



vitae

květen 2021

Vitaminy a minerály
do každé buňky

Očkování
– jak se rozhodnout?

Krev planety Země



Produkty měsíce května

Květen zpočátku slibuje opravdovou zzzzzimu. Pak si to rozmyslí a bude se nás kolem 10. dne snažit navnadit na teploty mnohem slušnější. Otázkou je, zdali to bude napučeným stromům co platné. Kolem 17. nás možná vyškolí silný chladný vítr a po 20. by se mohlo opět příjemně oteplít, ale celkově nebude konec měsíce nic moc. A to vzhledem ke složité situaci, ve které se už přes rok nacházíme, také není nic moc.

Když už nám nepomůže počasí, měli bychom si k maximální podpoře zdraví, imunity a životní energie poradit sami. Hodně důležité je po zimě doplnit vitaminy. Čerstvé ovoce ani zeleninu na zahrádce ještě dlouho mít nebudeme, takže **Vitaflorin** je jasnou volbou. Při doplňování vitaminů samozřejmě nezapomeneme na minerály v podobě **Fytomineralu**. Potřebujeme je při výdeji sil, který se zvyšujícím se slunečním svitem určitě plánujeme v podobě náročných výletů. Chystá se slušné léto, už červen slibuje pár tropických dní. Nebylo by tedy od věci připravit pokožku na pražící sluníčko, jemný krém **Cytovital** to určitě zvládne. Mnohé z nás čeká návrat do práce, kde se na nás sesypou hromady nedořešených kauz. Pomocť by mohl **Celitin**. Ten spolu s energií Ohně, která květnu vládne, umožní ubohé hlavě všechno nejen vstřebat, ale i řešit. A pro všechny zazáří **Organic Goji**. Drobné červené „rozinky“ v podobě pudrového prášku s sebou můžeme brát do práce i na cesty. Dohlédnou na dostatek energie a pomohou nám vyrovnat se s únavou, která se bude po několika zimních měsících vynuceného zápecnictví opakovaně hlásit.

EVA JOACHIMOVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 5, květen 2021.

Náklad 20 350 ks. Vychází 10x ročně, evidenční číslo MK ČR E 15476.

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

Odborná rada: MUDr. Bohdan Haltmar, MUDr. Jiří Hanzel, Eva Joachimová.

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, Beata Mitřegová

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.





Byl
první máj...

OBSAH

Editorial	04
Krev planety Země	04
Přivoňte si k životu!	06
Vaše zkušenosti s našimi produkty	09
Jak se rodí produkty Energy	11
Odpor a aktuální dění	12
Očkování – jak se rozhodnout?	14
Duše ženy	15
Terapeutické metody	16
Jídelníček z naší rovnoběžky	18
Univerzita Energy	21
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24



EDITORIAL

K SVÁTKU

Druhou květnovou neděli, jak všichni víme, mají maminky svátek. Určitě právem, protože být maminkou, to není vždy úplná samozřejmost, a kromě toho je to někdy krásná, leč opravdu těžká práce... Takže si to zaslouží ocenění, to vám každá maminka ráda potvrdí.

Zrovna nedávno mi vyprávěla kamarádka, která má tři již trochu odrostlé děti ve věku 12 až 18 let, jak ji potěšil

její syn. Chtěla svému bratrovi udělat radost a jako dárek k narozeninám mu nabídla, že pohlídná jeho dvě malé, ještě předškolní ratolesti, aby si s manželkou užili víkend pro sebe. Což také udělala, bylo to prima, ale dost náročné, protože zkrátka „malátka“, chápete... A ona už trochu odvykla. Nejvíc jí s nimi pomáhal její nejmladší, 12letý Štěpán. Když pak byla neděle večer, malého bratrance a sestřenici vrátili rodičům a trochu si oddechli, povídá té mojí kamarádce: „Teda, maminko, ty jsi tak úžasná, že jsi to s námi doted' vydržela!“ Milé, vidíte? Bylo vidět, že je z toho dojatá... Náš Matyáš, když byl malý, na to šel přes jídlo. Měl ho zkrátka rád, cokoliv a kdykoliv, nevybíral si a neodmlouval, velká pohoda. Jako malinký si pravidelně každé tři hodiny stoupal před ledničku, snožmo poskakoval, tleskal a vesele volal: „Ham, ham, ham!“ Když povyrostl, sedal si už dopředu ke stolu a tam trpělivě čekal, v ručkách na svislo příbor, a radostně očekával, co přijde (obzvlášť, když vařil manžel, který to vážně umí). Jednou, to jsem zrovna chystala oběd já, mě syn chvíli bedlivě pozoroval, pak se láskyplně usmál a povídá: „Maminko, já mám tak rád lidi, co dělají obídky!“ A to mu zůstalo dodnes, i když už je dávno dospělý a vaří si sám... Občas ale přijde i jen tak, obejmeme mě a řekne: „Mám tě rád, děkuju za všechno, co pro mě děláš“. Tak to bych přála každé mamince, a ne jen 9. května!

MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ

Krev planety Země

Voda je živá, voda slyší a pamatuje si. Voda uchovává vibrace, a dokonce reaguje na myšlenky, protože i ty jsou vibracemi, jak dokázal ve svém dlouholetém výzkumu japonský vědec Masaru Emoto. Voda je magická substance, podstata zázraku života, je hodna uctívání, protože to ona je krví kolující v žilách naší planety Země.

JSME Z VODY

Voda tvoří průměrně 60 % našeho těla. Voda, kterou vypijeme, se stane součástí jeho chemických procesů, aby nakonec odešla jako pot, moč nebo vydechaný vzduch. Mělo by nám výsostně záležet na čistotě světové vody, protože i ta naše voda je zapojena do globálního koloběhu. Znovu a znovu se tedy stává naší součástí. Pokud žijete ve velkém městě a pijete vodu z vodovodního řádu, pak je to dost možná voda, která se vypařila z Atlantského oceánu a nad naše území připlula v podobě dešťových mraků. Déšť, který se nevsákl do hlubších vrstev, naplnil potoky a řeky a posléze přehradní nádrže na pitnou vodu. Kdo pije vodu z vlastní studny, využívá podpovrchových zásob, jež se doplňují rovněž dešťovou vodou. Molekula H_2O ve sklenici vody, kterou se právě chystáte vypít, možná už nesčetněkrát oběhla celou planetu a za ty miliardy let, co kapalná voda na Zemi existuje, ledacos zažila. Je to stále tatáž voda, která tu vždycky byla. Tato myšlenka mě velmi naplňuje. Vyplývá z ní totiž, že opravdu všechno na světě je vodou vzájemně propojené, protože vším, co existuje, koluje od počátku věků.

VODNÍ ZPRAVODAJSTVÍ

Fakt, že voda dokáže zachytit informaci, je dnes už lidem dostatečně vědecky objasněn. Informace je v molekule vody





uložena v podobě vibrace vazeb, které spojují dva atomy vodíku s jedním atomem kyslíku. Na tomto principu je založena nejen účinnost homeopatie, ale i fungování všech afirmací. Vibrace našeho myšlenkového pole ovlivňuje vibraci vody v našem těle i přilehlém okolí. Svoji informaci tak chtě nechtě do vody vkládáme, ale je nasnadě, že stejným způsobem informace z vody přijímáme. Takže, když se napijeme vody, dostáváme informace nejen o tom, co se právě na planetě děje, ale i o tom, co se kdy stalo. Pravda, je voda, která se od dnešního informačního chaosu distancuje, ta, která je už statisíce let

držená v ledovcích. Vnímaví lidé cítí, že ledovcová voda má jinou vibraci, jakousi původní čistou nezkorumpovanou vibraci z dob, kdy lidé, kteří neměli k přírodě úctu, nepřežili. Jediný pozitivní přínos tání ledovců vidím v tom, že se právě tato informace začíná šířit do celého světa.

ÓM PRO VODU

Někde v hlubině našeho vědomí víme, jak moc je voda důležitá a že pro nás není jen rozpouštědlem pro minerály a vitamíny, víme, že nám naslouchá a že i my můžeme její hlas slyšet. Ne nadarmo jsou uši podle TČM přiřazené k prvku Voda. Kdysi jsme vodě děkovali, čistili studánky a u pramenů nechávali dary. Byly doby, kdy tradice „otvírání studánek“ žila. Dnes si ale upřímně řečeno nedokážu představit, že by se 1. května mladé slečny odtrhly od virtuální reality, oblékly do bílých šatů, ozdobily věnečky a s písní na rtech se vypravily rituálně čistit pramen v lese. Časy se mění a je pochopitelné, že nová doba si žádá nová řešení. Vytvořme si každý svůj rituál a svoji úctu a lásku projevíme vodě, a skrze ni tak celému světu. Naše poselství bude zachováno a bude kolovat po celé Zemi.

Můžu vám prozradit, jaký je můj rituál. Uctívám vodu v sobě i kolem sebe krásným dlouhým ÓM, které vibruje univerzální kosmickou energií, a nechávám rozšířit tuto léčivou vibraci do nejjazších koutů svého těla i celého světa. A protože bydlím v blízkosti vodní nádrže Švihov, je možné, že moje ÓM se ocitne v každé skleničce natočené z vašeho kohoutku. Jsem sice jenom pouhou kapkou, ale má vibrace ovlivňuje oceány.

S láskou pro vodu

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ

VÍTE TO?

Japonský badatel Masaru Emoto prováděl experimentální výzkumy, ve kterých se zabýval schopností vody přenášet vibrace a rezonanci. Nejprve vodu vystavil působení lidských slov s pozitivním nebo negativním laděním, nechal ji zmraznout a potom v mikroskopu pozoroval vzniklé krystaly. V roce 2007 nabídl laboratorní obrázek vodního krystalu Globálního dne lásky, který se slaví 1. května jako celosvětový svátek humanity.

Vodu můžete uctít starou africkou písní. Tato mantra pro Bohyni oceánu oslavuje vláhu, vodu, moře a život v ní poskytnutý lidstvu:

„Jemaja asesu, asesu jemaja
jemaja olodo, olodo jemaja.“

Přivoňte si k životu! (6)

YLANG YLANG: UVOLNĚNÍ – SMYSLNOST – EUFORIE



Ylang-ylang je neobyčejný název pro neobyčejnou rostlinu. Tato exotická kráska s vlastním botanicky přesným názvem kananga vonná má ráda tropické krajiny. Její domovinou je Oceánie a tropická Asie, kde má bohatou tradici využití. Významným místem pěstování jsou Komorské ostrovy, které žijí z produkce ylangu, vanilky a hřebíčku. Nejlépe se tomuto rychle rostoucímu stromu daří v tropických deštných pralesích, kde může dorůst až do úctyhodné výšky 12 metrů. Matka příroda nadělila ylangu krásné žluté květy s šesti úzkými okvětními lístky, jejichž typický vzhled a uspořádání vytvářejí až magickou kompozici připomínající mořskou hvězdičku. Květy poskytují omamné vonící esenciální olej.

NÁDECH EXOTIKY

Představa luxusního wellnessu s nádechem exotiky a špetkou smyslnosti, to vše v sobě skýtá esence ylangu. Můžeme si jednoduše takové lázně vytvořit i u sebe doma: stačí pár kapek esence do mandlového či kokosového oleje, vmasírovat tuto směs do pokožky hlavy, a dopřát si tak výživný a pečující vlasový zábal. Složky oleje totiž stimulují vlasové folikuly, a zabraňují tak vypadávání vlasů. Nejen že koupelnu provoníme sladce květinovou vůní, ale zároveň si vykouzlíme blažený úsměv na tváři. Aroma ylangu nás vezme do vzdálených koutů tropických zemí a předá nám povznesení, uvolněnost a euforii, kterou běžně cítíme, když jsme u moře. Léčebný vliv ylangového oleje souvisí i s pokožkou, proniká hluboko do podkožních vrstev a dodává tonus povadlé, ochablé kůži, což můžeme dobře využít i při přípravě masť, krémů a pečujících olejů s pár kapkami této omlazující esence.

KVĚTINOVÉ OPOJENÍ

Předmětem působení ylangu je také hormonální systém. Olej vyrovnává činnost hypofýzy a nezdídky se používá do ženských směsí éterických olejů pomáhajících k doladění jinového aspektu a ženské cykličnosti i správnému fungování hormonů v těle. Ylang na jemnohmotných úrovních propojuje smyslovou a emocionální složku osobnosti – vyplňuje emocionální vakuum a svojí květinově opojnou vůní probouzí naše smysly a zdravé spojení se sexualitou, životní energií a hlubokou vnitřní radostí. Tento olej je už od nepaměti využíván jako afrodiziakum prohlubující intimitu a duševní splynutí partnerů a v případě

BUDE VÁS ZAJÍMAT

LÉČENÍ SRDCE

Ylangový olej je studený, vlhký povahy a harmonizuje element Ohně, má tudíž uklidňující vliv na srdce. Jeho jemnou vůni můžeme využít, když nás trápí bušení srdce, srdeční arytmie či vysoký tlak. Podle čínské medicíny jemně tiší a chladí náš nervový systém, odstraňuje nervové napětí a horkost ze srdce, jež se právě v konečném důsledku mohou projevovat jako srdeční poruchy na fyzické úrovni či jako neklid, nespavost a emocionální rozrušení na jemnějších úrovních.

potřeby je jemně pečujícím lékem na uvolnění podvědomých bloků souvisejících s touto oblastí.

LUXUS PARFÉMŮ

Ylang má své nezastupitelné místo v parfumářství. Jeho sladce květinová, opojná, šarmantní vůně propůjčuje hloubku a svůdnost francouzským pudrovým parfémům. Hlava, srdce a základ – to je známé uspořádání parfémů, kde synergie těchto základních složek dává vyniknout jedinečnosti dané vůně. Zajímavostí je, že součástí složky srdce famózní vůně Coco Mademoiselle od značky Chanel je právě ylang-ylang. Proč si tedy nedopřát luxus? Jak snadné je vytvořit si svůj osobní parfém s pár kapkami esence v nosném oleji a rozvěrně si ho čas od času nanést za ouško či na zápěstí!

RADOSTNÁ PŘIROZENOST

Éterickému oleji z ylangu je přezdíváno „olej vnitřního dítěte“. Je mocným léčitelem srdce a stejně jako geranium a pomeranč, avšak mírně jiným způsobem, léčí naše vnitřní dítě. Spojuje nás s naší neviností, dětskou prostotou a přirozeností, která vynikne jen v případech, že vnímáme a jednáme srdcem. Uzdravuje hluboká emoční zranění a traumata a umí uvolnit nahromaděné, léta potlačované emoce. Pomáhá, aby naše emoce volně proudily, abychom se tak spojili se svou přirozeností, naše srdce jávalo a my cítili šťavnatost života.

