

A close-up photograph of several bright yellow flowers, likely chrysanthemums, with dark brown centers. The flowers are in sharp focus, while the background is a soft, out-of-focus blue sky. The overall mood is bright and cheerful.

vitae

září 2018

Nový Celitin
s Gotu kola má sílu!

Co pomůže
dětem i dospělým,
aby se snadno učili?

Zdravé svačiny
– tipy pro inspiraci



Produkty měsíce září

Okolo 12. září bychom se měli vrátit do slušného, byť trochu rozmarného léta a po krátkém, ale výrazném ochlazení před koncem druhé dekády se ještě jednou ohřát v teplých dnech.

Konec měsíce se ale už o barevné babí léto příliš nesnaží.

Každopádně je příjemné si závěr babího léta pořádně užít, než se dostaneme do podzimního chladného a vlhkého nečasu. Začátek školního roku nás většinou vrhne do pracovní hysterie. Sem tam něco dotahujeme v zaměstnání, něco doma a výsledek je, že za pár týdnů využijí našeho vyčerpání oškliváci, kteří nás zatlačí s horečkami a hlavou jako meloun do postele. Ale my se nedáme a letos na to půjdeme jinak.

Oslovíme zajímavou kombinací **Relaxin** a **Organic Sacha Inchi** a vyzkoušíme, kolik toho zvládneme uvolnění a spokojení.

Září je zcela jistě také mimořádně vhodné pro **Stimaral**.

Po letním výpadku se budeme muset soustředit a občas i zabrat, se Stimaralem to bude hračka. Dobrou volbou je **Annona**, její širokospektré využití se bude hodit právě před počátkem plískanic a nepříjemnostmi podzimu. A když už se o sebe tak hezky staráme, odměníme se **Macou**. Říká se jí také peruánský ženšen a je to prastará bylina. Místní obyvatelé Peru věřili, že zvyšuje fyzickou i psychickou výkonnost a má velký vliv na stimulaci nervové soustavy, zvýšení libida, potlačení frigidity a impotence. To zní na konec babího léta dobře, co říkáte?

EVA JOACHIMOVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 9, září 2018.

Náklad 17 500 ks. Vychází 10x ročně, evidenční číslo MK ČR E 15476.

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

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

Šéfredaktorka: MUDr. Kateřina Himmelová. Odborná rada: MUDr. Bohdan Haltmar, MUDr. Jiří Hanzel, Eva Joachimová. Obrazový editor: Jana Kuntová.

Foto: Shutterstock, Energy Czech Republic a.s.

Jazyková úprava: Mgr. Renáta Pekařová, PhDr. Vítězslav Bon.

Grafická úprava: Radical Design, s.r.o.

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



Léto
to brzy
„zabalí“

OBSAH

Editorial	04
Nový Celitin má sílu	05
Zůstaň v klidu!	06
Vaše zkušenosti s našimi produkty	07
Máme to mít zakódované	08
Českým matkám chybí DHA	09
Jak snadněji zvládnout učení?	10
Hola, hola, škola volá!	12
Jídelníček z naší rovnoběžky	14
Vnitřní dítě	16
Napsali jste nám	18
Království drahých kamenů	19
Univerzita Energy	21
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24



EDITORIAL

MÝCH 5 MINUT

Září mám moc ráda. Babí léto mi voní, baví mě jeho barvy a měkké, teplé světlo. Nejvíc si to užívám na horách, mají pro mne v tento čas neopakovatelné kouzlo. A protože mám v této době také narozeniny, vymyslela jsem si jednou netradiční dárek od své rodiny. Děti už byly velké a nejezdily s námi ven, přála jsem si udělat společný výlet do mých milovaných Jizerských hor. Den D zrovna vyšel na sobotu, hodilo se to. Jediné, co mi nešlo na ruku, bylo počasí. Norové (tedy norský internetový server s předpovědí, která bývá kupodivu docela přesná i u nás) avizovali opravdu ošklivo. Pouze na chvíli, okolo páté hodiny odpoledne, měli nakreslené sluníčko. K tomu jsem se upnula všemi svými myšlenkami, manžel a děti zdaleka tak nadšení nebyli. Vyrazili jsme. Šedivo bylo už od Prahy a cestou na sever se to nijak nelepšilo. Tak jsme zastavili na zámku Sychrov na dobrý obědek a záměrně „prokrastinovali“. Asi ve dvě hodiny odpoledne jsme pokračovali dál. Počasí pořád nic moc, v Novém městě pod Smrkem, odkud jsme se chystali „dobýt“ nejvyšší vrchol Jizerských hor, bylo ponuro a mžilo. Neztrácela jsem naději a skeptickou rodinku povzbuzovala a popostrkovala do kopce. Obzvlášť junioři se tvářili nepotěšeně. Stoupali jsme vzhůru a já se modlila za trochu toho štěstíka.

