



vitae

prosinec 2021/leden 2022

Vánoce jako
energetický doping?
Proč ne...

Novinka: Mycoren

Lednové
mezidobí Země
ovlivní celý náš rok



Produkty měsíce prosince

Prosinec se hlásí opět spíše vyššími teplotami, hlavně kolem 12., a bohužel i Štědrého dne, takže se bílých Vánoc pravděpodobně opět nedočkáme. Celý měsíc je chladný nevýrazně, vynahradí to až kolem Silvestra, kdy můžeme čekat opravdový teplotní propad a zzzimu. Sníh k ní ovšem neslibuje.

Spěch a stresy kolem přípravy Vánoc a Silvestra nás často úspěšně skolí a my se ve vánočním zmatku ocneme bezmocně nemocní. Máme kliku, že i v takovéto chvíli můžeme očekávat zastání. Rodinu Grepofitů jistě nemusíme dlouze představovat. Každý je má doma ve své lékárnice, obzvláště v zimním období, kdy se virům a bakteriím spolehlivě daří. **Grepofit**, **Grepofit spray**, **Grepofit drops**, **Grepofit nosol aqua** dokáží zasáhnout i v případě opravdové pohromy. Zaberou v akutním stavu, sáhnout po nich ale můžeme i ve chvíli, kdy zdravotní potíže jenom tušíme. V takovém případě je dobré podpořit i duševní a fyzickou pohodu a dopřát si relaxaci pomocí čaje **Chanca Piedra**, podporujícího přirozenou obranyschopnost a odolnost organismu. Udržuje také normální hladinu krevního tlaku a přispívá k cévnímu zdraví. V prosinci nepohrdneme ani jeho schopností podporovat metabolismus tuků. Zima dává zabrat ledvinám a močovému měchýři. Při prvních náznacích problému se můžeme obrátit na **Tribulus terrestris**. Kotvičník zemní využívali pro blahodárné účinky na vitalitu organismu a pro jeho močopudné, antiseptické a protizánětlivé účinky už v Číně ve 4. století n. l. Umí toho opravdu hodně. Podporuje přirozenou obranyschopnost, přispívá ke stimulaci imunitního systému, udržení činnosti kardiovaskulárního systému, srážení a čištění krve. Blahodárně působí na normální činnost nervové soustavy a dýchacího systému, močové soustavy a reprodukčního systému, uvolňuje tělové a svalové napětí.

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy,

číslo 12/1, prosinec 2021/leden 2022.

Náklad 22 550 ks. Vychází 10x ročně, evidenční číslo MK ČR E 15476.

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

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

Obrazový editor: Jana Kuntová.

Foto: Shutterstock, Energy Czech Republic a.s.

Jazyková úprava: Mgr. Renáta Pražáková Pekařová.

Grafická úprava: Radical Design, s.r.o., Jan Urban, Beata Mitřegová.

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



Produkty měsíce ledna

Leden se projeví hlavně chladnými větry, na hory sněhu to nevypadá. Teplotně nebude měsíc nic moc, ochladí se zejména na přelomech dekád. V lednu nezapomínáme na mezidobí Země, čas, kdy máme možnost navrátit se do svého středu, a tím sami sobě pomoci k vyrovnání osobních i zdravotních disharmonií, třeba i s produkty Energy patřícími k prvku Země. Může to být **King Kong**, který využijeme, třeba když si na náledí zlomíme nohu. King Kong podpoří překlenutí zlomeniny svalkem, a výrazně tak urychlí léčbu. Kromě toho zlepšuje fyzický výkon a stav organismu, napomáhá odbourávání kyseliny mléčné po zátěži (například sportu), zajišťuje osvěžení těla a vitalitu a v neposlední řadě udržuje hormonální rovnováhu. Ocenit bychom mohli také **Organic Nigella sativa**, legendární olej faraonů starověkého Egypta. Kleopatra a Nefertiti oceňovaly jeho účinky na krásu, Hippokratés a Avicenna zase pro terapeutický efekt. Černucha se používala k terapii mnoha onemocnění od problémů s trávením, hypertenze, diabetu, zánětlivých onemocnění, kašle, bolestí hlavy, ekzémů, horečky až po chřipku, a provedené studie i dnes její významnou aktivitu potvrzují. Odpočinout bychom si pak mohli u **Sweet orange**. Když nás přemůže únava, slabost, ochablost, starosti a napětí, pomerančová sladkost esence bude na správném místě a vnese nás zpět do života.

EVA JOACHIMOVÁ

Znáte sny
malých
dětí?

OBSAH

Editorial	04
Provoněné sváteční i všední dny	05
Energetické a harmonizační pomůcky	06
Jídelníček z naší rovnoběžky	08
Jak ohromnou máme moc	10
Terapeutické metody	11
Přírodní kosmetické oleje – arganový a mandlový	12
Novinka: Mycoren	14
Země ve mně	16
Vaše zkušenosti s našimi produkty	17
O výchově a nevhodě	18
Veterinární přípravky Energy	19
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24





EDITORIAL

VÁNOČNÍ OZDOBY

Pamatuji se na dobu svého dětství, kdy jsme měli vánoční stromek ozdobený „klasickými“ vánočními ozdobami z křehkého skla: byly na něm kouličky, různobarevné domky i s kostelíkem, modrá basa a beruška, zvonky... Měli jsme s bratrem každý své oblíbené favority. No, a mezitím visely

svíčky, prskavky, stříbrné lamety a ozdobné řetězy, čokolády z vánoční kolekce. Po babičce a dědečkovi jsme k tomu získali ještě zajímavé prvorepublikové kousky vyráběné z korálků. Takže parádní změt. Když jsem ale začala bydlet sama, popadla mě „eko-fáze“ a bavil mě stromeček přírodní, s vlastnoručně upečenými voňavými perníčky, slámovými ozdobami a jablky. Ty vystřídal „zlatý věk“ (protože vánoční výzdoba prý podléhá módě!). Koupila jsem tehdy pár dřevěných zlacených retro ozdob a k nim nastříkala stejnou barvou plody platanu a vlašské ořechy, vypadalo to zajímavě. To už jsme měli děti, tak jsem to po čase různě střídala. Díky mé lásce ke Skandinávii nakonec přibyla sada červených a bílých ozdůbek – háčkované, látkové i dřevěné. A pak jsme si jednou, jako každý rok, přivezli domů krásnou, huňatou malou jedličku z Ikea, která vůbec neopadává. Když ji dal můj muž do stojánku, zálibně se na ni podíval a povídá: „Ten stromek je tak krásný sám o sobě – co kdybychom ho nechali jen tak, neozdobený?“ A u toho už jsme zůstali. Většinu ozdob jsem si zatím ponechala v krabicích, ale ty z foukaného skla jsem nabídla na inzerát, že je daruji. Byl z toho krásný zážitek – paní, která si pro ně přišla, nám na oplátku přinesla velkou krabici domácího výborného cukroví a pak nám ještě napsala, že se celá její rodina sesedla doma okolo stolu, ozdoby vybalili a láskyplně se jimi kochali, prohlíželi si je a radovali se z nich. Přišlo mi to vážně milé...

*Užijte si svátky v klidu a lásce,
MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ*

SALUS

VĚRNOSTNÍ PROGRAM

.....

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

Když budete měsíčně po dobu 1 roku nakupovat produkty Energy v minimální hodnotě 700 Kč, za vaši věrnost vás odměníme **bonusem v hodnotě 1 000 Kč**.

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

.....

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

Provoněné sváteční i všední dny



Možná už nám to ani nepřijde na mysl, ale v Energy se od prvopočátku zabýváme blahodárným působením esenciálních olejů, tedy aromaterapií. Rostlinné esence obsahují už pentagramové koncentráty, naše „vlajková loď“. Ale využít účinky jedinečných aromatických molekul na tělo i duši můžeme také například v balneolové koupeli nebo při aplikaci krémů – ať terapeutických, nebo kosmetických, kdy dochází k postupnému uvolňování a vstřebávání účinných látek kůží i dechem. Esencemi provoněné jsou zubní pasty, mýdla a šampony... Aktivní a okamžitou aromaterapii zažijeme rozstříknutím **Spironu**. Nejintenzivněji se pak s nimi setkáváme v samostatných aromaterapeutických přípravcích. A vánoční čas je ten pravý, kdy je můžeme naplno využít. Levandule (**Lavender**) posílí naše nervy, zklidní psychiku a odstraní napětí při předvánočních přípravkách. **Geranium** osvěží vyčerpaný nervový systém, pomůže uvolnit přehnanou zodpovědnost a opečuje mrazem vysušenou pokožku. Pomeranč **Sweet orange** sladce pohladí slinivku a prosvětlí dlouhé listopadové a prosincové noci. Když to přeženeme s bramborovým salátem nebo jinými dobrotami, podpoří naše trávení máta (**Mint**). A navíc nás pozvedne z apatie. Poslední z pětice, **Ylang ylang**, navodí sváteční náladu a zdravé sebevědomí.

OD ZLODĚJŮ KE TŘEM KRÁLŮM

Znáte legendu o zlodějích, kteří v 15. století okrádali zemřelé při morové epidemii? Dokonce se ani nebáli vstupovat do jejich domů! Chránila je totiž směs esencí skořice, hřebíčku, citronu, rozmarýnu a eukalyptu. Nenakazili se, ale byli chyceni a před trestem je zachránilo vyzrazení receptury, která je tak účinná. Právě spojováním esenciálních olejů vznikají unikátní kombinace se synergickým působením, kde se jednotlivé esence navzájem doplňují a podporují. Doslova vybroušeným

diamantem mezi takovými přípravky je nový sprej **Three kings**, ve kterém najdeme pětici zmiňovaných esencí prověřených již ve středověku, obohacenou o tři cennosti: myrhu, kadidlo a zlato. Tato směs se dokonale hodí do adventního, vánočního i zimního času. Tělo prohřeje a ochrání před infekcí. Duši pohladí, navodí pohodu a klid. Zkrátka nám udělá dobře!

Dnes už naštěstí nežijeme ve špíně a netrápí nás puch, ale malý zázrak v podobě aromaterapie si můžeme dopřát každý den. Vždyť adventní a vánoční čas je pro zažívání zázraků přímo jako stvořený.

MARIE BÍLKOVÁ

NAPSALI JSTE NÁM

MALÝ, PŘESTO GOLIÁŠ!

Ráda a s nadšením se svěřím se svojí novou zkušeností s přípravkem **Energy essence**. Když jsem zjistila, že se mi začíná dělat pod spodním rtem opar, napadlo mě sáhnout po malé skleničce s bylinným olejíčkem Energy essence a to místo jsem jím natřela. Za kratičkou dobu jsem pocítila obrovskou úlevu a zklidnění, tak jsem to před spaním ještě zopakovala. Druhý den po oparu nebylo ani stopy – stal se zázrak! Teď už vím, čím příště tuto vždy vlekoucí se lapálii zažehnám.

Ještě musím podotknout, že tento přípravek, použitý jako „parfém“, je nevšední a svojí kouzelnou vůní budí pozornost okolí. A když jej použijete po večerní očištění (stačí jen „řupnout“ na krk), dostane se Vám opojného usínání a příjemného spánku!

„Essencovou“ pohodu přeje **JIŘINA KOUDELOVÁ, Zichovec**

Energetické a harmonizační pomůcky (1)

VÁNOCE

Svět uvnitř i vně nás je neustále proudící tok energie. Vzájemná interakce našeho vědomí s okolím tvoří nedílnou, stálou součást našeho života. Některé situace nás povzbuzují, jiné rozezlivají nebo dodávají radost. Svět přináší mnoho záříčů, harmonizérů a dalších pomůcek, kterými můžeme tok energie v těle a prostoru ovlivňovat. V magický prosincový čas začínáme nový, celoroční seriál o těchto energetických „ladičích“, dozvíte se o těch nejrozšířenějších, i skoro neznámých. Za jeden z nich lze považovat advent a Vánoce.





VÁNOCE – OTEVŘENÁ BRÁNA DO NEBES

Prosinec přináší do našich životů specifický druh energie. Říká se, že v adventním období jsou nám nebesa a andělé blíž. Celý tento magický čas lze využít jako jeden z nejmocnějších harmonizérů, který dokáže projasnit mysl a otevřít srdce. Každý den se proto alespoň na malou chvíli zastavte a vnímejte všudypřítomné švelebení andělských křídel, hřejivou vůni svařáku a barevný svět osvětlení.