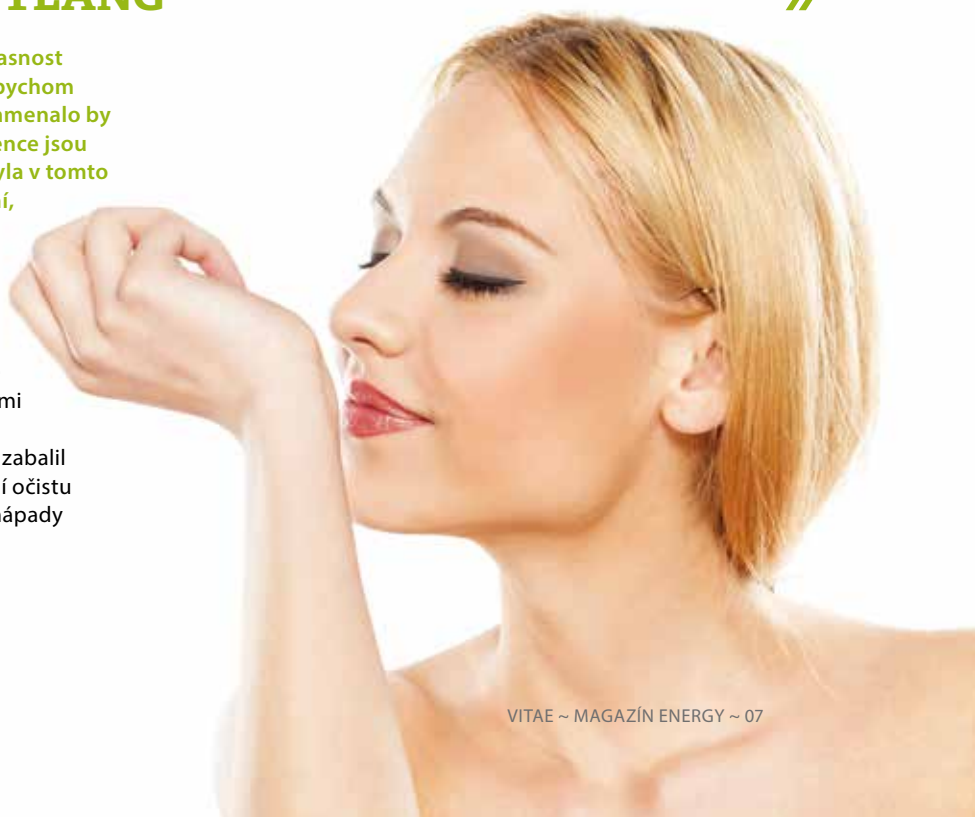
Ing. NELA DAŇKOVÁ

NESPOUTANÁ YLANG YLANG

Pokud chtějí indiáni některých kmenů vyjádřit úžasnost byliny, pro název použijí dvakrát totéž slovo. Kdybychom stejný princip použili i pro esenci Ylang Ylang, znamenalo by to „úžasná Ylang“. A to vskutku je! Účinky této esence jsou jedinečné a odlišné od ostatních čtyř, o kterých byla v tomto seriálu řeč. Vybuzuje naši existenci k vášni, tvoření, euforii a k propojení se sebou.

NA ZÁVĚR – PROBUZENÍ

Tato výjimečná esence dokáže probudit k činnosti, tvořivosti a ke zdravé vášni. Doslova zavlažuje vyprahlé nitro a přináší jiskru do života. Je impulzem zakončujícím náš proběhlý půlrok s novými aromaterapeutickými esencemi. V prosinci a lednu nás ohřál, proradostnil a do tepla zabalil Sweet orange – sladký pomeranč. V únoru předjarní očistu zařídilo Geranium, které nám dodalo sebedůvěru, nápady



» a sebejemnost. Březen patřil mátě, **Mint**, výbornému čističi plic. Díky němu jsme si pročistili dech, tedy život. Duben provoněla vůně levandule v esenci **Lavender**, která nás dočistila, rozdýchala a zklidnila. Každý pohyb a akce totiž vycházejí z klidu. A květen, to je doba jako stvořená pro lásku, vášeň, rozjetí se do všech koutů světa, i toho svého vnitřního. Je čas vylézt z úkrytu kamen, kde jsme ještě v dubnu byli. Právě **Ylang Ylang** je ten pravý životabudič a probouzeč zdravé sexuality.

LÁSKA, HRAVOST, OTEVŘENOST

Sexualita není „jen o tom jednom“, je to jeden z identifikátorů naší identity. Patří sem například sociální role, životní dynamika, prožívání citů, preference partnerského života... Sexualita je o objevování vlastního těla, svého nastavení. O hravosti, uvolnění, divokosti, intimitě, je to i forma odbourání stresu. Snížená či potlačená sexualita může vést k obezitě, depresím, únavě, strachu ze společnosti, vztahů, ze sebe samého. Ylang Ylang nás dokáže vést k otevřeným a svobodným vztahům tím, že dodává sebedůvěru a zesiluje vnitřní vyzařování. Otevírá soulad srdce a myslí a přináší propojení emocí a smyslů. Podporuje sexualitu také tím, že zlepšuje spánek, tiší napětí, harmonizuje mysl a působí jako antidepressivum. U mužů dokáže zvýšit sebedůvěru a sexualitu tím, že snižuje tendence ke ztrátě vlasů a posiluje jejich růst. Jejich účinky jsou vskutku unikátní, široké a velmi individuální. Proto již je čas přestat o ní jen psát a nechat vás si ji užít. Účinek můžete posílit i zkombinováním Ylang Ylangu s dalšími produkty Energy.

JEDNO PODPORUJE DRUHÉ

Přidáním pár kapek esence Ylang Ylang do terapeutického krému prohloubíte jeho účinky, a navíc budete krásně vonět. Například v kombinaci s **Cytovitem** docílíte účinného posílení sleziny. Aplikujte na bod sleziny, který se na chodidle

nachází na vnější hraně přibližně v polovině chodidla. Esenci lze podpořit i účinek **bylinných koncentrátů**. Dejte si olejček do vašeho oblíbeného pentagramového krému a hned po užití kapek se namažte provoněným krémem. Ve spojení s **Korolenem** dosáhnete zmírnění srdeční arytmie a neklidu, esenci si aplikujte nad srdce. Při použití s **Renolem** se vám zharmonizuje celá reprodukční soustava a uvolní strach, Ylang Ylang si namažte na celé břicho a ledviny. Olejíčkem podpořený **Gynex** skvěle vyrovnává mužskou a ženskou energii, krém s esencí si namažte na hrudník, lokty a kolena. Společně s **Relaxinem** dosáhnete zlepšení úzkosti a spánku. Pro podpoření sexuální výkonnosti propojte účinek esence s **King Kongem**. Po užití přípravku si nechte váš oblíbený krém s pár kapkami esence od partnera či partnerky namazat na celé tělo a obráceně. Skvěle se uvolníte, zklidníte a z klidu vychází vášeň... Můžete si také pár kapek Ylang Ylangu přidat do produktu **Argan oil** a promazat pokožku hlavy. Vaše vlasy budou lesklejší a hustší. Pro podporu sexuality a navození hormonální rovnováhy dejte pár kapiček aromaterapeutického oleje do difuzéru a k tomu si uvařte čaj **Tribulus**. Pro muže je výborná kombinace esence s produktem **Maca**, který má pozitivní vliv na mužskou potenci. Účinky Ylang Ylangu lze skvěle podpořit také užíváním **Aguaie**. Kombinace je ideální pro rozvoj a podporu ženské sexuality. Kapsle jsou vhodné i pro muže k harmonizaci „ne mužských“ aspektů, a tím přeneseně získání pocitu mužnosti.

OSOBNÍ ZKUŠENOST

Éterický olej Ylang Ylang je velmi silný a rychle dokáže svou vůni zaplnit celý prostor jak v nás, tak i okolo nás. Je osvěžující, nabízející a motivuje k tvorbě. Dodává pocit jistoty, sebedůvěry a probouzí nejen při ranní únavě. Z oleje je energie doslova cítit, stačí si ho dát na zápěstí a vyrazit vstříc novým zážitkům.

Krásný svěží květen plný euforie vám přeje ONDŘEJ VESELÝ

Konec seriálu

Soutěž o ceny!

V sérii článků „Přivoněte si k životu!“ jste se seznámili s novou řadou Energy produktů – aromaterapeutickými esencemi. Postupně jste se o nich dozvěděli mnoho zajímavých a inspirativních informací, doufáme, že jste si je také osobně všechny vyzkoušeli.

Dnešním dílem o Ylang Ylangu seriál končí. Pokud jste byli pozornými čtenáři, můžete se zúčastnit soutěže o zajímavé ceny, stačí správně odpovědět na naši otázku:

Ke kterému z pěti prvků podle tradiční čínské medicíny náleží esence Sweet orange?

Tři výherci od nás získají sadu 5 aromaterapeutických esencí Energy (Sweet orange, Geranium, Mint, Lavender, Ylang Ylang) a knihu „Aromaterapie pro léčení duše“ od Gabriely Mojay.

Své odpovědi zašlete do 31. května 2021 e-mailem na: aroma@energy.cz nebo poštou na adresu: Energy Czech Republic, Trojská 39/201, 171 00 Praha 7.

Těšíme se na Vaše odpovědi!



Pro miminko jen to nejlepší!



Jako každá matka chci pro své děti to nejlepší. Už několik let jsou výrobky Energy u nás doma velkým pomocníkem. A když jsem se rozhodla, co na dětskou pokožku budu používat, tak Energy byla jasná volba.

A jsem ráda, že výrobky provází i naši Nikolku. Při pořizování kosmetiky nám proto nemohly chybět z řady **Droserin mýdlo a krém**. Krém jsme mazaly na hrudníček a dutiny, když „nás“ skolila první rýma a krásně se jí uvolnily dutiny, hlavně v noci. To jsme opravdu ocenily nejvíce. Určitě všechny maminky vědí, jak je rýma u dětí protivná, a co teprve u batolete, které nedokáže smrkat. Ale když je ten správný pomocník při ruce, jde všechno líp – a do vzduchu není nic lepšího než **Spiron**, kterým si také pomůžete ke klidnější noci, když je vaše dítě nemocné. Na bolavé bříško máme **Artrin**. Dále nám nechybí tělové mléko **Caralotion**, **Almond oil**, pleťová voda **Visage water**, kterou používáme jak na tělíčko, tak i na zadeček. Její vůni růže jsem si zamilovala už v prvním těhotenství, provází mě 3 roky. Je to přípravek, který mám v kabelce, koupelně i na přebalovacím stole.

Ale čeho si nejvíce cením, že používám domácí vlhčené ubrousky. Je velmi snadné a rychlé je vyrobit. V dnešní době se jich nabízí spousta, ale cena není vůbec nízká. Když jsem zjistila, jak snadné je udělat si je sama, bylo jasno. Stačí převařená voda a do ní nakapat pár kapek **Visage oil**. Jemně promícháme a můžeme do ní vkládat nastříhaný Perlan nebo rozříznout roli kuchyňských utěrek. U nás se takto připravené čtverečky uschovávají v krabičce na vlhčené ubrousky. Jsem velmi spokojená. Opravdu krásně čistí a ošetří zadeček dcery a nemusíme ani používat nic na opruzeniny, protože na ně vůbec netrpí. Věřím, že velkou roli v tom hraje Visage oil. Děkuje.

S pozdravem **NIKOLKA KOZLOVÁ S MAMINKOU,**
Hradec Králové

Kortikoidy – dobrý sluha, zlý pán

Letos jsem si vyzkoušela po delší době dobré účinky kortikoidů, ale i ty vedlejší. A těch je! Lékaři mi diagnostikovali před pěti lety roztroušenou sklerózu. Ze začátku jsem byla právě na kortikoidech a bylo mi jasné, co mě po kapačkách čeká. Ale nezoufala jsem, vždyť mám velmi dobré pomocníky – výrobky Energy. Takže jsem si s sebou přibalila do nemocnice **Flavocel**, ten jsem cucala při kapačce, abych neměla tak suché sliznice. Další pomocník byl **Cytosan**, dopřávala jsem si ho ráno a na noc na detoxikaci. Protože jsou v nemocnici všude přítomné bacily, nesměl chybět **Vitaflorin**. Nohy jsem si mazala **Ruticelitem**, aby při delším ležení nevznikaly krevní sraženiny, kapačka mi kapala 2–3 hodiny. Nesmím zapomenout ani na kosmetiku. Protože při podávání kortikoidů se mi na obličeji vyskytnou červené svědicí skvrny, přidala jsem k **Visage oil** a **Water balance**, které běžně používám při péči o pleť, i **Protektin renove**. Při sprchování jsem si žínku namydčila **mýdlem Droserin**. **Audiron** nakapaný na tampon mi pomohl od gynekologického zánětu, který se už už těšil, jak mě potrápí. Tak to byla moje první pomoc v nemocnici.

Doma jsem na odvodnění přidala **Renol** a čaj **Maytenus ilicifolia**. Dobře by posloužil i **Tribulus terrestris**, jak v kapkách, tak čaj. Vlasy dostaly také pěkně zabrat a na to je velmi dobrý **Fytomineral** a šampon **Cytosan** spolu s **Nutritive balsamem**. Už se těch kortikoidů tolik nebojím, když vím, jak si pomoci od

vedlejších nežádoucích účinků. A jak zvládám diagnózu pomocí Energy, napiši příště. Přeji vám všem pevné zdraví, a když maličko poleví, pomohou pomocníci z Energy.

RADMILA MACHALÍKOVÁ,
Staré Město u Uherského Hradiště



Dva příběhy z Klubu Energy v Chebu

POSTCOVIDOVÝ SYNDROM

Několik let pravidelně dochází do chebského klubu Energy řešit preventivně svůj stav pán z Aše. Pracuje v sociálních službách, a tak jsme se vždy snažili dávat produkty tak, aby se vyhnul infekci covid. Ale bohužel, těsně před koncem roku 2020 onemocněl. A byl to jeden z případů, kdy se nemoc rozjela naplno. K lékům Isoprinosine a Aspirin jsme přidali **Cistus complex**, **Drags Imun** a **Imunosan** a po řadě týdnů, kdy pán shodil mnoho kil a prožil si „svoje“, se objevil. Po pravdě musím napsat, že jsem ho téměř nepoznala, jak jej to sebralo! Tak jsme za přísných podmínek, hlavně u mě – respirátor, štít, rukavice, zkusili testovat na SPT, oba jsme chtěli vědět, jaké jsou hodnoty na drahách. Zprvu jsem si myslela, že je přístroj porouchaný, hodnoty sice ukázaly na vteřinu 20–30, ale okamžitě spadly na 0. Cokoliv jsme testovali, vůbec nic je nezvedlo, pouze lehce „pyramida“ z **Imunosanu**, **Macy**, **Probiosanu** a **Ambrosie**. A světe, div se, po měsíci došlo k lehkému zlepšení, znovu jsme testovali a některé produkty zůstaly, další jsme přidali. Je zajímavé, že to téměř vždy byly přípravky na imunitu a probiotika. Naposledy přijel pán koncem března a vypadal mnohem lépe, jeho rtg plic dopadl slušně a hodnoty na

Supertronicu byly téměř ukázkové, většina na hodnotě 50! Pochopitelně jsme měli oba obrovskou radost a snad už bude jen lépe!