Na vrcholku hory Smrk stojí kovová rozhledna, odkud je vidět až do Krkonoš. Je to moje oblíbené místo. Dost na ní



fučelo, šedé mraky vypadaly nepřístupně. Vyšplhali jsme nahoru, naštelovali se k focení, a v tu chvíli se to stalo... Nebe se otevřelo, mraky rozestoupily a vysvitlo sluníčko. Bylo 17.05. Stála jsem tam, v tichu a s velkou vděčností, s tváří nastavenou ke Slunci. Právě jsem dostala ten nejlepší dárek... Manžel mě spokojeně a pobaveně pozoroval: „Ty jsi vážně čarodějka,“ smál se. Pak se mraky zase zatáhly a my jeli domů... Nu, co víc si přát?

*Užijte si příjemné babí léto,
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.



Nový Celitin má sílu

Přestože Celitin stále patří mezi velmi oblíbené a funkční produkty, pro letošní začátek podzimu se můžete těšit na jeho významně inovovanou podobu. Zdánlivě nepatrné vylepšení spočívá v obohacení stávajícího komplexu o nový extrakt z Gotu kola – pupečníku asijského. A protože některé velké věci se skrývají v detailu, pojďme si o této rostlině říci více...

EXTRAKT Z GOTU KOLA

Gotu kola zaujímá v tradiční indické i čínské medicíně velmi důležité místo. Zatímco v Číně má tisíciletou pověst omlazujícího přípravku, v indické ajurvédě je známá pod poetickým názvem bráhmí (kosmické vědomí) a je kultovní bylinou mistrů jógy a nezbytnou součástí při meditacích bráhmánů.

Mezi účinné složky Gotu kola patří zejména tzv. triterpeny, konkrétně asiaticosidy. Z lékařského hlediska zlepšují úroveň paměti, soustředění a pozornosti. Stimulují centrum řeči, vitalizují mysl a zlepšují mentální funkce. Osvědčily se jako regenerační prostředek po infarktu a mrtvicích. Provedené klinické studie prokázaly pozitivní vliv těchto látek na prokrvení periférií a celkové zlepšení krevního oběhu. Napomáhají zmírňovat projevy úzkostí, depresí, ataků paniky a některých typů bolestí hlavy.

KDO CELITIN JEŠTĚ DŮVĚRNĚ NEZNÁ

Vyvážený poměr účinných látek Celitinu ovlivňuje příznivě především oblasti mozku, které se účastní procesů dlouhodobého plánování, soustředění a pozornosti. Užíváním Celitinu se zlepšuje paměť, působí proti stresu a pomáhá předcházet únavě a vyčerpání.

Obsahuje **lecitin**, který se nachází ve všech buňkách lidského těla a účastní se životně důležitých pochodů. Významný je jeho vliv na metabolismus cholesterolu. Přeměňuje „škodlivý“ cholesterol na „neškodný“, a tím pomáhá předcházet ateroskleróze a srdečnímu infarktu. Při užívání lecitinu bylo prokázáno zlepšení paměti a aktivace myslí.