V jedné adventní písničce se zpívá, že advent je příchod nebeských výhod, využijte je tedy naplno a s pokorou. Odvažte se zasnit do svých přání, odpusťte si své chyby, dopřejte si odpočinek, načerpejte sílu, radost a víru. Vyjděte si sami či s rodinou večer ven a kochejte se krásou kolem sebe. Nejen očima, ale všemi smysly, které máte. Odhodte na chvíli starosti a užívejte přítomnost. Jděte stranou od všeho spěchu, stresu a jizev na duši. Rozsviťte vánoční osvětlení i ve vás, rozezvoňte svůj svět zvonky dětských let. Ať už budou letos Vánoce jakékoliv, najděte v nich pro sebe to nejlepší. Využijte je jako harmonizační pomůcku.

ZVONY, ZVONKY, ROLNIČKY

Jistě to znáte: „Rolničky, rolničky, kdopak vám dal hlas?“ Odpověď v koledě nenajdeme, ale zvuk rolniček a zvonků dokáže doslova zárazky. Malé zvonečky si věšíme na stromček, větším zvonkem zahajujeme rozbalování dárků a velký zvon zve na půlnoční mši. Všude se do toho ozývá zvuk rolniček, které přinášejí radost dětem i dospělým. Tento specifický zvuk působí na energii srdce a rozeznává naše dávno zapomenuté dary. Adventní písně a vánoční koledy jsou plné těchto zvuků. Navíc bývají radostné, optimistické, melodické a přinášejí úsměv. Zajděte si například do kostela na koncert, zavřete oči a vnímejte. Bude k vám přicházet zvuk rolniček, varhan, zpěvu, zvonků a andělských energií. Nechte své myšlenky volně plynout, nesnažte se je zastavovat a korigovat. Zaměřte se na svoje srdce a solar. Vědomě směřujte zvonivé zvuky do této oblasti. Můžete si i zpívat či pobrukovat a vibrace směřovat právě sem.

Nechte se hýčkat, pečovat o sebe, rozmazlovat. V tomto magickém období mají energie velkou sílu a hloubku. A klidně si můžete tuto krásnou atmosféru přenést do roku dalšího. Až se budete cítit rozladěni, zavřete oči a nechte svou existenci zharmonizovat zvonivým zvukem. Pociťte, jak energie proudící ze srdce zvonu otevírá a rozezvučuje to vaše.

NA CO SE MŮŽETE TĚŠIT

Náš nový seriál bude zaměřen na harmonizující hudební nástroje, harmonizéry, zářiče a další. Mají za úkol ladit, čistit a dávat do rovnováhy prostor, ve kterém žijeme, z něhož tím nejdůležitějším je naše tělo. Pomáhají zlepšit tok energie v čakrách, meridiánech či našich domovech, přeladují nás na vyšší frekvence a navracejí zpět k sobě. Působí pomocí zvuků, tvarů, barev, tónů, melodie atd. Vydejte se s námi na cestu skrze nekonečný svět, který ve vás zanechá otisk.

U každé pomůcky najdete její popis, účinky, druhy a zajímavosti. Součástí článků bude také několik tipů, jak s nimi pracovat, a meditační cvičení. U některých si budeme společně pomocníka tvořit a pracovat s ním. Každá pomůcka je běžně k dostání v obchodě, nebudeme pracovat s ničím nedostupným. Svoji sílu a schopnosti nám představí například tibetská mísa, zvonky, talismany, kříž, spirála, mandaly, purba, ladička či hromoklín.

Krásný advent a „kouzlené“ Vánoce Vám přeje ONDŘEJ VESELÝ

Sladké, a přesto zdravé Vánoce

Říkáte si – to je ale nesmysl!? O Vánocích se naše stoly prohýbají pod množstvím sladkostí, cukroví, vánoček, a na nich přece moc zdravého nenajdeme. Ale i tyto pochoutky můžeme osladit zdravěji, díky sušenému ovoci!

PROČ SE SUŠÍ OVOCE?

Sušení je asi nejzdravějším způsobem, jak uchovat ovoce na zimu. Pro naše předky bylo naprostou nutností. Pokud sušíme ovoce při nižší teplotě, zachová si velké množství vitaminů a minerálů, říká se, že až 80 %. Na rozdíl od zavařování. Tím, že ovoce zbavíme sušením vody, bude obsahovat velké množství vlákniny i v malé porci, což ocení naše střeva. Sušené švestky nebo nálev z nich jsou známým projímadlem. Sušené ovoce obsahuje antioxidanty, vitamin E, podle druhu pak železo, hořčík, draslík či vápník. Je výborným zdrojem rychlé energie, což oceníte třeba na výletě na běžkách, kdy vám už docházejí síly. Navíc chuť ovoce se sušením stává koncentrovanější a sladší. Ale pozor, všeho moc škodí! Musíte pamatovat na to, že i sušené ovoce obsahuje velké množství přírodních sacharidů.

JAKÉ OVOCE SUŠIT?

Sušit bychom měli pouze kvalitní, chemií neošetřené, neprezralé a nepoškozené ovoce, nenapadené plísní. Pokud to jde, je lepší zachovat slupku, která obsahuje většinu prospěšných látek, například u jablek a hrušek. Sušit můžete většinu ovoce. Větší plody je potřeba nakrájet, odstranit pecky či jádýrka, menší kousky jako bobuloviny se suší celé.

JAK SUŠIT?

Sušit ovoce můžeme v létě v horkém dni venku na sluníčku, v klasické troubě nebo speciální sušičce. Sušení je práce na delší čas, ať ho provádíme jakkoliv. Venku budeme sušit několik dní, v troubě či sušičce několik hodin. Čím více vody daný druh ovoce obsahuje a čím větší kousky ovoce sušíte, tím bude sušení probíhat déle. Ovoce je dobré nejprve omýt, očistit, odstranit pecky, případně rozkrojit napůl nebo nakrájet na plátky cca 0,5–1 cm tlusté. Sušením plody většinou ztmavnou, pokud chcete zachovat jejich přirozenou barvu, může pomoci trik, kdy ovoce před sušením namočíte do vody s citronovou šťávou. Sušíme dle druhu při teplotách od 30 do 70 °C. Venku musíme

sušení často kontrolovat, hlídat, aby ovoce nezačalo plesnivět a jinak se neznečistilo. V troubě je nejlepší používat funkci horkovzduch a sušit na plechu vyloženém pečicím papírem. Sušička je nejpohodlnějším a nejefektivnějším řešením, ovoce se suší na více sítích najednou. Některé sušičky dokonce využívají technologii infračerveného sušení, tedy stejný princip, jako je sušení na slunci. Uchovávat bychom pak sušené ovoce měli v dobře uzavřené nádobě v suchu, ideálně v tmavé chladné místnosti. Takto vydrží roky!

SUŠENÍ MRAZEM NEBO LYOFILIZACE

Tento moderní způsob sušení ovoce je ideální tím, že více zachovává tvar, barvu a původní chuť a vůni ovoce. Ovoce se nejprve rychle zamrazí a pak usuší při nízkém tlaku až po vakuum. Zachovávají se jím skoro všechny vitaminy a minerály. Jeho další nespornou výhodou je, že neobsahuje žádné chemikálie na rozdíl od klasického průmyslového sušení, kde se většinou používají siřičitany. Jeho cena je však vyšší, což odpovídá náročné výrobě.

K ČEMU SE POUŽÍVÁ?

Díky výborné chuti se hodí sušené ovoce jako zdravé zobání či svačinka. Můžeme si ho přidávat do ranních kaší, ale i do čaje, buchet, koláčů, použít ho jako základ pro raw dezerty, nebo jím můžeme ozdobit dorty. Vánoční cukroví, zejména to nepečené, se bez něj rozhodně neobejde. A vánočka bez rozinek v rumu? To si neumím představit! Vhodné se dá sušené ovoce kombinovat se sýry nebo smetanovými omáčkami k masu, zejména divočině. I v salátech udělá doslova divy.

MŮJ POHLED

Sušené ovoce máme doma vždy! V lednici rozinky a brusinky naložené v rumu do kynutých těst a štrúdlu. Ve spíži sušené švestky, datle a fíky na přímou konzumaci, když nás honí mlsná. Ale dáváme si je i do jogurtu, granoly nebo ranních kaší. Lyofilizované maliny a jahody používám na dozdobení dezertů a musím je schovávat před synem, který je schopný sníst celou krabičku na posezení. Moje nejoblíbenější recepty najdete za článkem.

Krásné, požehnané a sladké Vánoce a hodně zdraví v novém roce 2022 vám přeje ZUZANA KOMŮRKOVÁ





SALÁT S AVOKÁDEM, SUŠENÝM OVOCEM, OŘECHY A DIPEM S KARI

1 hrst vlašských ořechů (nebo mandlí), 1 hrst sušených brusinek, 1 hrst nesířených sušených meruněk, 2 zralá avokáda, 125 g polníčku, 30 g sezamového nebo olivového oleje, 1–2 lžičky dijonské hořčice, 1 lžice limetkové nebo citronové šťávy, 150 g smetany (min. 30 % tuku), ¼ lžičky kari, ½ lžičky soli, špetka mletého černého pepře

Ořechy a ovoce nasekáme na drobnější kousky. Jedno avokádo nakrájíme na kostičky. Vše vložíme do misky s omytým polníčkem. V mixéru nebo tyčovým mixérem rozmixujeme druhé avokádo, olej, citrusovou šťávu, smetanu a koření. Dresinkem polijeme předem připravenou směs.

VEPŘOVÁ PANENKA PLNĚNÁ ŠVESTKAMI (4 porce)

1 kg vepřové panenky, 10–12 sušených švestek, sůl, černý pepř, 200 g anglické slaniny na plátky, 800 g brambor, 1 lžička kmínu, 2 lžičky soli, 2 snítky tymiánu nebo ½ lžičky sušeného, 3 lžice olivového oleje, 50 ml koňaku, 50 g másla

Panenku očistíme a dlouhým nožem vytvoříme uprostřed otvor, do kterého vložíme sušené ovoce. Maso osolíme, opepříme a zabalíme do plátků anglické slaniny, můžeme upevnit provázkem. Ze všech stran opečeme na olivovém oleji, dáme do pekáčku a pečeme 15 minut na 200 °C. Poté zabalíme do alobalu společně se snítkou tymiánu. Uvaříme oloupané brambory. Do pánve, ve které jsme opékali maso, přidáme k oleji výpek z pekáčku, koňak, tymián a krátce provaříme. Odstavíme z plotny a vmícháme máslo. Dochutíme případně solí a pepřem. Odpočaté maso nakrájíme na plátky a podáváme s omáčkou a vařenými brambory.

OVOCNÝ ČAJ

1 litr vody, 1 hrst sušených jablek nebo hrušek, 4 sušené švestky nebo 1 hrst sušených borůvek, 2 hřebíčky, ½ špalíčku skořicové kůry, 1 kulička černého pepře, 1 kulička nového koření, volitelně kardamom, badyán dle chuti, 4 kolečka čerstvého biocitronu (1 kus do každého hrnečku)

Sušené ovoce a koření dáme do konvice a zalijeme litrem vařící vody, luhujeme alespoň 15 minut. Podáváme s kolečkem citrону.

OVOCNÝ SUK – NEPEČENÉ VÁNOČNÍ CUKROVÍ

2 zralé banány, 12 velkých datlí, 2 hrsti vlašských ořechů, ½ lžičky skořice, kapka rumu (volitelně), sušené ovoce dle chuti (meruňky, švestky, brusinky, rozinky), na zahuštění strouhaný kokos, případně nadrcené dětské piškoty, strouhaný kokos na obalení

Banány, datle, ořechy, skořici a rum rozmixujeme do husté hmoty. Do té vmícháme na malé kousky nakrájené sušené ovoce dle chuti a fantazie. Zahustit můžeme ještě strouhaným kokosem, případně drcenými dětskými piškoty. Z hmoty vytváříme váleček, který obalíme v kokosu. Zabalíme do potravinové fólie a dáme alespoň na 12 hodin do lednice vychladit a ztuhnout. Poté krájíme na širší kolečka. Zkzumovat bychom měli do 2 dnů.

KYNUTÝ VÁNOČNÍ VĚNEC S OVOCEM A MANDLEMI

2 hrsti rozinek, 2 hrsti sušených brusinek, 2 hrsti nesířených sušených meruněk, 2 hrsti mandlí, 2 dcl rumu, 1 lžička skořice, 1 kostka čerstvého droždí, 50 g třtinového cukru, 150 ml mléka (i rostlinné), 2 vejce, 100 g rozpuštěného másla, 500 g hladké mouky, 0,5 dcl rumu, 1 špetka soli, vanilka nebo vanilkový cukr

Nejprve si nachystáme ovoce do misky – rozinky a brusinky celé, meruňky nakrájíme na menší kousky. Zalijeme rumem, přidáme skořici, promícháme a necháme asi hodinu marinovat. Pak k nim vmícháme nasekané mandle (nebo ořechy).

