

- » NOVÉ: ČESKÉ BUDĚJOVICE – NATUKO beauty studio, Žižkova tř. 309/12, Natalia Tureková, tel.: 608 662 993 (kosmetika)
- » NOVÉ: STRAKONICE – Obchůdek Harmonie, Máchova 1113, Pavlína Klimešová, tel.: 603 336 950 (měření SPT)
- » ČESKÉ BUDĚJOVICE – Regenerační studio od SRDCE, Stavouinon, Žižkova 12, Ing. Milan Morávek, tel.: 731 827 169 (měření SPT)
- » PÍSEK – Lumen, Tř. Nár. svobody 25, Radka Dušková, tel.: 737 099 656, (měření SPT)
- » ZAHORÁNKY-PŘÍDOLÍ 23 – Ing. Karla Strejčková, tel.: 775 166 535, www.esoterickyobchudek.cz (e-shop)

Kontakt:

České Budějovice, Na Mlýnské stoce 6

tel.: 776 454 874

e-mail: energycb@seznam.cz

www.energyuklarky.cz

ČESKÝ TĚŠÍN

Provozní doba:

po 16–20 h. a dle dohody

Stálá nabídka:

měření SPT – E. Matlochová, T. Byrtusová – tel.: 736 284 711 / rehabilitace, lymfodrenáž – 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
- » TŘINEC – 1. Máje 276, Eva Matlochová, tel.: 774 766 213
- » TŘINEC – 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,

Provozní doba o Vánocích:

24. 12. a 31. 12. – ZAVŘENO
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:

- » HRANICE NA MORAVĚ – Jungmannova 1584, Kulajtová Veronika, tel.: 731 085 890

VYUŽÍVÁTE SVOJI PRACOVNU?

PRACOVNA NA WEBU

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

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

Kluby a konzultační centra nabízejí



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

Kontakt:

Dolní Břežany, Pražská 636

tel.: 739 902 134

e-mail: info@vitalityinlife.cz

www.vitalityinlife.cz

www.facebook.com/energy.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

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

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

» NOVÉ BRNO – Mgr. Bc. Strnadová, tel.: 605 290 797

» 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

e-shop: www.babkabylinarka.cz

CHEB

Provozní doba:

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

Provozní doba o Vánocích:

23. 12. – do 17 h., 31. 12. – 10–12 a 14–18 h.

LEDEN – otevřeno pouze do 17 h.

V případě potřeby mimo tuto dobu volejte na uvedená čísla!

Mimořádná nabídka KE:

» 11. 12. – 10–18 h. – DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ – ochutnávky produktů, vzorky nové kosmetiky, poradenství, rychlostest SPT v příjemné předvánoční atmosféře! Těšíme se na Vás.

» Prosinec / leden – po domluvě posezení u světelné terapie (zlepšení pocitu pohody a relaxace) s ochutnávkou čajů!

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

Nabídka KC:

» 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, J. Moravcsiková, tel.: 733 731 045

– 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

» STŘÍBRO – Mánesova 1522,

Ing. Z. Sladká, tel.: 737 616 051, sladka-pijavice@email.cz – hirudoterapie, Access Bars

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

» TRSTĚNICE U MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ

– Ing. K. Jandová, tel.: 775 916 666, zooiguana@seznam.cz – veterinární 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

Provozní doba o Vánocích:

23.–26. 12. a 30. 12. – 2. 1. – ZAVŘENO

Online objednávky: energykv.cz

nebo tel.: 606 020 012

Stálá nabídka:

poradna online: fb skupina "Klub Energy Karlovy Vary" nebo whatsapp 775 947 793 / masáže, kosmetika, pedikúra při praktickém vyučování studentů / rekvalifikační a odborné kurzy pro maséry / dárkové poukazy na masáže a Energy produkty

Veterinární poradna s produkty Energy:

» DALOVICE – Botanická 256, I. Vidímová, tel.: 605 191 837 – komplexní regenerace zvířat, metamorfní technika pro zvířata, problémové chování koček aj.

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

Nabídka KC:

» KLATOVY – Apatyka Pampeliška, Čs. legií 116, H. Matějková, tel.: 728 450 538 – poradenství TČM, irisdiagnostika, 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@agenturarafael.cz

www.energykv.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

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 /

Kluby a konzultační centra nabízejí

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

Mimořádná nabídka KE:

- » Prosinec – ochutnávka čajů Uncaria a Smilax / 9. 12. – 9–17 h – diagnostika pleti obličej pomocí speciálního přístroje, rezervace nutná
- » Leden – ochutnávka kaše Lama essence a čaje Tribulus

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

LUHAČOVICE

Provozní doba:

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

Provozní doba o Vánocích:

24. 12.–6. 1. – ZAVŘENO

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 Mojžišové, Brugerův koncept, reflexologie dle Patakého – 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.