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.**

POKOŘILA JSEM NESPAVOST

Z dětství si dobře pamatuji pár hlášek od dospělých, kteří si předávali často informace typu: „špatně spím, spím málo“ nebo „starý lidi nepotřebují tolik spát!“ A bohužel, už je to tady



– v poslední době řeším tento problém jako zásadní. Usínala jsem hodně pozdě, při probuzení v noci nemohla zabrat i několik hodin a o tvrdém spánku jsem si mohla nechat jen zdát – tedy, kdyby to šlo, ani sny nebyly! Protože jsem dlouholetá uživatelka produktů Energy, sáhla jsem jako první po **Relaxinu**, ano zklidnil, zabrala jsem na pár hodin... Ale je pravda, že nynější doba covidová, kterou procházíme všichni bez výjimky, nám na zdraví a psychice vůbec nepřidává, rekonvalescence celé společnosti bude dlouhá. Stále jsem přemýšlela, jak večer odehnat těžké a úporné myšlenky, související právě s dobou – počítání oveček nezabíralo nikdy, meditace skončila vždy nějakou vzpomínkou na ty, co již nejsou mezi námi. A tak jsem už byla nucena se opravdu zahluubit a řekla si, což takhle tělo spíš pořádně vyživit než detoxikovat? Volila jsem mezi Revitae a Vitaflorinem. Na SPT mi kolegyně vytestovala **Vitaflorin** jako stěžejní, dále pak **Probiosan Inovum** – vždyť se nyní všude píše, že mozek máme ve střevech! A k tomu ještě blahodárnou **Macu**... I ten Relaxin k tomu ladal. V době, kdy toto píši, tak mám za sebou již tři balení Vitaflorinu. Už jen jeho složení – vitamin C, A, B, D, E v organické podobě (!) neprospívá pouze ke zklidnění a spaní, ale je dnes ve většině sdělovacích prostředků doporučováno i klasickou medicínou na podporu imunity! A hádejte, jak to vypadá v poslední době – chvílemi mám pocit, že mám tak trochu spavou nemoc... Doháním totiž ve spaní, co se dá, a tak trochu si v tom libuji. Ale s příchodem jara a tepla předpokládám snížení dávek Vitaflorinu raději na 1 kapsli, stala jsem se totiž na něm docela závislou. Před létem, které bude snad již „rozvolněné“, si chci určitě přidat některou z mých oblíbených zelených potravin, a připravit tak organismus na chybějící, ale příjemné zátěže, spojené s pohybem a se zážitky.

Přeji všem v nastávající době zdraví a dobrou kondici,

M. SVOBODOVÁ, KE Cheb



Jak se rodí produkty Energy (7)

VITAMINY A MINERÁLY

Výrobu obou produktů z řady „přírodní vitaminy a minerály“ máme rádi. Vyrábějí se totiž stejně jako zelené potraviny samy. Na nás zbyly jen maličkosti.

Fytomineral a Vitaflorin tvoří dokonalou dvojici. Jeden zajišťuje plné spektrum minerálů v koloidní podobě, druhý zase vitaminy v jejich přírodní a nejefektivnější formě. Oba přípravky jsou si také velmi podobné. Malými dávkami mikronutrientů, které znamenají v porovnání se syntetickými produkty sice pouhý zlomek jejich množství, v našem případě ale zajišťují přesně cílenou a téměř chirurgicky odvedenou práci. Jsou 100% využitelné, což znamená, že je naše tělo snadno přijme, lehce zpracuje a přirozeně zabuduje do organismu tam, kde je jich zapotřebí.

FYTOMINERAL

Pokud bychom měli určit, kde se Fytomineral skutečně rodí, potom by to bylo ve Spojených státech. V Utahu, na Středozápadě USA, leží přírodní rezervace, která je od roku 1972 pod ochranou tamního Kongresu. Tvoří ji rozsáhlé území mezi Koloradskou náhorní plošinou a Rocky Mountains, pocházející

z geologicky velmi zajímavého období prekambria. Před 500 miliony let tady v laboratoři zvané Země, za přítomnosti prehistorického rostlinného materiálu, vysokých teplot a nesmírných tlaků, vznikaly karbonovo-břidličné útvary obsahující vzácné koloidní minerály. Z hloubky několika desítek až stovek metrů se těží na povrch, kde se po dobu tří až čtyř týdnů extrahují. Výsledkem je koncentrovaný výluh koloidního roztoku, který se následně čistí od hrubých nečistot a jemně filtruje tak, aby byl zbaven nežádoucích příměsí, ale zachoval si všechny důležité složky.

V této chvíli se již jedná o finální podobu výrobku, který je v objemných a hermeticky uzavřených obalech připraven k leteckému transportu. Na nás pak zbývá pouze jej zabalit a dodat až k vám.

Fytomineral nijak neupravujeme a necháváme jej tak, jak byl v hlubinách Země „vyroben“. Z tohoto důvodu můžete zaznamenat v různých šaržích až výrazně odlišný vzhled. Některý je čirý, jiný zase viditelně mineralizuje, vytváří shluky a chuchvalce. Nevzhledné? Možná, ale jde pouze o důkaz, že jste měli to štěstí získat zrovna tu část, která byla na obsah minerálů nejbohatší.

VITAFLORIN

Možná nepochází Vitaflorin z hlubin Země a jeho věk se nedatuje miliony let do historie, jeho význam a sílu to však nezmenšuje. Obsahuje totiž nejvýznamnější zdroje přírodních vitaminů, které jsou na naší planetě k dispozici.

Rodí se na třech kontinentech. Plody rakytníku pocházejí z tibetských údolí, granátové jablko ze Španělska, kdoulevec a klanopraška rostou v Asii a aloe vera získáváme na biofarmě ve slunném Mexiku. Všechny tyto extrakty se setkají na jednom jediném místě, v Kanicích u Brna. Zde dostává Vitaflorin svou výslednou podobu. Extrakty jsou obohaceny o inulin, který funguje jako prebiotikum a zároveň chrání účinné látky před vlhkostí, a také materií kašičku, která je z hlediska účinků onou „třešničkou na dortu“.

Celý komplex se v závěrečné fázi plní do rostlinných, vegetariánských kapslí a finálních krabiček, které opouštějí brány závodu, aby se vydaly na svou další cestu k vám. Někde je to jen několik desítek kilometrů, někde jsou to tisíce... Ale takový už je dnešní svět.

(RED.)



Odpor a aktuální dění

Jistě jste si všimli, že někdo vidí určitého člověka nebo vnímá nějakou situaci úplně jinak než vy. Je to přirozené. Jelikož vše vnější v našem životě je jen zprostředkovatelem nějaké informace o nás. Vše v našem životě je jen kulisou, pomocí které máme lépe poznat sebe – uvidět nejen své přijaté části (přijatou minulost), ale zejména ty potlačené, které jsme nepřijali a působí v našem životě destruktivně. Nejde totiž ani tak o to, co se děje, co nás obklopuje, ale čeho si v tom všímáme. Vše, čeho si všímáme na jiných a okolním dění, jsme totiž my – ať už naše přijaté části, nebo ty námi dosud nepřijaté.

NÁŠ ÚKOL

Svoje nepřijaté části poznáme jednoduše. Vše venku, čeho si všímáme a rozrušuje nás to, jsou naše nepřijaté vlastní prvky – nějaké role, které jsme někdy sehráli a které jsme tehdy nedokázali v neutralitě přijmout a na základě přijetí, ze své síly (v neutralitě) jednat. V důsledku toho tyto naše odžité verze nás samých zůstaly uvíznuty v minulosti a s nimi také část naší cenné energie (sebeúčty). Úkolem nás pak je během svého života co nejvíce svých potlačených prvků objevit, uvidět, připustit si (prožít si), že i toto jsme

my, byť se nám to třeba nebude úplně líbit. Avšak díky tomuto pojmenování a prožití si, že i tuto zkušenost v sobě máme, se z destruktivního nastavení osvobozujeme a bereme si uvězněnou energii zpět (zvýší se nám sebeúcta). Tímto se stáváme stále více ukotvení a spokojeni ve svém životě. A ruku v ruce s tím si přitahujeme stále více hojnosti ve všech možných podobách.

SÍLA VYCHÁZÍ ZE STŘEDU

Ve svých individuálních životech jsme přes různé situace vedeni jít do svého středu, do neutrality. Tam je naše síla, naše moc, tam jsme tvůrci, a nikoliv oběti. A právě všude, kde ve svém středu nejsme, oscilujeme kolem jednoho či druhého extrému, tam máme nepřijatou nějakou svoji minulou zkušenost (destruktivní nastavení), jsme v odporu – ve stavu oběti a o sílu přicházíme. Avšak ať už jedna, či druhá polarita – naprosto navenek jinak vypadající postoj, přístup, z vyššího pohledu je obojí stejné. Jelikož obojí polaritní přístup vytváří odpor. A za každým odporem se skrývá strach. Naše energie tím odchází a podporuje v našem životě danou destrukci, jelikož neustále posilujeme destruktivní nastavení, ze kterého ta naše polarita, to vymezování pochází.

Proč o tom píší v souvislosti s aktuální celospolečenskou situací?

Co se teď děje v roce 2020 a 2021 celospolečensky, není nic jiného než zviditelnění odporu (destruktivních nastavení) uvnitř nás všech. Chce se po každém jednom z nás obrátit se dovnitř sebe a převzít odpovědnost za svůj vnitřní svět – za to, co nás rozrušuje, a navracet se do svého středu (neutrality).

Co jako společnost zatím většinově činíme?

Místo abychom se obrátili dovnitř a uvědomovali si své stíny (uklidili si na svém písčátku), řešíme ty jiné venku, kopeme kolem sebe (obrazně), hledáme viníky. To je však útěk od sebe, vytváření odporu, kterým pouze živíme stále dokola destrukci – nepřijatou individuální minulost každého z nás. Jako společnost jsme se většinově rozdělili na dva krajní tábory. Většina lidí osciluje kolem jedné barikády. V jedné krajní poloze jsou lidé, kteří mají velký strach. Tito lidé, kteří se velmi bojí, ať už o sebe, či o své blízké, se dotkli svého strachu ze smrti, popřípadě samoty. A v podhoubí strachu ze samoty je rovněž strach ze smrti. Pak je druhá strana barikády. Na ní jsou lidé, kteří popírají existenci dané situace, že se skutečně v nějaké realitě, která je tu



na Zemi, toto nachází, kteří se vysmívají těm, co tu ustrašenou realitu žijí. Lidé na této straně barikády si možná myslí, že jsou nad tím, že jsou ti vědomější, ti osvícenější, ti, jež neovládá strach. Já na to mám jiný pohled. Tito lidé jsou překvapivě rovněž ve strachu – ze ztráty svobody, z útlaku. Což na hlubší rovině také znamená strach ze smrti.

Podle mě jsme to kolektivně jako společnost vůbec nepochopili! Je to veliký chyták! A důsledkem je stále vyhozenější situace vně.

Ze všech lidí těch dvou barikád jde totiž jejich cenná energie pryč a živí se jí právě ta destrukce – to, co by již chtěli změnit, zlepšit, ať už jsou na jedné, či druhé straně. Navíc bojem s druhou názorovou stranou tito lidé svojí cennou energii sytí ještě více danou destrukcí.

Vše, čemu dáváme pozornost, roste. A co dělají lidé na jedné či druhé straně barikády? Dávají pozornost tomu, co už nechťejí, aby tu bylo. Odpor je nízká energie, tou se nic nezmění! Lidé na obou stranách jsou v oběti. Stejně jako je ve stavu oběti nejen oběť šikany, ale i pachatel.

ŘEŠENÍ

My se ale máme posunout do role tvůrce! To je naše moc! Máme ji každý jeden z nás. Naším úkolem je zjistit, jakou máme

moc, v čem leží naše moc. A v tom nám nesmírně pomáhá daná celospolečenská situace. Naše síla leží v našich myšlenkách, emocích (v našem nastavení) a přítomném okamžiku, ve kterém ze svého středu (neutrality) konáme ve fyzickém těle. Celá situace je darem. Vylézá z nás všech odpor, který je schovaný ve všech našich destruktivních nastaveních. Tímto odplavávají emoce mnohdy velmi hluboko schované, dlouho potlačované, a to napříč celým světem. Z mého pohledu dochází k emocionálnímu a mentálnímu léčení, uzdravování. A to při vši účtě k lidem z obou barikád. Takto to však odtéká velmi pomalu. Jelikož to sice odtéká, avšak jsme v tom nevědomí, takže to jde po malých kouskách. Pak i vnější situace se proměňuje velmi pomalu.

My to však můžeme velmi urychlit. Je to na nás! A čím?

Tím, že v tom budeme vědomější – že vystoupíme z role oběti v podobě jedné či druhé strany a vstoupíme do role tvůrce, kdy nebudeme ani povyšovat, ani ponížovat, situaci přijmeme jako realitu, která tu jako jedna z mnoha je, a tím přijetím si umožníme svoji pozornost v plné síle zaměřit na to, jak jinak chceme žít, a v rámci možností z neutrality činit kroky.

Možná se může zdát, že v naší zemi je to celospolečenské téma aktuálně celé nějak horší než v jiných. Možná ne nadarmo jsme Slované. Možná je čas, kdy si máme uvědomit, jakou moc máme ve slovech. Nejen v těch vyslovených, ale i pronesených v duchu. A čím se řídí naše slova? Naším vnitřním nastavením. A jsme opět u přeměny destruktivních nastavení v konstruktivní. Jsme opět u svého vnitřního světa, ze kterého teprve vše viditelné povstává.

Možná k tomu jsme my Slované nyní vyzváni. Možná jsme připraveni změnit realitu bez boje, agrese, manipulace, pouhou změnou vnitřního nastavení, kdy se z odporu přesuneme do přijetí a z toho místa budeme teprve konat. Což bude konání bez jakéhokoliv boje, manipulace či jiné formy agrese, jelikož budeme konat ve stavu, kdy vůči dané situaci či lidem, kteří jsou toho součástí, nebudeme mít žádné nepříjemné emoce. A možná jako Slované máme toto dokázat jako první v masovém měřítku. Třeba tím pak budeme inspirovat celý svět, jelikož dokážeme něco tak viditelného, tak přelomového, ale bez ničeho výrazně viditelného vně, co bychom k tomu výsledku použili.

S láskou Mgr. Ing. PETRA JELÍNKOVÁ

Očkování – jak se rozhodnout?

Již v počátcích pandemie bylo jasné, že svět závodí o vývoj účinné vakcíny a otázkou nikdy nebylo „JESTLI“, ale pouze „KDY“. Již v té době jsme také byli pevně rozhodnutí, že budeme zachovávat přísnou neutralitu, neboť myšlenka na přijetí či odmítnutí možnosti očkování je natolik osobní záležitostí, že musí vzejít pouze a jedině z klidného středu každého z nás. Svoje poslání proto chápeme pouze jako službu. Jako hledání a předkládání věcných doporučení k tomu, aby jakékoliv vaše rozhodnutí bylo účinné a chápáno z klidné rozvahy a nikdy z pohledu jednoho či druhého extrému.

NEVYUŽÍT MOŽNOSTI OČKOVÁNÍ NENÍ EXTRÉM

Pokud patříte do okruhu lidí, kteří se k očkování staví rezervovaně, je to v pořádku. Pravdou je, že s každou vakcinací se pojí určitá míra rizika a nabízené řešení bylo vyvinuto v rekordně krátkém čase na zcela nové platformě. Pokud tedy vakcinaci prozatím odkládáte nebo případně čekáte na své místo v pořadí, nejlepší, co můžete udělat, je dodržovat

základní pravidla ochrany, která jsou osvědčená po desetiletí. Nejste v tom sami!