V hrnečku si vyrobíme kvásek z droždí, cukru a asi poloviny mléka. Vše rozmícháme, přikryjeme a necháme 15 minut v teple zaktivovat. Přelijeme do misky nebo robota, přidáme 1 celé vejce a 1 žloutek, ostatní suroviny a vypracujeme těsto, které necháme v teple 45 minut kynout.

Vykynuté těsto rozválíme na pomoučeném vále na obdélník o velikosti 40x30 cm. Rozkrojíme ho na 2 pruhy 15x40 cm. Doprostřed každého pruhu nanese polovinu ovocné směsi a srolujeme. Oba prameny spleteme a spojíme do kruhu, přeneseme na plech vyložený pečicím papírem a potřeme zbylým bílkem. Necháme ještě chvíli kynout na plechu cca 15 minut. Pečeme v troubě vyhřáté na 160 °C horkovzduchem asi půl hodiny. Vychladlý věnec pocukrujeme a ozdobíme stužkou.



Jak ohromnou máme moc

Jak to v předvánočním čase bývá, vystojíme mnohdy spoustu front, počkáme si v zácpách či děláme okružní jízdu po parkovištích v naději, že se mezitím pro nás a naše auto uvolní místo. Jsme při tom v různé intenzitě nevrlí, zlostní a vzteklí a na lidi kolem vypouštíme jed v podobě různých nadávek a jiných slovních nebo mimoslovních reakcí. Vůbec si však mnozí neuvědomujeme (nebo v zajetí svého vlastního presu zapomeneme), co si tím sobě, a nejen sobě způsobujeme.

LAVINOVÁ REAKCE

Před několika dny jsem stála frontu na poště. Jak jsem tak čekala, sledovala jsem dění kolem. Po nějaké době stání ve frontě se někteří lidé přede mnou významně otáčeli na ty za nimi (i na mě), kroutili útrpně hlavou nebo pronášeli

něco ve smyslu „to snad není možný“ a snažili se očním kontaktem spojit s jinými, a vyzískat tak od nich nepřímou podporu.

Začalo to jednou takovouto nevrlou reakcí jednoho z nich a po několika minutách už kroutili hlavou skoro všichni. Jako by se vzedmula ohromná vlna nenávisti, zlosti a vzteku. Ta se projevovala i k dětem, které spolu se svými rodiči čekaly ve frontě. Jelikož rodiče dětem začali odsekávat a ztrácet trpělivost.

Když jsem se do fronty zařadila, slyšela jsem, jak nějaká paní přede mnou povídá starší paní o dvou holích před ní, ať si sedne, a až přijde na řadu, tak se zařadí. Tato samá paní, co tak soucitně zareagovala, a tu starší paní přiměla sednout a počkat vsedě, až přijde na řadu, této starší paní pak následně

tak zlostně vyčinila v momentě, kdy na tu starší paní přišla řada, a ona si vykračovala k přepážce. Pronesla ve dvou větách něco ve smyslu, že to by si mohl sednout každý a že ona, když měla zlomenou nohu, taky stála o berlich ve frontě a nikoho to nezajímalo. Nutno podotknout, že tato zcela rozdílná reakce stejné paní na jednu a tu samou situaci nastala po té vzedmuté vlně nepřátelských emocí. A přesně takto se my všichni vzájemně ovlivňujeme.

O CO TADY JDE?

Jenže mnozí si už neuvědomujeme, že vše spěje do rovnováhy a tedy, jak zasejeme, tak sklídíme. A je zcela jedno, jestli jsme podlehlí nepřátelské emoci (egu) někoho jiného, nebo my jsme byli ti, kteří rozrušili vnitřní klid jiných. Každý z nás se rozhoduje, čemu dá přednost. Nikdo jiný za nás toto nemůže rozhodnout (byť my často sebe a jiné přesvědčujeme o opaku – to, když na jiné svalujeme vinu nebo si vyčítáme a na sebe bereme odpovědnost jiných). A rovněž nikdo jiný místo nás nemůže sklídit (převzít odpovědnost). My všichni jsme ve skutečnosti „jen“ láska. Vše ostatní je iluze. A víte, v jaké části roku tato naše pravá podstata malinko vykukuje? Během adventu a vánočních svátků. Nepocítujete v tento čas více euforie, nadšení a dojetí? Zastavuje se někdo z vás u stánků a obdivuje nebo dokonce zakoupí nějakou ručně dělanou drobnůstku, které byste si v jiný čas ani nevšiml? Avšak ejhle, v tento čas jako by nabrala na krásu. Není to o té věci, je to o nás. My se v tento čas mnohem více otevíráme (byť často jen v tento čas), otevíráme více své srdce, a jsme tak schopni i více vidět lásku všude kolem. Proto pro nás ta zdánlivě zbytečná ručně vyrobená věc má najednou jinou hodnotu, těší nás se na ni dívat, cítíme hřejivé teplo. Cítíme totiž tu lásku, tu energii, se kterou byla mnohdy vyráběna. A jelikož jsme více jak kdy jindy v roce otevření lásky, jsme více schopni lásku uvidět a ocenit ve všem. Jelikož vše spěje do rovnováhy, a jak zasejeme, tak sklídíme.

Tu euforii, nadšení a dojetí, co mnozí z nás ve větší míře cítí během prosince, jsme sem přišli cítit po celý rok, po celý náš život. Je na nás, co si zvolíme. Vyberme si soucit a pochopení k sobě a jiným. To je klíč k hojnosti ve všem.

Mgr. Ing. PETRA JELÍNKOVÁ





Terapeutické metody (23)

RUŠ NEBOLI ZMĚŇ TO!

ZAČÁTEK PŘÍBĚHU

RUŠ je zkratka pro Rychlou a Účinnou změnu Skutečnosti. A takové působení RUŠ opravdu je. Zkoušeli jste všechny metody, co jich na světě je? Pořád vám je nepříjemně? Máte pocit, že jste pouze překryli/přeprogramovali problémy, ale pořád ve vás jsou? Chcete se jich doopravdy zbavit? Tak přesně pro vás je RUŠ.

Metodu vymyslel Karel Nejedlý, když ani po několika pobytech v Indii nebyl šťastný. Jednu noc v ášramu ho napadlo, že všichni ostatní vypadají nějak spokojeně, říkal si, jestli náhodou nepřišli na něco, o čem on zatím neví. Nejvíc mu vadilo, že ještě není osvícený. Pomyslel si tedy první RUŠáčkou větu „Přijímám, že nejsem osvícený.“ A jeho pocit z toho, že není osvícený, se najednou zhoršil. Jelikož je Karel zvědavý, nedalo mu to a zopakoval tuto větu ještě několikrát, párkrát se to ještě zhoršilo a pak se mu, světe, div se, ulevilo. Najednou mu bylo úplně jedno, že není osvícený. A tak se začal psát příběh Metody RUŠ.

PRINCIP PŮSOBNÍ

Karel Nejedlý posléze na tomto jednoduchém základu postavil systém, který je dnes aplikovatelný na jakýkoliv problém – i na ten váš. Fungování

metody je v principu velice jednoduché. Nejdříve pojmenujete, co vám vadí. Poté si pojmenujete ideální výsledek, tzn. jak byste chtěli, aby to bylo. Potom už podle jednoduchých kroků dohledáte příčinu v dětství a tam ji přijmete. Když danou myšlenku přijmete v dětství – tedy v příčině – tam, kde daný problém vzniknul, logicky se problém rozplyne i v současnosti. Přijetí v tomto případě neznamena souhlas, s některými událostmi prostě nemůžeme souhlasit, nicméně můžeme přijmout, že se staly, a zbavit je tak emočního náboje, který nám následně působí problémy v současnosti.

Možná máte pocit, že si na vzpomínky z dětství nepamatujete, nebo máte strach, že si je nevybavíte. Není se čeho bát, naše paměť funguje asociativně, podobné vyvolává podobné. A pokud si opravdu nebudete moct vzpomenout, pravděpodobně půjde o nějaký blok, který si RUŠkou zpracujete první.

PROBLÉM SE „ROZPOUŠTÍ“

Metodu RUŠ lze využít na jakýkoliv problém, který vás v současnosti sužuje: emoční, psychický, a dokonce i tělesný. Rozdíl oproti spoustě dalších terapií je ten, že problémy nepřekrývá ani se je nepokouší nijak předělat. RUŠka vám je pomůže rozpustit, nikoliv jen upravit. Je

to, jako když máte špinavé auto. Co s ním uděláte? Samozřejmě můžete špinu na něm tvarovat, malovat do ní obrázky nebo ji přestříkat novou barvou, ale špína doopravdy nikam nezmizí. Metoda RUŠ je jako hadr, kterým auto jednoduše – s pomocí čistícího prostředku (vašeho rozhodnutí) – umyjete do čista, že září jako nové.

VÍT ZBORNÍK

DOBŘÝ TIP

METODA RUŠ

ANEBO JÁ TO MÁM JINAK

Metoda RUŠ se podrobně vyučuje na kurzech, nicméně se dá snadno naučit i z pohodlí domova. Karel Nejedlý o ní napsal knihu „Metoda RUŠ aneb Já to mám jinak“, která se skládá ze dvou částí: teoretické, kde vtipně a věcně vysvětluje základní problematiku a principy; a praktické, kde vás jasně a přímo vede procesem čištění sebe sama od negativních vzorců. Kniha vám v žádném bodě neříká, jak se máte chovat. Věcně vysvětluje, jak v sobě najít konkrétní negace a jak je navždy jednoduše a logicky odstranit.

Přírodní kosmetické oleje – arganový a mandlový



Všechny ženy si přejí cítit se dobře, i tak vypadat. Ať už v zaměstnání, s kamarádkou na kávě nebo při nějaké slavnostní příležitosti. Pokud jde o používání kosmetiky, čím dál víc vyhledávají čistě přírodní produkty, které působí na tělo a pokožku jemně a harmonicky. Nabídce oblíbených Energy přípravků

určených k přírodní péči o pleť kralují vzácné, mimořádně jemné kosmetické oleje, arganový a mandlový. Oba mají biokvalitu a kromě kosmetického i terapeutický efekt. Ideálně se kombinují s krémy řady Renove.

ARGAN OIL

Arganový olej se získává ze semen plodů (arganových ořechů) stromu argánie trnité (*Argania spinosa*), které jsou podobné olivám, avšak větší, zpočátku zbarvené zeleně, později žlutě. Olej je velmi vzácný, protože na získání jednoho litru je potřeba až 30 kg těchto malých semen. Také proto, že arganovník roste jen ve třech zemích světa – v Alžírsku, Maroku a Izraeli. Berbeři tento strom považovali za posvátný, protože jim pomáhal přežít – kromě výroby oleje využívali jeho kvalitní a odolné dřevo, dužinou semen krmili dobytek

a skořápkami topili. Samotný strom se velmi podobá olivovníku, ale sběr plodů je mnohem těžší, protože větve mají ostré bodliny, které ztěžují přístup k plodům. I proto je čistý arganový olej několikanásobně dražší než olivový. Mezi kosmetickým a potravinářským arganovým olejem je rozdíl – kosmetický se získává lisováním semen za studena, ale před výrobou potravinářského oleje se semena nejdříve praží, čímž olej získá příjemnou oříškovou příchutí. Pro ni najde využití v kulinářství a potravinářství. Kromě kosmetického, lokálního působení na pokožku má olej i celkové léčivé účinky. Obsahuje vitamin E – známý antioxidant, který brání stárnutí buněk, dále vitaminy A, F, karotenoidy, esenciální mastné kyseliny, skvalen a steroly. Arganový olej zlepšuje prokrvení a okysličení pokožky, zpevňuje vazivo (podporuje tvorbu kolagenu a elastinu), sceluje drobné jizvičky, pleť přirozeně napíná, snižuje pravděpodobnost vzniku celulitidy. Pleti dodává pevnější, mladistvý vzhled. Masáž pokožky arganovým olejem





velmi účinně pomáhá proti celulitidě a striím, které často vznikají jako následek po redukci tělesné hmotnosti nebo po těhotenství. Už vzniklé strie na břiše, bocích nebo stehnech olej sice neodstraní, ale velmi účinně pomáhá předcházet jejich vzniku pravidelnou masáží během těhotenství či redukční diety. Arganový olej je vhodný i na ošetřování jemné pokožky miminek, jizviček po akné či drobných kožních poraněních – díky tvorbě kolagenu a elastinu pleť zregeneruje a vyhladí. Suchou pleť hydratuje, a přitom nezanechává mastnou. Terapeuticky působí arganový olej i díky antiseptickým účinkům na více kožních onemocnění, zejména při ekzémech, zánětu, psoriáze, a to i ve vlasaté části hlavy. V oleji obsažené esenciální mastné kyseliny pomáhají regenerovat nejen pokožku, ale i poškozené vlasy – suché, lámavé, roztřepené, a také nehty, které budou opět zdravé, lesklé a hladké. Celkového působení na pokožku dosáhneme, když přidáme několik kapek arganového oleje do koupele.