Provozní doba o Vánocích:

22. 12.–2. 1. – ZAVŘENO

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, bodytherapie – Mgr. M. Maňásková, tel.: 602 583 091

Mimořádná nabídka KE:

- » 6. 12., 17. 1. – Bylinná poradna Jiřího Čerklá, tel.: 732 256 115

Nabídka KC:

- » SLAVKOV U BRNA – Palackého nám. 71, Andrea Vašíčková – tel.: 775 237 753, www.cestouprirody.eu, 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:

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

Provozní doba o Vánocích:

24., 31. 12. a 5. 1. – ZAVŘENO

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 laktační 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 – 13.1.–14–17 h. – měření imunity bez objednání – 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.venclo@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@energy.cz
www.vitalityinlife.cz



Kluby a konzultační centra nabízejí

PLZEŇ

Provozní doba – POZOR – ZMĚNA:
po–čt 10–12.30, 13–17, pá 10–14 h.

Stálá nabídka:

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

Kontakt: POZOR – změna:

Plzeň, Sedláčkova 17

tel.: 775 415 480 (klub)

tel.: 777 225 406 (L. Panýrková)

e-mail: obchod@energyplzen.cz

energyplzen@email.cz

www.energyplzen.cz

PRAHA 2

Provozní doba:

po, út, čt, pá 9–17, st 8–19 h.

Stálá nabídka:

diagnostika SPT / kosmetika / masáže /
EFT / kraniosakrální osteopatie /
regresní terapie / vědomé léčení / TČM /
homeopatie / detoxikační a energetické
zábal / reflexní terapie / kvantové
opravy / individuální a skupinové lekce
jógy / veterinární online poradna:
energyvetpraha1@seznam.cz

Další aktuální program:

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

<https://energy-manesova.cz/>

Kontakt:

Praha 2, Mánesova 11

tel.: 224 934 642, 737 403 334

e-mail: regina@energy-manesova.cz

www.energy-manesova.cz

PRAHA 4

Provozní doba:

po 9–19, út, st, čt, pá 9–17 h.

Provozní doba o Vánocích:

31. 12.–4. 1. – ZAVŘENO

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,
www.poradna.mzf.cz / 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.

Provozní doba o Vánocích:

23.–28. 12. a 31. 12.–4. 1. – ZAVŘENO

29.–30. 12. – 10–16 h.

Stálá nabídka:

měření krevního tlaku / testy Beauty
kosmetiky / ochutnávka zelených
potravín, čajů, kaší, smoothie /
měření SPT – M. Hamrová, K. Lesáková,
P. Nechuta, tel.: 705 635 255 / Diacom
– R. Skřepná, 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:

» NOVÉ: KRÁLUPY NAD VLTAVOU

– Bachovy květové esence, Access Bars

– Ing. Martina Hamrová, tel.: 602 215 835

» HOVORČOVICE – Revoluční 644,

Veronika Jacková, tel.: 608 900 737,

e-mail: energyprodejna@gmail.com

Kontakt:

Praha 7, Dělnická 1633 – vstup do pasáže;

roh ulice V Háji (obchodní pasáž mezi

drogerií Teta a prodejnou Lidl)

tel.: 705 635 255

e-mail: energyprodejna@gmail.com

www.energypraha.cz

www.facebook.com/Energyvetpraha3

e-shop: www.eshop-csp.cz

PROSTĚJOV

Provozní doba:

po 9–13, út 12–16, st 10–13, 14–17,

čt 13–16 h.

Provozní doba o Vánocích:

23. 12.–4. 1. – ZAVŘENO

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:

» DRŽOVICE – Olomoucká 266

– út 14–17 h. – Mgr. V. Leitnerová,

tel.: 737 717 385 (kineziologie,

automatická kresba)

» KONICE – 9. května 480, Regenerační
centrum Harmonie – Mgr. L. Vévodová,
tel.: 773 706 719 (Oberon – diagnostika)

» SLAVKOV U BRNA – Kolářkovo nám. 727,
Salon Ivka – I. Klučková, tel.: 607 628 101

» VYŠKOV – Komenského 9,

Energiel centrum zdraví, masáže

– Mgr. P. Nedomová, tel.: 724 080 016

(kraniosakrální uvolnění, meridiánová

masáž); N. Drbalová, tel.: 604 337 834

(Dornova metoda)

Kontakt:

Prostějov, Atrium – Hlaváčkovo nám. 1 (2. p.)

tel.: 603 167 328

e-mail: energyprostejov@email.cz

www.energyprostejov.cz

www.facebook.com/energyprostejov

PŘÍBRAM

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

diagnostika SPT / masáže / kosmetické

ošetření Energy Beauty / Feng Shui /

TČM / cesta sebepoznání – fobie, strachy,



Kluby a konzultační centra nabízejí

alergie, hubnutí / výklad run a Osho tarot /
Bachova terapie / rodinné konstelace /
výživové poradenství / numerologie /
koučink / e-shop: energy-pribram.cz

Mimořádná nabídka KE:

- » 11. 12. – 9–17 h. – Vánoční posezení
– přijďte si vyzkoušet naši novou
kosmetiku, dárky k nákupu