- 1) Pokud jste se již rozhodli, dál to neřešte, je to vaše volba a vaše právo.
- 2) Minimalizujte riziko nákazy. Čím lehčí infekce, tím větší šance na bezproblémový průběh a přirozenou odolnost.
- 3) Imunitu dokážete zlepšit. V každém věku, v každém stavu na ní můžete pracovat.
- 4) Snažte se co nejvíc, jak je to možné a únosné, jíst zdravě. Pomáhejte svému tělu přírodními produkty. Fungují!
- 5) Hýbejte se a smějte se. Denní pohyb alespoň 30 minut, aspoň sto úsměvů denně a dokážete zázraky! Dbejte i na spánkový režim.

VYUŽÍT MOŽNOSTI OČKOVÁNÍ NENÍ EXTRÉM

Nechat se očkovat je vklad důvěry v moderní postupy a pro mnoho zejména rizikových skupin osob jistě vhodné řešení. Jestliže bude probíhat vše podle přání, půjde o triumf moderní medicíny – stávající statistika vykazuje prozatím mnohořádově nižší nebezpečnost vakcinace v porovnání s následky možné nákazy.

- 1) Pokud jste se již rozhodli, neměňte své rozhodnutí. Změna těsně před očkováním bývá vedena zpravidla spíše strachem nežli rozumem.
- 2) Nebojte se! Stres prokazatelně snižuje imunitu a to rozhodně nepotřebujete.
- 3) Nejméně dva dny před očkováním můžete nasadit **Vironal** (nebo **Vironal + Cistus complex**) ve středních dávkách.
- 4) V den očkování a den následující zkuste odpočívat a neplánujte fyzicky náročnou činnost.
- 5) Dodržujte pitný režim a pestrnou stravu, jak jen dokážete.
- 6) Třetí den se vraťte ke svému běžnému tempu a radujte se, sportujte. Obojí vám dodá tolik potřebné endorfiny a serotonin.

STUDIE

V tomto kontextu dostáváme mnoho dotazů. Jak mohou některé z našich výrobků pomoci, nebo zdali nejsou dokonce kontraindikovány před, v průběhu či po očkování. Jasnou odpověď na tuto otázku dává studie provedená nedávno na Slovensku. Při podání **Vironalu** a **Cistus complex** souběžně s vakcínou testy prokázaly významný vliv na zvýšení tvorby specifických protilátek, a to až řádově. Nebyly též zaznamenány žádné vedlejší účinky očkování a vakcinace byla velmi dobře snášena.

Potvrzují se tím předpoklady a klinické zkušenosti, že uvedené produkty dokáží naši imunitu nejen účinně zvyšovat, ale v rámci očkování spolupracují s naším organismem tak, aby zlepšily mechanismy tvorby vlastních protilátek. Efektem je vyšší odolnost a také déletrvající ochrana.

Jakékoliv rozhodnutí učiníte, bude jen a jen vaše. Neodsuzujte rozhodnutí druhých a ani nenechte, aby někdo znevažoval to vaše. Lidé opačného názoru mohou být ve stejném středu jako vy, pouze vycházejí z jiných zkušeností nebo situací. Jsou vám možná mnohem blíží, než si dokážete představit. Všichni totiž máme pouze jediný společný cíl: vrátit naše životy zpět. Proto nezapomeňte, že všechny cesty „vedou do Říma“.

Mějte krásné JARO!

(RED.)



Duše ženy

Život má pro ženu připraveny různé role a pozice, které v průběhu svého bytí musí zvládnout. Ať už jde o úlohu dcery, manželky, matky, babičky – všechny své tzv. funkce zvládne dokonale. Až na jednu. V běhu času jaksi zapomene na hlavní roli, na své poslání, na to být sama sebou, být ženou.

Žena prochází v životě různými etapami. Snad nejkrásnější je období, kdy se stane a je matkou. Zároveň se však tato část života ženy-matky stává nejtěžší ve chvíli dospívání jejích dětí, kdy se osamostatňují a postupně opouštějí rodné hnízdo. Je to období plné těžkých zkoušek. Mnoho žen-matek neumí a nedokáže „přetrnout pupeční šňůru“ se svými ratoletmi ani v době, kdy už děti dosáhnou věku dospělosti a musí se postavit na vlastní nohy. Ženy-matky zažívají pocity prázdnoty a nenaplnění. Nemají se o koho starat, stále si myslí, že děti, jsouce již dospělé, soustavně potřebují jejich pomoc a péči. Ale žena-matka si musí uvědomit, že všechno má svůj čas a trvání. Takový je koloběh života, co svět světem stojí – je čas žít i čas umírání, je čas být dcerou, manželkou a matkou, jsou to úkoly dané v určité chvíli. Ale vše plyne, všechno má svůj čas na to určený.

NAJÍT VLASTNÍ JÁ

Žena-matka si potřebuje odpovědět na otázku, kdo je a jaký je její hlavní úkol na této Zemi. Odpověď je těžká, ale zároveň jednoduchá. V první řadě je ženou a její pravým posláním na Zemi je být ženou! Ten nejpřirozenější a nejvznešenější úkol. Nežít a neřešit problémy svých dětí či jiných členů rodiny, ty si musí vyřešit především oni sami. Jinak to ani nejde, každý z nás se musí učit a růst. To se naučí jen z vlastních zkušeností a chyb. Každý má právo dělat vlastní přešlapy i tzv. špatná rozhodnutí. Jen díky nim se posouvá dál.

Období po čtyřicítce je dobou, kdy žena začíná přehodnocovat svůj dosavadní život. Ptá se sebe samé, jak dál žít. Nejednou se dostaví stavy smutku a beznaděje, zažívá pocity marnosti a nenaplnění. Cítí se být ztracena, bez smyslu života, ale zároveň ví, že zažitým způsobem dál žít nechce. Chce, aby její život byl ještě naplněný a měl smysl. I já osobně jsem nebyla výjimkou. Po čtyřicítce jsem přehodnocovala svůj život. Chtěla jsem své bytí naplnit



smysluplnými činnostmi, věcmi, na které mi při výchově svých tří dětí nezůstal čas. Když mi bylo 42 let, zapsala jsem se na dálkové vysokoškolské studium do města 300 km od mého bydliště. Studium na škole s technickým zaměřením nebylo vůbec jednoduché. Ale nedá se zapomenout na ten úžasný pocit, když jsem po pěti letech promovala společně se synem! V průběhu studia jsem musela řešit i svou životní situaci, věru dobrým pomocníkem v překonávání krizí byl **Stimaral** a v dodávání sil **King Kong**. Stimaral spolu s **Celitinem** jsem užívala i při učení se na zkoušky, a abych před nimi zdolala trému. Po náročném dni jsem si velmi ráda odpočinula v lázni s vydatným množstvím **Balneolu** (stále si dávám víc, než je doporučené dávkování) a pár kapkami **Dermatonu oil**. Hotové pohlazení pro tělo a duši! Nesmím opomenout přípravky **Renol** a krém **Artrin**, které byly požehnáním pro mé ledviny, aby byly schopny zvládnout nápor starostí a obav. Mimoходом Artrin (mezi krémy Energy je mým miláčkem) jsem používala a stále používám na tvář po

aplikaci masky z **Cytosan Fomentum gelu**. Tehdy je jeho úkolem ulevit mi od bolesti hlavy, protože už pěkných pár let žádné léky neužívám.

PEČUJME O SEBE

Milé dámy! Darujme si lásku, vraťme se ke své ženské podstatě a zaměřme svou pozornost a péči na sebe samé, dlužíme si to. Vzdělávejme se, tancujme, radujme se ze svého těla, ze sebe samých, co všechno ještě můžeme dokázat! Naslouchejme své duši jako malému dítěti, schoulenému v našem nitru. Co nám tiše šeptá? Co jí dělá radost, po čem touží? Duše ženy ukrývá mnohá tajemství, dosud neobjevená svou majitelkou. Je to Popelka, která chce vyjít ze „skepa“, kde je již tak dlouho uvězněna, na světlo. Tak velmi touží po realizaci svých snů a tužeb, ale my jsme jaksi pozapomněly naslouchat jí a z různých důvodů nepřikládaly důležitost jejímu tichému hlásku. Změňme to, dokud je ještě čas. Jinak se nevyříčené bolesti a nevyplakané slzy duše projeví v psychosomatickém onemocnění.

Ing. MÁRIA VERBENÍKOVÁ, Slovensko

Terapeutické metody (17)

EFT – TECHNIKY EMOČNÍ SVOBODY

O EFT se dá obecně mluvit jako o „akupunktuře bez jehel“. Namísto použití jehel se však energetické body meridiánových drah stimulují přímým poklepem konečky prstů a zároveň se slovně specifikuje téma, které chceme vyřešit.

PRINCIP PŮSOBNÍ

O metodě EFT se říká, že mnohdy pomůže i tam, kde vše ostatní selhalo. Po letitých zkušenostech z praxe svým klientům tuto větu nyní již říkám trochu jinak: „EFT v propojení s produkty Energy pomůže i tam, kde jste již ve zlepšení ani nedoufali.“ A pomůže velmi rychle.

Pro bližší pochopení, jak EFT působí, si představme tok energie v lidském systému těla například jako proud vody v malém potůčku. Pakliže se potůček v určitém místě zanele napadaným listím, znemožní to následovat jeho přirozený směr. Proud vody se ale nezastaví, bude si hledat jiné cesty, a tím se síla toku v daném místě oslabí – rozmělní a odchýlí od původní dráhy. EFT pomáhá napravit toto odklonění. Provádí korekci energie v meridiánovém systému těla.

EFT je založeno na zkombinovaných principech starověké čínské akupresury a moderní psychologie. Mírným poklepáváním konečky prstů na konkrétní body meridiánových drah, společně se zaměřením na negativní emoce nebo fyzické

vjemy pomáhá zklidnit nervový systém, přerámcovat nastavení mysli a vyladit mozkové hemisféry. To vše za účelem zdravějších reakcí a obnovení rovnováhy energie v těle.

MOŽNOSTI POUŽITÍ

Tvůrce metody EFT, pan Gary Craig, říká: „Vyzkoušejte všude, kde potřebujete...“ Nicméně mezi nejčastější oblasti využití metody EFT patří různé typy fobií, panické strachy a stavy úzkosti, deprese, závislosti, vysoký krevní tlak způsobený životním stylem, migrény a bolesti hlavy, chronická únava a stavy bolesti, snižování hmotnosti, poruchy příjmu potravy, kontrola negativních pocitů, nespavost, témata nízké sebeúcty a sebevědomí, sportovní výkonnost, odpoutání se od minulosti, problémy s motivací.

SYNERGIE S BYLINNÝMI PRODUKTY

Bělem let své praxe jsem nesčetněkrát pozorovala, jak je pro moje klienty přínosné přidat k meridiánové terapii i produkty Energy, které nejen že regenerují naši tělesnou schránku, ale podporují vnitřní vyladění mysli a emočního vnímání. Dokáží tak dobře pomoci i s psychickým stavem a umožní dokončit proces zhojení ve velmi krátkém horizontu.



MĚLI BYSTE ZNÁT

KARATE BOD A PROCES VIZUALIZACE

Mám pro vás malou ukázkou, ve které si vystačíme pouze s aktivací tzv. „karate bodu“. Je to hlavní bod pro snadné provedení požadované změny, přijetí nových myšlenek, aktivaci procesu učení se a pochopení toho, co bylo. Přidáme-li k tomu i naturální schopnost představivosti, kterou všichni ovládáme, nese to skvělé výsledky.

EFT karate bod je umístěn v centru svalové části venkovního hřbetu dlaně mezi zápěstím a základnou malíčku. Na tento bod se používá poklepávání konečky prstů prostředníku a ukazováku druhé ruky. Nejvhodnější je vybrat si karate bod na nedominantní straně a poklepávat na něj prsty dominantní ruky.

Pohodlně se posaďte, začněte poklepávat na karate bod a zlehka se zamyslete nad tím, co chcete ve svém životě prožívat jinak a více pozitivně. Současně si uvědomte svoji aktuální realitu a také to, kde ve svém životě nedovolíte sami sobě mít příznivé podmínky. Nepátrejte po důvodech, proč to tak je, pouze si uvědomte pocit, který z toho máte. Vžijte se na chvíli do tohoto pocitu, aby se mohla vynořit vzpomínka (ideálně co nejranější), která s ním rezonuje. Jelikož mozek myslí v obrazech, můžete ji vnímat – vidět – prožívat jako živý obraz před sebou. Ve své vizualizaci vstupte do tohoto obrazu a změňte v něm tu „jednu podstatnou věc“, kterou jste tenkrát

chtěli jinak – co mělo být ve váš prospěch, pro vaše emoční pohodlí, ale nebylo, nestalo se. Jde o přerámování situace neboli doplnění pozitivního zdroje do původní vzpomínky. Tím pádem na nevědomé rovině i vytvoření nového přesvědčení o sobě, svých „kvalitách“ a možnostech.



Příklady z praxe

Jako příklad využití terapie EFT v kombinaci s bylinnými přípravky můžeme vybrat oblast, kterou řeší mnoho klientů a jež poměrně zásadně ovlivňuje jejich život. Týká se tématu nízkého sebevědomí, podhodnocování sebe sama. Podle principů psychosomatiky (tyto principy se v EFT terapii taktéž používají při bližší specifikaci problému) můžeme postupně adresovat různé části fyzického těla dle toho, kde se daný konflikt (téma) prezentuje. V tomto případě v oblasti svaly/šlachy/kosti, jedním z nejčastějších míst je krční páteř. Ano, v dnešní době většina z nás tráví více času u počítače a méně času aktivním pohybem, není tedy divu, že je právě krční páteř přetěžovaná. To nám připadá zcela logické. Avšak z pohledu psychosomatiky zde hraje prim téma intelektuálního (morálního) podceňování se, konflikt sama se sebou a sebe-sabotáž. K tomu i přidružené pocity vlastní neschopnosti nebo nepatřičného zacházení ve vztazích. To je to hlavní PROC se naše krční páteř ozývá. Zde se krásně uplatní řada produktů Energy a podpoří výsledek EFT terapie.

Pro zjednodušení výběru přípravků lze použít snadné pravidlo – odpovědět si na otázku: „**Jaký pocit z toho, co se děje, ve mně převládá?**“ A najít řešení v následujících příkladech.

- » Melancholie, zahlcení, nepochopení, nevyužití vlastních schopností – **Vironal, Vitaflorin**.
- » Ztráta jistoty v sebe nebo v život, pomalé uvažování, rozvleklé hloubání, lenost, bezmocnost – **Gynex, Vitamarin** (případně doplnit i **Peralginem**).
- » Pocit utlačování svých potřeb, jsem až na posledním místě, nedokáži se ozvat – **Regalen** (zde pouze pozor na dávkování u vysokého tlaku), **Probiosan, Skeletin**.
- » Pocity strachu, tíživé únavy, opuštění, samoty, zanechání napospas osudu, projektování černých scénářů do

budoucnosti – **Renol, Organic Sacha Inchi** (případně i **Vitaflorin**).

