



vitae

červenec/srpen 2020

Pentagram® krémů
v novém

Deset příznaků
dehydratace

Univerzita Energy
se otevírá

„Léto plné pokušení“
Akce 1. 7.–31. 8.



Produkty měsíce července

Na počátku první dekády bude probíhat každoroční kumulace energie Tepla. Většinou to znamená, že Universum zasáhne a teplota se ochladí obvykle o zhruba 10 stupňů – i když tentokrát tabulky neslibují výrazné teplo, takže by nemělo dojít k tak pronikavému propadu. My bychom si ale měli dát pozor, na nás navzdory ochlazení působí účinky Horka. A aby se to nepletlo, ke konci první dekády nás čeká kumulace vody, mohlo by dojít až k záplavám. Teploty by téměř do konce měsíce měly být v podstatě letní. Kolem 20. očekáváme opět silnější vítr a závěr měsíce nám představu léta trochu pokazí. Máme za sebou několik vyčerpávajících měsíců karantény a strachu ve společnosti. Ani léto nebude jako obvykle. Zaměřit bychom se proto měli na celkové zklidnění duše i těla, v produktech Energy si můžeme opravdu vybírat. Sáhnuť doporučuji určitě po **Matče**, funguje báječně v poskytování uklidňujících účinků na organismus, aniž by vyvolával jakoukoliv ospalost. Tento zklidňující efekt čaje Matcha pomáhal buddhistickým mnichům zachovávat hluboké soustředění během meditací a byl hlavním důvodem jeho popularity. Zajímavý může být **Probiosan Inovum**, v oblasti psychiky pomáhá vyrovnávat se se složitou či nečekanou životní situací, působí příznivě na střeva a jejich funkci. Hodit se nám může i podpora imunitního systému, ten letos dostává opravdu zabrat. V předpovědi na červenec máme vítr, k dispozici bychom proto měli stále mít **Audiron**, dětská ouška budou vděčná za ochranu.



Produkty měsíce srpna

Srpen by už příliš skotačit neměl, teplota se bude zřejmě pohybovat v nevelkých výkyvech v podstatě v průměru. Pár teplých dní by nám ještě mohl poslat na počátku druhé dekády a v závěru měsíce. A tak se můžeme vrhnout na zregenerování duše i těla.

Začneme třeba s **Organic Beta**. Od dob antiky přes středověk je v Evropě nejen oblíbeným afrodiziakem, účinná je i při řešení trávicích problémů – jako projímadlo, proti horečce a k čištění krve. Silné antioxidační a krvetvorbu podporující účinky potvrzují i praktické studie moderní medicíny. Její pozitivní vliv na zlepšení zdravotního stavu potvrzují pacienti s poruchou imunity při autoimunitních onemocněních, rakovině, leukemii apod. Letní aktivity vyžadují hodně sil a energie a určitě si je po několikaměsíčním lenošení budeme chtít dopřát naplno. Nezapomeneme proto na minerály, bohatě se nám jich dostane ve **Fytomineralu** – dáme pár kapek do skleněného džbánu plného průzračné vody a bude ozdobou každého prostřeného stolu. Abychom uspokojili i tělo, sáhneme po **Caralotion**. Toto tělové mléko vytváří pomyslný most mezi kosmetikou a regeneračními přípravky, díky své kompozici má silné obnovující a zároveň antioxidační působení. Výhodou je, že Caralotion lze používat jak pro běžnou potřebu hydratace pokožky, tak při kožních obtížích. Doplňme-li péči o pleť ještě **Pentagramem® krémů**, které každoročně dostáváme v letní nabídce Energy, budeme na podzim jako vyměnění.

EVA JOACHIMOVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 7/8, červenec/srpen 2020.
Náklad 19 800 ks. Vychází 10x ročně, evidenční číslo MK ČR E 15476.

Vydává: Energy Czech Republic a.s., Trojská 39/201, Praha 7, PSČ 171 00, IČ: 037 37 195,
tel. 283 853 853, fax 283 853 854, e-mail: info@energy.cz; www.energy.cz.

Adresa redakce: Energy Czech Republic a.s., Trojská 39/201, Praha 7, PSČ 171 00;
tel.: 283 853 853, fax: 283 853 854, e-mail: katerina.himmelova@energy.cz.

Šéfredaktorka: MUDr. Kateřina Himmelová. 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.

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.

Kvítí pro radost

OBSAH

Editorial	04
Tři úrovně působení Pentagramu®	04
Terapeutické krémy v novém	06
Léto jako regenerace těla i mysli	07
Vaše zkušenosti s našimi produkty	08
10 příznaků dehydratace	10
Nový Zéland a cestování s Energy	13
Terapeutické metody	14
Čakry – energetická centra našeho těla	15
Biochemické okénko	16
Sobota, čas na devastaci krajiny	17
Jídelníček z naší rovnoběžky	18
Jaká je naše budoucnost?	20
Univerzita Energy	21
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	25





EDITORIAL

KDYŽ PŘIPLUJÍ VELRYBY

Víte, to není, jako že si zaplatíte let vrtulníkem, který je ruší hlukem motoru, nebo vyjíždku lodí, co je vyhledává pomocí sonaru! Nenene, to je, když připlují samy, protože chtějí... Vyjeli jsme před lety s mužem na daleký sever, samý okraj Evropy – Nordkap. Počasí nás přivítalo, jak se sluší a patří deštěm, mlhou až k zemi a větrem, co foukal vodorovně. U závory těsně před cílem cesty, kam mohou dojet auta, jsme zjistili, že máme zaplatit 1 500 korun. Za to, abychom si stoupli na hranu vysokého útesu a neviděli v té mlze vůbec

nic tam, kde se rozprostírá moře sahající až k severnímu pólu. A to jsme opravdu nebyli ochotní. Obrátili jsme se tedy jako jediní z dlouhé šňůry aut, jejichž osazenstvo na tento zážitek čekalo, a pomalu odjížděli. Napadlo mne podívat se v nejbližším hotýlku na předpověď počasí. A vida – druhý den mělo být slunečno. Tak jsme si našli útulné místo mezi kopci na přespaní a ráno se probudili do slíbeného azúúúra. Usoudili jsme, že to by tedy šlo, a vrátili se kousek cesty po mysu zpět, kde začínala pěší túra ke skutečně nejsevernějšímu bodu kontinentální Evropy, kam se auta už dojet nedá. Krásně jsme se prošli asi 10 km a usadili se na břehu s výhledem na nekonečnou hladinu temně modré vody Severního ledového oceánu. Sehnula jsem se do batohu pro svačinu – a v tu chvíli se to stalo. Z vody blízko nás se ozvalo mohutné frknutí: „Martine, slyšel jsi to?“ povídám muži. A ptám se sama sebe: „Co to jen mohlo být za zvuk? Že by... ne, no ano – velryby!“ Připlavaly... byla jich plná zátoka. Pohybovaly se spokojeně v malých hloučcích, do daleka bylo slyšet, jak vyfukují vodu, a my ji pak viděli jako bílé, do výšky vystřikující gejzíry. Tiše jsme si sedli do trávy a dvě hodiny to přírodní divadlo nábožně pozorovali. Cítila jsem je v té hluboké vodě, pradávne svědky minulosti, vládce moří. Ten posvátný pocit nejde popsat, jen prožít. Byla jsem tak vděčná. To bylo tedy opravdu NEJVÍC.

*Mějte krásné letní zážitky,
i když ty letošní budou možná více tuzemské...
MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ*

Tři úrovně působení Pentagramu®

Základem nabídky produktů Energy jsou přípravky Pentagramu®. Odpovídají jednotlivým elementům (Oheň, Kov, Voda, Dřevo, Země) a ovlivňují energetické dráhy, meridiány. Působí příznivě na tělo, psychiku i duši. Pentagram® zahrnuje bylinné koncentráty a krémy. Pro co nejhlubší účinek je můžeme doplňovat myšlenkami a afirmacemi.

HARMONIZAČNÍ PYRAMIDA

Krémy

Na krémy se dá pohlížet jako na produkt s nejnižší, nezemštější vibrací. Kdybychom je připodobnili k fázím vody, patřily by krémy k pevnému skupenství. V pomyslné terapeutické pyramidě by vytvářely základnu. Mažou se na kůži čili na povrch těla, kterým se do něj vstřebávají. Aplikují se na a nad místa, jež potřebují pohladit. Z pohledu vibrací působí krémy na naši zemskou podstatu. Harmonizují vybudované napětí na kůži, „povrch“ orgánů, buněk a „stěny“ energetických drah. Pomáhají nám k rozhodnosti, k přeměně snu do reality, s vyjadřováním a ukotvením naší existence na Zemi.

Koncentráty

Energeticky mají koncentráty vyšší vibraci než krémy, odpovídalo by jim kapalné skupenství vody. V pyramidě by jim patřilo tělo. Atomy v těchto přípravcích kmitají rychleji, proto jsou koncentráty řidší. Užívají se vnitřně, takže pracují pod povrchem uvnitř struktury. Vibračně jsou propojené s nebeskou podstatou člověka. Harmonizují „jádro“ orgánů a buněk, energii tekoucí skrze dráhy, krev, lymfu,

pot, slzy, žaludeční šťávy, žluč, hluboko ukryté strachy, vzorce chování a stavy psychické nepohody.

Vědomí, myšlenky a afirmace

Tuto část léčby již nelze získat z přípravků Energy, dáváme si ji sami. Energeticky mají myšlenky a afirmace vyšší vibraci než koncentráty, dá se k nim připodobnit plynné skupenství vody. Je to špička pyramidy. Myšlenky a afirmace vibračně souvisejí s vesmírnou podstatou našeho bytí. Vědomým natíráním krémů a užíváním přípravků, myšlenkami na své zdraví a afirmacemi můžeme doplnit působení přípravků Energy, a tím získat léčení i na úrovni svojí duše a svého energetického pole.

Kombinací všech tří částí harmonizační pyramidy – krémů, koncentrátů a afirmací získáme celistvou pomoc pro tělo, mysl i duši. Pět prvků pentagramu tvořících základ filozofie a přístupu TČM umožnilo vytvoření pěti takovýchto pyramid, které v sobě díky své komplexnosti zahrnují celého člověka, jeho veškeré bytí. Můžeme





je nazvat podle barev, náležejících k jednotlivým prvkům.

ZELENÁ – REGALEN, PROTEKTIN, „JDU VYROVNANĚ VPŘED“

Harmonizace drah: játra, žlučník, žaludek a slezina.

Emoce: jemnocit, citová vypjatost, vztek či vyrovnanost.

Působení na psychiku: podpora myšlení i tvořivosti, přispění k psychické vyrovnanosti v těžkých životních situacích.

Vliv na tělo: zklidnění kožních problémů, dodání energie při stavech vyčerpání. Zlepšení kvality chrupavek a šlach, posílení funkce štítné žlázy.

RŮŽOVÁ – KOROLEN, RUTICELIT, „JSEM SVÝM SLUNCEM“

Harmonizace drah: srdce, slezina, slinivka a tenké střevo.

Emoce: sebeláska, strach, napětí, zpracování situací, radost či projasněný zrak.

Působení na psychiku: podpora touhy se učit, posouvat se dál, mírnění smutku, projasnění srdce a dodání slunce v duši.

Vliv na tělo: zmírnění srdečních obtíží, podpora imunitního systému

a krvetvorby. Pomoc při udržování pružnosti cév, snížení svalové únavy a křečí. Regenerace a omlazení pokožky.

ŽLUTÁ – GYNEX, CYTOVITAL, „PŘIJÍMÁM SE“

Harmonizace drah: početí, tři zářiče, pohlavní orgány a žaludek.

Emoce: sebezpřijetí, kritičnost, touha být, ženská a mužská krása a osobitost.

Působení na psychiku: podpora jasnozřivosti, posílení ženské energie, zvýšení jemnosti a schopnosti vcítit se do sebe i druhých.

Vliv na tělo: pomoc při hormonálních poruchách, gynekologických obtížích či problémech s početím, se kterým může souviset nepřijetí sebe sama. Harmonizace štítné žlázy a žláz s vnitřní sekrecí.

RUDÁ – VIRONAL, DROSERIN, „DÝCHÁM, TEDY ŽIJ“

Harmonizace drah: plíce, tlusté a tenké střevo, srdce, játra a žaludek.

Emoce: přisnost, jemnost, touha žít, dýchat, projevovat se, nervozita, strach či žal.

Působení na psychiku: rozvolnění, pomoc při pochopení neklidu, pláče a úzkosti.

Vliv na tělo: podpora dechu, imunitního systému, doplnění léčby a rekonvalescence u nemocí, zvlácnění suchých míst na těle, rozjasnění pleti a dodání síly znova se nadechnout k životu. Relaxace šíjového svalstva, jehož bolest je spojena s dráhou plic. Úleva od plynatosti a střevních potíží.

MODRÁ – RENOL, ARTRIN, „JSEM CELISTVÝ“

Harmonizace drah: ledviny, močový měchýř, tři zářiče, žaludek, játra či dráha řídící.

Emoce: vztahy, vypouštění starého, rovnováha mezi dáváním a přijímáním, propojenost se sebou samým.

Působení na psychiku: aktivace duševní svěžesti, vytváření celistvosti těla, myslí a duše, uvolnění napětí a napomáhání k přijetí okolností.

Vliv na tělo: zmírnění urologických potíží, podpora tvorby a kvality spermií, pomoc při zánětu vaječníků, vejcovodů, dělohy či močového měchýře. Mimořádně vhodné při bolestech svalů, kloubů a páteře, artróze či artritidě. Čištění pleti od akné.