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

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 / zásilková
služba zboží (www.prirodniprodukty.cz) /
masáže: Spinal Touch, manuální
lymfatická, protimigrénová, reflexní,
Breussova, Dornova metoda, baňkování,

kinesiotaping, práce s energetikou těla
a harmonizace čakr – 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 /
NOVĚ: rekondiční a relaxační masáže,
Breussova masáž – Kristina Vušková
– tel.: 731 061 213 / kosmetické služby
– Romana Křížovská, tel.: 733 197 280

Nabídka KC:

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

Kontakt:

Tábor, Purkyňova 1085

tel.: 607 143 908, 776 214 706, 381 251 041

e-mail: objednavky-energy@seznam.cz

www.energy-tabor.cz

TŘEBÍČ

Provozní doba:

po–čt 9–12, 13–17 h.

Stálá nabídka:

měření SPT / dietetika / reflexní terapie,



masáže, baňkování / e-shop pro členy
Energy – www.energytcm.cz

Ordinace celostní medicíny:

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

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

- » NOVĚ: BRNO – KRÁLOVO POLE
– Biorezonance 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. Dřejčková – 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 MEZIRŘÍČÍ – H. Paulová,
Mírová 43, tel.: 724 763 689

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE PROSTĚJOV

Nové KC:

» Prostějov

Harmonie zdraví

– prodejna zdravé výživy

Hlaváčkovu nám. 1

provozní doba: po, út, pá 7.45–17.30,

st, čt 7.45–17, so 7.45–11.30 h.

Kluby a konzultační centra nabízejí



- » 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

Provozní doba o Vánocích:

23. 12. a 1.–2. 1. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE:

- » 4. 12. – 10–16 h. – Veterinární den
– ukázka měření biorezonanční
metodou BICOM, nutno objednat

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
(poradna pro děti, EFT)
- » MLADÁ BOLESLAV – M. Králová,
tel.: 777 618 416, masáže
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – E. Rajtrová,
tel.: 602 626 275 (reflexní masáže, EFT),
st 12.30–17 h. + dle tel. domluvy
- » PŘEROV – Š. Blatáková, tel.: 721 338 971
(EFT, nápravy poruch učení...)

Kontakt:

Turnov, Čsl. dobrovolců 1713
tel.: 733 760 522
e-mail: energyturnov@seznam.cz
www.energyturnov.cz

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba:

po–čt 9–17 h.

Provozní doba o Vánocích:

22. 12.–4. 1. – ZAVŘENO

5. 1. 2026 se na Vás opět těšíme

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: hlacikovak@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: mila.energy@seznam.cz
www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:

po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:

veterinární poradna / zasilání 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 /

NOVINKA: Tradiční čínská medicína
– diplomované terapeutky – diagnostika,
fytoterapie, 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 MEZIRŘÍČÍ

Provozní doba:

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

út, pá – výdej produktů obchůdek

Ametyst, Náměstí 8, tel.: 739 524 170

Provozní doba o Vánocích:

otevřeno do 22. 12.,

mezi svátky otevřeno 29. 12.

Stálá nabídka:

obchodní spolupráce – Eva Macíčková, DiS.,
tel.: 723 976 814 / diagnostika SPT, Bicom,
poradenství pro zvířata – Katarína Bestr,
tel.: 723 976 814 / diagnostika SPT
– Robert Vyvial, tel.: 777 312 215 / 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, Sněžná 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,
tel.: 705 127 811, měření SPT, výdejní
doba po–pá 9.30–17, so 8.30–12 h.
- » STŘÍTEŽ – M. Zátorská,
tel.: 737 628 732 – masáže
- » UHERSKÉ HRADIŠTĚ – Dům u Bílého
jeleny – 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.: 723 974 814
e-mail: macickova.energy@seznam.cz
www.energy-valmez.cz

Tvůj šálek. Tvoje energie. Tvá výhra.

- » **QI drink:** nápoj ze slzovky pro navýšení energie, harmonizaci trávení a psychickou rovnováhu
- » **QI coffee:** kombinace kávy s vitálními houbami pro doplnění energie, zvýšení výkonu, efektivní soustředění a pozvednutí nálady
- » **QI collagen:** mořský kolagen s ájurvédským bylinným komplexem pro zdraví kostí, kloubů, krásnou pleť, nehty i vlasy

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
QI drink + QI collagen	733 Kč	33	183 Kč
QI drink + QI coffee	590 Kč	26	148 Kč
QI drink + QI drink	590 Kč	26	148 Kč
QI collagen + QI coffee	733 Kč	33	183 Kč
QI collagen + QI collagen	875 Kč	39	219 Kč
QI coffee + QI coffee	590 Kč	26	148 Kč

Doplňky stravy. Akce je platná 1.–31. 1. 2026 do vyprodání zásob.





Děkujeme Vám, že společně pomáháme

V tomto roce jsme si splnili nejkrásnější přání

– rozzářit úsměvy těm nejpotřebnějším.

Podporou nadace Naše dítě navracíme zdravotně postiženým
do života radost a štěstí z prožití běžných dnů.