- » Všichni mě přehlíží, nikdo mne nevidí, nevím si s tím rady, nic se mi nechce – **King Kong** (jak pro muže, tak i pro ženy), **Flavocel**.
- » Nedokáži se otevřít radosti, chybí mi něha a láska, pociťuji chlad ve vztazích – **Korolen, Peralgin**.
- » Nemohu se na nic soustředit, vše je špatné, na vše již je pozdě, nedaří mi věci pouštět – jsem na nich závislý/á – **Relaxin, Peralgin a Skeletin**.
- » Mám tíživé pocity hlavně v noci, budím se s děsem/pronásledují mne noční můry – **Peralgin, Fytomineral, Renol**.
- » Život mi toho málo dal, málo nabízí, ale hodně vzal, je pro mne těžké věci strávit a jít dál, nechat minulost minulostí – **Korolen, Cytosan** (případně doplnit i **Organic Nigella Sativa**).
- » Nevěřím svým schopnostem, neumím životní situace uchopit, vzít věci do svých rukou, jednat a něco udělat ve vztahu k někomu/k situaci – **Tribulus terrestris forte, Spirulina Barley, Flavocel**.
- » Podceňuji se jako muž/žena, dostávám se do neustálých konfliktů, neschopnost chránit svoji vlastní identitu – **Imunosan, Organic Nigella Sativa** (při této kombinaci pouze pozor, pakliže máte opravdu velmi nízký tlak, je vhodnější užívat Nigellu dopoledne nebo ji nahradit **Organic Sea Berry oil**).

Každopádně vždy, když pracujeme s těžkými emocemi nebo traumatem, doporučuji jako následnou péči i použití produktů **Peralgin** a **Relaxin** nebo při potřebě netonutí v emočním bludišti nově nastavené identity **Stimaral**, který pomáhá s racionálním pohledem na svět. Dává nám rozumově matematické uvažování, které velmi dobře redukuje strachy a obavy z budoucnosti.

MARTA NOSKOVÁ



Koukejte, brzy pokvete květák!

Spisovatel Mark Twain kdysi prohlásil, že květák není nic jiného než zelí s vysokoškolským diplomem. O tom, proč by si květák takovéto ocenění zasloužil, si povíme právě dnes.

CO JE ZAČ

Květák patří ke košťálové zelenině, do čeledi brukvovitých. Vznikl vyšlechtěním divoké zelné brukve stejně jako třeba kedlubna nebo kapusta. Pochází z Arabského poloostrova, do Evropy se rozšířil až v průběhu 16. století. Jde o jednoletou rostlinu, ze které jíme zdzužnatělé květenství.

NENÍ KVĚTÁK JAKO KVĚTÁK – PODÍVEJTE NA TY BARVY!

U nás se pěstuje a v kuchyni používá hlavně klasický kulatý bílý květák. Ale v Itálii, Francii nebo USA se hodně využívají krasavci jako romanesco, v češtině vtipně vystupující pod názvem kvěkolice. Vzhledově jistě zaujme svou špičatou hlavou složenou ze spousty pevných růžiček výrazné jablkově zelené barvy. Pěstuje se dnes hlavně v oblasti Bretaně. Jeho barva je způsobena vyšším obsahem chlorofylu, chuťově se podobá spíše brokolici, ale je výraznější. Dokonale se hodí jako zajímavá příloha, do salátů nebo na gratinování. Dalším fešákem je fialová odrůda květáku Di Sicilla Violetto, kterou jistě nepřehlédnete. Barva je dána vysokým obsahem antokyanů. Chuťově se však od klasického květáku nijak neliší, stejně jako žlutá, oranžová či decentně růžová odrůda. Setkáte se s nimi spíše na místních trzích v Itálii nebo Francii. Jejich pěstování je náročnější, takže i cena bývá vyšší.

PROČ JÍST KVĚTÁK

Květák obsahuje sírné látky. Ty stojí za jeho výraznou vůní, která se line při vaření kuchyní. Nicméně, i když nám moc nevoní, právě těmto látkám se připisují protirakovinné a antibakteriální účinky. Z velké části je květák tvořen vodou a vlákninou, tuků obsahuje minimum. Proto je velice dietní a udělá dobře našemu trávení a průchodnosti střev. Pomáhá odvádět přebytečnou vodu z těla, napomáhá činnosti ledvin, ale i jater,

vhodný je při detoxikaci. Jeho konzumace bývá doporučována při zánětech kloubů, pokud potřebujeme snížit tlak nebo cholesterol. Je bohatý na vitaminy, zejména vitaminu C v něm najdeme snad více než v pomerančích. Dále obsahuje vitaminy skupiny B, vitamin K, E, kyselinu listovou, z minerálů nejvíce draslík, vápník a fosfor.

NE PRO KAŽDÉHO!

Konzumaci květáku by se měli vyhnout nemocní dnou a trpící žlučníkovými kameny. Obsahuje totiž kyselinu močovou.

JAK JEJ KONZUMOVAT A KDE POUŽÍT?

Kupujte květák v dobré kondici. Jakmile jsou růžičky seschlé, šedé či do žluta, nebo košťál vykazuje stopy plísně, nechte ho být. Skladujte jej na chladném místě při teplotě do 2 °C, ideálně tedy v lednici. Můžete ho také rozebrat na jednotlivé růžičky a zamrazit. Před použitím jej nakrájejte na vhodné velké části, omyjte. Můžete ho sice konzumovat i za syrova, ale dobré je ho alespoň krátce povařit. Při vaření nádobu nepřikrývejte, aby mohly z vody unikát nadýmové látky.

Receptů s květákem je nepřeberné množství! Od salátů, přes polévky, pyré, smažený, gratinovaný, pečený, ve směsích zeleniny jako příloha, ale třeba i nakládáný s kurkumou – ten mám moc ráda a recept na něj i další květákové lahůdky najdete za článkem.

MŮJ POHLED

Poslední dobou jsme si doma velice oblíbili romanesco. Je to svěží a sexy zelenina oproti klasickému obyčejnému květáku. Stačí ho lehce povařit, přidat koření, jogurtový dip a máte skvělou večeři nebo přílohu. Nebo k němu přidat sýr, případně maso a zapéct v troubě. Lahoda, která potěší jazyk i oko! A abych nezapomněla – mám pro vás tip, jak lépe zatočit s nadýmovými látkami v květáku: do vody při vaření přidejte hrstičku mořské řasy Arame, která dokáže nadýmové látky neutralizovat.

*Rozkvetlý květen plný lásky vám přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ*

NAKLÁDANÝ KVĚTÁK S KURKUMOU (3 zavařovací sklenice)

1 větší hlávka květáku, 2 mrkve, 1 lžice kurkumy, 6 kuliček nového koření, 9 kuliček černého pepře, 1 lžička černých hořčičných semínek, ½–1 lžička chilli vloček

Nálev: 1 litr vody, 200 ml octa (5%), 5 lžiček soli, 1 vrchovatá lžice třtinového cukru

Květák rozebereme na menší růžičky, mrkev očistíme a nakrájíme na kolečka. Všechnu zeleninu opláchneme pod vodou. Dáme do mísy, posypeme kurkumou a promícháme tak, aby byla zelenina kořením obalená. Vložíme ji do připravených sklenic. Do každé z nich dáme 2 kuličky nového koření, 3 kuličky černého pepře, rozdělíme stejnoměrně hořčičná semínka a chilli vločky dle chuti. Připravíme si nálev důkladným rozmícháním surovin za studena, nevaří se. Zalijeme obsah sklenic nálevem, uzavřeme a protřepeme. Necháme 3–5 dní při pokojové teplotě, dále již skladujeme v lednici. Ke konzumaci je květák vhodný tak po týdně.



KVĚTÁK PEČENÝ V CELKU

1 hlávka květáku, 1 velký bílý řecký jogurt (500 g), šťáva z 1 citronu, 1–2 stroužky česneku, 1 lžice kmínu, 1 lžička sušeného chilli, 1 lžička kari, 2 lžičky soli, 1 lžička pepře, 2 lžice oleje, 1 balení anglické slaniny (200 g) – volitelně

Květáku odřízneme listy, celou hlávku omyjeme a dáme krátce do velkého hrnce s osolenou vodou povařit, cca 20 minut. Mezitím si v míse smícháme jogurt, citronovou šťávu a koření se solí. Troubu předehřejeme na 200 °C. Předvařený květák vložíme do mísy a rukou nebo štětcem pomažeme důkladně marinádou. Pro zapřísalhlé masožravce můžeme poklát anglickou slaninou. Květák vložíme na plech vymazaný olejem, můžeme ho případně obložit nakrájenými novými bramborami jako vhodnou přílohou a pečeme asi 40 minut. Podáváme se salátem nebo bramborami.



SALÁT S ROMANESCEM

1 romanesco, 2 vejce, 1 avokádo, 8 cherry rajčat

Zálivka: 4 lžice olivového oleje, 1 lžice dijonské hořčice, 1 lžice čekankového sirupu, sůl, černý pepř

Romanesco rozdělíme na malé růžičky, opláchneme vodou a uvaříme buď v páře, nebo ve vodě na skus – cca 7 minut. Po uvaření propláchneme ledovou vodou, nebo jej do ní rovnou ponoříme, aby neztratil krásně zelenou barvu. Uvaříme vejce na tvrdo. Avokádo nakrájíme na kousky. Rajčátka překrojíme napůl. Připravíme si zálivku smícháním všech surovin. Zeleninu dáme do salátové mísy, přidáme zálivku a promícháme. Před podáváním necháme vychladit v lednici.

KVĚTÁKOVÁ RÝŽE (2 porce)

600 g květáku, 1 lžička soli, hrst mořské řasy Arame (zlepší stravitelnost) nebo bylinky a koření dle chuti – petrželka, medvědí česnek, kmín, kari...

Květák omyjeme a buď ve food procesoru, nebo jiným robotu nasekáme na kousky velikosti rýže. Pokud nemáme vhodný přístroj, nastrojíme ho na struhadle. Nepoužíváme tyčový mixér! Do hlubší pánve nebo woku dáme květák, osolíme, přidáme řasu nebo koření či bylinky a dusíme pod pokličkou do měkka cca 15 minut. Nepodléváme vodou, není potřeba. Pak poklici odklopíme a necháme chvíli ještě odpařit tekutinu. Podáváme jako přílohu k masu, rybě.





IMUNOVET VE VÝHODNÉM DVOJITÉM BALENÍ!

ČLENSKÁ
CENA BALÍČKU

688 Kč, 30 bodů
172 Kč ušetříte



IMUNOVET

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





Vzdělávejte se online z pohodlí vašeho domova

ZVEME VÁS NA NOVÝ WEBINÁŘ: BOLESTI ZAD S MUDr. I. WURSTOVOU

Koho z nás někdy nebolela záda? Tato zřejmě nejčastější bolest v lidském těle je často zdrojem mnoha obtíží a omezení, asi to znáte všichni. A náš sedavý způsob života tomu ještě přidává... Připravili jsme pro Vás dnes rozhovor s paní doktorkou Ivanou Wurstovou o webináři, který povede na toto téma 27. května 2021, a rádi bychom Vás na něj tímto pozvali.

Paní doktorko, Váš celoživotní obor je neurologie a rehabilitace... Takže většinu Vašich pacientů představují právě lidé s bolestmi zad. Co na Vás při této práci působí nejvíc?

Asi postoj pacienta, protože ten je vidět takzvaně již ode dveří. Při bolestech zad se lidem nedaří rovně stát. Člověk jako tvor, který se postavil na zadní končetiny, dostal do vínku vzpřímenou páteř. Hlava by měla jako koruna plout prostorem s rovným pohledem vpřed. Takového člověka ale

málokdy běžně na ulici uvidíme. Většina lidí je ohnuta pod návalem svých zátěží, břemen, problémů, starostí...

Mnohdy si lidé myslí, že je záda bolí „od páteře“, nicméně problém vychází ze svalů...

Když to tak dlouhodobě sleduji, na páteř se svede opravdu kdeco. Přitom páteř je dokonale vytvořený nástroj a reaguje „pouze“ na okolnosti našeho života. Kopíruje a upozorňuje na naše zacházení nejen s páteří, ale s celým tělem.

Velmi často se bolestmi zad projevuje onemocnění vnitřních orgánů, skrytý například potíže se žaludkem, žlučníkem, ledvinami. A když klinické vyšetření nic moc neukáže, pacient se dozví diagnózu „to máte od páteře“.

Nesprávným užíváním pohybového aparátu dochází ke svalové nerovnováze, takzvané dysbalanci. Některé svaly se

vlivem nepoužívání dostávají do oslabení a jiné zase zvýšeným používáním do přetížení. A když jedna skupina začne silou přepírat tu druhou, nastane majiteli problém. Nejdříve bolesti. A když člověk nedbá, tak sekundární změny. Degenerace struktur páteře, výhřezy plotének, posuny obratlů. A to už jsou změny mnohem obtížněji řešitelné, než kdyby se začaly řešit v době, kdy jsou ještě takzvané funkční, vratné.

Řeč na webináři bude i o využití produktů Energy, s nimiž máte mnohaleté zkušenosti.

Určitě, produkty Energy mohou klientům při bolestech zad docela zásadně pomoci. Základní Pentagram je kolikrát zcela dostačující, ale máme i jiné přípravky ku pomoci. Jsou již chronicky známé, samozřejmě o nich bude také řeč.

Děkujeme za rozhovor

Odborné přednášky na YouTube a www.energy.cz

Naši lektori s Jaroslavem Duškem na téma:

- » Regenerace v Pentagramu® I. a II.
- » Produkty Energy
- » Imunita
- » Alergie
- » Aromaterapie
- » Detoxikace
- » Neurovývojové poruchy u dětí
- » Zelené potraviny

Cílem odborných přednášek je nabídnout poutavou formou celou paletu názorů, inspirativních informací a pohledů na zdraví, život a nás samé.



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.

Poslední půl rok trpím bolestivou ovulací, která někdy trvá i 2 dny. Nepříjemný tlak cítím občas i v prsou. Lékařské vyšetření bylo v pořádku.