*Přeji Vám krásné léto,
ONDŘEJ VESELÝ*



Terapeutické krémy v novém

Pentagram® terapeutických krémů patří mezi stabilní, oblíbené a svým účinkem efektivní produkty, které si pro jejich mimořádnou kvalitu oblíbilo mnoho zákazníků. Za uplynulých 20 let na nich téměř doslova vyrostla celá jedna generace a některé z nich se staly vůbec nejprodávanějšími krémy ve své kategorii u nás i v zahraničí.

A protože změna je život, můžete nyní krémy používat pro sebe, své děti nebo při péči o rodiče v nové verzi, která je přírodnější, ohleduplnější a efektivnější více než kdykoliv předtím.

OBAL

Možná jste zatím zavnímali jen nové balení krémů. Jeho cílem bylo vyjít vstříc požadavkům na 100% využití obsahu v porovnání se starými tubami, ve kterých přes veškerou snahu vždy trochu krému zůstávalo. Také jsme chtěli graficky docílit lepšího vizuálního propojení s ostatními produktovými řadami Pentagramu®, protože právě v liniích jednotlivých prvků je největší síla synergie. Především pro nové zákazníky se tak stává pochopení a orientace skrze elementy snadnější a spolupůsobení produktů (například bylinného koncentráту Renolu, terapeutického krému Artrin a mýdla Artrin) nabývá nových rozměrů.

PŘÍRODNÍ KOMPOZICE

Přes tyto veskrze kosmetické změny se největší evoluce odehrála uvnitř terapeutických krémů. Některé složky jejich neutrálního nosného základu, které byly v produktech navrženy před dvěma desítkami let, již neobstály v pochopitelném požadavku na přírodní původ. Tento fakt, zároveň se zvyšující se četností edukovaných zákazníků žádajících změnu, byl hybným momentem reformulace produktů.

Vylepšený základ krémů je tím, co zásadně odlišuje jejich novou generaci od té předchozí. Všechny jeho složky jsou nyní čistě přírodní a vyznačují se vysokou mírou šetrnosti nejen k naší pokožce, ale také k životnímu prostředí. Velmi dobře se vstřebávají, a tím umožňují transport účinných látek do hlubších struktur kůže. Na pokožce nevytvářejí „film“, který byl největší slabinou předchozích krémů, ale nechávají ji naopak volně dýchat.

ÚČINNOST

Každá inovace s sebou vždy nese obavy, aby byl výrobek stejně účinný. Nicméně v tomto ohledu je odpověď i argumentace jasná a jednoduchá. Kromě neutrálního základu se nezměnilo vůbec nic. Krémy nadále obsahují naprosto stejné účinné látky a jejich koncentrace, které jsou základem úspěchu. Téměř 50% podíl bylinného extraktu, třetího termální vody, vzácné oleje, čistě přírodní silice a mnoho dalších látek, které dělají tyto produkty tak unikátními.

POUŽITÍ

Při používání na velké plochy (celotělová aplikace) je možné zaznamenat u krémů odlišnost v roztírání, které bude jiné na pokožce suché nebo mokré. Možná budete muset použít o jeden nebo dva tahy více, nicméně odměnou vám bude skutečnost, že každý miligram krému bude rezonovat s vaší pokožkou na stoprocentně stejné vlně.

VŮNĚ

Vnímání vůně je vždy subjektivním momentem a upřímně řečeno, u krémů Pentagramu® bylo opakovaně předmětem velkých vášní. Pro nás je však nejdůležitější (aroma)terapeutický aspekt. Pečlivě sestavené kompozice esencí podporují celkový účinek jednotlivých krémů a v kombinaci s novým základem je jejich synergický efekt mnohem vyšší. Přírodní složky mezi sebou daleko lépe spolupracují a vzájemně zvyšují svůj potenciál.

Kdo krémy dobře zná, může zaznamenat mírný rozdíl, nicméně složení aromaterapeutického parfému zůstává i v nové generaci naprosto stejné. Charakter vůně se mění díky odlišné interakci s novým základem na přírodní bázi a má tendenci rozvinout se jemněji.

Cytovital je snad jediný krém, který nás svojí vůní potrápil. Jeho parfém zareagoval na některé složky nového základu neobvyklým způsobem. Výsledné aroma se změnilo více než u ostatních krémů a některým zákazníkům nevyhovovalo. Proto jsme od letošního roku přistoupili od šarže L003 k úpravě, která vrací zpět zemité, naturální vjem, kde se nejvíce projevuje vůně extraktu a obsažených humátů.

Nová generace terapeutických krémů Pentagramu® byla velmi pečlivě vyvíjena a testována. Jsme přesvědčeni, že přestože si prošla „porodními bolestmi“, je nyní v každém ohledu efektivnější, šetrnější a stávajícím zákazníkům, stejně jako všem nadcházejícím, přinese jen radost a užitek.

(red.)

Léto jako regenerace těla i mysli

Slunce. Hvězda, která udržuje život na Zemi. Budoucí generace se možná budou nám, prehistorickým bytostem, vysmívat, jak jsme jen dokázali žít bez jejich výtobytků moderních solárních technologií. Bez přístrojů, které si z paprsků Slunce odeberou přesně tolik energie, kolik právě člověk a lidstvo potřebují. Jak jsme mohli fungovat pouze na základě energie z ropy a uhlí. Vždyť naše auta jezdí díky energii získané z těl odumřelých mořských mikroorganismů a drobných živočichů. A přitom všude kolem teče množství energie v podobě slunečních paprsků. Jen je umět využít. To je ten problém. To maličko, co teď využíváme, se dá přirovnat k prvním primitivním nástrojům jeskynního muže. Myslím tím solární panely, které ohřívají užitkovou vodu, nebo první auta, která jezdí na elektrický pohon získaný ze slunečních paprsků. Za pár let nám bude stačit plocha velikosti dlaně, aby zásobovala elektřinou celou domácnost. Tedy – alespoň v to doufám.

Elektřina ale není jediná energie, kterou nám Slunce poskytuje. Naše těla potřebují k životu Slunce! Ba co víc, dokážou si nabrat do zásoby. Slunce je regeneruje, prohřívá a nabíjí. A nejen tělo, ale i mysl. Pokud nejedete zrovna na dovolenou, zkuste tento recept: v první řadě ochraňte tělo zvenku i zevnitř. Vyberte si klidné období dne, buď pozdější ráno, nebo odpoledne,

polednímu času se vyhněte. (Nemuselo by přšet.) Najděte si pěkné místo, třeba u vody – a vystavte se slunečním paprskům. Zkrátka relaxujte. Opalujte se. Nemusí to být dlouho. Překonejte prvních pár minut, než vás přestanou v hlavě pronásledovat myšlenky, co všechno by ještě bylo třeba udělat, zařídit, uklidit a vyřešit. Potlačte to. Pár minut pro sebe bytostně potřebujete. Stačí chvíle, trocha relaxu (můžete přidat pár kapek **Relaxinu**), mobil odložený tak daleko, aby ho nebylo slyšet (to je důležité), a Slunce ve vás spustí regenerační proces. Samozřejmě, nepřehánějte to a určitě si dopřejte i pohlazení Energy krémy a kosmetikou. Uvidíte, že neprohloupíte. Ze začátku se budete muset přinutit, ale pak už tělo „půjde samo“. Opakujte to alespoň třikrát týdně a přidejte procházku. Svět bude hezčí a ručím vám za to, že i vy.

JOZEF ČERNEK



Bouchací, kopací a bourací den

Každý rok, když začíná být tepleji, odvážíme naši kánoi do oázy klidu k řece Vltavě. Na tento den se vždy velice těším, protože se tímto plavidlem dostáváme na osamocená místa v přírodě, koupeme se tam, kde není hlava na hlavě, a vychutnáváme si ticho.

Stejně tak tomu bylo i loňské léto. Náš „modrý poklad“, jak kanojce také říkáme, jsme naložili na střešní nosič auta a v zátocě ji začali sundávat. Bohužel se mi nešikovným způsobem vysmekla a spadla na moji holeň. Bolelo to jako čert, hned jsem šla nohu ochladit do vody. Z výletu tedy nebylo nic. Ještě ale nebyl všemu konec, doma mi na nohu nechtěně šlápl náš 50 kg vážící pes. Večer, kdy jsem se po náročném dni těšila na spánek a na ty 3 kroky, které jsou od dveří k posteli, si nerozsvítila, jsem se do této nohy silně kopl o dřevo u postele a narazila si malíček. V noci mě na ní navíc poštlápal komár. Opravdu „vyvedený“ bouchací a kopací den.

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 podle vlastního výběru autora. S touto poukázkou si ve svém Klubu nebo Konzultačním centru Energy můžete vyzvednout **1 koncentrát z Pentagramu®** a **1 bylinné mýdlo**.



Ráno jsem si vzpomněla, že na naraženiny mi vždy fungoval **Ruticelit** a **Artrin**. Oba krémy jsem tedy střídavě ve velké vrstvě mazala první tři dny každou hodinu. Boule se nezvětšovala a modřina ani neukázala všechny barvy (tmavě červenou, hnědou, zelenou a modrou), rovnou se zabarvila na kratší dobu do světle žluté. Za týden jen lehce pobolívala. Netušila jsem, že toto bude jen slabý odvar toho, co mě čekalo ještě na podzim. Byl úplněk, neděle odpoledne, slunečné počasí a na silnici kousek od mého bydliště se prováděla oprava. Semafory pracovaly na plné obrátky a mnoho chatařů se vracelo do hlavního města. Zřejmě to způsobila nepozornost řidiče, který jel za mnou a ve velké rychlosti nestihl včas zabrzdit. Narazil do mého vozu a posunul ho tak silně, že narazil do auta přede mnou... Bourací den byl tady. Auto na odpis a měla jsem štěstí v neštěstí, vyvázla jsem jen s modřinou na čele a namoženou krční páteří. Opět jsem sáhla po krémech, na které nedám dopustit – **Artrin** jsem mazala na krční páteř a **Ruticelit** na bouli, která se rychle ztrácela.

ŠTĚPÁNKA HAMPEKOVÁ, Nový Knín



Naše lékárna

K Energy mě prvotně přivedla kamarádka, která mi doporučila regenerační krémy **Pentagramu**, bez kterých si už nedokážu představit nemoci svých synů, ani výlet či dovolené. **Artrin** má čestné místo v mé kabelce, **Droserin** nás zachránil u synových neštovic, **Cytovital** mi byl pomocníkem po obou císařských řezech, **Ruticelit** při drobných popáleninách u vaření a **Protektinem** potírám drobná ekzematická místa. Na konci první rodičovské dovolené jsem měla období, kdy jsem se necítila dobře, trápila mě kopřivka po celém těle (na alergologii jsem byla akutně zaléčena, ale příčina nevyřešena a kopřivka se stále vracela). Objednala jsem se do KC v Lounech na diagnostiku **Supertronicem**, kde mi paní Podhráská moc pomohla, nasadila mi **Probiosan** a **Fytomineral**. Domluvily jsme se i na konzultaci pro syna, který měl zanedlouho nastupovat do mateřské školy, a tak jsme oba začali užívat preventivně **Vironal**. Ten mě také příjemně překvapil svými účinky a věřím, že i díky němu syn vždy pár dní ve školce vydržel a nemoci měly rychlejší a nekomplikovaný průběh. Doma máme samozřejmě i další úžasné produkty a stále naši lékárnu doplňuji.

Mgr. PETRA KRÁLOVÁ, Kozly



Vše spolu souvisí

Před pár týdny se mi dcera vrátila ze školy v přírodě. Moc se jí tam líbilo, prý by si to hned zopakovala. Paráda. Měla jsem velkou radost. Během dvou dnů ale začala ošklivě hrdelně kašlat a stěžovat si, že ji svědí v krku. První myšlenka byla, že někde nastydla. Nejsem přílišným příznivcem klasických chemických léků. Tedy jsem nasadila břechťanový sirup a doufala, že se to zklidní a uvolní. Bohužel, nestalo se. Následovalo pátrání, zda nemá náběh na alergii, ale ani tady se nic neprojevovalo. Další den si stěžovala, že ji pobolívá zespodu na noze pod palcem. Vzhledem k tomu, že docházíme na reflexní masáže, a tudíž vím, co je spojené s čím, udivilo mě, že si stěžuje na oblast štítné žlázy. Nicméně, pak by to kašlání a svědění dávalo smysl. Okamžitě jsme začaly mazat **Cytovital** na krk a ejhle, během pár hodin přestala kašlat a v dalších dnech pocit svědění ustal úplně. Díky za tyto výrobky a reflexní terapii, díky níž se dá odhalit i neodhalitelné!

TEREZA HAVRDOVÁ, DiS., Mladá Boleslav

Na pohodu

Celým mým těhotenstvím mne doprovázel krém **Cytovital**. S ubíhajícími měsíci jsem porozuměla, že mojí malé se líbí horká sprcha, kterou jsme vždy završily masáží s Cytovitem. Když jsem zacítila bolest v zádech, řešení jsem našla s **Artrinem** a **Ruticelit** mi pomohl s křečovými žilami na nohách. Samozřejmě, u krémů to neskončilo... Celých devět měsíců jsem brala **Vitamarin**, **Probiosan**, **Flavocel** a ráno pila skleničku vody s **Fytomineralem**. Děkuji a přeji hezký den.