Neméně důležitou účinnou látkou Celitinu je **extrakt z Ginkgo biloba**, který působí pozitivně na široké spektrum poruch. Zvyšuje průtok krve v mozku, a umožňuje tak nervovým buňkám absorbovat více kyslíku. Ochraňuje cévy před křečemi a ztrátou pružnosti, má relaxační účinek na cévní stěny. Působí jako bariéra proti abnormálnímu vzniku krevních sraženin v tepnách a žilách. Klinické využití zahrnuje léčbu senility, hluchoty, diabetických cévních chorob a některých očních poruch.

Svou energií a svým účinkem tak Gotu kola skvěle doplňuje původní účinné látky v Celitinu, působí ve stejném směru, nicméně celkový účinek prohlubuje a rozšiřuje spektrum indikací.

Nový Celitin bude k dostání v prodejních místech Energy v průběhu září 2018.

(RED.)

Zůstaň v klidu!

Priznám se vám, že mým nejvyšším zájmem, který jsem formulovala už v dětství, když mi bylo devět let, bylo a stále je, najít klid v duši. Pořád mě udivuje, že už jako dítě jsem v tom měla natolik jasno a onen klid v duši chápala jako svoji nejvyšší životní prioritu. Nejspíš proto dnes cvičím jógu a jsem fascinovaná bylinkami, které mají na psychiku konejšivý vliv. Máta, meduňka, levandule i kozlík či chmel a samozřejmě třezalka mají na mé zahrádce své čestné místo. Jaké ale bylo mé překvapení, když jsem zjistila, že i magnolie, typicky parkový okrasný stromokeř, obsahuje látky snižující psychické napětí.

CO TO JE A CO TO NENÍ

Zpátky ke klidu ale. Být v klidu chápu jako stav plného vědomí v uvolnění a nikoli letargii způsobenou sedativním účinkem rohypnolu, diazepamů a jim podobných odpojovadel od sebe sama. Farmaceutický průmysl na našem neklidu a duševní nepohodě těžce vydělává a dovoluji si předpokládat, že není ani v nejmenším v jeho zájmu nám v těchto stavech doopravdy pomoci. Proč by jinak byla na trhu antidepresiva, jejichž vedlejším účinkem je deprese? A když ne přímo deprese, pak zcela oficiálně (cituji)... „Mezi nejčastější vedlejší příznaky patří bolest hlavy, apatie, sucho v ústech, závrať, ztráta libida, přibírání na váze, změny činnosti srdce, malátnost atd.“

Příčinou řady psychických problémů je snížená hladina hormonů serotoninu a dopaminu, kterou některá „moderní“ antidepresiva slibují řešit. Víte ale, že například kořen kudzu podporuje produkci serotoninu a dopaminu, a to vše s pozitivními vedlejšími účinky na kardiovaskulární a trávicí systém, působí mimo jiné proti bolestem hlavy a dokonce i na posílení libida? Hele, že to jde.

NECHCI SE ROZČILOVAT, CHCI BÝT V KLIDU

Věřím, že naše tělo má schopnost vyrovnávat se s nerovnováhou všeho druhu úplně samo. Stejně tak jako máme imunitní systém, který nás nepřetržitě léčí a chrání, máme i svůj autonomní nervový systém, který, jak pevně věřím, pracuje ve prospěch naší psychické rovnováhy a duševní pohody. Sympatikus a parasympatikus jsou dva hlavní antagonisticky působící nervové systémy, které fungují jako jin a jang. Sympatikus stimuluje, podněcuje, zrychluje a parasympatikus zklidňuje, zpomaluje a relaxuje. Obávám se, že sympatikus má historicky v lidské populaci mnohem víc práce. Všechny ty války, útlak, hrozící nebezpečí, rychlost, požadavky, tlak na výkonnost a mnohé další vyvolávají napětí, sympatikus stahuje žaludek, zrychluje srdeční činnost a hlásí stále dokola: „Uteč, nebo boj!“ Tohle napětí zcela logicky vyvolává úzkost a úzkost ke klidu

BUDE VÁS ZAJÍMAT

Relaxin obsahuje unikátní kombinaci dvou vysoce účinných přírodních extraktů. Z kůry stromu magnolie a kořene kudzu. Oba jsou získány ojedinělou metodou, která kombinuje klasickou, vodně-lihovou extrakci a následnou vysokou míru koncentrace. Ta umožňuje dosahovat skutečně terapeutických hladin účinných látek, násobných oproti klasickým extraktům.