ALMOND OIL

Mandlový olej patří mezi ty nejjemnější, je také velmi vzácný. Získává se lisováním semen stromu mandloně obecné (*Prunus amygdalus*), který pochází původně z Číny a roste zejména v subtropických oblastech. Plody tvoří peckovice vejčitého tvaru šedozelené barvy, jejichž dužina po dozrání praská (podobně jako u vlašských ořechů). Uvnitř se nachází dírkovaná pecka světle hnědé barvy ukrývající mandli čili skořicově zbarvené semeno bohaté na olej. Mandle jsou výbornou pochoutkou, ať už surové, nebo pražené. Mandlový olej obsahuje vitamin E, B, zejména B₂ (riboflavin) a kyselinu listovou. Z minerálů hlavně vápník, draslík, hořčík, fosfor a dále také nenasycené mastné kyseliny – olejovou a linolovou. Díky velkému množství těchto bioaktivních látek mandlový olej zjemňuje pokožku a chrání ji před podrážděním. Suchou a popraskanou pleť zároveň hydratuje, pomáhá vyhladit vrásky, a přitom neucpává póry. Působí proti zarudnutí a svědění pokožky, chrání citlivou pleť před vrtochy počasí, vhodný

je na ošetření kůže po spálení sluncem. Zlepšuje také kvalitu vlasů a nehtů, podporuje jejich růst, dodává pružnost a lesk. Pro svou mimořádnou jemnost je vhodný na péči o pokožku kojenců již od narození, jakož i pro prevenci vzniku strií během těhotenství.

MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ

MĚLI BYSTE ZNÁT

ARGAN OIL

Arganový olej, nazývaný pro svoji vzácnost „marocké zlato“, pomáhá vyhladit drobné jizvičky na obličeji, má výrazné liftingové účinky, je vhodný pro každý typ pleti, na vlasy i pokožku hlavy.

ALMOND OIL

Mandlový olej je určený pro pleť suchou, popraskanou a citlivou na podráždění. Ideální pro miminka i ženy se zralou pletí. Zklidňuje, zjemňuje a přitom neucpává póry.

Novinka: Mycoren

Po nádherně zbarveném podzimu nastává zima. A bude vládnout chlad. Chlad spojený s třením rukou o sebe v touze je zahřát, s podupáváním nohama a choulením se ke kamnům. Také ale čas zimních radovánek či procházek v jiskřícím sněhu. Abychom si je mohli užít s radostí, v tom nám pomůže i nový produkt z řady Mycosynergy – Mycoren.



Hlavní účinky a indikace

Mycoren je svým složením zacílen na patologické stavy spojené s ledvinami a močovým měchýřem. Účinnost Mycorenu zahrnuje stavy od nádorů až po banální záněty, kde normalizuje stav ledvinové tkáně. Do okruhu ledvin patří také bedra, a proto bude bederní páteř posilovat. Harmonizuje kompletní hospodaření s tekutinami v organismu. Jeho působení se mimo jiné vztahuje na zpřesnění metabolismu ledvin i celkového metabolismu. Proto můžeme účinek Mycorenu vidět například na snížení cholesterolu či cukru v krvi nebo vysokého krevního tlaku způsobeného poruchou regulace funkce ledvin. Z přednášek víte, že trávení závisí na jangu ledvin, a to je přesně to, o co jde. Doplnit vyváženě jin, yang ledvin i jejich esenci. Mycoren zásadně podpoří pacienty při a po léčbě chemo- a radioterapií, zejména bude-li důvod pro jejich podávání spadat do okruhu prvku Vody. A to tím, že posiluje vlastní imunitu těla. Nezanedbatelný je jeho podíl na stabilizaci psychiky. Použité houby v produktu – tedy cordyceps, pórnatka kokosová a trstnatec lupenitý doplňuje velmi důležitá rostlinná složka *Dendrobium nobile*. Dohromady tvoří synergickou směs vyváženého působení na organismus.

Složení

Houby

Cordyceps: Housenice čínská je v Mycorenu použita pro svůj účinek na impotenci, dušnost, bolesti zad a chronický kašel.

Pórnatka kokosová (Fu ling): Posiluje slezinu-slinivku a střední ohniště, zlepšuje imunitu, podporuje močení,

BUDE VÁS ZAJÍMAT

POUŽITÍ MYCORENU

- » záněty a cysty ledvin
- » nádorová onemocnění ledvin
- » vysoký krevní tlak
- » otoky a problémy v hospodaření s tekutinami
- » stavy spojené se suchým kašlem, dušností
- » bolesti zad
- » pomočování
- » impotence
- » vyčerpání, pocit nedostatku sil
- » únava z myšlení, z toho plynoucí nervozita



uklidňuje ducha. Užívá se při prázdnotě sleziny-slinivky, s hromaděním škodlivé vlhkosti – velmi časté u oslabení ledvin, při hlenech, vodnatém průjmu a otocích, u nespavosti, neklidu a vyčerpání, palpitací.

Trstnatec lupenitý (maitake): Pomáhá při fyzickém vyčerpání – a nedostatku síly, oslabené mysli, nechuti k jídlu – zde jako příznaky oslabeného jangu ledvin. Má obrovské protinádorové účinky, silně tonizuje, zvyšuje silně imunitu, chrání játra před poškozením při chemoterapii.

Byliny

Dendrobium nobile: Krásná orchidej. Vyživuje žaludek a podporuje produkci tekutin, doplňuje jin a pročistuje horko. Užívá se při horečce nebo suchosti z nedostatečnosti jinů.

Kombinace s dalšími produkty

Stejně jako u ostatních produktů z řady Mycosynergy budeme u Mycorenu

využívat jeho účinků na problémy projevené ve hmotě, tedy tkáních orgánů (ledvin, prostaty). Renol, bylinný koncentrát ze základního Pentagramu, který také řeší obtíže spojené s onemocněním ledvin, pak bude zajišťovat harmonizaci řídicích funkcí.

» Například u infekce močových cest v akutní fázi podáme nejprve **Drags Imun**, **Grepofit** a **Renol**, po 14 dnech **Mycoren**.

» U potíží s prostatou využijeme **Mycoren**, lze zkombinovat s **Renolem**.

» V případě chronického selhávání ledvin zvolíme **Renol** v nízké dávce.

» Na bolesti zad můžeme klidně doporučit kombinaci **Mycorenu** s **Renolem**.

» Máme také nově vynikající možnost, jak současně ošetřit ledviny a játra – prostě zkombinujeme dle potřeby **Mycoren** a **Regalen**.

MUDr. ALEXANDRA VOŠÁTKOVÁ

Země ve mně

Je čas odložit staré, hluboce se nadechnout ve svém středu a vykročit do nového. V lednu totiž přichází mezidobí Země, nejdůležitější ze všech těchto mezidobí. To, jakým způsobem využijeme možnost pro obnovu základní energie ledvin právě v tomto čase, nás ovlivní na celý následující rok. Máme tedy možnost napravit 80 % chyb, nebo si opravdu hodně uškodit. A proto je potřeba dát Zemi, co její jest.

BÝT SÁM SEBOU

K Zemi patří střed, a proto bychom se v lednu měli vyvarovat všech krajností. Žádným způsobem se nestresovat, necestovat na neznámá místa, protože Země nemá změny příliš v oblíbené. Doporučuji naopak zůstat v blízkém kontaktu se sebou. Starat se prostě hlavně o sebe a své bližní. Je úžasné, že v lednu můžeme regenerovat svoji energii právě tím, že budeme plně a vědomě sami sebou, budeme plnit pouze svoje přání a dělat to, co dělá radost hlavně nám. Zdá se to tak jednoduché, že? Já osobně v lednu vůbec nepracuji. Válím se u kamen, čtu si a vařím. Svůj život jsem si zařídila tak, aby odpovídal původní čínské nauce HAM YU. Moje mistryně Eva Joachimová byla totiž vždy poměrně nekompromisní, zvlášť co se týče opatření pro energetickou optimalizaci v mezidobích Země. Měli byste proto také

vědět, že v lednu platí kromě nestresování se i jiné zákazy:

- » zákaz odhalených beder (to je ovšem trestné téměř vždy)
- » zákaz oblékání se do chladných barev a černé s výjimkou rituálních příležitostí
- » zákaz chlazení nápojů ledem
- » zákaz požívání syrové zeleniny
- » a to nejlepší nakonec: zákaz plýtvání sexuální energií (žen se to tolik netýká, ale muže tato ejakulační restrikce většinou moc nepotěší).

LÉČBA ZEMĚ ZEMÍ

Je prostě nutné držet se v teple a klidu a posilovat svoji Zemi. Kontakt se samotnou Zemí je velmi blahodárny, proto chodíme na procházky, nikdy ovšem ne tam a zpátky, ale upřednostňujeme procházkové okruhy. Léčebnou sílu Země je možné využít v podobě rašelinových koupelí a zábalů. Zvýšenou pozornost bychom pak měli věnovat také svým orgánům Země (žaludek, slezina-slinivka) a výživě obecně. Strava v lednu má být teplá, sladká a tučná. Čas na redukční kúry tedy rozhodně není. Zamilovat bychom se měli do obilovin. Vločky, jáhly a kroupy je dobré upřednostnit před knedlíky a bílou moukou, o sladkostech ani nemluvě. Skvělým způsobem, jak posílit svou Zemi, jsou houbové produkty – v našem případě **Imunosan**. V lednu ho zkombinujeme s **Vitaflorinem**, který

MODLITBA

„Já, která jsem krásou zeleně na zemi a bílou lunou pod hvězdami a mystériem vody, já volám vaše duše, ať se pozvednou a dojdou ke mně. Neboť já jsem duší přírody, která oživuje vesmír. Ze mne všechny věci vycházejí a ke mně se musí opět navrátit. Uctívejte mě s radostným srdcem, neboť vězte, že všechny akty lásky a radosti jsou mými rituály. Dejte v sobě průchod kráse a síle, moci a vášnivosti, úctě a pokoře. A vy, kteří mě toužíte poznat, pomněte, že vaše hledání a usilování vám nepomůže, dokud neporozumíte mystériu: Neboť jestliže to, co hledáte, nenajdete uvnitř sebe sama, nikdy to nenaleznete ani mimo sebe. A vězte, že já jsem s vámi byla od počátku a jsem to já, k níž na konci svých přání dospějete.“

Z knihy Lunární jóga, ADELHEID OHLIG

zajistí dodávku vitaminů, jichž se v tomto období člověku většinou nedostává. A ještě trocha nezbytného Feng Shui: k Zemi patří středy, proto udržujeme centra (středy) našich bytů, domů, místností i psacích stolů čisté a prostorné. Budeme tak lépe schopni udržet si svoji vnitřní rovnováhu a snadněji najdeme cestu do svého vlastního středu. Na středy (dny v týdnu) si nic neplánujeme, nechme si je volné a ten den věnujeme pozornost sobě. Pokud bychom chtěli energii Země posílit nějakým rituálem, krásný návod popsala Eva Joachimová ve Vitae č. 10/2021.

JÍZDA NA VLNĚ

Když víte, co chcete, může vám mezidobí Země hodně pomoci. V lednu se proto soustředím nejen na to držet se v teple, klidu a pohodě, ale také sprádám své plány jako pavouk síť. Nabízím své energetické dělo a směřuji ho tím správným směrem. Využívám nejen síly vizualizace, ale i slova modlitby (viz rámeček). Je to jeden z mých největších pokladů, které jsem našla v knize „Lunární jóga“ od Adelheid Ohlig. Recituji ta magická slova a cítím, jak mnou prochází sama esence života, jak se ve mně zažehává jiskra, která tam vždy byla. Věčné, tiché, nekonečné chvění...

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ



Dva nové objevy

V říjnovém čísle Vitae jsem si hezky početla jako vždy, nejvíce mě zaujalo – Návrat do středu a O výchově a nevýchově (to je hodně ze života).