SOŇA MALÁROVÁ, Zdíby

Miláček Argan oil

Ráda bych se s Vámi i čtenáři podělila o svoji zkušenost s arganovým olejem (**Argan oil**), mým miláčkem. Že vyhovuje mé suché a citlivé pokožce, jsem si už ráda zvykla. Loni jsme vzali – coby hodný prarodiče – našeho vnoučka do Chorvatska k moři. Bylo to poprvé, a tak jsem měla ze všeho strach, zvlášť aby se nespálil na sluníčku. Použila jsem olej na jeho světlou pleť, bylo to úžasné, žádný problém! A tak jsme ho mohli vrátit rodičům zdravého a krásně opáleného. Na arganový olej prostě nedám dopustit.

MARCELA MARTINKOVÁ, Příbram

Krémy Energy nikdy nešetřím

Nadílka hříbků byla vloni neuvěřitelná. Výšlapů do našich hor jsem si užívala vlastně poprvé – měla jsem v důchodu čas. Chodila jsem, hledala, kochala se, povídala si s každým objeveným hříbečkem, fotografovala. Jenže taková vycházka nese s sebou i různé nástrahy. Stalo se mi, že jsem sklouzla po malé větvičce – a už jsem ležela na zemi na levém boku, košík s rozházenými hříbků kolem sebe. Kamarádka mi pomohla vstát, posbírala houby a já se vzpamatovávala ze šoku. Hříbků jsme nasbíraly opravdu hodně, bolest jsem v lese necítila, nebyl čas. Ale po příchodu domů se naraženina začala mohutně ozývat. Žebra bolela a bolela. Vzhledem k tomu, že mívám doma největší balení **Artrinu**, bylo mi po týdnu mnohem líp. Mazala jsem se čtyřikrát denně. V noci jsem normálně spala, necítila bolavá místa. Je to prostě zázračná mast, nemusela jsem užívat žádné prášky na bolest.

Ale to není všechno. Při pádu jsem se bouchla i do levého prsu. Na prsa používám krém **Cytovital**, hodně se mi osvědčil. Když mám absolvovat vyšetření na mamografu, měsíc dopředu si jím mažu prsa, po vyšetření ještě i dva měsíce. Navíc díky němu mi zmizely cysty na vaječnících. Začaly se mi dělat po operaci dělohy, byla jsem kvůli nim několikrát hospitalizovaná a na dalším zákroku. Hormony se mi „zbláznily“, měla jsem velké bolesti a stále nemohla do práce za svými milovanými žáčky. Čekali na mne pět měsíců, než jsem si řekla: „A dost, musím za nimi!“ Právě v té době jsem objevila Cytovital a mazala jím prsa a podbříšek,

stále dokola. Zlepšení se dostavilo za půl roku a od té doby jej průběžně používám. Cysty jsou pryč a mám klid. Klepu na dřevo... Prostě ani tímto krémem nešetřím.

Mgr. JAROSLAVA PELIKÁNOVÁ, Valašské Klobouky



10 příznaků dehydratace

Voda je, jak víme, základ života. V lidském organismu představuje jeho nejvíce zastoupenou složku: ve svalích a ledvinách je jí 73 %, v krvi 83 %, v plicích 90 % a v mozku máme 76 % této důležité tekutiny. Vodu vylučujeme především močením, ale nesmíme zapomínat na její ztráty pocením a dýcháním.

Existují různá doporučení, kolik vody je důležité přijímat. Celkem souzním se 3–4 dl na 10 kg váhy. Téma nedostatečného příjmu tekutin se dotýká více starší populace, lidí, u nichž se málo dostavuje pocit žízně a nejsou tak masírováni reklamou kolem pitného režimu. Dehydratace vede ke vzniku různých nemocí, nejdříve se projevuje četnými, víceméně nenápadnými příznaky.





1. Tmavě žlutá moč

Tmavé zabarvení moči znamená, že se v ní vyskytují odpadní látky ve vyšší koncentraci. Moč má být světle žlutá. Tělo se zbavuje odumřelých krvinek, toxinů, bílkovin a dalších látek právě močí. Ale moč může být tmavší i po některých lécích, zbarvuje ji konzumace červené řepy, vitaminy skupiny B, ostružiny. Možnost podpory minerálního a vodního metabolismu je pomocí **Renolu**. Dále je vhodný koloidní roztok **Fytomineral**.

2. Menší množství moči

Během 24 hodin močí dospělý člověk 6–7x. Při menším příjmu tekutin vylučuje méně. Aby nedošlo k dehydrataci, ledviny raději tekutinu v organismu zadržují. Kdo močí méně než 6x za den, měl by se zamyslet a zvýšit příjem vody. Na podporu nedostatečné funkce močového měchýře a ledvin doporučuji **Renol**, **King Kong**.

3. Zácpa

Jedna z nejčastějších příčin zácpy je dehydratace. Pokud tělo nemá dostatečný příjem tekutin, snaží se je získat kdekoli, a obsah tlustého střeva je dobrým zdrojem. Pouhé zvýšení přísunu přírodních vlákniny z ovoce a zeleniny nebo jiných druhů potravin není samo o sobě dostačující. Je třeba i víc pít. Toto je

i moje zkušenost z dovolené u moře, kde vysušuje horké klima, ostrá strava, grilované a pečené potraviny. Z produktů Energy bych vybrala: **Chlorellu**, **Probiosan**, **Fytomineral** a osvědčil se nám i **Regalen** pro správné vylučování žluči a lepší natrávení potravy.

4. Suchá kůže a výraznější vrásky

Procedury a různé krémy na redukci vrásek nemají takový efekt, jaká se jim dělá propagace. Dostatečný příjem tekutin předchází podráždění, zánětu a přecitlivělosti kůže.

BUDE VÁS ZAJÍMAT

DEHYDRATACE VERSUS AQUAHOLISMUS

V poslední době se věnuje poměrně dost pozornosti dehydrataci, ale přitom se rozmáhá nadměrné pití (nemyslím alkoholu), většinou čisté vody. Těmto lidem se nově říká **aquaholici**, protože jejich nutkání vypít co nejvíc vody připomíná závislost alkoholiků a jiných narkomanů. Nadměrný příjem tekutin však může ublížit ledvinám. U popíječů vody jde o víru, že dělají to nejlepší pro své zdraví.



» Kůže, která vypadá od pohledu starší, a výrazné vrásky, jsou důsledkem chybějící vlhkosti (buňky se scvrkávají). Všimám si u kuřáků – zejména žen (podle čínské medicíny je otvorem plic a tlustého střeva kůže). Na vnitřní užívání je vhodný **Vironal**, **Chlorella**, **Cytosan**. K zevnímu použití pak Beauty kosmetika, zejména **Droserin renove** a **Artrin renove**, **Visage serum**, dále **Argan oil**, **Almond oil**, **Dermaton oil**.

5. Hlad a tloustnutí

Známé úsloví říká: „Hlad je převlečená žízeň.“ Tělo žízni a snaží se nabrat tekutiny z přijaté stravy, proto přibíráme. Stává se totiž, že místo vypítí sklenice vody se často zbytečně najíme. Při snaze hubnout je tedy dobré, když pocítíme hlad v nevhodnou dobu, sáhnout nejprve po sklenici vody a počkat 10–15 minut. Pokud hlad přetrvává, pak si případně dát něco k jídlu. Doporučuji užívat čaj **Organic Matcha**, který zlepší metabolismus, **Gynex**, jenž potlačí chuť na sladké, **Spirulinu Barley** pro menší pocit hladu. **King Kong** urychlí spalování tuků při fyzické aktivitě, podporuje správnou funkci močového měchýře (nezadržuje vodu v těle), **Vitamarin** snižuje hladinu LDL-cholesterolu a triglyceridů v krvi, může pomoci při léčbě obezity.

6. Žízeň a sucho v ústech

Varovným znakem dehydratace je pocit žízně. Sucho v ústech, které ji provází, ukazuje na potřebu sliznic hydratovat. Je vhodné pít vodu po celý den. Ideální je nakapat 40 kapek **Fytomineralu** do 1,5 l vody a průběžně popíjet.

7. Bolesti hlavy

Při sníženém příjmu vody se snaží tělo opětovně vstřebávat tekutiny ze všech tělesných tkání, včetně mozku. Jeho smrštění a oddálení od lebky vyvolá reakci receptorů bolesti a dochází k bolestem hlavy. Zhoršuje se oxyličování mozkové tkáně zmenšováním objemu krve, která putuje do mozku. Otok a zánět vyvolá reakci cév, které se rozšiřují, a bolest hlavy

NAPSALI JSTE NÁM

Když jsem se dozvěděla, že budu maminkou, začala jsem přemýšlet, co užívat, aby mně a mému synovi nic nechybělo. Klasické vitaminy pro těhotné maminky jsem nechtěla a tak jsem začala hledat, který vhodný výrobek **Energy** mi je nahradí. Vítězem se stal **Fytomineral**, který jsem poctivě užívala celé těhotenství. Ale největší účinky jsem cítila až v létě, když jsem běhala se svým synem v kočárku. Začalo to nenápadně formou procházky, pomalu jsem krok zrychlovala a zrychlovala, synovi se rychlejší jízda zalíbila, tak se z toho stal každodenní dopolední rituál. Když jsem se však vrátila domů, byla jsem po zbytek dne unavená. Tak jsem si na další den připravila čistou vodu obohacenou právě o **Fytomineral** a únava se už ani jednou neobjevila. Po každém běhu jsem se cítila skvěle, jako znovuzrozená. Je to pro mě příjemný životabudič nejen po běhání, ale i při mých každodenních povinnostech.

BARBORA HAJZNEROVÁ, Pazderna

síli. Opět je třeba zvýšit příjem tekutin a využít skvělé účinky **Fytomineralu**. Je možno přidat **Regalen** nebo **Renol**, podle lokalizace bolestí na hlavě.

8. Vyčerpanost

Při únavě je zvykem dát si kávu, ta ale dehydratuje. Stejně tak čaj, nealkoholické slazené a sportovní nápoje nenahrazují vodu, proto při pocitu únavy je nejlepší dát si vodu. Srdce musí při dehydrataci pracovat usilovněji, aby dostalo kyslík a živiny ke všem buňkám těla. Mimo dostatečného příjmu tekutin můžete využít **Raw Ambrosii**, **Revitae**, **Stimarel** jako přírodní stimulanty. Podporí rychlejší regeneraci těla.

9. Bolesti kloubů

Hladký pohyb těla umožňuje tak zvaná kloubní synoviální tekutina, díky které plošky kloubů po sobě dobře kloužou a dovolují tak jejich plynulý a bezbolestný pohyb. Dlouhodobou dehydratací se může ovlivnit množství synoviální tekutiny, poškodit kloubní chrupavka a vzniknout například artróza. Při bolestech kloubů je proto třeba mimo jiné věnovat pozornost i dostatečnému příjmu tekutin. Na tyto stavy dobře funguje **Skeletin**, pomáhají i **Renol** a **King Kong**.

10. Slabý imunitní systém

Při jakékoli nemoci je důležité pořádně pít, protože dehydratací se zvyšuje koncentrace toxinů v krvi. To může oslabovat imunitní systém. Proto je třeba, aby organismus dostával dostatek tekutin pro snadnější vylučování toxinů a imunitní systém byl silnější v boji s infekcí.

Při užívání všech produktů Pentagramu je doporučeno zvýšit příjem tekutin, pro lepší detoxikaci a rychlejší regeneraci. Nejvíce ceněným pomocníkem zůstává **Fytomineral** s více než 60 minerály a stopovými prvky. Je to koncentrovaný přírodní roztok, který se velice dobře vstřebává, a oceníme jej obzvláště v letním období. Při větší zátěži, či nadměrném pocení. Mimo jiné máme u něj také ohlasy na zlepšení kvality vlasů, nehtů a pleti.

Pijte vodu a pijte ji dost, protože na tom závisí váš život a vaše zdraví, DANA ŠVESTKOVÁ





Nový Zéland a cestování s Energy

Cestování pro mě bylo vždycky trochu výzvou, ale jenom v časopisech. Až ve 30 letech, když se mi „náhodou“ podařilo získat Working Holiday Visa na Nový Zéland, jsem se už musela rozhodnout, zda odjet, nebo nechat uniknout šanci, o kterou žádají ostatní i několik let. Byla to životní výzva. Nakonec jsem se rozhodla. A odjela. Moje putování začalo v roce 2016 a mělo trvat minimálně rok. Před cestou jsem již výrobky Energy znala a používala, takže samozřejmostí kromě ostatních sbalených věcí bylo vzít si s sebou i doplňky stravy. O Zélandu jsem moc nevěděla a dostupnost přírodních doplňků na druhé straně světa v případě potřeby byla také velkou neznámou. A když uvažujete o pobytu na celých 365 dní, máte omezené místo v kufru, musíte si vše dobře rozmyslet. Právě kvůli místu a trochu obavám z mnoha letištních kontrol, jsem si mohla zabalit pouze **grepovou sadu** – kapky a kapsle. Při cestování jsem si však

několikrát vzpomněla, že jsem měla vzít ještě **Drags Imun** nebo **Gynex**. Přála bych si, aby mě za celou dobu nepotkaly žádné problémy. Nový Zéland je krásný a pobyt v přírodě po většinu roku byl asi nejhezčí, co jsem zatím zažila. Kombinace práce v zemědělství, neustálá vlhkost a spaní v autě však někdy přinášely i nepříjemné záležitosti, třeba nachlazení nebo gynekologické problémy. Když jste na místech, kde se nejbližší město nachází 2 hodiny jízdy autem, jedinou šancí je dobrá výbava a ta mi několikrát pomohla překonat např. počáteční nachlazení. Když však grepové kapky i kapsle došly, musela jsem hledat jiné řešení. Překvapilo mě, že na Novém Zélandu není nic tak jednoduché. Bylo to moje první velké cestování. V České republice si prostě objednáte, co potřebujete, nebo dojdete přímo do obchodu, ale na Zélandu jsem nemohla objevit zdravý obchod, ve kterém bych mohla koupit něco podobného. Spali jsme v autě, jako většina cestovatelů, což přinášelo

absolutní svobodu, ale i nestálé místo, kam by vám mohlo něco přijít poštou. Zvažovala jsem i zaslání SOS balíčku z Čech, ale to by trvalo 14 dní, a jelikož jsme se pořád přemísťovali, nebyla tato možnost moc reálná.