V tradiční čínské a japonské medicíně je magnolie používána již po staletí. Jejími hlavními obsahovými látkami jsou magnolol a honokiol. Extrakt kořene kudzu obsahuje až 12 % izoflavonoidů, zejména daidzinu, daidzeinu, diacetylpuerarinu. Největší část, až 80 %, však tvoří cenný puerarin, který mimo jiné podporuje produkci serotoninu, často nazývaného „hormon štěstí“.

nevede, to dokáže jen uvolnění. Vůbec se nedivím tomu, že lidé, kam historie sahá, tolik užívají alkohol, je to totiž látka, která napětí prokazatelně uvolňuje. No jo, ale ani to není zadarmo. Alkohol totiž poškozuje nervy, a co se klidu týče, je to počinání z dlouhodobého hlediska kontraproduktivní.

UKLIDŇUJÍCÍ MOŽNOSTI

Řešením je samozřejmě dobrá strava, hodně spánku i pohybu, dělat si radost, nezahlcovat se informacemi a pěstovat přátelské vztahy. Ještě by to trochu chtělo podpořit parasympatikus, abychom se lépe dokázali regenerovat z toho všudypřítomného civilizačního stresu. Na to vám poradím jeden jógový fígl: vydechujte vědomě déle.

Energy pro nás v září výhodně nabízí uklidňující kombinaci produktů: **Organic Sancha Inchi** s obsahem nenasycených mastných kyselin, které se postarají o obaly všech nervových vláken a bezproblémové vedení vzruchů, a **Relaxin**, který se díky spojení výtažků z magnolie a kořene kudzu postará o uvolnění a snížení napětí. Hlavně buďte v klidu...

Mgr. **TEREZA VIKTOROVÁ**





Relaxin slaví úspěch ve Španělsku

Jsem terapeutkou holistické a vibrační medicíny a také několikaletou poradkyní Energy a ráda bych se s vámi podělila o moji zkušenost s přípravkem **Relaxin**. Od chvíle, kdy jsem si vzala prvních pět kapek, dostala jsem se do stavu zvláštního klidu. Od dětství jsem byla jako vrtule plná energie, typická holčička, která nemůže posedět a mlčet. Byla jsem živé, citlivé, hyperaktivní dítě, dnes by se řeklo s diagnózou ADHD. Užívala jsem sedm dní Relaxin v dávkách 7–7–7, abych zjistila jeho účinky na spánek, a kombinovala jej s **Gynexem** a **Stimaralem**. V mém případě Relaxin vůbec neúčinkoval jako prostředek na spaní, ale je pravda, že jsem měla pocit velkého klidu, stavu, do kterého se člověk dostane po hluboké meditaci. Dokonalé rovnováhy, díky které může pokračovat v normální činnosti. To znamená, že neztrácí úsudek ani výkonnost. Kombinací Gynexu a Relaxinu se rozšířilo moje relaxační spektrum a zbavila jsem se pocitu

úzkosti i vnitřního chvění, které mě normálně provází. Dvojice Stimaral – Relaxin mi navodila prodloužený pocit lepší koncentrace, pozornosti a duševní svěžesti. Nepocítila jsem žádné vedlejší účinky, už vůbec ne takové, jaké mají chemické přípravky na nervy, po nichž se dostanete do stavu duševního omámení a zmatku.

Byla to pro mne opravdu příjemná zkušenost nejen proto, že se cítím báječně, ale také proto, jak mě vnímají osoby v mém okolí. Nějakou dobu jsem brala jiné relaxační homeopatické léky a přírodní prostředky, ale žádný z nich mi nedokázal navodit stav uvolnění, který se dostavil díky Relaxinu.

Jsem přesvědčena, že v naší rodině Energy máme důvod slavit úspěch, protože držíme v rukou bioinformační přípravek zcela přírodní a bez vedlejších účinků, což je v této době velká pomoc. Díky, Energy!