Již v srpnu, jak jste uvedli nový produkt **QI collagen**, jsem si ho pořídila. Občas mě pobolívaly klouby, zejména kyčle, tak trochu je to genetická zátěž naší rodiny. Já hodně chodím pěšky, co to jde v týdnu, a pak hlavně turistika o víkendech, i běhám, a tak jsem se rozhodla zkusit váš nový produkt. Pochvě si dělám collagen drink v práci od pondělí do pátku a přesně dle návodu piji, o víkendů to většinou nestíhám. I tak to stačí a klouby jsou OK.

Další produkt, který jsem nedávno poprvé vyzkoušela, je **Audiron**. Dceři občas zaléhají uši a pak ji jedno i začalo bolet, tak jsem hned koupila v Energy v Pardubicích Audiron a po pouhých dvou nakapáních ji ucho bolet přestalo. Používáme ho i na zalehnutí v uchu a já si nařaděným Audironem vyplachuji ústa, protože občas mi krvácejí dásně, a je to lepší! A do třetice: zrovna před dvěma dny se dceři začal klubat opar, už ho měla na puse docela velký – řekla jsem jí, ať si na něj dává vatou Audiron a on se zklidnil a už nerostl. Tak budeme pokračovat až do zmizení oparu. Je to malý zázrak na hodně problému.

Prostě jsem objevila pro sebe a svou rodinu zase dva úžasné produkty!

Ing. LUDMILA BROKLOVÁ, Pardubice



Relaxin a zuby

„Máte zanícené kanálky. To musíme spravit. Dám vám nejbližší možný termín,“ povídá mi můj zubní lékař. Ježíšiiiiinkote, no to snad ne, prolitlo mi hlavou, hodně jsem se opotila a v duchu pouze prosila, ať je ten termín co nejpozději. „Tak, bohužel, zákrok je dlouhý (znova jsem se opotila) a hodinové okno (další panika...)“ v programu máme až za tři týdny.“ Až v tento moment jsem se trošinku zklidnila, termín si poslušně zapsala do diáře a kápka si 7 !!! kapek **Relaxinu**. Tři týdny? Že by znamenají? Hovor naštěstí probíhal po telefonu, poté, co jsem 2 dny předtím byla na plánované prevenci. Můj skvělý zubař se mě totiž hned po uvítání zeptal na úplně normální, očekávatelnou a logickou větu, zda je všechno v pořádku. Něco ve mně v tu chvíli chtělo pípnout: „ANO.“ Nicméně jsem si vzpomněla, jak mi „náhodou“ týden před plánovanou prohlídkou začalo vadit teplé, pak i studené, na tlak v dásni a postupně v celém zubu, kosti a nakonec celé čelisti, a jelikož se jednalo o pravou horní pětku, bolest se přenesla postupně i do pravého oka. Za týden celkem slušný postup.

Tak jsem se přiznala. On by na to samozřejmě přišel záhy a rychle sám při vyšetření. Diagnózu potvrdil i RTG, ze kterého výsledek mi volal ty dva dny poté, s termínem další návštěvy. Nicméně jsem byla na sebe hrdá, že jsem řekla: „NE, NENÍ.“ A nebylo. Na začátku roku byly letos pro všechny energeticky velmi náročné měsíce. Už se nedivím, proč ten tlak, bolest, přecitlivělost na studené, teplé, na dotek, na skousnutí... Nasadila jsem si tedy **Relaxin** 3x denně 7 kapek. Užívala jej a přestávala se bát zubů. Už totiž nebylo proč. Ten termín na kanálky jsme po kontrolním vyšetření panem doktorem zrušili. Byly v naprostém pořádku!

Mgr. MIROSLAVA ABERLOVÁ, DiS., Brno





O výchově a nevýchově (4)

MAMI, BUĎ SE MNOU...

Žijeme v uspěchané době, ve společnosti, která je nastavená převážně výkonově. Jsme zvyklí dělat vše naplno, rychle, efektivně, vše chceme mít pokud možno dokonalé. A rychle. Takže naplno pracujeme, naplno nakupujeme, zařizujeme, věnujeme se sportu, koníčkům, účastníme se kulturních akcí, naplno pečujeme o domácnost a děti. Do svých dětí jsme ochotni investovat hodně, vidíme v nich svou budoucnost, a tak kupujeme všemožné rozvojové hračky, platíme drahé kroužky, vybíráme pečlivě školy. I to děláme naplno. To, co ale děti potřebují ze všeho nejvíc, je naše plná pozornost. A zde řada rodičů selhává, aniž by to měla v úmyslu, nebo si to vůbec uvědomovala.

PŘÍKLAD ZA VŠECHNY

Jedna maminka přišla pro radu ohledně výchovy dětí. Měla pocit, že si její děti ničeho nevážší, jsou nevďěčné a věčně nespokojené. Přitom pro ně dělá vše, co může. S dcerou například jezdí na lukrativní kroužek přes půl města. A když cestou domů potřebuje ještě vyřídit několik telefonátů, dcera se uráží, že si s ní nepovídá a neposlouchá ji. Večer dorazí domů, mladší syn se dožaduje pohádek. Když mu je ale pustí, aby měla trochu klidu a mohla vybalit nákup a udělat teplou večeři, skáče po gauči, zlobí

a prostě dělá vše proto, aby si ho musela všimnout. Maminka je z toho zničená, nic nestihne a na děti se zlobí. Na konci dne je vyčerpaná a má pocit marnosti. Podívejme se ale na situaci očima dětí. Starší dcera přichází plná zážitků, které chce s maminkou sdílet. Ta na ni ale nemá čas a telefonuje. To, co cítí, je zklamání. Mladší dítě celé odpoledne čeká na maminku, těší se na ni. Ale maminka nemá čas. Dělá tedy, co umí, aby mu maminka věnovala aspoň chvíli pozornost.

VĚNUJME DĚTEM SVŮJ ČAS

Děti jsou citlivé na naši plnou pozornost, potřebují ji. Proto nestačí být s nimi fyzicky, postarat se o ně, zabavit je, zorganizovat jim volný čas. Důležitá je naše plná a vědomá pozornost, naše naladění se na dítě. To v reálu znamená vypnout telefon, počítač, televizi na pozadí, zahodit na chvíli starosti, odložit nedokončené úkoly (nebo je ještě lépe udělat před tím, než budeme s dětmi, případně si je sepsat na papír a odložit na později). Stát se na chvíli návštěvníkem v dětském světě. Vytvořit každý den speciální, společný „prostor a čas“. Který nebude ničím rušený, kdy nebudeme odbíhat k nedokončeným úkolům, děti neuslyší „počkej, jen ještě...“. Bude to prostor pro společné sdílení zážitků,

radostí a starostí, ale také prostor pro dovádění, naladění se na stejnou notu, společné hraní. Na to nepotřebujeme žádné vybavení ani organizaci. Naopak, měli bychom vycházet z přání dětí. A to bez ohledu na svoji představu o společně stráveném čase. Zamýšlenou aktivitu můžeme dítěti nabídnout, ale ještě lépe uděláme, když necháme volbu na něm. I kdyby si přálo namísto čtení pohádky házet papírové kuličky do koše. Mějme na paměti, že to, co se nám zdá jako skvělá zábava, nemusí dítě vnímat stejně, nebo jednoduše v danou chvíli potřebuje něco jiného.

Ve sledu každodenních povinností to není úplně jednoduchý úkol. A tak pravděpodobně ucítíme sem tam nutkání přeci jen při tom ještě něco stihnout. Nedělejme to. Pokud nám myšlenky odbíhají jinak, zkusme se znovu naladit na dítě. Připomenout si, že teď chceme věnovat čas jen jemu. Podívejme se do dětských očí plných očekávání. Pohladíme děti po vlasech, sedněme si k nim na zem. A prostě budme chvíli pro ně a s nimi. Investice do společně stráveného času „naplno“, bez dalších podmínek, rušivých podnětů a snahy o naplnění našich představ o společně stráveném čase, je totiž tou největší investicí, kterou můžeme dětem dát.

PhDr. PAVLÍNA HLAVÁČOVÁ

Veterinární přípravky Energy (1)

POMÁHAJÍ JIŽ VÍCE NEŽ DESET LET

Naši čtenáři znají moc dobře produkty Energy, skvěle fungující u mnoha lidských obtíží, jak fyzických, tak psychických. Nejspíš také vědí, že máme i veterinární řadu přípravků, jež navracejí zdraví, pohodu a sílu zvířatům – a jejich páníčkům díky tomu klid a spokojenost. Rozhodně si tyto produkty zaslouhují pozornost, proto se jim budeme více věnovat v novém seriálu, který nyní začne ve Vitae pravidelně vycházet.

MAZLÍČEK NA PRVNÍM MÍSTĚ

Každý, kdo máme doma zvíře, moc dobře známe situaci, kdy mazlíček onemocní a celý chod domácnosti je vykořeněn ze svého poklidného stereotypu, o rovnováze ani nemluvě. Hledáme pomoc na veterině, v domácí lékárně, na internetu, u přátel... Zkrátka vyřešit nemoc našeho parťáka se stává prioritou. Jak jsme pak šťastní a vděční, když se zvíře opět uzdraví a dává nám najevo svou pohodu radostným vrčením ocasu, miskou vyližanou do posledního drobečku či spokojeným předením na klíně!

PROČ JSOU OBLÍBENÉ?

Veterinární přípravky Energy se těší narůstající oblibě, a to nejen u chovatelů a milovníků zvířat, ale také veterinářů, fyzioterapeutů, zvířecích psychologů a výživových poradců. Proč je tomu tak? Holistický přístup, požadavky na čistotu a biokvalitu a zejména přání neřešit nemoci potlačováním symptomů, ale hledat jejich příčiny a porozumět souvislostem – to je několik důvodů, proč je po produktech Energy stále větší poptávka i v souvislosti se zdravím a pohodou zvířat. Dále je to jejich energetický potenciál a obrovská schopnost podpořit regeneraci, tedy samoléčivé procesy živých systémů. Mnoho chovatelů zvířat má již pozitivní zkušenosti s humánními přípravky Energy při řešení svých zdravotních problémů, a hledá proto něco podobně účinného i pro své mazlíčky. Zvířata navíc dokážou na bylinky a bioinformace reagovat rychleji a citlivěji než lidé, jednak díky svému dosud pevnému spojení s přírodou, jednak díky nekomplikované mysli.

UCELENÁ NABÍDKA

V sortimentu veterinární řady najdeme 17 přípravků, většinou analogických k jejich humánním protějškům. Základ tvoří bylinné koncentráty Pentagramu, které jsou osou celé regenerace. Další přípravky, ať už ve formě kapek či kapslí, mono- i polykompozitní, pak tento základ důmyslně doplňují, rozvíjejí a potencují.

Přípravky mohou užívat zvířata všech věkových i hmotnostních kategorií, lze je použít v prevenci u zvířat zdravých i k léčbě různých syndromů a onemocnění. Můžeme pomoci nich zlepšit kondici a zvýšit vitalitu zvířat, podpořit kvalitu osrstění, připravit je na reprodukci, zátěžovou situaci, sportovní výkon či chirurgický zákrok. Je-li zvíře nemocné, nebo řekněme není-li v energetické rovnováze, lze v některých případech pomoci pouze bylinkami a přírodní cestou. Například zvracení po pozření něčeho závadného, falešná březost, dysmikrobie po užívání antibiotik či jiných léků – toto jsou stavy rychle a krásně reagující na přípravky Energy.



PODPORA POHYBOVÉHO APARÁTU A KONDICE V ZIMNÍM OBDOBÍ!

ČLENSKÁ CENA BALÍČKU:

607 Kč, 26 bodů
107 Kč ušetříte

SLEVA
15%
★ ★ ★

SKELEVET

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

KINGVET

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



» Výborné jsou produkty i tehdy, je-li zvíře již léčeno klasickým veterinárním způsobem. Až na výjimky se tyto dva léčebné přístupy nevylučují, protože produkty Energy klasickou léčbu doplňují a obohacují o energetickou složku. Pomáhají kardiakům, nefropatikům i pacientům endokrinnologickým, uplatnění nalézají i v onkologii. Zlepšují hojení ran a rekonvalescenci po operacích i hospitalizaci. Mláďatům umožňují lépe překlenout období odstavu a sérii vakcinací a chemizace v prvním roce života. Seniorům navrací jiskru a zpříjemňují stáří, pomáhají jim žít plnohodnotný život i se všemi bolístkami, které toto životní období přináší.