Mohu říct, že po roce a půl cestování jsem na Zélandu objevila pár zdravých obchodů, kde jsem mohla zakoupit alespoň grepové kapky, které mi pomohly na gynekologické problémy a na imunitu. S nimi jsem procestovala Fiji, Novou Kaledonii nebo Austrálii – stále jsem měla u sebe zásobu této první grepové pomoci. Po svém návratu do České republiky jsem si začala vážit velkého sortimentu výrobků, snadné dostupnosti, měření a konzultací. Před tím to pro mě byla samozřejmost. Velké dobrodružství na druhém konci světa mi přineslo mnoho neuvěřitelných zážitků a splynutí s přírodou. Výrobky od Energy však nikdy nezapomenu přibalit s sebou a byla bych ráda za jejich dostupnost i na jiných kontinentech.

Mgr. LENKA ZMEKOVÁ



Terapeutické metody (9)

KRANIOSAKRÁLNÍ OSTEOPATIE

Název této účinné metody (zkr. CSO) vychází ze tří slov: *cranium* – znamená latinsky lebka, *sacrum* je kost křížová a *osteopatie* – ta může být chápána buď jako onemocnění kostí, kostní tkáně, nebo jako léčebný postup, který pracuje právě s opěrným systémem těla, tedy s kostrou, kostmi. V případě CSO se jedná o tu druhou možnost. Osteopatie jako léčebná technika má svůj původ v USA, CSO, o které píšu, vychází z jemné francouzské školy. Kraniosakrálních škol je více – kraniosakrální terapie, kraniosakrální biodynamika – metoda vypadá velmi podobně, ovšem jednotlivé směry se od sebe liší, zejména svým postupem.

PRINCIP

Jedná se o jemné neinvazivní působení, jehož podstatou je vlastně setkání dvou bytí, zaměření pozornosti či spíše vnímání ošetřovaného terapeutem, aniž by jakkoli hodnotil, co se mu pod rukama děje. Klient leží (na zádech, boku či na břiše) oblečený a ve většině případů i přikrytý na lehátku, terapeut se ho jemně dotýká – dlaněmi, případně prsty. Své ruce pokládá terapeut tam, kam ho tělo ošetřovaného „pozve“, přesné pořadí úchopů není dáno, je uzpůsobeno na míru každému ošetřovanému. V případě, že člověk nemůže ležet, lze jej ošetřovat vsedě, malé a hemživé děti bývají zpočátku

ošetřovány v pohybu. V naprosté většině případů se postupem času i tyto děti dobrovolně položí na lehátko a nechají se ošetřit vleže. Terapeut nijak nemanipuluje s tělem klienta. Přesto dochází k výrazným úlevám, jak na úrovni těla, tak i mysli.

CO VŠE LZE OŠETŘOVAT?

Bolesti zad, hlavy – migrény, ucpané dutiny, bolesti uší; jizvy po úrazech či operacích, které mohou způsobovat nepříjemné bolesti břicha, či zad; lze ošetřovat i zlomeniny – a to už v procesu srůstání kostí – přes sádku. Prostřednictvím této techniky lze také působit na hallux valgus neboli vbočený palec. CSO může pomoci odstranit porodní trauma vzniklé např. při kleštovém porodu, porodu císařským řezem. Metoda je vhodná i pro budoucí maminky od ukončeního třetího měsíce těhotenství. CSO uvolňuje svalové napětí vyvolané stresem, tím zklidňuje i mysl. Metoda může prospět dětem s PAS (porucha autistického spektra), specifickými poruchami učení, vývojovými poruchami. Je dobré tuto techniku kombinovat s dalšími podpůrnými opatřeními.

CSO A ENERGY

Každý terapeut má svůj originální postup. Já osobně v některých případech kombinuji CSO s dalšími terapiemi – EFT,

NLP a v neposlední řadě také s měřením drah Supertronicem a vhodnými přípravky Energy. „Náhodou“ jsem zjistila, že měřím-li klienta až po ošetření CSO, dráhy se zharmonizují a výsledky jsou příznivější.

Za všechny uvedu příklad z okruhu mých blízkých: po stanovení diagnózy nádoru v tlustém střevě jsme se dohodli na několika ošetřeních prostřednictvím CSO, užívání **Annonny forte**, **Cytosanu** a **Probiosanu Inovum** – a to až do operace. Bezprostředně po operaci jsme nasadili homeopatika urychlující hojení. Po návratu domů z nemocnice následovalo aplikování krému **Ruticelit** na oblast jizvy a další ošetření prostřednictvím CSO. Po dobu rekonvalescence a do nasazení chemoterapie pomáhaly opět **Annona forte**, **Cytosan** a **Probiosan Inovum** – ten pacienta provázal i po dobu užívání cytostatik. Po ukončení chemoléčby byl jako nejvhodnější vytestován **Vironal**, po něm následoval **Regalen** – dvě balení. **Probiosan Inovum** pomáhá doted.

Závěrem chci zmínit, že žádná metoda není samospasitelná, každému vyhovuje něco jiného – jiný terapeut, jiný postup. Přeji všem, ať najdou svou cestu ke zdraví, pokud ji na chvíli ztratili, a ať z ní nesejdou. A všem zdravým přeji, ať tento stav i nadále trvá.

Mgr. VLADANA HAVLÍKOVÁ

Čakry – energetická centra našeho těla (8)



KORUNNÍ ČAKRA (SAHASRÁRA) – SEBEROZVOJ A OSVÍCENÍ

Bývá také označována jako sedmá nebo temenní čakra, najdeme ji tři prsty nad temenem hlavy. Jako jediná se otevírá směrem vzhůru, protože přijímá vesmírnou energii. Vyjadřuje naši jedinečnost, duchovní vyspělost a moudrost. Čakra se může rozvíjet, pokud jsou v harmonii všechny ostatní čakry. Rozvíjením sedmé čakry se pak uvolňují poslední blokády v ostatních čakrách a jejich energie začínají kmitat na nejvyšších pro ně možných frekvencích. Živlem je myšlenka.

Její barva je fialová, zlatá nebo bílá, ve které jsou zastoupeny všechny barvy. Fialová je duchovní barvou meditace, osvobození a růstu, ale i tajemství. Bílá symbolizuje čistotu a nevinost. Na fyzické úrovni se vztahuje k velkému mozku. Energeticky ovlivňuje dráhu početí a zadní řídící dráhu. Odpovídající žlázou je epifyza.

ARCHETYP GURU A EGOISTA

Pozitivním archetypem je Guru, průvodce. Takový člověk si je vědom, kým je ve své podstatě. Láskyplně vede druhé k sebepoznání a k pochopení širších souvislostí. Naopak negativní archetyp Egoista je narcistický a arogantní. Upřednostňuje své zájmy na úkor druhých.

DISHARMOMIE ČAKRY

Když se čakra začíná víc otevírat, zažíváme stále častěji okamžiky splnutí našeho vnitřního bytí a vnějšího života. Ve chvílích, kdy je naše vědomí tiché a otevřené, vnímáme svou vlastní podstatu, Esenci. Máme pocit, že jsme procitli z dlouhého snu. Prožíváme prázdnotu, ve které je zároveň vše obsaženo, protože je to život ve své čisté podstatě. Na základě cyklů, kterými v životě procházíme, je v určitých letech korunní čakra otevřenější a naším tělem proudí více vesmírné energie. Pokud jsme na to připraveni, můžeme dosáhnout v rámci svého vývoje takové hloubky poznání, která se nám dosud nezdála možnou.

V čakře nedochází k blokádám ve vlastním slova smyslu, může být pouze více nebo méně rozvinutá. Pokud nejsou

nižší čakry v harmonii se sedmou čakrou, můžeme v určité fázi svého vývoje zažívat pocity nejistoty a ztráty cíle. Měli bychom je považovat za výzvu, abychom se obrátili víc do svého nitra. Můžeme pocítit i určitou nesmyslnost svého dosavadního života a výraznější strach ze smrti. Často se snažíme tyto nepříjemné stavy potlačit útekem do různých aktivit nebo přijetím nové zodpovědnosti, abychom dokázali svou nepostradatelnost. Může se také objevit nemoc, která nás přinutí ke klidu, abychom si udělali čas vyslyšet tato poselství.

NEMOCI A ŘEČ TĚLA

Čakra ovlivňuje centrální nervovou soustavu, proto lze hledat souvislost

s poruchami učení, neurózami, úzkostí, depresemi, schizofrenií, epilepsií, Parkinsonovou nemocí, nádory mozku, ale i s nespavostí. Pokud si nevíme rady, pokládáme ruce do dlaní nebo se v zoufalství chytáme za hlavu.

MOŽNOSTI ČIŠTĚNÍ A AKTIVACE

Otevírání čakry napomáhá pobyt o samotě, nejlépe v horách, kde můžeme vnímat blízkost nebe a majestátnost přírody. Hudbou korunní čakry je ticho. V něm jsme bdělí a vnímaví. Vhodná je i meditační hudba, která nás na toto ticho naladí. Z drahokamů sem patří ametyst a křišťál. Pro aromaterapii můžeme vyzkoušet kadidlo a lotos. Sedmou čakru reprezentuje mantra ÓM.

RNDr. LENKA LACHNITOVÁ, Ph.D.

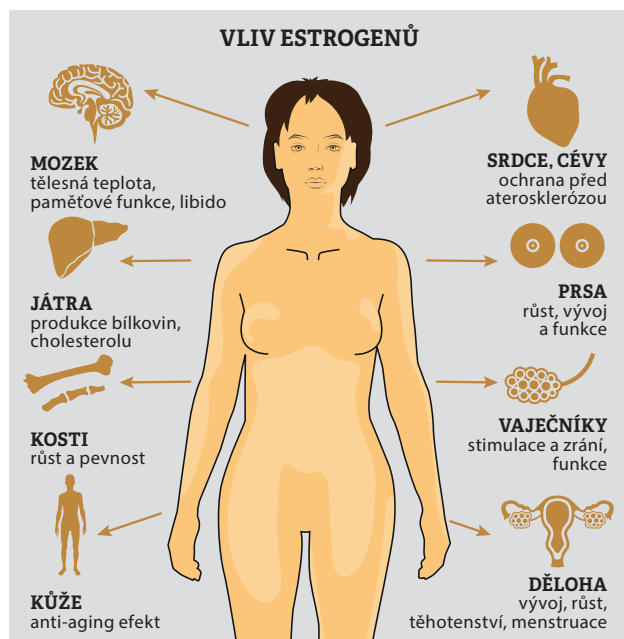


Biochemické okénko (8)

KRYSTALICKÁ FORMA ŽENSKOSTI

estrogen
steroidní hormon estradiol
syntetická verze: ethinylestradiol, estradiolvalerát

Estradiol je jeden ze tří estrogenů, steroidních hormonů, které jsou produkovány v lidském těle. V mužském těle nehrají tak důležitou roli jako v tom ženském, proto tento článek píšou především s myšlenkou na ženy. Estradiol je z estrogenů nejdůležitější – jeho produkce v průběhu ženského života do 35. roku věku narůstá a poté pomalu nebo rychleji, ale většinou jistě, klesá. Nízká i vysoká hladina tohoto hormonu s sebou nese své komplikace, z čehož tak nějak vyplývá, že být ženou je vpravdě náročné...



ESTROGENU MOC

Se vzrůstající hladinou estrogenu má zkušenosti každá žena, která cítí, že brzy dostane menstruaci. Je nadmutá, má citlivá prsa, bolí ji hlava a celkově má nepředvídatelnou náladu, případně úzkost nebo nízké libido. Také mívá silné, dlouhé a častější menstruační krvácení a každopádně je unavená, takže se k ní není radno přibližovat.

ESTROGENU MÁLO

Ani klesající hladina estrogenu ale není nic, o co by člověk stál, ovšem právě toto bývá častý projev nastupující menopauzy. Výkyvy nálad vystřídá pro jistotu rovnou deprese kořeněná vzrůstající hmotností, protože estrogen už s hubnutím nepomáhá. Nepravidelná menstruace, návaly horka, pocení v noci, libido se už neřeší, protože se přesunulo za ty roky z šuplíku „zábava“ do šuplíku „domácí práce“, ale při styku to bolí, což je na nic. Naštěstí slábní i paměť, ale to představuje jen malou útěchu.