SIMONA I., Soběslav

Příroda dala ženám do vínku v této fázi jednu vysoce tvůrčí potřebu a schopnost, a to počít dítě. Pokud žena dítě počít nechce, její plodivá a tvůrčí energie má tendenci se přesouvat do pracovních projektů a zhmotňovat se v nich. Bolestivá ovulace může mít souvislost nejen s tvořivostí pracovní, ale i ve vztahu. Obě tyto oblasti jsou pro náš

život klíčové. Pokud trávíme čas v práci, kde tvoříme něco, co nás nenaplnuje, udržujeme-li nefunkční vztah nebo v něm něco není v pořádku, tělo na to reaguje a může se to promítnout v bolestivé ovulaci. Nechoďte proti sobě, věnujte energii něčemu, co vám přináší radost. Vhodné je uvolnění, více odpočinku, procházka na čerstvém vzduchu, relaxační jóga, teplá vana s esenciálními oleji nebo aromaterapeutické masáže např. s esencí **Lavender** či **Geranium**. Krémem **Cytovital** potřete oblast podbříšku i prsou a vnitřně je vhodný **Gynex** a **Fytomineral**.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

Naše březnová křížovka obsahovala jako tajenku citát Dr. Wayne Dyera, který bychom měli mít stále na paměti: „Když změníš způsob, jakým se díváš na věci, věci, na které se díváš, se změní.“ Poukázku vyhráli:

- » Jana Švecová, Pacov
- » Pavlína Salichová, Studénka
- » Eva Ónodi Otoupalíková, Brno

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. května 2021** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7
e-mail: tajenka@energy.cz

„Manželství je pokus vyřešit ve dvou problémy, které by... (TAJENKA).“ – Woody Allen

AVENA; EMO; ENE; KATA; TÁLE; VÉD	Poutko	Druh žraloka	Tohle	Latinský pozdrav „buď zdráv“	Neschopné řeči		Nitě tvořící základ tkaniny	Moje osoba	Styl punk rockové hudby		Ztročený člověk	Město u Kutné Hory	Avšak	Obyvatel Řecka
Uhlovodík s osmi atomy uhlíku						Části vozů Stínový zp. karate				Oční lékař (hovor.)				
1. část TAJENKY										Rekr. stř. v N. Tatrách Značka kilometru				
Značka kiloampéru			Domácky Emanuel Trest					Obvod Solidní člověk						
Předložka				Mravní základ A také ne					Škodlivý motýlek Polévkové knedlíčky				Skoro	Z daleka
	Pokrmový tuk se sádlem Činnost				Značka kosmetiky Jm. herečky Polívkové					Haškův feldkurát Francouzsky „zub“				
Botanický název ovsa						Svobodný šlechtický statek Zvýš. tón a					Soubor ind. náb. textů Polštářovitý porost			
Koňský pach						Pražský zdr. institut Starší SPZ Klatov						Moje Chemická značka molybdenu		
Kód kubánského konvertibil. pesa				2. část TAJENKY										
Esperantsky „uvnitř“				Jméno fenky					Páchnoucí kunovité šelmy					



Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

VALERIÁN – KOZLÍK LÉKAŘSKÝ

Kočíí kořen, kozlíček všemocný, odolnový kořen, baldrián, valeriána – lidových názvů má tato silná bylina skoro stejně jako svých léčivých účinků. Také její botanické jméno, *Valeriana officinalis*, vychází z latinského *valere*, v překladu „být silný, zdravý“. Možná ji tak pojmenoval již antický zakladatel moderní medicíny Hippokrates. Jako každá mocná léčivka se i kozlík stal součástí lidových pověr a magie. Ve starém Řecku tak zabraňovaly svazečky valeriánu vniknutí zla do domu, keltská obydlí chránil před blesky, ve středověku svou vůni odháněl čarodějnice, samozřejmě byl i důležitou složkou nápojů lásky, dokázal uklidnit „italskou domácnost“ a bájněho Krysaře prý nenásledovalo jeho „stádečko“ kvůli zvukům flétny, ale protože měl kapsy plné valeriánu. V poslední době si ho prý oblíbil i Harry Potter.

KDE JE VLHKO, TAM JE KOZLÍK

Kozlík lékařský (asi) také pochází z Britských ostrovů. Nebo ze Skandinávie? Jisté je, že dnes areál jeho rozšíření zabírá většinu mírného pásu severní polokoule. Od nížin do podhůří, na vlhkých loukách, březích toků, podél cest i náspů, po okrajích lesů. Má rád spíše polostín a výživnou, trvale vlhkou půdu – tam ho patrně najdeme i v ČR. Z více než 200 druhů kozlíků jich u nás roste šest, z nichž dva jsou s tím lékařským skoro k nerozeznání. Naštěstí pro bylinkáře jsou všechny „použitelné“. Pěstování na zahrádce není problém.

KOZLÍK, MOTÝLI A KOČKY

Kozlík lékařský je trvalka s výrazným a charakteristickým pachem. Dorůstá

běžně půl, za dobrých podmínek i dvou metrů, takže potřebuje stabilní ukotvení v tlustém podzemním oddenku s četnými, stejně mohutnými kořeny. Přímá, rýhovaná a dutá lodyha se větví až v horní, kvetoucí části. Na dlouhých řapících nese vstřícné, lichozpeřené listy složené ze 7–9 párů kopinatých, na okrajích výrazně zubatých lístků. Po druhém roce života od června do srpna rozkvétá a sladce voní záplavou drobných, nálevkovitých, bílých až růžových kvítků. Jsou lákadlem pro množství motýlů a můr a zajímavé tím, že nemají žádnou symetrii. Mění se v nažky.

Charakteristickou „vůni“ dávají kozlíku především silice. Ačkoli se používá i při výrobě mýdel, kvůli aromatizaci to asi nebude. Kočíí moč či notně použité ponožky – to je asi první, co mnoho lidí ucítí. Ne nadarmo se jmenuje kozlík. A ne nadarmo se mu říká i kočíí kořen. Pro kočky jsou totiž některé složky kozlíkova oděru naprosto neodolatelné. Vyhledávají ho podobně jako šantu kočíí, třou se o něj a s rozkošnickým kňouráním se v něm válejí.

KLID A POHODA Z KOŘENŮ

V léčitelství se využívá kozlíkův kořen. „Sklízí“ se u minimálně dvouletých rostlin, na jaře, ještě před rozkvetem, nebo až po odkvetu, třeba v září. Po omytí a nakrájení se opatrně suší v průvanu do 30 °C. Mezi nejdůležitější obsažené účinné sloučeniny patří alkaloidy valerín a valerianin, kyselina gama-aminomáselná (GABA) a kyselina isovalerová. Dále pak flavony, seskviterpeny a množství vápníku, selenu, železa, hořčíku a dalších minerálů a látek.

Kozlík je výborný antioxidant, svou slávu si však vydobyl spíše v říši snů. Bez urážky.

Obsažené alkaloidy a kyseliny stimulují receptory serotoninu, mají vliv na spánkový cyklus, sedativní účinek na nervovou soustavu a uvolňují (zejména hladké) svalstvo. A zde je zakopáno jádro kozlíka. Nejenže pomáhá při nespavosti, depresích, nervozitě, hyperaktivitě, agresivitě, bušení srdce či poruchách trávení (žaludeční neuróza) způsobených stresem, výborný je zároveň při bolestivé menstruaci, migréně i při jakýchkoli křečích – od střev přes lýtko po kašel. Zklidňující působení kozlíku je také dávno známé a používané i veterinárním lékařstvím.

Tisícileté zkušenosti s blahodárnými účinky kozlíku lékařského potvrdila, byť po svém, i Evropská agentura pro léčivé přípravky: „...ačkoliv neexistují dostatečné důkazy, jeho účinnost je považována za věrohodnou.“

VALERIÁN S MÍROU

Kozlík užíváme většinou ve formě tinktury nebo odvaru. Lze ho samozřejmě kombinovat s jinými bylinkami, např. s meduňkou, levandulí, bazalkou, mátou, fenyklem a dalšími. Při správném užívání nehrozí vedlejší účinky ani závislost, jako na práscích na spaní. Doporučuje se však maximálně 3týdenní kozlíková kúra, vždy 3 dny užívání a 3 dny vynechat. Vyšší dávky mohou způsobit převrácení účinků – nespavost, bolesti hlavy, nervozitu a křeče. Nedoporučuje se těhotným ženám a uživatelům prášků na spaní. Bezpečně si ho můžete vyzkoušet v přípravku Energy – Peralginu. Potřebujete-li tedy v této době zklidnit nervy, ostatně kdo ne, udělejte si dobře a vychutnejte si valerián. Všechny čiči a kočíáci z okolí, a určitě nejen oni, vás budou milovat.

Mgr. VLADIMÍR VONÁSEK

Zdraví do každé buňky!

Nabíjte své tělo
přírodními vitamíny
a minerály

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
FytoMineral + Vitaflorin	637 Kč	28	212 Kč

EXKLUZIVNÍ SLEVA | 25 %

Jedná se o doplňky stravy. Akce je platná 1.–31.5. 2021 do vyprodání zásob.
V rámci EXKLUZIVNÍ SLEVY je možno zakoupit 1 slevový balíček na 1 registrační číslo.

Kluby a konzultační centra nabízejí

BLÍŽEJOV

Provozní doba KE Blížejev:

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

Provozní doba KC Domažlice, Srnova 76:

po, st 13–16.30, út 8.30–12 h.,
tel.: 602 389 233 – ochutnávka vybraných
čajů a zelených potravin, každý čtvrtek
9–12 h. – poradna, nutné tel. objednání

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy,
včetně veterinárních produktů /
bezplatné konzultace / automatická
kresba / zaslání produktů Energy /
testování produktů SPT / poradna pro
bezpečnou dietu, tel.: 721 728 381 /
dárkové poukazy

Nabídka KC:

» Veterinární poradna – MUDr. Hynčíková
Birnerová L., tel.: 604 489 477

» Vyšetření páteře, nohou, zhotovení
ortopedických vložek, masáže dle
výběru – MUDr. Šos, tel.: 379 428 620

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

» Reflexní terapie, poradenství

– Mičová J., tel.: 723 204 672

» Masážní a regenerační služby

– Birnerová L., tel.: 723 107 663

» Kineziologická poradna

– Ing. Pilátová J., tel.: 737 713 366

» Jógové terapie

– Mgr. Heroldová B., tel.: 605 275 136

» Poradenství, prodej produktů Energy

– Macháčková M., tel.: 604 984 665

» Kosmetické ošetření Beauty Energy

– Myšková V., tel.: 734 495 317

» Poradna TČM, masáže – Mgr. Piták L.,

tel.: 608 509 060, Kozinova 44, Domažlice

Kontakt:

Bc. Johánková Jitka, Blížejev 124

tel.: 721 384 473

e-mail: johankova@centrum.cz

BOSKOVICE

Provozní doba:

po–čt 9–12, 13–17 h., pá dle tel. dohody

Stálá nabídka:

poradna pro produkty Energy včetně

veterinárních produktů / zaslání zboží
na dobírku / automatická kresba, měření
SPT, rekondiční masáže na objednávku
– Mgr. Eva Kocmanová, tel.: 605 896 184

Poradny a přednášky:

» KE BOSKOVICE – 3., 10., 17., 24. a 31. 5.

– pravidelná produktová poradna

» KC BLANSKO – pí. Ing. Jitka Součková,
tel.: 608 620 059, provozovna Sadová 8,
poradna Energy po tel. domluvě

» KC LHOTA U LYSIC – Studio JM,
manželé Libišovi, tel.: 775 156 278
– Energy poradna – 14. a 28. 5.

Kosmetické a masážní služby, odborná
poradna zdravé výživy.

Kontakt:

POZOR – ZMĚNA od 1. 3. 2021

(po dobu rekonstrukce provozovny):
Boskovice, Na Výsluní 21

tel. (pouze mobil): 720 529 424,
605 896 184

e-mail: kocmanovaenergy@seznam.cz

Provozní doba zůstává beze změn.

Děkujeme za pochopení a těšíme se na Vás.

Kluby a konzultační centra nabízejí

BRNO

Provozní doba:

po, st 10–12, 14–18, út 13–18,
čt – ZAVŘENO, pá 9–12 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy / zaslání zboží
na dobírku / konzultace a prodej
veterinárních produktů Energy / měření
EAV přístrojem – MUDr. J. Nezvalová,
měření Supertronicem – V. Komoňová,
Z. Erbenová, Ing. K. Hosová / masáže,
Dornova metoda – H. Šobáňová /
kineziologické testování vhodnosti
přípravků Energy, zhotovení aurogramu,
poradna regenerace, skenování mapy
zátěže a obj. individuálních ortopedických
vloček, Pedicom – H. Hosová / práce
s přípravky Energy, masáže klasické,
lymfatické, andělské terapie – R. Zavřelová,
zaroma@seznam.cz, členové Energy
sleva 10 % / kosmetické služby a vizážistka
– M. Medřická, tel.: 775 399 114 /
manuální lymfodrenáže, kraniosakrální
uvolnění, reflexní a ayurvédské masáže
– Z. Erbenová, objednávky jen v pátek,
tel.: 530 500 422 / výživové poradenství
– Ing. K. Hosová, tel.: 530 500 422 /
regenerační a relaxační masáže celého
těla krémy Energy – M. Srnská,
tel.: 732 489 948

Mimořádná nabídka KC:

- » BRNO – Husovice, U Zlaté ručičky,
Kaloudova 21, pí. Erbenová,
tel.: 603 596 812 – měření SPT – 17. 5.,
poradna – 24. a 25. 5.
- » JEVÍČKO – Třebovská 839, prodejna
Harmonie, pí. Komoňová,
tel.: 602 347 037 – měření SPT
- » KUŘIM – Studio zdraví Harmonie,
pí. Hrnčířová, tel.: 732 764 533,
měření EAV – každé první pondělí
v měsíci
- » NOVÉ MĚSTO NA MORAVĚ
– Hornická 970, Ing. Brettová,
tel.: 606 450 155, 724 037 437
– měření SPT každou středu
- » ŽIDLOCHOVICE – Nám. Míru 155,
pí. Janáčková, tel.: 603 811 428,
poradna – po, čt 13.15–18 h.
+ Modřice, Nádražní 663,
MUDr. Nezvalová, pí. Janáčková,
poradna – út 13.15–18 h.

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

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

út–čt 9–12.30, 13.30–17, pá 9–13 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
zaslání produktů Energy / diagnostika
Supertronicem / automatická kresba
a Osho Zen Tarot / harmonizace čaker
pomocí aromaterapie, práce a působení
polodrahokamů / měření krevního tlaku,
rehabilitace pulzním magnetickým
polem – magnetoterapie /
e-shop: www.energyuklarky.cz
» ochutnávky zelených potravin
a možnost vyzkoušení kosmetiky Energy
na vlastní kůži

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

Nabídka KC:

- » JABLUNKOV – Velebnovského 164,
Byrtusová Terezie, tel.: 608 581 799
– měření SPT, prodej Energy produktů
- » TRINEC – 1. Máje 276, tel.: 774 766 213,
Eva Matlochová – měření SPT, prodej
Energy produktů, přírodní kosmetika

Kontakt:

Český Těšín, Mezi Lány 271

tel.: 777 293 601

e-mail: 21@symbols.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika SPT na obj. / masáže dle
výběru – tel.: 776 488 848, pí. Slušíková /
kosmetická péče s Beauty Energy – Salon
Alma – pí. Schubertová, tel.: 731 260 690 /

veterinární poradna – certifikovaná

poradkyně MVDr. Martincová,

tel.: 732 512 181 / zaslání zboží na dobírku /

e-shop: www.babkabylinarka.cz

Veterinární poradna:

» každé pondělí – MVDr. Hořejší,

tel.: 605 581 731,

e-mail: hana.horejsi@seznam.cz

Mimořádná nabídka KC – poradny SPT:

» KE HRADEC KRÁLOVÉ – 13. a 27. 5.