MVDr. MILENA MARTINCOVÁ

KVALITNÍ ODBORNÉ ZÁZEMÍ

Ve veterinární divizi máme rozpracovaný víceúrovňový systém poradenství i vzdělávání, díky němuž je poměrně snadné se s přípravky seznámit a začít je prakticky používat. Máme vyškolené poradce z řad veterinářů i nadšených chovatelů, k dispozici zájemcům jsou produktové letáky a konečně také nové webové stránky. Pořádáme cykly celodenních seminářů IEVET, přednášky i webináře na nejrůznější témata. Naše veterinární přípravky testujeme na svých domácích mazlíčcích, a také proto je můžeme z celého srdce doporučit.



KINGVET A SKELEVET

Zimní měsíce jsou pod vládou elementu Vody, toto období je vhodné na regeneraci kloubů a pohybového aparátu obecně. Začneme tedy náš seriál představením produktů k tomu předurčených, Kingvetu a Skelevetu, dvojici navzájem se doplňující a podporující. Skelevet funguje v tomto spojení jako substrát, stavební materiál pro účinky Kingvetu. Kingvet posílá Skelevet na místo určení, a zabezpečuje tak jeho maximální využitelnost.

Kingvet je vícesložkový bylinný koncentrát s charakteristikami: anaboly, podpůrný, stimulační, regenerační a silový. Výborně se hodí po operacích měkkých i tvrdých tkání na podporu hojení a rekonvalescence. Užívají ho zvířata sportovní a pracovní, v zátěži či po ní, pro zvýšení výkonnosti a nárůstu svalové hmoty. Báječný je i u kardiaků, kde podporuje stažlivost srdečního svalu a zlepšuje trofiku myokardu. Regeneruje jaterní tkáň, zlepšuje kondici a komfort zvířat s Cushingovým syndromem. Nejčastěji využívané jsou však

blahodárné účinky Kingvetu na pohybový aparát, zejména šlachy, vazy, svaly a klouby. Hojí zde různá poranění a záněty, ulevuje od bolesti při artróze, v mnoha případech dokáže nahradit analgetika. Je proto jedničkou v praxích veterinárních fyzioterapeutů a ortopedů, kteří s Energy produkty pracují.

Skelevet je vhodný zejména u rostoucích mláďat, kde podporuje vyvážený růst. Obsažené minerální látky a kolagen se podílejí na tvorbě kostní tkáně a zubů a dále na výstavbě chrupavek, nejen kloubních, ale také např. ušních boltců a průdušnicových prstenců. Léčebně pak Skelevet podporuje hojení zlomenin, poraněných šlach a vazů, snižuje opotřebení kloubní chrupavky při osteoartritidě. Regeneruje rohovinu prstních polštářků, kopyt i drápů, zvyšuje její pevnost i pružnost a stimuluje růst srsti. U kojících fen působí preventivně proti eklampsii. Výhodou je jeho chutnost a snadné podávání psům formou pamlsku.

MVDr. MILENA MARTINCOVÁ

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 dotazů pro astrologii také s časem a místem narození, posílejte na e-mail: centrumarael@seznam.cz.

Přestože je mi 50 let, v určitých životních situacích mám potíž se projevit, říct, co mi vadí. I při styku s autoritou se sevřu, a přitom není důvod.

MIRIAM S., Telč

Počátek je zřejmě ve vztahu s rodiči jako s prvními autoritami vůbec. Děti touží stále po pozornosti rodičů a získat si ji nebyvají snadné. Často se to nepovedlo nebo se nám nedostalo pochopení. A to je počátek nejistoty se projevit, protože co když to bude špatně? Začneme se uzavírat do sebe, nejistota roste a nevěříme si. Potlačíme vlastní osobnost a začneme

žít život někoho jiného. V průběhu života se učíme posuzovat a hodnotit sebe i ostatní a propojí se nám to s dalšími reakcemi. Je třeba zpracovat si strach z kritiky, výsměchu, jak mě uvidí ostatní, nalézt nové hodnoty sebe samé, naučit se přijmout se a věřit si. Doporučuji najít si dobrého terapeuta, ale kus práce na sobě můžete udělat sama. Zkuste to i přes postoj těla – narovnat se. Užívejte **Relaxin, Renol** nebo si nechte vytestovat přípravky přímo na míru. Podpořit v uvolnění a nadhledu vás může například i aromatická esence **Sweet Orange**.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

Kdo správně luštil, našel v říjnové křížovce tuto tajenku: „**Naše touhy jsou naše možnosti.**“ Vylosovali jsme tyto čtenáře:

- » Olga Spáčilová, Koberice
- » Jana Kyselá, Višňová
- » Blanka Rundová, Dobřichovice

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

Tajenku křížovky z tohoto čísla magazínu spolu se svojí adresou zašlete nejpozději do **22. prosince 2021** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7
e-mail: tajenka@energy.cz

„Mír na zemi nastane, když budeme žít... (TAJENKA).“ – Helen Steiner

Nápověda: IBISI; KROTON; SOLANKA	Stávat se zkvašeným	Týkající se rámu	Tento	Továrna ohýbaného nábytku	Zkratka obchodního centra	Právě tak		Obrátlovec živící se mateřským mlékem	Nepatrná částka peněz (-u-)	Jméno papouška	Polní míry	Zkratka nitru	Barva karet	Dvojnásobný tón a
Jedovatá indická rostlina							Odrůda české letní hrušky							
1. část TAJENKY							Potrat Krevní skupina							
Slovo na závěr modlitby					Listnaté stromy Levá ruka							Kód pro latinu Pohlavní touha		
Jednotka hlasitosti				Vodováha Závěr							Háj Slabý			
Římská čtyřka			Přítel pa- nen. Barbie Vojenská jednotka				Chemická zn. mědi Rytmičský celek			Slabika smichu Pobřežní hráz			Licho- kopytník	Anglický název Číny
Asfaltovat							Muž slabé vůle Úkon šachisty							
	Citoslovce plašení ptáků	Oslovovat 3. os. mn. č. Iniciály rež. Trojana							Čápvití tropičtí ptáci Spojka					
Chlívěk pro králíky						2. část TAJENKY								
Zastávka kočovníků divadelníků						Domácí Theodor					Olina			

Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

BŘEČŤAN – NA ZEĎ I NA NEMOCI

Břečťan popínavý dnes známe ze zahrad, parků, sem tam ho zahlédneme i v lese či na hřbitově, o jeho četných léčivých účincích zpravidla nevědouce. Je dalším příkladem rostliny, na kterou se v tomto ohledu s nedávným příchodem „moderní“ medicíny takřka zapomnělo. Břečťan byl přitom uznávanou léčivkou již za dob starých Egyptanů a posléze i „otce medicíny“ Hippokrata, tedy celá staletí před narozením Ježíška, a svou popularitu si udržoval napříč časem až do „věku chemie“.

MAGICKÝ PLEVEL

Jako se brečťan pne po kmenech a větvích stromů, tak i on byl opřádán záplavou pověstí a magických legend. V antice byl symbolem nesmrtnosti, přátelství a věrnosti, a dával se proto třeba novomanželům. Byl také významným symbolem stoupenců Bakchova (Dionýsova) kultu, kteří šířili jeho použití coby léku na kocovinu a brečťan se od těch časů vyskytuje na mnoha vinných vinětech. Přirozeným habitatem brečťanů je lesní podrost hlavně listnatých lešů, vyhovuje jim spíše polostín až stín a humózní půda. Pravlastí brečťanu je pravděpodobně Středomoří, odkud se však již dávno rozšířil kromě polárních oblastí takřka po celé Evropě, Asii a severní Africe. Zavlečen byl i do Austrálie a Severní Ameriky, kde se mu díky nepřítomnosti přirozených škůdců a chorob daří až moc, vytlačuje původní druhy, a je proto považován za invazivní plevel.

POPÍNAVÝ ŠPLHOUN

Břečťan popínavý (*Hedera helix*) je stálezelená keřovitá trvalka z čeledi aralkovitých. Jeho dřevnaté, liánovité lodyhy vyrůstají z mohutného a hlubokého kořenového systému dosahují běžně 10, 15 metrů. Má-li ale vhodné podmínky a oporu (strom, skálu, zeď), dokáže se vytáhnout i do 20 až 30 metrů. Umožňuje mu to množství přičepivých kořínků vyrůstajících z četných lodyžných uzlin. Tuhé, cca 5 cm velké řapíkaté listy vyrůstají na stonku střídavě. Na svrchu jejich typicky šípovitých čepelí se v tmavě zelené jasně vyjímá světlá žilnatina. Dalším znakem brečťanu jsou dva druhy listů – ty v přízemí jsou (většinou) pětilaločné, ty v koncových partiích mají čepel celokrajnou. Kvěst začínají brečťany až asi v desátém roce života. Drobné žluto-zelené kvítky sdužené v polokulovité okolíky se objevují od července až do listopadu, a jsou proto významným zdrojem nektaru a pylu i v době, kdy již většina rostlin odkvetla. Plody

jsou modro-černé bobule, které brečťan zdobí až do jara. Pozor! Pro člověka jsou jedovaté, mohou způsobit průjem, silné zvracení i smrt.

LISTY ANO, BOBULE NE

Pro ptáky ale bobule jedovaté nejsou a dobře jim během zimy poslouží za potravu. Zároveň se tak šíří semena. K dostání je mnoho kultivarů lišících se barvou listů, bobulí či vzrůstem, které na zahradě dokáží zkrášlit jinak nevzhledné zdi apod. Často slouží i jako tepelná a vodní izolace celých (hlavně cihlových) domů. Z brečťanu se také získávají látky pro výrobu dezinfekčních přípravků a růžové a šedé textilní barvivo. Díky obsaženým saponinům se používal i jako prací prostředek. V léčitelství se využívají výhradně brečťanové listy. Sklízají se z nekvetoucí rostliny, tedy zjara či pozdě na podzim a pečlivě se suší. Obsahují saponiny, glykosidy hederin a helixin, alkaloid emetin, třísloviny, flavonoidy, organické kyseliny, např. kyselinu hederikovou, mravenčí, jablečnou, dále pektin, rutin, betakaroten, vitamin E, jód a další.

PŘI KAŠLI I KOCOVINĚ

Nejdůležitějším léčivým účinkem brečťanu je jeho pomoc při onemocněních dýchacích cest, jako je úporný kašel, astma nebo bronchitida. Břečťan je antiseptický, dokáže mírnit křečovitě stahy svalstva i jejich bolest při kašli a zejména obsažené saponiny jsou následně skvělé k rozpouštění hlenu. Flavonoidy a rutin zas pozitivně ovlivňují pružnost a pevnost cév, steroly bojují s cholesterolem. Výčet léčivých účinků brečťanu je tak dost dlouhý – kromě kašle se na něj můžete spolehnout při jaterních, žlučnických i menstruačních potížích, plísňových a zánětlivých chorobách kůže (vředy, akné, rány, vyrážky, spáleniny), celulitidě, při lupech ve vlasech, uleví i od bolavých kloubů a hemeroidů.

Vzhledem k mírné jedovatosti brečťanu je rozšířenější vnější aplikace (obklady, koupele, masti apod.). Vnitřního užívání by se měly vyvarovat těhotné a kojící ženy, senioři a malé děti. Tyto rizikové skupiny by si měly brečťanové přípravky raději koupit v lékárně. Sirupů na kašel tam mají k dostání spousta, lék na kocovinu si ale můžete připravit sami: listy z brečťanu nechte macerovat v octu a nálevem si pak masírujte čelo a spánky. Břečťan nám zkrátka, zvláště v zimě, má stále mnoho co nabídnout.

Mgr. VLADIMÍR VONÁSEK

Zdravá a silná imunita

PREVENCE / PODPORA / REKONVALESCENCE

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Imunosan + Flavocel	796 Kč	35	88 Kč
Vironal + Flavocel	703 Kč	31	78 Kč
Drags Imun + Flavocel	759 Kč	33	84 Kč
Cistus complex + Flavocel	725 Kč	32	81 Kč
Grepofit kapsle + Flavocel	631 Kč	27	70 Kč
Grepofit drops + Flavocel	609 Kč	26	68 Kč
Grepofit kapsle + drops + spray	720 Kč	30	80 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol a. + spray	919 Kč	38	102 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol aqua	743 Kč	31	83 Kč
Grepofit kapsle + nosol aqua + spray	658 Kč	27	73 Kč
Grepofit drops + nosol aqua + spray	636 Kč	26	71 Kč



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

Kluby a konzultační centra nabízejí

BLÍŽEJOV

Provozní doba KE Blížejev:

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

Provozní doba KC Domažlice, Srnova 76:

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

Stálá nabídka:

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

Nabídka KC:

- » Veterinární poradna – MVDr. Hynčíková
Birnerová L., tel.: 604 489 477
- » Energy produkty v gynekologii
– MUDr. Budka T., tel.: 603 226 913
- » Reflexní terapie, poradenství
– Mičová J., tel.: 723 204 672
- » Masážní a regenerační služby
– Birnerová L., tel.: 723 107 663

- » Kineziologická poradna
– Ing. Pilátová J., tel.: 737 713 366
- » Jógové terapie
– Mgr. Heroldová B., tel.: 605 275 136
- » Poradenství, prodej produktů Energy
– Macháčková M., tel.: 604 984 665
- » Kosmetické ošetření Beauty Energy
– Myšková V., tel.: 734 495 317
- » Poradna TČM, masáže – Mgr. Piták L.,
tel.: 608 509 060, Kozinova 44, Domažlice
Přejeme všem příznivcům Energy
příjemné a klidné prožití vánočních
svátků, v novém roce hodně zdraví
a spokojenosti.