HORMONÁLNÍ SUBSTITUCE A ANTIKONCEPCE

Není se pak čemu divit, že taková estrogenem zkoušená žena hledá pomoc u odborníka a žádá ho, aby jí jejího ženského

břemene zbavil. Méně vědomé ženy skončí s vyoperovanou dělohou a vaječníky, jiné si domů nesou kouzelnou krabičku s HST (hormonální substituční terapie). Krabička s usměvavou, krásnou, pokojně stárnoucí ženou obsahuje estradiolvalerát, syntetickou verzi estradiolu. Tato látka se využívá k léčbě příznaků menopauzy. Ethinylestradiol se používá v hormonální antikoncepci, jako hormonální léčba akné. Kdo čte příbalové letáky, tak se nebude divit, že ethinylestradiol i estradiolvalerát způsobují kromě jiného bolesti hlavy, pocity na zvracení, zadržování vody, častější onemocnění žlučníku, oslabení ledvin a také (ale to píšou, že prý výjimečně) rakovinu dělohy a prsu...

ESTROGEN V OHROŽENÍ

Snižující se hladina estrogenu významně ovlivňuje riziko vzniku osteoporózy a kardiovaskulárních chorob a kromě vlivu na naši náladu to jsou dva nejdůležitější důvody, proč bychom měli tvorbu estrogenu v našem těle řešit. Dobré je, že estrogen je syntetizován přirozeně nejen ve vaječnících, ale i v játrech, prsních žlázách a nadledvinách. Přestože čas zastavít nejde, produkci estrogenů můžeme významně ovlivnit. Svůj estrogen riskujeme a jeho metabolismus nepříznivě ovlivňujeme, když nedodržujeme cirkadiánní rytmy, málo se hýbeme, jíme chemicky upravované potraviny a používáme kosmetiku obsahující parabeny a ftaláty.

JINDE TO JDE JINAK

Zdá se, že dobrým řešením této citlivé záležitosti jsou fytohormony, které jsou přirozeně obsažené v některých rostlinách. Je možné, že přírodní národy o tom už dávno vědí, a proto se u nich žádné z menopauzálních ani premenstruačních příznaků nevyskytují. A teď už konečně seznam, který si tolik toužíte přečíst... Přírodní zdroje fytoestrogenů: brokolice, květák, zelí, řepa, rajčata, lilek, mrkev, lněné semínko, otruby, cizrna, jahody, především pak ale jetel luční, andělíka lékařská a úplně nejvíce maca peruánská. A ještě zkvašená sója.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ

ZDRAVÍ OD A DO Z

ESTROGENY – ženské pohlavní hormony, tvořené především ve vaječnících (rovněž jsou tvořeny v kůře nadledvin a v tukové tkáni). Jejich hladina u dospělé ženy kolísá s menstruačním cyklem. V pubertě jsou estrogeny zodpovědné za růst pohlavních orgánů (dělohy, pochvy) a vývoj druhotných pohlavních znaků (typické rozložení tuku, vývoj prsů, ženský typ ochlupení, vlasová hranice). Během menstruačního cyklu vedou k růstu endometria (děložní sliznice) a jeho přípravě na přijetí (nidaci) oplodněného vajíčka. Cervikální hlen řídne (umožňuje průchod spermií). Z celkových účinků vedou estrogeny k zadržení vody a sodíku, zvyšují obsah bílkovin a snižují množství cholesterolu v krvi (čímž se vysvětluje nižší výskyt aterosklerózy u žen), podporují tvorbu kostní hmoty, ovlivňují libido a psychiku.

Z „Praktického slovníku medicíny“, vyd. Maxdorf, 2004

Sobota, čas na devastaci krajiny

V posledních měsících nerozlišuji čtvrtek od úterý. Rozlišuji dny podle teploty jezírka, které testuji každé ráno na vlastní kůži, podle fáze měsíce nebo síly větru. Jeden den ale poznám bezpečně. Vždycky, když se v naší vesnici ze všech stran rozezná zvuk sekačky na trávu, vím, že je sobota.

NECHÁPU

Nechápu, co lidem vadí na trávě, sedmikráskách a pampeliškách, kterým se od poslední soboty podařilo vyrůst do výšky 7 cm. Nechápu, odkud se vzalo to přesvědčení, že trávu je potřeba držet úzkostlivě na uzdě, protože jinak nám pravděpodobně bude usilovat o život. Nechápu, proč si pod sebou tak zarputile řezeme větve... Aha, už chápu, když je tráva delší než 10 cm, už to sekačka „nevezme“. No, a co by si sousedi pomysleli?

VYHOLENO

Tohle pravidelné sekání je jakýsi novodobý rituál, který ale bohužel ve většině případů provozují lidé nevědomě a automaticky. Přiznám se, že je mi z toho smutno. Travní porosty teprve výšky 20 centimetrů totiž účinně zadržují vláhu v půdě, a pokud je na nich pácháno tohle rituální holení, vzdají to a nechají půdu odhalenou. Ta pak eroduje daleko snadněji. Přicházíme tak o dvě základní složky přírody – vodu a půdu, které přímo zajišťují udržení života na planetě Zemi. A to není zdaleka všechno. Kvetoucí rostliny jsou pastvou pro různé druhy hmyzu a především včely, kterých je stále méně, a to by nás opravdu zneklidňovat mělo. Vyholený trávník také velmi rychle zasychá, takže paradoxně je potřeba ho zalévat, aby rostl. Další zbytečná ztráta vody,

benzínu i času. Pripusťme, že se takový trávový holič jednou ráno probudí a uvědomí si, že takhle to už prostě dál dělat není možné. Pochopí, že sucho je taky jeho problém, že půda se tvoří stovky let, že včely se v mekáči nenajedí, a rozhodne se udělat změnu. První sobotu je rád, že má od sekání pokoj, druhou sobotu, kdy má tráva 14 cm, se cítí jako hrdina, třetí sobotu už ale začne pochybovat.

JAK TO ZMĚNIT

Snažte se sekat jen cestičky, případně menší prostor na cvičení či povalování, ostatní plochy nechte růst. Sekejte je 2x do roka, jak se to vždycky dělávalo. Budete muset použít vyžinač nebo se naučíte prostě kosit kosou. Pokud posekáte trávu v klesající fázi měsíce, nebude mít pak tendenci růst tak rychle. Nevyhazujte ji ale prosím do kontejnerů, nasypte ji raději na kompost nebo pod keře. Žížaly ji milují a spokojené žížaly dělají úrodnou půdu.

Další výhodou vysokého trávníku je pestrá paleta léčivků. Když necháte divoké rostliny kolem sebe růst, zjistíte, že vám hned pod nosem rostou právě takové, které jako zázrakem působí zrovna na to, co vás trápí, a to není náhoda. Dokonce můžete zjistit, že některé druhy mají výborné jedlé květy, listy nebo obojí, a obohatit jimi svůj jídelníček.

VZKAZ SOUSEDŮM

A tak bych ráda vzkázala všem, kteří se bojí, co by si o nich sousedé pomysleli, kdyby viděli, že mají zahradu zarostlou... Tak konkrétně já bych vás za to milovala.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ





Drobné plody ze zahrádky a lesa

Léto nám nabízí plnými hrstmi barevné plody, které můžeme nasbírat jak na našich zahrádkách, tak při procházce v lese. Říká se jim bobuloviny a lze s naprostým čistým svědomím prohlásit, že patří k tomu nejzdravějšímu z přírody. Řadíme k nim maliny, ostružiny, borůvky, rybíz, jahody, angrešt, ale i moruši, rakytník, jostu, muchovník či aronii. Zkrátka jakékoli drobné ovoce.

PROČ JE JÍST

Jak už napovídá syté zbarvení bobulovin, obsahují obrovské množství antioxidantů působících proti volným radikálům způsobujícím záněty v těle, pro které jsou řazeny k top 10 mezi ovocem. Obsahují samozřejmě i vitaminy a minerály – zejména vitamin C a K, mangan, hořčík, železo, vápník, draslík, křemík, dále vlákninu a minimum kalorií. Pomáhají snižovat hladinu LDL-cholesterolu, podporují krevní oběh a snižují krevní tlak, napomáhají hubnutí stimulací metabolismu, zlepšují kvalitu pokožky a tvorbu kolagenu.

SKLADOVÁNÍ A MRAŽENÍ

Drobné ovoce je dobré zkonzumovat čerstvé a co nejrychleji po sběru. V lednici je můžete neomytá uchovat pár dní, ale pozor na to, že velmi rychle plesniví. Pokud máte úrodu velkou, ovoce zamrazte nebo zavařte – konzervujte. Před zamražením je naskládejte na tác a předmrazte, až potom je přesypte do jednotlivých sáčků. Můžete je také prosypat cukrem, který bude sloužit jako konzervant.

JAK BOBULOVINY VYUŽÍT?

O kompotech a marmeládách asi není potřeba se detailně zmiňovat. Každá česká hospodyňka má své oblíbené recepty, které se v rodinách předávají po generace. Džemy se báječně hodí ke zvěřině nebo ke kozímu sýru a listovému salátu. Já vám dnes jen poradím, jak na jejich výrobu kapičku zdravěji s pomocí chia semínek. Můžete také zkusit udělat sirup. Dejte si bobuloviny k snídani do jogurtu, k lívancům a palačinkám nebo čokoládové pěně, ozdobte jimi pohár nebo cheesecake. Klasicky se přidávají na koláče, ale lze je použít třeba do velmi zajímavých omáček, k některým druhům masa, na jednohubky v kombinaci se sýry. V horku pak není nic lepšího než domácí nanuk, dřeň nebo zmrzlina, jejichž složení můžete tisíckrát obměnit a vždy potěší nejen vaše dítě.

Ostružiny obsahují hodně salicylátu, což je látka obsažená například v aspirinu, usnadňují tedy boj proti nákazám a podporují zdraví srdce. Pomáhají při dýchacích, menstruačních, trávicích problémech a údajně i brzdí množení karcinogenních buněk. Ostružinové listy jsou rovněž prospěšné,

odvar z nich léčí průjem, hemoroidy, záněty v močovém a trávicím ústrojí, ale i v ústní dutině a krku, koupele jsou vhodné při řešení kožních problémů.

Rybíz asi všichni znáte bílý, červený a černý. Jeho konzumace podporuje trávení, imunitu, cévy i krevtvorbu, ale také krásu pleti. Čaj z listů rybízu pomáhá při trávicích potížích. Černý rybíz obsahuje až 3x více vitamínu C než bílý a červený. Existuje ještě kříženec rybízu a angreštu jménem josta, která je jako rybíz bez trnů, ale plody se velikostí blíží spíše angreštu, mají zajímavou sladkokyselou chuť.

Angreštu se pěstuje mnoho barevných variant, a na zahrádkách tak můžete najít angrešt s plody bílými, žlutými, zelenými i červenými. Kromě jiného je prospěšný ledvinám, protože má močopudné účinky, díky vysokému obsahu pektinu – rozpustné vlákniny, prospěje i vašemu trávení. V léčitelství se používá také čaj z listů, který má zklidňující a protizánětlivé účinky.

Maliny obsahují kyselinu salicylovou, která pomáhá snižovat horečku u dětí. Dále třísloviny s čistícím účinkem na střevo. Mají močopudné a žlučopudné účinky, proto jsou vhodné při některých onemocněních jater, ledvin či revmatismu. Už v tradiční čínské medicíně se používaly proti šerosleposti. Pro větší obsah zinku v semínkách mohou maliny pozitivně ovlivnit i naše libido.

Borůvky podobně jako brusinky bojují proti infekcím a zánětům močových cest, zmírňují menstruační bolesti a odpuzují střevní parazity. Také pomáhají zastavit průjem. Čaj z borůvkových listů je prý vhodný pro diabetiky, protože snižuje hladinu cukru v krvi.

MŮJ POHLED

Jelikož máme zahrádku, tak jsme samozřejmě pěstiteli bobulí. Už léta bojuji s maliníkem, který je neuvěřitelně rozpínavý, šílím z nadbytku červeného rybízu a nabízím samosběr všem sousedům, užíváme si ostružiny, o borůvky se pereme a málokdy zbudou na kynuté knedlíky. Máme i zajímavější odrůdy jako tayberry (kříženec maliny a ostružiny) či muchovník. Zpracovávám je většinou přímo – do ranní kaše či jogurtu, na pudink a koláč, dělám marmelády a pak je rozdávám, protože je u nás nikdo nejlí. Z rybízu už druhým rokem připravuji likér. Nejvíce ale u nás frčí zmrzlina, sorbety, nanuky, nebo jen obyčejná voda v karafě, ve které necháme louhovat drobné ovoce a bylinky, přidáme led a máme báječné letní osvěžení.

*Krásné, barevné a štavnaté léto vám ze srdce přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ*

MALINOVÝ DŽEM/MARMELÁDA S CHIA SEMÍNKY

500 g malin, 3 lžice chia semínek, sladidlo dle chuti – třtinový cukr, med, čekankový sirup, šťáva z půlky citronu

Maliny dáme společně se sladidlem a citronovou šťávou vařit do hrnce a mícháme. Necháme odpařit dostatek tekutiny a nakonec přidáme chia semínka, která marmeládu zahustí. Můžeme rozmixovat. Přelijeme hmotu do čistých sklenic, uzavřeme ji víkem a necháme vychladnout. Skladujeme v lednici, kde vydrží asi 2 týdny.