– 10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715

» CHOCEŇ – každé pondělí nebo dle
dohody – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535

» KOSTELEČ NAD ORLÍČÍ – každé pondělí

– pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816

» NOVÝ BYDŽOV – na objednání

– pí. Rakouská, tel.: 776 614 046

» OPOČNO – 27. 5. – pí. Králíčková,

tel.: 739 379 435

» SMÍŘICE – každý čtvrtek nebo dle

dohody – PharmDr. Svobodová,

tel.: 602 141 184

» VYSOKÉ MÝTO – každou středu

nebo dle dohody – pí. Krejčová,

tel. 773 697 042

Kontakt:

Hradec Králové, Letců 1001

tel.: 495 534 715, 736 765 477

e-mail: babkabylinarka.cz@seznam.cz

CHEB

Provozní doba:

po 14–18, út 14–17, st 10–12, 14–17,

čt 14–18 h., pátek dle dohody,

tel.: 603 486 331, 354 432 771

Stálá nabídka:

po a čt – testování vhodných produktů
pro váš organismus SPT – M. Svobodová,
obj. na tel.: 603 486 331 /
každé út – měření SPT, poradenství,
detoxikace, SRT s A. Chmelovou
– obj. na tel.: 724 965 773

Mimořádná nabídka KE:

» Po celý měsíc vždy v pracovní době
ochutnávka QI drinku!

Nabídka KC:

» CHEB – V. Votrubová, měření SPT
+ poradenství, pouze na objednávku
tel.: 606 242 353

» CHODOVÁ PLANÁ/PLANÁ/TACHOV

– měření SPT s A. Chmelovou

+ poradenství a výživa,

obj. na tel.: 724 965 773

» LITVÍNOV – Zapper centrum

– nabídka účinné prevence a postupy

pro nastolení rovnováhy organismu

na přístroji Zapper + měření SPT

s M. Svobodovou, obj. na tel.: 737 261 940,

Ing. Sabolová

Kluby a konzultační centra nabízejí



- » MARIÁNSKÉ LÁZNĚ – pí. Laštovková – testování produktů Energy na přístroji Bicom + harmonizace, obj. na tel.: 721 542 353
- » NOVĚ: TACHOV – p. J. Petráková – výdej dle dohody na tel.: 739 464 473; Rawen, Tř. Míru 2201, tel.: 723 571 135 – Pavel Řasa, 777 010 514 – Marie Ulrichová, po–pá 7–16 h.
- » TRSTĚNICE U MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ – Ing. Klára Jandová – nově otevřená ordinace pro přírodní terapie a poradenství veterinární i humánní! Konzultace, řízená regenerace, prodej produktů, čištění zubního kamene psům bez sedace, obj. na tel.: 775 916 666, zooiguana@seznam.cz.

Kontakt:

Cheb, Kostelní schody 1
tel.: 354 422 355, 603 486 331
www.energy-cheb.cz

KARLOVY VARY

Provozní doba:

po, út 8.30–17, út, st, 8.30–15.30,
pá – 8.30–14 h.

- » rozvoz po Karlových Varech: objednávky každé pondělí (do 1 000 Kč za 50 Kč, nad 1 000 Kč zdarma)

» e-shop: www.naturbox.cz

Stálá nabídka:

konzultace o vhodném výběru a užívání telefonicky: 775 947 793, skype, whatsapp / dárkové poukazy na masáže a Energy produkty / diagnostika tělesných hodnot na IN BODY / zvýhodněná cena kosmetiky

a klasických masáží / masáže proti bolesti – zeštíhlující program, klasické, antioxidační, anticelulitidní / kosmetické ošetření Beauty kosmetikou Energy – tel.: 353 236 605, 775 947 793

Mimořádná nabídka KE:

- » 11. 5. – diagnostika EAV přístrojem, jen obj. na tel.: 353 236 605
- » poradenství Anety Benediktové – irisdiagnostika, obj. v KE
- » výhodně – masáže, kosmetika, pedikúra při praktickém vyučování studentů
- » rekvalifikační kurzy: sportovní masáž, sanitář, masér pro zdravotnictví, kosmetička, manikérka, pedikérka, chůva pro děti, lektor dalšího vzdělávání
- » odborné kurzy pro maséry

Nabídka KC – poradna a prodej za členské ceny:

- » AŠ – Fitness – relaxační centrum Helena, Pivovarská 8, tel.: 728 450 538 – masáže, konzultace
- » KADAŇ – pí. Bartlová, tel.: 739 490 423 – masáže
- » KRÁSNÓ – MVDr. Cincibusová, tel.: 773 657 288 – veterinární poradna a praxe
- » MARIÁNSKÉ LÁZNĚ – A. Tatarinová, tel.: 702 420 654 – konzultace

Kontakt:

Karlovy Vary, Varšavská 1168/13
2. patro, agentura RAFAEL, s. r. o.
tel.: 775 947 793, 353 236 605
e-mail: regeneracni@centrum.cz
www.agenturarafael.cz

LIBEREC

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

bezplatná poradna a prodej produktů Energy / měření Supertronicem na obj. / kineziologické testování vhodnosti užití přípravků Energy / individuální konstelace / kineziologie One Brain / EFT / masáže: Raindrop, relaxační, krémy Energy, aroma, motýlí / tělové svíce / výklad Osho Zen Tarot / konzultace s psychologem / arteterapie, mandaly na hedvábí, pískové, enkaustika, jako dárek na objednávku podle datumu narození nebo symptomu / výživový poradce / zaslání zboží na dobírku

Mimořádná nabídka KE:

- » 12. 5. – 17 h. – Vidím to jinak – lektorská přednáška Mgr. S. Emmerlingové
- » 26. 5. – 17 h. – Postcovidový syndrom – lektorská přednáška MVDr. L. Chmelaře, Ph.D.

Konání akcí se bude řídit aktuální situací v ČR.

- » ochutnávka 3 druhů zelených superpotravin Energy, vždy v provozní době
- » každé út – poradna Energy a výběr vhodného produktu – G. Veselá, obj. na tel.: 777 624 569, jiné termíny domluvou
- » dárkové poukazy na produkty Energy, masáže, terapie – G. Veselá

Kontakt:

Liberec 1, 5. května 175/7
tel.: 777 624 569
e-mail: inka.vesela@seznam.cz
www.centrumzdraviliberec.cz
e-shop: www.pramen-zdravi.cz

LUHAČOVICE

Provozní doba:

po 9–12, 13–17, út, st 9–12, 13–15,
čt 9–12, 13–18 h., pá – po předchozí domluvě, so, ne a svátky zavřeno

Stálá nabídka:

poradna celostní medicíny / měření SPT / prodej produktů Energy / zásilková služba již od 0 Kč / kosmetické ošetření pleti produkty Energy – J. Strušková, obj. na tel.: 604 897 909

Mimořádná nabídka KE:

- » ochutnávka vybraných zelených potravin
- » každé úterý – poradna Energy a výběr vhodného produktu – E. Karská, obj. na tel.: 720 289 092, jiné termíny dohodou

Kluby a konzultační centra nabízejí

Fyzioterapie:

Mgr. Petra Chromá – DNS dle prof. Pavla Koláře, metoda Ludmily Mojžíšové (neplodnost, sportovní přetížení), Brugerův koncept, kineziotaping, reflexologie dle Patakyho a další – tel.: 606 485 333, Slunná 827, Luhačovice

Veterinární ordinace a poradna:

MVDr. M. Můčková Uzlová, tel.: 518 322 880, m.uzlova@seznam.cz, Radějov 109

Kontakt:

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

OLOMOUČ

Provozní doba:

po, st 9–12.30, 13.30–18,
út, čt 9–12.30, 13.30–17, pá 9–13 h.

Stálá nabídka:

automatická kresba, rodinné konstelace – L. Zvolánek, tel.: 605 256 327 / poradna Energyvet – J. Indrychová, tel.: 777 225 517 / měření SPT, astrologická poradna, bodyterapie, psychosomatická poradna – Mgr. M. Maňásková, tel.: 602 583 091 / spontánní tanec – D. Hubková, čt dle programu 17.30–19 h. / power jóga (st 16.30–17.30 h.) a hatha jóga (st 18–19 h.) – L. Lachnitová, tel.: 608 001 535

Mimořádná nabídka KE:

» 15. 5. – 8–15.30 h. – Bylinná poradna Jiřího Čerkl, tel.: 732 256 115

Kontakt:

Olomouc, Dolní náměstí 16
tel.: 585 224 641, 602 583 091
e-mail: energy.olomouc@seznam.cz
www.energycentrum.cz

OSTRAVA

Provozní doba:

po 9–14, út 9–12 a 13–17, st 12–18,
čt 9–12 a 13–18 h.

Stálá nabídka:

bezplatné konzultace a poradna Energy včetně veterinárních produktů a možnost jejich zakoupení / diagnostika SPT, obj. na tel.: 777 804 730 / ošetření pleti pomocí přípravků Beauty Energy včetně jejich bezplatného vyzkoušení / kraniosakrální terapie / psychologická poradna – PhDr. Sýkora, tel.: 604 603 949, www.psycholog-sykora.cz / možnost platby kartou / zasílání zboží na dobírku

Kontakt:

Ostrava, Československá 15
tel.: 591 129 258, 777 804 730
e-mail: vstrachotova@seznam.cz
www.cestykezdravi.cz

PARDUBICE

Provozní doba:

po–čt 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka – jen na objednávku:

Pedicom – počítačové vyšetření chodidel – Š. Urbanová, tel.: 607 817 123 / konstalace, kineziologie, reiki semináře a terapeutické setkávání – LAYLA centrum – L. Hajníková, hajnikovalenka@seznam.cz, tel.: 722 934 746 / zasílání zboží + e-shop: www.vitalityinlife.cz

Mimořádná nabídka KE:

» 24. 5. – 10–16 h. – počítačové vyšetření vašich chodidel Pedicomem – Š. Urbanová, tel.: 607 817 123
» 24. 5. – 17 h. – beseda „Energy v praxi“ – Š. Urbanová, tel.: 607 817 123

Mimořádná nabídka KC:

» CHOCEŇ – rodinné konstalace, kineziologie, tarot, kraniosakrální terapie – I. Bednářová, tel.: 733 529 797
» CHRAST – výživové poradenství a suplementace dle měření klienta, terapie Access Bars – L. Slavíková, tel.: 605 469 754
» PRAHA 10 – Uhřetíněves – Kosmetický salon – A. Škorpil, tel.: 774 070 394

Nabídka KC – poradny SPT:

» CHRAST – dle obj. – L. Slavíková, tel.: 605 469 754
» CHRUDIM – dle obj. – J. Turková, tel.: 720 128 269
» KE PARDUBICE – dle objednávky – T. Křišťáková, tel.: 777 177 610

Kontakt:

Pardubice, Tř. 17. listopadu 216
tel.: 607 817 123
www.vitalityinlife.cz
e-mail: sarka.urbanova@energy.cz

PLZEŇ

Provozní doba:

po a čt 9–12, 13–15, út 9–12, 13–18,
st 13–18 h., pá – pouze pro objednané

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / bezplatné konzultace / měření SPT dle obj. / zprostředkování poradenské činnosti a terapie v oblasti alternativní medicíny / zásilková služba / prodej drahých kamenů a terapeutických svící

Další nabídka jen na objednání:

» Kraniosakrální terapie – MUDr. L. Sobotková, tel.: 737 220 488
» Homeopatická poradna – MUDr. Petr S. Gajdoš, tel.: 603 475 528

Kontakt:

Plzeň, Dominikánská 14 (Mestlův dům)
tel.: 777 225 406
e-mail: obchod@energyplzen.cz,
energyplzen@email.cz
www.energy-plzen.cz

PRAHA 1

Provozní doba – POZOR – ZMĚNA:

po–pá 9–17 h.

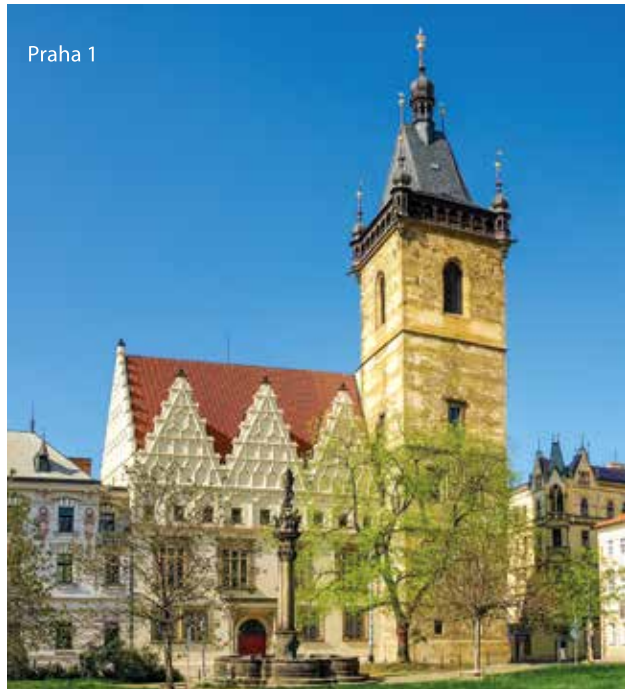
Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika Supertronicem na objednání / EFT / kraniosakrální osteopatie / regresní terapie – Martina Příbylová, tel.: 775 358 402, pro členy Energy je možná konzultace s Martinou zdarma, zda je pro ně tato metoda vhodná
» Máme pro vás on-line veterinární poradnu, své dotazy pište na: energyvetpraha1@seznam.cz.
» Produkty si můžete zakoupit osobně nebo je zasíláme PPL nebo Zásilkovnou.

Kontakt:

Praha 1, Řeznická 6
tel.: 224 934 642, 608 470 002
www.energyklubpraha.cz
e-mail: strupova@seznam.cz

Praha 1



Kluby a konzultační centra nabízejí

PRAHA 3

Provozní doba:

po–čt 9–13, 14–17, pá 9–14, so 10–13 h.

Květnové svátky: 1. a 8. 5. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
měření krevního tlaku

Stálá nabídka na objednávku:

měření Supertronicem – pí. Mařáková,
p. Vít – obj. na tel.: 274 003 141 / výživové
poradenství, masáže s krémy Energy,
reflexní, lymfatické a harmonizační proti
únavě, bolestem a stresu – M. Vít,
tel.: 737 0 80 698 / Diacom – frekvenční
léčení – R. Skrčená, tel.: 723 932 640 /
výklad karet, uvolňování negativních
bloků, stresu a strachu z podvědomé
mysli – A. Janoušková, tel.: 777 017 498 /
veterinární poradce (specialista na koně)
A. M. Hamoňová, tel.: 775 046 115,
e-mail: a.m.hamonova@gmail.com

Kontakt:

Praha 3, Jeseniova 55

tel.: 274 003 141

e-mail: energyprodejna@gmail.com

www.energypraha.cz

www.facebook.com/Energyvetpraha3

e-shop: www.eshop-csp.cz

PRAHA 4

Provozní doba:

po, st 9–19, út, čt, pá 9–17 h.

Stálá nabídka na objednávku:

poradna Energy / měření Supertronicem /
veterinární poradna – pí. Šašková,
tel.: 606 451 325, www.poradna.mzf.cz /
poradenství a praktická pomoc při
přechodu na bezlepkovou, bezlaktózovou
a jiné diety – M. Popelková, tel.: 724 220 726,
e-mail: marketa.popelkova@seznam.cz

Kontakt:

Praha 4, Budějovická 601/128

(u metra Kačerov)

tel.: 244 472 762, 775 109 482

e-mail: energy-praha@centrum.cz

www.energy-praha.cz

PROSTĚJOV

Provozní doba:

po 9–12, 13–16, út 12–16,

st 9–12, 13–16, čt 9–13 h.