Kontakt:

Bc. Johánková Jitka, Blížejev 124
tel.: 721 384 473
e-mail: johankova@centrum.cz

BOSKOVICE

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna pro produkty Energy včetně

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

Poradny a přednášky:

- » KE BOSKOVICE – 6., 13., 20. 12. a 3., 10.,
17., 24. 1. 2022
– pravidelná produktová poradna
- » KC BLANSKO – pí. Ing. Jitka Součková,
tel.: 608 620 059, provozovna Sadová 8,
poradna Energy po tel. domluvě
- » **obnovené KC LETOVICE – Filip Jirout**
– masér a chiropraktik, tel.: 739 764 854,
areál Nemocnice Letovice
- » KC LHOTA U LYSIC – Studio JM,
manželé Libišovi, tel.: 775 156 278
– Energy poradna – 10. 12., 14. 1.,
28. 1. 2022, kosmetické a masážní
služby, odborná poradna zdravé
výživy

Kontakt:

Boskovice, Krátká 16
tel.: 720 529 424, 605 896 184
e-mail: kocmanovaenergy@seznam.cz

Kluby a konzultační centra nabízejí

BRNO

Provozní doba:

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

Vánoce: 22. 12. – 10–12, 14–18,
23.–26. 12. – ZAVŘENO,
27. 12. – 10–12, 14–18 h.,
28. 12.–6. 1. 2022 – ZAVŘENO

Přejeme příjemné prožití vánočních
svátků a hodně zdraví po celý rok 2022.

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KC:

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

Kontakt:

Brno, Sukova 4

tel.: 530 500 422, 737 479 120

e-mail: info@brnoenergy.cz

www.brnoenergy.cz, www.clenenergy.cz

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

ČESKÁ TŘEBOVÁ

Nový KE od 1. 1. 2022

(provoz stávajícího KC do 31. 12. 2021
nepřerušen)

Provozní doba:

lichý týden po–čt 8–13,
sudý týden po–čt 13–18 h.,
mimo uvedenou dobu
po telefonické domluvě

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy /
měření Supertronicem / masáže,
baňkování, lymfodrenáž

Kontakt:

Česká Třebová, Moravská 218

tel.: 737 33 10 71

e-mail: masaze.anicka@seznam.cz

www.avmasaze.cz

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Kontakt:

České Budějovice, Na Mlýnské stoce 6

tel.: 776 454 874

e-mail: energycb@seznam.cz

www.energyuklarky.cz

ČESKÝ TĚŠÍN

Provozní doba:

po 16–20 h. a dle dohody

Stálá nabídka:

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

Nabídka KC:

- » JABLUNKOV – Velebnovského 164,
Byrtusová Terezie, tel.: 608 581 799
– měření SPT, prodej Energy produktů
- » 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

DOLNÍ BŘEŽANY

Nový KE od 1. 1. 2022

(provoz stávajícího KC do 31. 12. 2021
nepřerušen)

Provozní doba:

po 9–12, 13–17, st 9–12, 13–17, čt 9–12 h.
út a pá dle tel. dohody, mimo pracovní
dobu je možné, po domluvě, vyzvednutí
produktů Energy na recepci

Stálá nabídka:

prodej a poradenství produktů Energy /
zasílání produktů / kosmetika – A. Škorpil,
tel.: 774 070 394 / kosmetika – H. Kubínová,
tel.: 777 248 500

» e-shop: www.vitalityinlife.cz

» aktuální informace (diagnostika,
přednášky apod.) – www.vitalityinlife.cz

Na objednávku:

diagnostika přístroji Supertronic
a Pedicom (počítačové vyšetření
chodidel) – K. Kochová, tel.: 739 902 134

Mimořádná nabídka KE:

- » 26. 1. 2022 – 10–16 h. – ukázka měření
chodidel přístrojem Pedicom
– Šárka Urbanová
- » 26. 1. 2022 – 17 h. – Praktické využití
produktů Energy – beseda se
Šárkou Urbanovou

VYUŽÍVÁTE SVOJI PRACOVNU?

PRACOVNA NA WEBU

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

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

Kluby a konzultační centra nabízejí

Nabídka KC:

- » KRALUPY NAD VLTAVOU – Přemyslova 347, Kosmetický salon – H. Kubínová, tel.: 777 248 500
- » PRAHA 10 – Uhřetěves, Kašovická 870/5, Kosmetický salon – A. Škorpil, tel.: 774 070 394

Nabídka KC – poradny SPT:

- » KE DOLNÍ BŘEŽANY – dle obj. – K. Kochová, tel.: 739 902 134
- » KAMENNÝ PŘÍVOZ – J. Vojtěchovská, tel.: 739 602 716
- » PRAHA 2 – Prodejna Farmář říše snů, Rašínovo nábřeží 56 – M. Bystroňová, tel.: 601 011 220
- » PRAHA 8 (Karlín) – Avasa, Křížkova 308/19 – Mgr. B. Demčáková, tel.: 734 384 673

Kontakt:

Dolní Břežany, Pražská 636

tel.: 739 902 134

e-mail: info@vitalityinlife.cz

www.vitalityinlife.cz

www.facebook.com/energy.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika SPT 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 / zasílání 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. a 16. 12., 13. a 27. 1. – 10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715
- » CHOCEŇ – každé pondělí nebo dle dohody – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535
- » KOSTELECK NAD ORLICÍ – každé pondělí – pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816
- » NOVÝ BYDŽOV – na objednání – pí. Rakouská, tel.: 776 614 046
- » OPOČNO – 16. 12. a 13. 1. – pí. Králíčková, tel.: 739 379 435
- » SMÍŘICE – každý čtvrtek nebo dle dohody – PharmDr. Svobodová, tel.: 602 141 184
- » VYSOKÉ MÝTO – každou středu nebo dle dohody – pí. Krejčová, tel.: 773 697 042

Kontakt:

Hradec Králové, Letců 1001

tel.: 495 534 715, 736 765 477

e-mail: babkabylinarka.cz@seznam.cz

CHEB

Provozní doba:

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

Vánoce: 19. 12. (Zlatá neděle) – 14–17 h., poslední prodej čt 23. 12., dále otevřeno 27.–31. 12.

Stálá nabídka:

- » po a čt – testování vhodných produktů pro váš organismus SPT – M. Svobodová, obj. na tel.: 603 486 331
- » út – měření SPT s A. Chmelovou + poradenství a výživa, obj. na tel.: 724 965 773
- » NOVĚ: Testování na přístroji QUANTUM – M. Svobodová (po, čt), A. Chmelová (út, pá) – vždy na obj., viz tel. čísla výše!

Mimořádná nabídka KE:

Posezení u slunečního simulátoru v naší pracovní době – tzv. světelné terapie, která je vhodná proti podzimním chmurám, depresím a nespavosti. K tomu přidáme ochutnávku čajů z naší nabídky.

Nabídka KC:

- » AŠ – Okružní 25, Mgr. Rejsková – diagnostika / komplexní analýza těla na přístroji Quantum, pouze na obj., tel.: 774 342 903
- » CHEB – V. Votrubová, měření SPT + poradenství, pouze na objednávku tel.: 606 242 353
- » CHODOVÁ PLANÁ / PLANÁ / TACHOV – měření SPT s A. Chmelovou + poradenství a výživa, obj. na tel.: 724 965 773
- » LITVÍNOV – Zapper centrum – nabídka účinné prevence včetně postupů pro nastolení rovnováhy organismu na

přístroji Zapper, obj. na tel.: 737 261 940 – Ing. Sabolová

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

Kontakt:

Cheb, Kostelní schody 1

tel.: 354 422 355, 603 486 331

www.energy-cheb.cz

KARLOVY VARY

Pracovní doba:

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

- » rozvoz po Karlových Varech: objednávky každé pondělí (do 1 000 Kč za 50 Kč, nad 1 000 Kč zdarma)
- » e-shop: www.naturbox.cz

Stálá nabídka:

konzultace o vhodném výběru a užívání telefonicky: 775 947 793, skype, whatsapp / dárkové poukazy na masáže a Energy produkty / diagnostika tělesných hodnot na IN BODY / zvýhodněná cena kosmetiky a klasických masáží / masáže proti bolesti – zeštíhlující program, klasické, antioxidační, anticelulitidní / kosmetické ošetření Beauty kosmetikou Energy – tel.: 353 236 605, 775 947 793

Mimořádná nabídka KE:

- » každé DRUHÉ úterý v měsíci – diagnostika EAV přístrojem, objednávka nutná, na tel.: 353 236 605
- » výhodné – masáže, kosmetika, pedikúra při praktickém vyučování studentů
- » přihlášky na rekvalifikační kurzy: sportovní masáž, sanitář, masér pro zdravotnictví, kosmetička, manikérka, pedikérka, chuťva pro děti, lektor dalšího vzdělávání
- » odborné kurzy pro maséry
- Veterinární poradna:**
» KRÁSNŮ – MVDr. Cincibusová, tel.: 773 657 288 – veterinární poradenství s produkty Energy



Kluby a konzultační centra nabízejí

Nabídka KC – poradna

a prodej za členské ceny:

- » AŠ – Fitness – relaxační centrum Helena, Pivovarská 8, tel.: 728 450 538 – masáže, konzultace
- » KADAŇ – pí. Bartlová, tel.: 739 490 423 – masáže
- » MARIÁNSKÉ LÁZNĚ – A. Tatarinová, tel.: 702 420 654 – konzultace

Kontakt:

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

LIBEREC

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

bezplatná poradna a prodej produktů Energy / měření Supertronicem na obj. / kineziologické testování vhodnosti užití přípravků Energy / individuální konstelace / kineziologie One Brain / EFT / masáže: Raindrop, relaxační, krémy Energy, aroma, motýlí / tělové svíce / výklad Osho Zen Tarot / konzultace s psychologem / arteterapie, mandaly na hedvábí, pískové, enkaustika, jako dárek na objednávku podle datumu narození nebo symptomu / výživový poradce / ochutnávka 3 druhů zelených superpotravin Energy / dárkové poukazy na produkty Energy, masáže, terapie – G. Veselá / zaslání zboží na dobírku

Mimořádná nabídka KE:

- » každé út – poradna Energy a výběr vhodného produktu – G. Veselá, obj. na tel.: 777 624 569, jiné termíny domluvou
- » NOVÉ: Biorezonance – Bicom II. generace – MUDr. Zuzana Baumannová, info na tel.: 777 624 569

Kontakt:

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

LUHAČOVICE

Provozní doba:

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

Vánoce: 27. 12.–5. 1. 2022 – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE:

- » ochutnávka vybraných zelených potravin a QI collagenu
- » každé úterý – poradna Energy a výběr vhodného produktu – E. Karská, obj. na tel.: 720 289 092, jiné 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.energyluha.cz
www.facebook.com/energy.luh

OLOMOUČ

Provozní doba:

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

Vánoce: 22. 12. – 9–13 h., 23.–26. 12.