KACHNA S ANGREŠTOVOU OMÁČKOU

1 šálek (1/4 l) téměř zralého angreštu, 40 g másla, 2 lžice hladké mouky, 50 ml vody, 125 ml zakysané smetany, cukr dle chuti, sůl, černý pepř, kachní prsa s kůží a brambory dle počtu strávníků

Angrešt omyjeme, očistíme – zbavíme stopek a lístků. Připravíme si světlou jíšku z másla a mouky, zalijeme ji vodou, přidáme angrešt a vaříme, dokud se bobule nerozvaří. Přidáme zakysanou smetanu a na závěr dochutíme solí a cukrem. Uvaříme si brambory. Kachní prsa nařizeme na kůži do mřížky. Osolíme, opepříme – vetřeme do kůže. Pečeme velmi zvolna na rozpálené pánvi, nejprve stranu s kůží, a to až 15 minut, aby se uvolnil tuk. Pak je otočíme a dopečeme. Odložíme a necháme odležet, než je nakrájíme. Pokud chceme prsa upečená více, dáme je ještě na chvíli dopéct do trouby. Podáváme s bramborami a omáčkou.



SALÁT S KOZÍM SÝREM A OSTRUŽINAMI

listové saláty – mix, 1 balení čerstvého kozího sýra, 1 hrst ostružin, 4 lžice olivového oleje, 1 lžice javorového sirupu, 1 lžička balzamikového octa, 1 hrst piniových oříšků nebo opražených semínek

Připravíme si zálivku smícháním olivového oleje, octa, sirupu a několika rozmačkaných ostružin. Listy salátu rozebereme, omyjeme a osušíme. Dáme do mísy. Přidáme natrhaný kozí sýr, zbylé ostružiny a pinie nebo semínka. Promícháme, přelijeme zálivkou a opět promícháme.

BORŮVKOVÁ ZMRZLINA

300 g borůvek, 200 ml zakysané smetany, 250 g tučného tvarohu, 100 g kokosového cukru, 2–3 lžice citronové nebo limetkové šťávy

Zakysanou smetanu, tvaroh a cukr vymixujeme co nejvíce. Borůvky očistíme a rozmixujeme společně s citronovou šťávou. Smícháme obě hmoty. Dáme ideálně do kovové misky a vložíme do mrazničky. Po 15 minutách promícháme a uložíme zpět. Opakujeme ještě alespoň 3x. Můžeme použít také zmrzlinač, který práci usnadní.



Jaká je naše budoucnost?

Všude dnes najdete motivační texty, rady, citáty, výčty esoterických zákonů. Oduševnělé i rádobý oduševnělé poučky. Radí, jak uzdravit sebe sama, a tím uzdravit svou osobní budoucnost. Je jich plný internet, knihkupectví jim věnují celé jedno velké oddělení, najednou je okolí plné guruů, učitelů, koučů a terapeutů... Stačí si vybrat. Ne vždy jsou informace z různých zdrojů jednotné. Naopak, návody jsou často protichůdné. Nejedna se pak v přehršli informací snadno ztratí.

Přidávám svou kapku do moře, i když nejsem ani jedním z výše zmíněných. Třeba se hned neztratím. Třeba v zapomnění zapadnu až za chvíli, zítra, pozítří. A i kdybych se výsluní nedotkla vůbec, hroutit se nehodlám.

Kdo tedy jsem? Jsem a chci Být – to je zásadní. Víím, že jsem věčně pochybující – ano, i o sobě. Jsem rozhlížejí se, pozorující,

vnímající i nacíťující se. Jsem prožívající a dovolující si prožívat. Jsem zkoušející i testující sebe sama. Jsem jiná a nejspíš i stejná jako spousta dalších. Jsem kráčejí svou cestou... Jsem mnohé a mnoho... A kolikrát se sama nepoznávám. Mám spoustu předností. Některé z nich jsem se dlouho bála přijmout. Mám i řadu nedokonalostí, což ovšem paradoxně činí dary z mých předností. A zde jsou moje zatracené motivační slova, takže si je, prosím, vezměte k srdci! Ale pokud nechcete, tak to nedělejte.

CO SE NESTANE

Myslím si, že nepřijde žádný konec světa, žádná potopa, která by spláchla celé lidstvo jednou obrovskou vlnou. Nebudeme schramstnuti a sežráni v rozšklebených trhlinách země způsobených celoplošným zemětřesením. Naši atmosféru nezničí dopad obřího meteoritu a my nezemřeme na následky absence kyslíku. Dokonce nejspíš nebudeme roztaveni prý



neustále rostoucí teplotou klimatu. Myslím, že ani my sami se vlastními činy nezahubíme, jak nás straší katastrofické prognózy rozličných „proroků“ i „vědců“. No, i když na množství vyprodukovaného odpadu bych si dala pozor – což? Nezkolabuje virtuální síť, pokud sami nebudeme chtít. Ba co víc, představte si, že fakt nesměřujeme rovnou cestou do pekel, neboť žádné peklo neexistuje. Maximálně v naší hlavě. Hm, snad mimozemské civilizace toužící obsadit naši planetu by lidstvu mohly být hrozbou...?

ČEKÁ NÁS ZMĚNA

Mám za to, že se jednoduše změní člověk. A dle mě jde o přirozený vývoj. Přerod DNA. Přepsání informací uložených v našich buňkách. Změníme sami sebe, svůj vnitřní svět, protože cítíme, že nelze žít stejně jako doposud. Je to nevyhnutelné. Změna se nedá obejít, ani zvrátit. Nelze se vracet k minulosti, oprašovat historii, o jejíž pravdivosti by se dalo dlouze spekulovat. Podvědomě víme, že co sloužilo našim předkům, už nemusí být prospěšné nám. Někdy je tomu spíš naopak, když kvůli lpění na přežitých tradicích trpíme. Je nutné zbavit se starých zkostnatělých pravidel, jež nás drží v šachu, a naopak nevytvářet nová, která slouží pouze k manipulaci lidí. Bylo by dobré opustit návraty do dob před teď a tady, které mnohdy způsobují konflikty ve vztazích. Vyléčit vlastní zranění tím, že jim dovolíme vyplout napovrch, ona se pak zhojí, naše duše se uzdraví a staneme jako nový svobodný člověk. Je nutné vymanit se z pout organizovaných společenství, jakými jsou náboženství, církev, politika, neprůhledná státní správa, finančnictví. Nenechat se ovládat penězi, ale dovolit jejich energii, aby nám sloužila. V neposlední řadě, opustit všechny škatulky s koncovkami -ismus. A tak dále. Berličky jsme si vytvořili dost.

CO POTŘEBUJEME?

Potřebujeme žít nově. Žít jinak. Svobodněji a volněji. Začít uvolněním na fyzické úrovni. Se svobodou ale přichází i zodpovědnost za své konání. Být dospělý znamená mnohem víc, než jen právo řídit auto nebo si koupit láhev alkoholu. Jde o možnost dokázat, že o sobě vím. O svých přednostech i slabinách. Že ale zároveň vím o ostatních, že je vnímám a respektuji jejich cestu. Měli bychom se naučit neomezovat svůj potenciál tím, že se vymezíme, a neomezovat ani potenciál druhých tím, že je označíme nálepkami. Dech je život, a tak dýchejme z plných plic. Tancujme do slastného vyčerpání. Tvořme svá jedinečná díla, až radost i nadšení z tvorby už nevydržíme dusit v sobě a prostě je/se pustíme. Toužíme milovat naplno beze strachu z ublížení, dávat maximum, tedy to udělejme. Potřebujeme přijmout sebe sama se vším, co k nám patří, abychom pochopili, že i ostatní bytosti, pobývající tu s námi, jsou hodny naší úcty. Potřebujeme otevřít mysl i srdce a začít nahlížet na celý svůj svět z jiné perspektivy. Ne jako jednotlivce, ale jako celistvý lidský organismus. Potřebujeme si upřímně přiznat, jaký život chceme žít, kde ho chceme žít, kým chceme být. A pak vystrčit nos z ulity a udělat to. Potřebujeme učit pravdě nejprve sami sebe, stát se živoucím symbolem svých ctností, aby se naším příkladem mohly učit budoucí generace.

Dejme si svobodu a přijměme za ni zodpovědnost! Vyкроčme cestou rebelství. Odhodme lhotejnost. Staňme se průkopníky!

Nejlepší na tom všem je, že změna se už děje. A věřte nebo ne, vždy jde o změnu k lepšímu... Jsem si tím jistá. Změna je totiž šance. Změna je naděje! Změna je důkaz vývoje.

PETRA KAPLÁNKOVÁ



UNIVERZITA ENERGY

Semináře Univerzity Energy zahajují!
Těšíme se, že Vás opět uvidíme osobně.

ODBORNÉ SEMINÁŘE

**ZDRAVÍ ŽENY A PRODUKTY ENERGY Z POHLEDU
CELOSTNÍHO GYNEKOLOGA**

26. 9. 2020, Brno

**NEUROVÝVOJOVÉ PORUCHY U DĚTÍ – KOMPLEXNÍ
ŘEŠENÍ S PODPOROU PRODUKTŮ ENERGY**

3. 10. 2020, Brno

TČM A ENERGY PRO POKROČILÉ

17. 10. 2020, Brno

29. 11. 2020, Praha

PSYCHOSOMATIKA A ENERGY

31. 10. 2020, Brno

**ZÁVAŽNÁ ONEMOCNĚNÍ A ENERGY
– ANEB JAK PŘISTUPOVAT K RAKOVINĚ
A AUTOIMUNITNÍM ONEMOCNĚNÍM**

1. 11. 2020, Brno

PRODUKTY ENERGY V PRAXI II – vyšší stupeň

28. 11. 2020, Praha

ŠKOLENÍ SUPERTRONIC

KURZ SUPERTRONIC PRO POKROČILÉ – stupeň B1

12. 9. 2020, Hradec Králové

KURZ SUPERTRONIC PRO POKROČILÉ – stupeň B2

13. 9. 2020, Hradec Králové

**KURZ SUPERTRONIC PRO PROFESIONÁLNÍ
TERAPEUTY – stupeň A1, A2**

A1 – Systémy – trávicí, vylučovací, cévní

3. 10. 2020, Hradec Králové

A2 – Systémy – dýchací, nervový, pohybový, hormonální
včetně gynekologie

4. 10. 2020, Hradec Králové

KURZ SUPERTRONIC PRO ZAČÁTEČNÍKY – stupeň C

1. část 17. 10. a 2. část 18. 10. 2020, Hradec Králové

INSTITUT ENERGYVET

MVDr. Milena Martincová

– viz www.energyvet.cz – Vzdělávání

Přihlášky na semináře najdete na: www.energy.cz

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.

Občas mi při čištění zubů krvácejí dásně, na preventivní prohlídce jsem byla upozorněna na možnost začínající paradentózy, zatím docházím na dentální hygienu. Kazy posledních pár let nemám, ale občas mi i dásně natékají a bolí, tak si vezmu prášek na bolest. Ráda bych zařadila i něco z bylin.

MARKÉTA P., Loučeň

Krvácející dásně naznačují narušenou sebedůvěru a důvěru v okolí, chybějící oporu, přecitlivělost, neschopnost prokousat se. Někdy místo toho, abychom se zakousli do toho, co máme pochopit a řešit, poukážeme na chyby druhých,

aby nebyly vidět ty naše. A tak ztrácíme čistotu svého jednání, tím se zbavujeme stability, pevnosti, jež následně chybí tělesně. Na bolest použijte krém **Artrin** – mazat tváře zvenčí, je možno do něj přidat i pár kapek **Audironu**. Audiron lze v ředěné formě použít i na vyplachování dutiny ústní – na 1dcl vody cca 25 kapek. Nápomocná bude zubní pasta **Balsamio** s kapkou **Drags Imunu** – ten i vnitřně. Dobrou službu udělá **Grepofit spray** a kromě správné hygieny i posílení imunity, minimálně **Fytomineralem** a **Flavocalem**.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

Květnová tajenka naší křížovky zněla: „Existují tisíce nemocí, ale jen jedno zdraví.“

Poukázku vyhráli:

- » František Halama, Železný Brod
- » Marie Rehovičová, Všetareny
- » Eva Pánková, Rudoltice

Vylosovaní výherci obdrží poštou poukázku na jeden 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. července 2020** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s., Trojská 39/201, 171 00 Praha 7; e-mail: katerina.himmelova@energy.cz

„Nahlédněte do hloubi přírody a rázem... (TAJENKA).“ – Albert Einstein

Nápověda: DAN; EON; HESPER; ITEM; SFÉN	Tví	Chtít (expr.)	Slůvko rozpaků	První písmena abecedy	Nicka	Ženské jméno (13. 1.)	Chemická značka ceru		Skupina (lidí)	Ochotně a s radostí	Domácí podoba jména Adalbert	A také ne (zast.)	Vhodné ke kování	Turek
Moučník z těsta na palačinky								Granulova- né rozpust- né kakao						
1. část TAJENKY								Poloměr Opuchat						
Zkratka pro oktanové číslo			Rímské číslo 151 Hvězda večernice				Dlouhá chvilka Opak lice					Iniciály Molavcové Postavení mimo hru		
Světová strana				Napodoben- nina Obtížný hmyz							Zájmeno osobní (ž.) Sesypané úlomky skal			
Rovněž (z latiny)					Automobily Starší SPZ Kladna					Drahokam titanit Trudovitost				
	Jméno herečky Gardnerové	Soupeř HL. katoř. liturgický obřad				Zabečení Nejvyšší geochronol. jednotka			MPZ Austr. Organizace spojených národů			Jméno skladatele a dirigenta Krejčího	Kaprovitá ryba	
Nádobka s úzkým hrdlem na léčiva							Chlazený míchaný nápoj (-ai-) Přítakání							
2. část TAJENKY														
Letadla (zast.)					Značné						Mistr a učitel džuda			



Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

LÉČIVÝ DÝM ZEMĚ – ZEMĚDÝM

Jeho české jméno odpovídá botanickému *Fumaria officinalis*, které vychází z latinského *fumes terrae*. Staří Řekové tak zemědým pojmenovali pravděpodobně na základě jeho vzhledu: koberec našedlých lístků při pohledu z dálky opravdu připomíná dým valící se ze země. Odkazují na to i české lidové názvy jako zemská pára či komínka. Ve staro- a středověku patřil zemědým mezi magické bylinky, jejichž dým chránil před očarováním a zlými duchy.