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy /
zasílání produktů / prodej a poradenství
k veterinárním produktům / diagnostika
přístroji Supertronic, Oberon, Quantum
BIO-Electric / poradna, automatická
kresba a vytestování vhodnosti produktů



Energy – H. Kapláňková, tel.: 603 167 328 /
masáže, tejpování – S. Doleželová,
tel.: 604 504 386 / numerologický rozbor
– A. Hanáková, tel.: 603 844 833,
e-mail: hanakova.anna@seznam.cz

Nabídka KC:

» DRŽOVICE – Olomoucká 266 – út 14–17 h.

– poradna a prodej produktů Energy,
kineziologie, automatická kresba
– Mgr. V. Leitnerová, tel.: 737 717 385

» KONICE – 9. května 480, Regenerační
centrum Harmonie– diagnostika
přístrojem Oberon, poradna a prodej
produktů Energy – Mgr. L. Vévodová,
dle domluvy na tel.: 731 654 345

» SLAVKOV U BRNA – Salon Ivka,
Kolářkovo nám. 727 (budova úřadu
práce) – poradna a prodej produktů
Energy, péče o ruce a nehty – I. Klučková,
dle domluvy na tel.: 607 628 101

» VYŠKOV – Energiel – centrum zdraví,
masáže, Komenského 9, každé
po, st, čt 17–19 h. – poradenství a prodej
produktů Energy, kraniosakrální uvolnění,
kineziotaping – Mgr. P. Nedomová,
dle domluvy na tel.: 724 080 016 /
šetrná reponace pohybového aparátu
Dornovou metodou – N. Přikrylová,
tel.: 604 337 834

» ZLÍN – Arnika – svět masáží, Interhotel
Moskva, Nám. Práce 2512, 5 p., dv. č. 532
– poradenství a prodej produktů Energy,
masáže, reflexní masáž, automatická

kresba, minikonstelace, Genové klíče

– R. Lešíkar, tel.: 739 090 147,
rade@arnikasvetmasazi.cz, M. Knotková,
tel.: 724 553 774

Kontakt:

Prostějov

Atrium – Hlaváčkovo nám. 1 (2. patro)

tel.: 603 167 328

e-mail: energyprostejov@email.cz

www.energyprostejov.cz

www.facebook.com/energyprostejov

PŘÍBRAM

Provozní doba:

po–čt 9–12.30, 13–17,

pá 9–12.30, 13–16 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika SPT / masáže: klasické,
rekondiční, olejová a jiné relaxační metody /
kosmetické ošetření Beauty kosmetikou /
poradna pro zvířecí miláčky / prodej
veterinárních produktů / Feng Shui
poradenství / čínská medicína / EAV
diagnostika / cesta sebepoznání – fobie,
strachy, alergie, hubnutí / výklad run
a Osho tarot / Bachova terapie / rodinné
konstelace / výživové poradenství /
numerologie / životní a zdravotní koučink
Mimořádná nabídka KE:

» Kosmetické ošetření Energy
– antistresová masáž celého těla,

Kluby a konzultační centra nabízejí

antistresové kosmetické ošetření,
hydratační ošetření pleti, dermabrazé,
líčení, úprava nehtů na lůžku,
poradenství v rámci produktů Energy
– Renata Placáková, tel.: 606 904 880

Nabídka KC:

- » DOBŘÍŠ – U Anděla strážce, Pražská 27
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, tel.: 602 335 755
- » DOMAŽLICE – Michaela Kotlanová
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, tel.: 728 167 002
- » MNÍŠEK POD BRDÝ – Hladový Vrch 1335,
Magdaléna Boudníková – poradenství,
masáže, tel.: 777 305 308
- » NOVÝ KNÍN-SUDOVICE
– Salon Štěpánka Hampeková
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, tel.: 602 229 694
- » SEDLČANY – Ul. 28. října, Iveta Barešová
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, masáže, tel.: 603 446 020

Kontakt:

Příbram, Nám. T. G. Masaryka 100/101
tel.: 731 173 340, 731 173 722, 602 199 220
e-mail: energypribram@gmail.com
www.energy-pribram.cz
www.facebook.com/EnergyPribram

ŠUMPERK

Provozní doba:

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

Provozní doba KC Zábřeh:

po–pá 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy a měření přístrojem
Supertronic / konzultace v oblasti
zdravého životního stylu a prevence /
měření krevního tlaku, krevního cukru,
tělesného tuku / poradna pro terapii
biostimulačním světlem (Biostimul)
a magnetickým polem / poradna celostní
medicíny MUDr. B. Haltmara
– gynekologie, tel.: 731 236 549,
737 015 470 / zásilková služba zboží
a přístrojů (www.prirodniprodukty.cz) /
masáže: Energy, Spinal Touch, krémy,
manuální lymfatická, rekondiční,
regenerační, sportovní, protimigrénová,
reflexní, lávovými kameny, Breussova
masáž, Dornova metoda, reflexologie,
baňkování, kinesiotaping, balneoterapie
a další relaxační metody a masáže
dle aktuální sezonní nabídky, práce
s energetikou těla a harmonizace čaker
– pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283 / Shiatsu
– p. Dohnal, tel.: 774 236 191 / vyšetření
stavu autonomního nervového systému
na přístroji Kardivar– MUDr. J. Haltmarová,

tel.: 731 236 549 / měření na přístroji
F-SCANT – terapie pomocí plazmového
generátoru RPZ 14, tel.: 731 737 545

Kontakt:

Šumperk, Hlavní tř. 13/3

tel.: 731 737 545

e-mail: klubenergy@seznam.cz

www.klubenergy.cz

TÁBOR

Provozní doba:

po, čt 10–15, út, st 13–18 h.,
měření EAV v so dle dohody

Stálá nabídka:

poradna Energy, měření přístrojem SPT
– A. Truhlář – alan.truhlar@seznam.cz /
rodinné konstelace – L. Zvolánek,
www.systemicke-konstelace.info
– info a obj. R. Sekyrová, tel.: 776 214 706 /
mudry / zdravotní cviky Čchi-kung
a edukaceologie / zasílání produktů Energy

Kontakt:

Tábor, Purkyňova 1085

tel.: 776 214 706, 381 251 041

e-mail: objednavky-energy@seznam.cz

www.energy-tabor.cz

TŘEBÍČ

Provozní doba:

po, čt 9–12, 13–16, út, st 13–17 h.

Stálá nabídka:

diagnostika Supertronicem / poradenství
a prodej produktů Energy / dietetika,
reflexní terapie – Molíkovi, J. Čapek,
obj. na tel.: 568 847 472 / masáže klasické,
lymfatické, reflexní, baňkování
– B. Velebová, tel.: 605 469 884

Ordinace celostní medicíny:

» MUDr. Alexandra Vosátková,
Vít. Nezvala 11, Třebíč – pulzní
diagnostika, akupunktura, rehabilitace,
fytoterapie, psychoterapie, obj. na
tel.: 725 125 289, po, st 10–14, út 13–17,
pá 11–15 h., pro velký zájem prosíme
o včasné objednání

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

- » BRNO – Eliášová Naďa, Třebízského 5,
Brno, tel.: 734 805 921 – konzultace 4. 5.
- » JIHLAVA – Mgr. P. Drejšková,
– 1. provozovna: Fyton, Mrštíkova 1,
tel.: 739 049 203,
– 2. provozovna: Dům zdraví,
Vrchlického 57, tel.: 739 040 821
– terapeut TČM, Supertronic
– konzultace 3. a 17. 5.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – Studio
Verbena – M. Palová, tel.: 605 554 456
– konzultace 5. 5.

» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – L. Žák,
Šafaříkova 1304, tel.: 723 107 158
– konzultace 12. 5.

» NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková,
Zdravěnka – Masarykovo nám. 517,
tel.: 739 026 531 – konzultace 6. 5.

» TASOV – D. Švestková, Tasov 69, poradna
Revité – poradenství a psychoterapie,
tel.: 605 938 299, www.revite.cz
– konzultace 12. 5.

» VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43,
tel.: 724 763 689 – konzultace 6. 5.

» ZNOJMO – Biocentrum Renata
Režňáková, Zámečnická 13 – poradna
Energy, kosmetika, solární studio,
tel.: 515 224 684 – konzultace 12. 5.

» ŽDÁR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková,
Libušínská 36 (za obchodním domem
Libušín – u Halvy), otevírací doba:
po 10–17, st 12.30–17, pá 10–15 h.,
tel.: 728 141 949 – konzultace 5. 5.

Kontakt:

Třebíč, V. Nezvala 22

tel.: 568 847 472, 731 166 137,

603 844 505

e-mail: info@energy-tcm.cz

www.energy-tcm.cz

TURNOV

Provozní doba:

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

+ dle tel. dohody

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
e-shop – zasílání produktů na
dobírku / měření SPT / metoda EFT /
psychowalkman / masáže – lymfatické,
baňkování, medová, relaxační, Breussova,
lávovými kameny / dárkové poukazy na
masáže a služby / prenatalní výukový

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

program Baby plus – konzultace a možnost zapůjčení / Access Bars – Jana Novotná – obj. na tel.: 608 564 747

Nabídka KC:

- » ČESKÁ LÍPA – J. Novotná, obj. na tel.: 725 753 651 – masáže, Access Bars, taneční meditace, EAV měření, konzultace dle tel. domluvy
- » JIČÍN – J. Veselá, obj. na tel.: 732 534 895 – EAV měření, EFT, EEG biofeedback, konzultace dle tel. domluvy
- » JIČÍN – M. Pozsonyi, obj. na telefonu: 774 155 635, EAV měření, poradna, masáže
- » MLADÁ BOLESLAV – M. Králová, obj. na tel.: 777 618 416 – masáže, EFT, Access Bars, EAV měření, konzultace dle tel. domluvy
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – E. Rajtrová, obj. na tel.: 602 626 275, reflexní masáže, EFT, EAV měření, konzultace dle tel. domluvy

Kontakt:

Turnov, Čsl. dobrovolců 1713

tel.: 733 760 522

e-mail: energyturnov@seznam.cz

www.energyturnov.cz

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba:

po–čt 9–13, 14–18, pá 9–13 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / měření Supertronicem – Š. Čechová, P. Trčková-Slavíková, J. Schmuttermeyerová, tel.: 605 778 740, I. Dufková, tel.: 725 711 545, A. Turečková, tel.: 776 581 715 / EFT – technika emoční svobody – J. Němcová, tel.: 604 419 585 / kosmetické ošetření Beauty kosmetikou – M. Grebeníčková, tel.: 725 284 513 / terapeutická kosmetika – M. Šťastná, tel.: 737 213 449

Veterinární ordinace a homeopatická poradna:

Poradenství a prodej produktů Energy – MVDr. K. Hlačková a MVDr. I. Stiksová,

e-mail: hlačikvak@seznam.cz, tel.: 723 446 021

Nabídka KC:

- » BRNO – Bc. Helena Papežiková, – poradenství a prodej produktů Energy, TČM, měření Supertronicem, výživové poradenství – obj. na tel.: 608 888 453, Centrum IBC, Příkop 838/6, 4. patro, zvonek 413; MUDr. Linda Švendová – poradna TČM, akupunktura, produkty Energy – poliklinika, Horníkova 34, Brno-Líšeň, tel.: 728 586 133

Kontakt:

Uherské Hradiště, Zelný trh 1249

tel.: 605 778 740

e-mail: mila.energy@seznam.cz

www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:

po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / veterinární poradna / zaslání zboží na dobírku / měření SPT a KOS, detoxikace – V. Gazdová, tel.: 475 209 367

Ordinace celostní medicíny:

MUDr. M. Štecherová – poradna přírodní medicíny, kineziologie – po, čt, tel.: 724 870 414

Kontakt:

Ústí nad Labem, Pařížská 14

tel.: 475 209 367, 602 345 999

e-mail: energyclub-usti@seznam.cz

www.klubenergyusti.cz

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika přístrojem Supertronic – Mgr. H. Štěpánková, obj.: 739 208 896 / individuální a párová psychoterapie /

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE ÚSTÍ NAD LABEM

Zrušené KC:

» Litoměřice

Krámek U dvou přátel,
Ul. 5. května 279/2, J. Soukupová

speciálně pedagogické poradenství / veterinární poradna / e-shop

Mimořádná nabídka KE:

» Po celý měsíc nabízíme k vyzkoušení testy Beauty krémů řady Renove

Mimořádná nabídka KC:

» BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – 18. 5. – 15–17 h. – poradna Energy – J. Kocmanová, tel.: 776 714 705

» KROMĚŘÍŽ – Zenový korálek, Riegrovo nám. 151 – každý čt 15–17 h. – poradna Energy – K. Horová, tel.: 776 141 627

» STŘÍTEŽ – Marcela Zátorská, Stráž 197, tel.: 737 628 732, prodej produktů, poradenství, lymfatické masáže

» VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ – Veterinární ordinace – MVDr. E. Vratníková, Sklářská 604/2, Valašské Meziříčí, tel.: 724 970 066

» VSETÍN – Zelená lékárna – Smetanova 1462, poradna Energy – každou středu 9–17 h. – L. Tyralíková, tel.: 725 116 009

» ZLÍN – Vaňková Irena, Zarámí 4077, po, út, čt 14.30–18, st – zavřeno (měření SPT), pá 9–12, 13–17.30 h., so – zavřeno (telefonicky) tel.: 775 234 992, prodej produktů, poradenství, diagnostika přístrojem SPT

Kontakt:

Valašské Meziříčí, Polášková 78

tel.: 571 161 545, 723 976 814,

770 640 875

e-mail: info@energy-valmez.cz

www.energy-valmez.cz

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

KVĚTEN 2021

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Liberec	Centrum zdraví	12. 5. – 17 h.	Vidím to jinak – Mgr. S. Emmerlingová	Liberec
Liberec	Centrum zdraví	26. 5. – 17 h.	Postcovidový syndrom – MVDr. L. Chmelař, Ph.D.	Liberec

Poznámka: Konání akcí se bude řídit aktuální situací v ČR.

Zpomalte čas s přírodní kosmetikou

20%
SLEVA

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
2× krém Renove*	635 Kč	26	159 Kč
Visage serum + krém Renove*	758 Kč	31	189 Kč
Visage oil + krém Renove*	542 Kč	22	135 Kč
Pleťová voda* + krém Renove*	526 Kč	22	131 Kč
2× pleťová voda*	416 Kč	17	104 Kč
Visage oil + pleťová voda*	432 Kč	18	108 Kč
2× Visage serum	880 Kč	36	220 Kč
2× Visage oil	448 Kč	19	112 Kč
2× Argan oil	704 Kč	29	176 Kč
2× Almond oil	464 Kč	19	116 Kč
Argan oil + Almond oil	584 Kč	24	146 Kč
2× maska*	576 Kč	24	144 Kč

*v libovolné kombinaci



Akce 1.–31. 5. 2021. Platí do vyprodání zásob!

KONEČNĚ SPOLU!

VIZUÁLNÍ POŽITEK
A PROVĚŘENÁ ÚČINNOST

Známé složení
Pentagramu® koncentrátů
v novém designu