– zavřeno, 27. 12. – dle domluvy,
od 5. 1. 2022 – standardní otevírací doba

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE:

- » 5. 12. – 8–18 h. – Rodinné konstelace L. Zvolánka, přihl. na tel.: 731 692 823
- » 11. 12. – 8–14 h. – Bylinná poradna Jiřího Čerklá, tel.: 732 256 115
- » 29.–30. 1. 2022 – 8–18 h. – Rodinné konstelace L. Zvolánka, přihl. na tel.: 731 692 823

Kontakt:

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

OSTRAVA

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Kontakt:

Ostrava, Československá 15
tel.: 591 129 258, 777 804 730
e-mail: vstrachotova@seznam.cz
www.cestykezdrazi.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 / konstelace, kineziologie, reiki – L. Hajníková, hajnikovalenka@seznam.cz, tel.: 722 934 746 / zaslání zboží + e-shop: www.vitalityinlife.cz

Nabídka KC – poradny SPT:

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

Kontakt:

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

PLZEŇ

Provozní doba:

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

Vánoce: do 22. 12. dle běžné otevírací doby, 23. 12.–7. 1. 2022 – ZAVŘENO

Stálá nabídka:

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

Kluby a konzultační centra nabízejí



Další nabídka jen na objednání:

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

Kontakt:

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

PRAHA 1

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

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

Kontakt:

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

PRAHA 3

Provozní doba:

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

Vánoce: 23.–26. a 30.–31. 12., 1.–5. 1. 2022
– 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 – R. Skrčená, tel.: 723 932 640 / výklad karet, uvolňování negativních bloků, stresu a strachu z podvědomé mysli – A. Janoušková, tel.: 777 017 498 / veterinární poradce (specialista na koně) A. M. Hamonová, tel.: 775 046 115, e-mail: a.m.hamonova@gmail.com

Kontakt:

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

PRAHA 4

Provozní doba:

po, st 9–19, út, čt, pá 9–17 h.

Stálá nabídka na objednávku:

poradna Energy / měření Supertronicem – M. Bednářová, tel.: 777 797 012, I. Jandová Bendová, tel.: 774 700 005 / veterinární poradna – V. 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

Mimořádná nabídka KE:

- » 4. 12. – so 10–17 h. – Kyvadlo (v Pikovicích)
 - » 5. 12. – ne 10–17 h. – Automatická kresba I (v Pikovicích)
 - » 10. a 11. 12. – pá 16–20 h., so 10–16 h. – Duhový systém 11 (v Pikovicích)
 - » 12. 12. – ne 10–17 h. – Konstalace (v Pikovicích)
- Bližší informace na: www.duhovyandel.cz.

Kontakt:

Praha 4, Budějovická 601/128 (u metra Kačerov)
tel.: 244 472 762, 775 109 482
e-mail: energy-praha@centrum.cz

PROSTĚJOV

Provozní doba:

po 9–16, út 12–16, st 9–16 h., čt a pá dle obj.

Vánoce: 22. 12. – 9–12 h., 23. 12.–7. 1. 2022
– ZAVŘENO

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy / zasílání produktů / prodej a poradenství k veterinárním produktům / diagnostika přístroji Supertronic, Oberon / 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

Mimořádná nabídka KE:

- » Každé pondělí a středu ochutnávka nápoje z řady zelených potravin (pokud situace dovolí)
 - » Aktuální informace (diagnostika, přednáška apod.) na webu www.energyprostejov.cz.
- ### Nabídka KC:
- » DRŽOVICE – Olomoucká 266 – út 14–17 h. – poradna a prodej produktů Energy, kineziologie, automatická kresba – Mgr. V. Leitnerová, tel.: 737 717 385
 - » KONICE – 9. května 480, Regenerační centrum Harmonie – diagnostika přístrojem Oberon, poradna a prodej produktů Energy – Mgr. L. Vévodová, dle domluvy na tel.: 731 654 345
 - » SLAVKOV U BRNA – Salon Ivka, Kolářkovo nám. 727 (budova úřadu práce) – poradna a prodej produktů Energy, péče o ruce a nehty – I. Klučková, dle domluvy na tel.: 607 628 101
 - » VYŠKOV – Energiel – centrum zdraví, masáže, Komenského 9, každé po, st, čt 17–19 h. – poradenství a prodej produktů Energy, kraniosakrální uvolnění, kineziotaping – Mgr. P. Nedomová, dle domluvy na tel.: 724 080 016 / šetrná reponace pohybového aparátu Dornovou metodou – N. Příkrylová, tel.: 604 337 834
 - » ZLÍN – Arnika – svět masáží, Interhotel Moskva, Nám. Práce 2512, 5 p., dv. č. 532 – poradenství a prodej produktů Energy, masáže, reflexní masáž, automatická kresba, minikonstalace, Genové klíče – R. Lešíkar, tel.: 739 090 147, rade@arnikasvetmasazi.cz, M. Knotková, tel.: 724 553 774

Kontakt:

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

Kluby a konzultační centra nabízejí

PŘÍBRAM

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE:

- » Kosmetické ošetření Energy – antistresová masáž celého těla, antistresové kosmetické ošetření, hydratační ošetření pleti, dermabrazé, líčení, úprava nehtů na lůžku, poradenství v rámci produktů Energy – Renata Placáková, tel.: 606 904 880

Nabídka KC:

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

Kontakt:

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

ŠUMPERK

Provozní doba:

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

Provozní doba KC Zábřeh:

po–pá 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy a měření přístrojem Supertronic / konzultace v oblasti zdravého životního stylu a prevence / měření krevního tlaku, krevního cukru, tělesného tuku / poradna pro terapii

biostimulačním světlem (Biostimul) a magnetickým polem / poradna celostní medicíny MUDr. B. Haltmara – gynekologie, tel.: 731 236 549, 737 015 470 / zásilková služba zboží a přístrojů (www.prirodniprodukty.cz) / masáže: Energy, Spinal Touch, krémy, manuální lymfatická, rekondiční, regenerační, sportovní, protimigrénová, reflexní, lávovými kameny, Breussova masáž, Dornova metoda, reflexologie, baňkování, kinesiotaping, balneoterapie a další relaxační metody a masáže dle aktuální sezonní nabídky, práce s energetikou těla a harmonizace čaker – pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283 / Shiatsu – p. Dohnal, tel.: 774 236 191 / vyšetření stavu autonomního nervového systému na přístroji Kardivar – MUDr. J. Haltmarová, tel.: 731 236 549 / měření na přístroji F-SCANT – terapie pomocí plazmového generátoru RPZ 14, tel.: 731 737 545

Kontakt:

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

TÁBOR

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Kontakt:

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

TŘEBÍČ

Provozní doba:

po, čt 9–12, 13–16, 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, fytotherapie, psychoterapie, obj. na tel.: 725 125 289, po, st 10–14, út 13–17, pá 11–15 h., pro velký zájem prosíme o včasné objednání

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

- » BRNO – Eliášová Naďa, Třebízského 5, Brno, tel.: 734 805 921 – konzultace 7. 12., 4. 1.
- » JIHLAVA – Mgr. P. Drejková,
 - 1. provozovna: Fyton, Mrštíkova 1, tel.: 739 049 203
 - 2. provozovna: Dům zdraví, Vrchlického 57, tel.: 739 040 821 – terapeut TČM, Supertronic – konzultace 6. a 20. 12., 3. a 17. 1.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – Studio Verbena – M. Palová, tel.: 605 554 456 – konzultace 8. 12., 5. 1.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – L. Žák, Šafaříkova 1304, tel.: 723 107 158 – konzultace 8. 12. (v lednu není)
- » NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková, Zdravěnka – Masarykovo nám. 517, tel.: 739 026 531 – konzultace 2. 12., 6. 1.
- » TASOV – D. Švestková, Tasov 69, poradna Revit – poradenství a psychoterapie, tel.: 605 938 299, www.revite.cz – konzultace 8. 12., 12. 1.
- » VELKÉ MEZIRŮČÍ – H. Paulová, Mírová 43, tel.: 724 763 689 – konzultace 2. 12., 8. 1.
- » ZNOJMO – Biocentrum Renata Režňáková, Zámečnická 13 – poradna Energy, kosmetika, solární studio, tel.: 515 224 684 – konzultace 15. 12., 12. 1.

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE TURNOV

Nové KC:

» Jablonec nad Nisou

Mija poradna – Jindřichov 134
Ing. Michaela Janoušková,
tel.: 773 226 106
prodej produktů Energy,
EAV měření, nápravy poruch učení
provozní doba: dle tel. domluvy

KE VALAŠSKÉ MEZIRŮČÍ

Nové KC:

» Halenkovice

Andělský úsměv – dentální hygiena
Halenkovice 570
Vlachynská Hana, DiS.,
tel.: 736 430 173

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. 12., 12. 1.

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, novinka: thajská masáž / dárkové poukazy na masáže a služby / prenatalní výukový program Baby plus – konzultace a možnost zapůjčení / Access Bars – Jana Novotná, obj. na tel.: 608 564 747

Mimořádná nabídka KE:

» Každé pondělí ochutnávka vybraných zelených potravin, QI drinků a čajů.

Nabídka KC:

- » ČESKÁ LÍPA – J. Novotná, obj. na tel.: 725 753 651 – masáže, Access Bars, taneční meditace, EAV měření, konzultace dle tel. domluvy
- » JIČÍN – J. Veselá, obj. na tel.: 732 534 895 – EAV měření, EFT, EEG biofeedback, konzultace dle tel. domluvy
- » JIČÍN – M. Pozsonyi, obj. na tel.: 774 155 635, EAV měření, poradna, masáže
- » MLADÁ BOLESLAV – M. Králová, obj. na tel.: 777 618 416 – masáže, EFT, Access Bars, EAV měření, konzultace dle tel. domluvy
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – E. Rajtrová, st 12.30–17 h. + dle tel. dohody, obj. na tel.: 602 626 275 – reflexní masáže, EFT, EAV měření, konzultace dle tel. domluvy

Kontakt:

Turnov, Čsl. dobrovolců 1713

tel.: 733 760 522

e-mail: energyturnov@seznam.cz

www.energyturnov.cz

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba:

po–čt 9–13, 14–18, pá 9–13 h.

Vánoce: 24. 12.–4. 1. 2022 – ZAVŘENO, jinak dle otevírací doby

Stálá nabídka:

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

Veterinární ordinace

a homeopatická poradna:

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

Nabídka KC:

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

Kontakt:

Uherské Hradiště, Zelný trh 1249

tel.: 605 778 740

e-mail: mila.energy@seznam.cz

www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:

po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:

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

Ordinace celostní medicíny:

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

Nová nabídka KE:

- » DĚČÍN – poradenství a měření SPT – Lenka Pavlíková, salon Rose, Pohraniční 16, tel.: 704 766 133, e-mail: poradenstvilenka@seznam.cz
- » LITOMĚŘICE – možnost obj. produktů na tel.: 603 202 916 – pí. Gazdová, vyzvednutí v krámku Terra Sana, Okružní 139

» LOUNY – bylinkový obchůdek MateříDouška, Beneše z Loun 39 – poradna a prodej produktů Energy

Nabídka KC:

» TEPLICE – Energyvita, OC Galerie – poradna a prodej produktů Energy

Kontakt:

Ústí nad Labem, Pařížská 14

tel.: 475 209 367, 602 345 999

e-mail: energyclub-usti@seznam.cz

www.klubenergyusti.cz

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Provozní doba:

po 9.30–13, 14–17, út 14–17,

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika přístrojem Supertronic / individuální a párová psychoterapie / speciálně pedagogické poradenství / veterinární poradna / e-shop

Mimořádná nabídka KE:

» Diagnostika přístrojem Supertronic – Mgr. H. Štěpánková, obj. na tel.: 739 208 896

Mimořádná nabídka KC:

- » NOVÉ: HALENKOVICE – Andělský úsměv – dentální hygiena, Vlachynská Hana, DiS., Halenkovice 570, tel.: 736 430 173
- » BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – 15. 12., 18. 1. – 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, tel.: 724 970 066

VSETÍN – Zelená lékárna

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

» ZLÍN – I. Vaňková, Zarámí 4077,

ZMĚNA: od 1. 1. 2022

– 8. patro v budově PSG, č. dv. 812, út, čt 14.30–17.30 h.,

po, st – zavřeno (měření SPT dle tel. dohody), tel.: 775 234 992, prodej produktů, poradenství

Kontakt:

Valašské Meziříčí, Poláškova 78

tel.: 571 161 545, 723 976 814,

770 640 875

www.energy-valmez.cz

e-mail: info@energy-valmez.cz

Přivítejte nový rok ve zdraví a s klidem v duši



BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Imunosan + Vitaflorin	760 Kč	33	134 Kč

Při nákupu nad 400 Kč sleva 20 % na Relaxin

PRODUKT	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Relaxin	284 Kč	12	71 Kč

Akce je platná 1.–31. 1. 2022 do vyprodání zásob. Do hodnoty nákupu nad 400 Kč lze započíst i akční balíček produktů Imunosan + Vitaflorin. Doplnky stravy.

Děkujeme Vám za všech 365 dní, 8 760 hodin
a každou vteřinu, kterou jste byli letos s námi.
Věříme, že pro Vás budeme cestou,
pomocí a inspirací i nadále!

Přejeme Vám pokojnou mysl,
lehkost v duši a pevné zdraví
v novém roce.

Vaše

Energy