PŘÍBUZNÝ MÁKU

Rod *Fumaria* se svými 55 druhy měl dříve vlastní čeleď, nyní se řadí do makovitých. Kromě chladných oblastí a několika ostrovů se zemědýmům podařilo osídlit celou planetu. Ze Středomoří se postupně rozšířily i do Asie, jižní Afriky, obou Amerik, do Austrálie i na Nový Zéland. Jako ostatní jeho příbuzní, i zemědým lékařský hojně a rychle zarůstá rumiště, pole, zanedbané zahrady a parky. Mimo horských oblastí se vykytuje všude, vyhledává osluněné lehčí půdy.

NEJEN PLEVEL

Zemědým je letnička s 10–40 cm dlouhou popínavou či poléhavou lodyhou. Uvnitř je dutá, dost větvená a celá porostlá řapíkatými, dvakrát zpeřenými listy.

Ty jsou potažené tenkou vrstvičkou vosku, způsobující jejich šedomodrou, „dýmovitou“ barvu. Na severní polokouli vytváří zemědým od května do září hroznovitá květenství složená z 10 až 40 jednoduchých kvítků. Jejich dva kališní lístky brzy opadnou, čtyři korunní narůžovělé, někdy až červenofialové plátky jsou asi 1 cm dlouhé. Po opylení hmyzem vznikají maličké jednosemenné nažky na dlouhé stopce. Semena, kterých může jedna rostlina vytvořit i tisíc, přezimují a vyklíčí buď hned na jaře, nebo i za několik let. Z rostlinek může být obtížný plevel.

Dříve se zemědýmem barvila vlna nažluto. Kyselina fumarová, kterou zemědým obsahuje, se přidává do potravin jako aroma a regulátor kyselosti E 297. Vedle tohoto „éčka“ obsahuje zemědým lékařský množství alkaloidů, třísloviny, hořčiny, pryskyřice, minerální látky, sliz a trochu silic. Využití tak našla tato bylina hlavně v tradičním léčitelství. Sbírá se celá kvetoucí lodyha, po opatrném usušení se skladuje v uzavřených nádobách, nebo rovnou ve formě tinktury.

DETOXIKACE ZEMĚDÝMEM

První zmínky o použití zemědýmu v medicíně pocházejí z antiky (Dioscorides, Plinius starší). Pravděpodobně se tak ale využíval již dříve. Vzhledem k ověřeným účinkům

a lehké dostupnosti bylo užívání této bylinky hojně a oblíbené i ve středověku, např. k léčbě artritidy, žloutenky či dokonce malomocenství.

Zemědým snižuje krevní tlak, potlačuje migrény, zlepšuje srážlivost a tvorbu krve. Významně posiluje správnou peristaltiku a uvolňuje křeče (při zácpě), je močopudný, žlučopudný a potopudný, čímž podporuje fungování ledvin, jater, i zdravý metabolismus celého organismu a jeho detoxikaci. Zemědýmový nálev se proto ve formě obkladů či koupelí doporučuje také při kožních potížích: vyrážkách, ekzémech, akné, lupénce apod. Sedací koupel je vhodná u hemoroidů.

OPATRNĚ S NÍM

Vzhledem k obsaženým alkaloidům se při užívání zemědýmu doporučuje zvýšená opatrnost. Velké dávky mohou vyvolat problémy s dýcháním, nepravidelný tep, křeče a průjem. Při jeho spásání tak dochází i k otrávám hospodářských zvířat. Těhotné a kojící ženy a děti by se proto měli tohoto „plevele“ zříci. Vedle nálevu se užívá i prášek, různé masti a krémy nebo zemědýmová tinktura. V bezpečné koncentraci a bez námahy můžete využít čistících účinků této bylinky třeba s **Protektinem** od Energy.

Užijte krásné bylinkové léto v klidu a ve zdraví, Mgr. VLADIMÍR VONÁSEK

VÝHODNÁ NABÍDKA PO CELÉ LÉTO!

SLEVA 20%

PROBIOVET VE DVOJITÉM BALENÍ

Silná imunita a dobré trávení

SLEVA 20%

AUDIVET VE DVOJITÉM BALENÍ

Zdravá kůže bez zánětu



Energyvet.cz

Platnost akce: od 1. července do 31. srpna 2020 nebo do vyprodání zásob.



f Sledujte nás na: facebook.com/Energyvetcz

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

POZOR – změna provozní doby KC

Domažlice, Srnova 76:

po, st 13–16.30 h., út 8.30–12 h.,
tel.: 602 389 233, každý čt 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
bezlepkovou dietu, tel.: 721 728 381 /
dárkové poukazy

Nabídka KC:

- » Veterinární poradna
– MVDr. Hynčíková Birnerová L.,
tel.: 604 489 477
- » Vyšetření páteře, nohou, zhotovení
ortoped. vložek, masáže dle výběru
– MUDr. Šos, tel.: 379 428 620
- » Energy produkty v gynekologii
– MUDr. Budka T., tel.: 603 226 913
- » Reflexní terapie, poradenství
– Mičková J., tel.: 723 204 672
- » Masážní a regenerační služby
– Birnerová I., 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

Kontakt:

Blížejev 124,

tel.: 379 428 927, 721 384 473

e-mail: johankova@centrum.cz

BOSKOVICE

Provozní doba:

po–čt 9–12, 13–17 h. + dle tel. dohody,
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
– 7., 13., 20. a 27. 7.
– 3., 10., 17., 24. a 31. 8.

Mimořádná nabídka KC:

- » KC BLANSKO – pí. Ing. Jitka Součková,
tel.: 608 620 059 – 14. 7. – poradna TČM
s ochutnávkou vybraných zelených
potravin
- » KC LHOTA U LYSIC – Studio JM,
manželé Libišovi, tel.: 775 156 278
– 13., 27. 7. a 10., 31. 8. – poradna Energy

Kontakt:

Boskovice, Krátká 16,

tel.: 516 452 373, 720 529 424,

kocmanovaenergy@seznam.cz

BRNO

Provozní doba o prázdninách:

po, st 10–12, 14–18, út 13–18 h.,

čt a pá ZAVŘENO,

1.– 10. 7. a 17.– 21. 8. – ZAVŘENO

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. Šobánková /
kineziologické testování vhodnosti
přípravků Energy, zhotovení aurogramu,
poradna regenerace, skenování mapy
zátěže a obj. individuálních ortopedických
vložek, 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, obj. jen v pátek,

tel.: 530 500 422 / výživové poradenství

– Ing. K. Hosová, info na tel.: 530 500 422 /
regenerační a relaxační masáže celého těla
krémy Energy – M. Srnská, tel.: 732 489 948
I během července a srpna bude v Klubu
probíhat měření SPT.

Mimořádná nabídka KC:

- » BRNO – Husovice, U Zlaté ručičky,
Kaloudova 21, pí. Erbenová,
tel.: 603 596 812 – měření Supertronicem
– 8. 7. a 5. 8.; poradna 2., 14. 7. a 11., 25. 8.
- » JEVÍČKO – Třebovská 839,
Prodejna Harmonie, pí. Komoňová,
tel.: 602 347 037
– měření SPT dle domluvy
- » KUŘIM – Studio zdraví Harmonie,
pí. Hrnčířová, tel.: 732 764 533,
měření EAV – 7. 7. a 3. 8.
- » ŽIDLOCHOVICE – Nám. Míru 155,
pí. Janáčková, tel.: 603 811 428,
poradna út, čt 15–18 h.
– MUDr. Nezvalová, pí. Janáčková

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 9–12.30 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,



Kluby a konzultační centra nabízejí

rehabilitace pulzním magnetickým polem – magnetoterapie / e-shop na www.energycb.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.obchoduklarky.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 /
lymfodrenáž pro zdraví a krásu
– pí. Němčíková / prodej produktů Energy
– V. Látková, tel.: 734 540 156, Havířov /
prodej produktů Energy – B. Gluzová,
tel.: 777 019 050, Třinec

Nabídka KC:

» TŘINEC – 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 / zásilání 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 – 2., 30. 7. a 20. 8.
– 10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715
» KC HRADEC KRÁLOVÉ – Lékárna
Za Skleněnou věží, ul. Wonkova
– každé pondělí – PharmDr. Svobodová,
tel.: 602 141 184

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

» KOSTELECK NAD ORLÍCI – každé pondělí

– pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816

» 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 13–18 h., pá zavřeno,
v případě potřeby volejte 603 486 331

Mimořádná nabídka:

Po oba prázdninové měsíce ochutnávka
Organic Cranberry a Acai Pure (zklidnění
infekcí, silné antioxidační vlastnosti,
podpora imunitního systému), chuťově
vynikající právě pro letní období

Stálá nabídka:

po a čt – testování vhodných produktů pro
konkrétní organismus přístrojem 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

» NOVÉ: pá 10–12, 14–17 h. – individuální
výživové poradenství, analýza těla
pomocí přístroje Tanita s možností
následné konzultace dle doporučení
– pí. Jana Slanařová, tel.: 777 227 749
(nutno objednat!!)

Nabídka KC:

» CHEB – V. Votrubová, každé po měření
SPT na obj., poradenství a terapeutické
masáže, tel.: 606 242 353

» LITVÍN – Zapper – nabídka účinné
prevence a postupů pro nastolení
rovnováhy organismu, včetně měření
SPT – 14. 7. a 11. 8., info a obj.
Ing. Sabolová, tel.: 737 261 940

» MARIÁNSKÉ LÁZNĚ – testování produktů
Energy na přístroji Bicom + harmonizace,
obj. na tel.: 721 542 353 – pí. Laštovková

» PLANÁ – Bylinky Bonka
– 16. a 30. 7., 13. a 27. 8. – měření SPT,
poradenství a výživa s A. Chmelovou,
obj. na tel.: 724 965 773

» TRSTĚNICE U MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ
– Ing. Klára Jandová – konzultant
veterinární problematiky se specializací
na výživu – termín dle dohody,
konzultace osobně, telefonicky

či e-mailem, cena individuální,
zooiguana@seznam.cz, tel.: 775 916 666

Kontakt:

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

KARLOVY VARY

Provozní doba o prázdninách:

po, čt 8.30–17, út, st, 8.30–15,30 h.,

pátek – ZAVŘENO

DOVOLENÁ: 20.–24. 7., 10.–14. 8.

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

» e-shop: www.energykv.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:

» út 7. 7. a 4. 8. – diagnostika EAV
přístrojem, jen na obj., tel.: 353 236 605

» přihlášky od září na rekvalifikaci
– sportovní masáž, sanitář, masér pro
zdravotnictví, kosmetička, manikérka,
pedikérka, chuť pro děti, lektor dalšího
vzdělávání

» odborné kurzy pro maséry

Nabídka KC – poradna a prodej za klubové 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

» 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.

Kluby a konzultační centra nabízejí

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
Podrobnosti k aktuálním akcím najdete na www.centrumzdraviliberec.cz.

Mimořádná nabídka KE:

- » 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 o prázdninách:

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
7.–10. 7. – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE:

- » Ochutnávka Organic Sea Berry
- » Poradna Energy a výběr vhodného produktu – E. Karská, obj. na tel.: 720 289 092, přes prázdniny termíny dohodou

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.energy-luhacovice.cz,
www.facebook.com/energy.luh

OLOMOUC

Provozní doba o prázdninách:

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

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, út dle programu 17.30–19 h. / power jóga (st 16.30–17.30) a hatha jóga (st 18–19 h.) – L. Lachnitová, tel.: 608 001 535

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

VYUŽÍVÁTE SVOJI PRACOVNU?

PRACOVNA NA WEBU

Každý člen i poradce Energy si může kdykoliv prohlédnout a stáhnout ve své pracovní 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

včetně veterinárních produktů a možnost jejich zakoupení / diagnostika přístrojem 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 / zaslání 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 / shiatsu, lymfodrenáže, reflexní terapie, tejpování – M. Němcová, tel.: 604 968 767 / konstelace, kineziologie, reiki semináře a terapeutické setkávání – LAYLA centrum – L. Hajníková, hajnikovalenka@seznam.cz, tel.: 722 934 746 / zaslání zboží + e-shop: www.vitalityinlife.cz

Nabídka KC – poradny SPT:

- » CHRUDIM – 18. 7., 15. 8. – J. Turková, tel.: 720 128 269
- » NÁCHOD – 9. 7., 20. 8. – I. Čermáková, tel.: 723 577 280
- » KE PARDUBICE – dle objednávky – T. Křišťůvková, tel.: 777 177 610
- » SMÍŘICE – 10. 7., 21. 8. – L. Christ, tel.: 602 233 712

Kontakt:

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

PLZEŇ

Provozní doba o prázdninách:

po a čt 9–12, 13–15, st 13–18 h.,
út, pá – pouze pro objednané
1.–10. 7., 3.–7. 8. – ZAVŘENO

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 /

Kluby a konzultační centra nabízejí

fyzioterapie, tejpování – K. Gebouská, DiS.
– každá sudá středa od 13 h.,
obj. na tel.: 605 747 579

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:

po–pá 9–18 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika Supertronicem na objednání
/ EFT / kraniosakrální osteopatie

Letní nabídka:

Regresní terapie (metoda: hlubinná
abreaktivní psychoterapie)
– Martina Příbylová, tel.: 775 358 402,
pro členy Energy je možná konzultace
s Martinou zdarma, zda je pro ně tato
metoda vhodná.

Kontakt:

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

PRAHA 3

Provozní doba – POZOR, ZMĚNA:

po–čt 9–13, 14–17, pá 9–14 h., so 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.: 737 080 698 / Diacom
– frekvenční léčení, M. Šedivá,
tel.: 724 254 197 / výklad karet,
uvolňování negativních bloků,
stresu a strachu z podvědomé mysli
– A. Janoušková, tel.: 777 017 498 /
veterinární poradce (specialista na
koně) A. M. Hamonová, tel.: 775 046 115,
e-mail: a.m.hamonova@gmail.com

Kontakt:

Praha 3, Jeseniova 55,
tel.: 274 003 141,
www.energypraha.cz,
e-mail: energyprodejna@gmail.com,
www.facebook.com/Energyvetpraha3



PRAHA 4

Provozní doba:

po, st 9–19,

út, čt, pá 9–17 h.

Stálá nabídka na objednavku:

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 Kačerv),
tel.: 244 472 762, 775 109 482,
e-mail: energy-praha@centrum.cz,
www.energy-praha.cz

PROSTĚJOV

Provozní doba – POZOR – ZMĚNA:

po 9–12, 13–16, út 12–16, st 9–12, 13–17,
čt 9–13 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
zasílání produktů / prodej veterinárních
produktů / diagnostika přístroji
Supertronic, Oberon, Quantum BIO-
Electric / poradna, automatická kresba
a vytestování vhodnosti produktů Energy
– H. Kaplánková, 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 – 11. 7. – 10 h. – O snech, snění,
nevědomí a výklad snů – přednáška
J. Medo, info a rezervace na
tel.: 605 003 304, anetta.v98@seznam.cz
– 16. 7. – 17 h. – Zelené potraviny
– přednáška H. Kaplánková, rezervace:
Mgr. L. Věvodová, tel.: 731 654 345

» 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

Kontakt:

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

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, Bowenova, olejová a jiné
relaxační metody / kosmetické ošetření
Beauty kosmetikou / poradna pro zvířecí
miláčky / prodej veterinárních produktů /
cvičení Čchi-kung / Feng Shui poradenství /
čínská medicína / EAV diagnostika / cesta
sebezpoznání – fobie, strachy, alergie,

Kluby a konzultační centra nabízejí

hubnutí / výklad run a Osho tarot /
Bachova terapie / rodinné konstelace /
výživové poradenství / numerologie /
životní a zdravotní koučink

Mimořádná nabídka KE:

» NOVĚ: terapeutické masáže
+ poradenství Energy – Romana
Miňovská, tel.: 734 741 850 – motýlí
masáž (metamorfni technika), relaxačně
regenerační masáže zad a šíje

Nabídka KC:

» DOBŘÍŠ – U Anděla strážce, Pražská 27
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, tel.: 602 335 755
» DOMAŽLICE – Kotlanová Michaela
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, tel.: 728 167 002
» NOVÝ KNÍN-SUDOVICE
– Salon Štěpánka Hampeková
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, tel.: 602 229 694
» SEDLČANY – Ul. 28. října – Brešová Iveta
– nabídka produktů Energy
+ poradenství, masáže, tel.: 603 446 020

Kontakt:

Příbram, Nám. T. G. Masaryka 100/101,
tel.: 731 173 340, 731 173 722,
tel.: 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 /
Pedicom – počítačové vyšetření chodidel /
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 / záilková 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, kinesiotaaping, 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

Mimořádná nabídka KE:

» 11. 7. a 8. 8. – Ošetření kosmetikou
Energy (dle typu pleti) vyškolenou
kosmetičkou + reflexní masáže chodidel
a harmonizace čaker – pí. Pleyerová,
tel.: 723 913 283

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 edukineziologie / zasílání
produktů Energy

Kontakt:

Tábor, Purkyňova 1085,
tel.: 776 214 706, 381 251 041,
e-mail: objednavky-energy@seznam.cz,
www.radost-tela.cz,
www.zivocich.com,
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,

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE HRADEC KRÁLOVÉ

Změna kontaktu KC:

» Kolín-Zálabí – Prodejna Lottus
Jiráskovo nám. 411
Petr Hradecký, tel.: 731 851 041
e-mail: hradecky.petr@volny.cz
provozní doba: po–pá 8–18, so 8–12 h.

KE UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Změna adresy KC:

» Brno – Centrum IBC,
Příkop 838/6, 4. patro, zvonek 413
Bc. Helena Papežiková,
tel.: 608 888 453
provozní doba: út 9–13, čt 9–13,
14–18 h., ostatní dny po tel. domluvě
poradenství a prodej produktů
Energy, měření Supertronicem,
TČM, výživové poradenství

KE VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Nové KC:

» Frenštát pod Radhoštěm

Šafrán – zdravá výživa
Františka Palackého 1870
Anna Holubová, tel.: 607 916 400
provozní doba: po–pá 8–12.30,
13.30–17 h., so 8.30–11 h.
prodej produktů, poradenství

pá 11–15 h., pro velký zájem prosíme
o včasné objednání

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

» JIHLAVA – Mgr. P. Dřečková,
– 1. provozovna: Fyton, tel.: 739 049 203,
– 2. provozovna: Dům zdraví,
tel.: 739 040 821 – konzultace 13. 7., 3. 8.
» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE
– Studio Verbena – M. Palová,
tel.: 605 554 456 – konzultace 8. 7., 5. 8.
» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – L. Žák,
Šafaříkova 1304, tel.: 723 107 158
– konzultace 22. 7., 19. 8.
» NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková,
Zdravěnka – Masarykovo nám. 517,
tel.: 739 026 531 – konzultace 2. 7., 6. 8.
» TASOV – D. Švestková, Tasov 69, poradna
Revité – poradenství a psychoterapie,
tel.: 605 938 299, www.revite.cz
– konzultace 16. 7., 20. 8.
» VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43,
tel.: 724 763 689 – konzultace 9. 7., 13. 8.
» ZNOJMO – Biocentrum Renata
Režňáková, Zámečnická 13 – poradna
Energy, kosmetika, solární studio,
tel.: 515 224 684 – konzultace 15. 7., 12. 8.

Kluby a konzultační centra nabízejí

» ŽDÁR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková,
Libušinská 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 8. 7., 12. 8.

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 – zaslání produktů na dobírku /
měření SPT / metoda EFT / psychowalkman /
masáže – lymfatické, baňkování, medová,
relaxační, Breussova, lávovými kameny /
dárkové poukazy na masáže a služby /
prenatální výukový program Baby plus
– konzultace a možnost zapůjčení

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
SPT – Š. Čechová, P. Trčková-Slavíková,
J. Schmuttermeyerová, obj. na tel.:
605 778 740, I. Dufková – obj. na tel.:
725 711 545, A. Turečková – obj. na
tel.: 776 581 715 / EFT – technika emoční
svobody – J. Němcová, tel.: 604 419 585 /
terapeutická kosmetika – M. Šťastná,
obj. na tel.: 737 213 449

Veterinární ordinace a homeopatická

poradna:

Poradenství a prodej produktů Energy
– MVDr. K. Hlačiková a MVDr. I. Stiksová,
e-mail: hlačikovak@seznam.cz,
tel: 723 446 021

Nabídka KC:

» BRNO – Bc. Helena Papežiková,
út 9–13, čt 9–13, 14–18 h., ostatní dny
po domluvě – poradenství a prodej
produktů Energy, TČM, měření
Supertronicem, výživové poradenství,
tel.: 608 888 453, Centrum IBC,
Příkop 838/6, 4. patro, zvonek 413

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 /
hormonální jóga, jóga, jógové terapie
– st, E. Kašíková, tel.: 725 512 361 /
Ordinace celostní medicíny:
MUDr. M. Štecherová – poradna
přírodní medicíny, kineziologie
– po, čt, tel.: 724 870 414

Mimořádná nabídka KC:

» LITOMĚŘICE
– Krámek U dvou přátel
POZOR, změna adresy:
Ul. 5. května 279/2
– každý čtvrtek osobní konzultace
(pouze na obj.), pravidelné ochutnávky
zelených potravin a čajů, měření SPT
a KOS, V. Gazdová, tel.: 777 402 500
– přijďte v létě ochutnat Organic Sea
Berry a Organic Goji

Kontakt:

Ústí nad Labem, Pařížská 14,
tel: 475 209 367, 602 345 999,
e-mail: energyclub-usti@seznam.cz,
www.klubenergyusti.cz

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Provozní doba – POZOR – ZMĚNA:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika přístrojem Diacom,
Supertronic / individuální a párová
psychoterapie / speciálně pedagogické
poradenství / veterinární poradna / e-shop
Mimořádná nabídka KE:

» 13. 7. – 17 h. – Produkty Energy 1,
20. 8. – 17 h. – Produkty Energy 2
– seznamovací přednášky o produktech
nejen pro nováčky
» 16. 7. – 17 h. – Možnosti použití
terapeutických krémů Pentagramu
– přednáška Evy Macíčkové
» 27. 8. – 17 h. – Budování imunity
člověka – lektorská přednáška
MVDr. L. Chmelaře, Ph.D., nutná
rezervace přes tel. či e-mail klubu
» Ochutnávka vybraných zelených potravin
» NOVÉ: diagnostika přístrojem
Supertronic – I. Vaňková, st 15–17 h., obj.
na tel.: 775 234 992, Mgr. H. Štěpánková,
obj. na tel.: 739 208 896

Mimořádná nabídka KC:

» NOVÉ: FRENŠTÁT POD RADHOŠTĚM
– Šafrán – zdravá výživa, Františka
Palackého 1870, Holubová Anna,
tel.: 607 916 400, po–pá 8–12.30,
13.30–17 h., so 8.30–11 h.
– prodej produktů, poradenství
» BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8
– 22. 7. a 19. 8. – 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
» VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ – Veterinární
ordinace – MVDr. E. Vratníková,
Sklářská 604/2, Valašské Meziříčí,
tel.: 724 970 066, vetevra@gmail.com
» VSETÍN – Zelená lékárna,
Smetanova 1462 – poradna Energy
– každou středu 9–17 h. – L. Tyralíková,
tel.: 725 116 009

Kontakt:

Valašské Meziříčí, Poláškova 78,
tel.: 571 161 545, 770 640 875, 723 976 814,
www.energy-valmez.cz
e-mail: info@energy-valmez.cz

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

ČERVENEC/SRPEN 2020

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Valašské Meziříčí	Klub Energy	27. 8. – 17 h.	Budování imunity člověka – MVDr. L. Chmelař, Ph.D.	Valašské Meziříčí

LÉTO PLNÉ POKUŠENÍ! 20 % SLEVA

2 KRÉMY 50 ml – libovolná kombinace
2 MÝDLA – libovolná kombinace

10 % SLEVA

2 KRÉMY PROFESSIONAL
– libovolná kombinace

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
2x krém 50 ml*	451 Kč	18	113 Kč
2x krém professional 500 ml*	2 518 Kč	104	280 Kč
2x mýdlo*	192 Kč	8	48 Kč

* libovolná kombinace

Při nákupu
nad 400 Kč
20 % SLEVA

Červenec:
DERMATON OIL

Srpen:
PROTEKTIN DEO

SOUTĚŽ O CENY

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA:
Jaký krém je nejvhodnější
na ekzematickou pokožku?

Do **31. srpna 2020** pošlete vyplněný kupon
s odpovědí a prodejní doklad o nákupu
2 krémů nebo 2 mýdel Pentagramu na e-mail:
letnisoutez@energy.cz nebo na adresu:
Energy Czech Republic a.s.,
Trojská 39/201, 171 00 Praha 7
a budete zařazeni do slosování o ceny.

1. CENA:
batoh na notebook Samsonite, Artrin XXL,
Cistus complex, Spiron difuzér, Tick-a-tack

2.–3. CENA:
kosmetická taška Reisenthel, Cytovital renove,
Visage water, Visage oil, Spiron difuzér,
Tick-a-tack

4.–15. CENA:
Cytovital, Organic Sea Berry oil, Droserin balm,
Spiron difuzér, Tick-a-tack

Další podrobnosti najdete na www.energy.cz.

SOUTĚŽNÍ KUPON

Odpověď:

Jméno:

Příjmení:

Adresa:

Mobil:

LETNÍ VITAMINOVÁ LÁZEŇ

Účinná kombinace
produktů pomůže
pokožce efektivně
zregenerovat
po opalování.

Smíchejte **krém Cytovital** a pár kapek
Organic Sea Berry oil, směs vmasírujte
do pokožky. Opakujte vždy po pobytu na slunci.
Organic Sea Berry oil užívejte současně i vnitřně,
2x denně 7 kapek. Tímto postupem docílíte
přirozeného odstínu pokožky, která bude vláčná,
hydratovaná, vyživená a opálení déle vydrží.