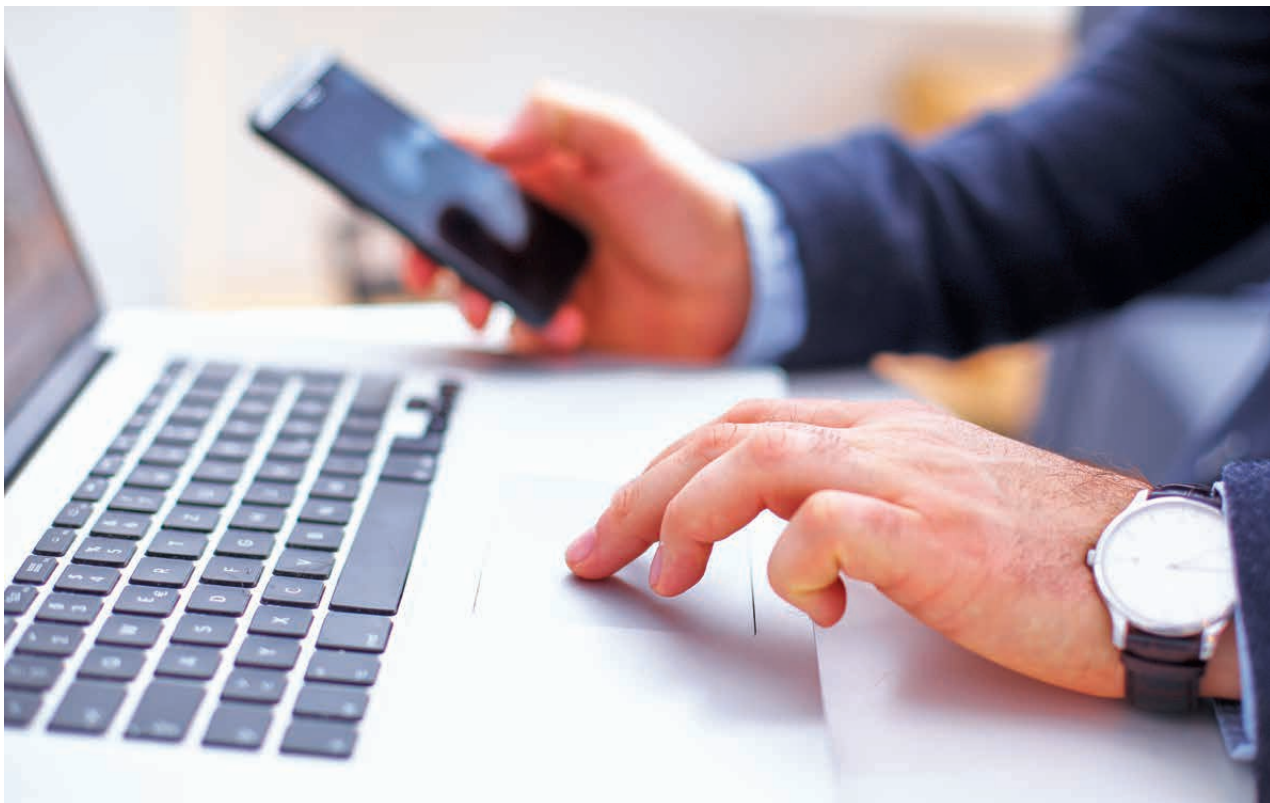
PILAR BOIX, Španělsko

Poprvé bez úzkosti a deprese

Před čtyřmi týdny jsem navštívila terapeuta Patricka Murphyho. Trpěla jsem těžkou panikou a úzkostí, nejhorší, co jsem za dvacet let s úzkostmi zažila. Jsem nadšená, že Patrick mi nabídl bylinný přípravek **Relaxin** (užívala jsem 4 kapky 3x denně) – a už žádný jiný nechci! Poprvé po letech se cítím svobodná, šťastná

a plná harmonie. Velmi doporučuji Relaxin každému, kdo chce skoncovat s úzkostí, panikou a depresí. Je to prvotřídní produkt a já za něj děkuji Patrickovi a společnosti Energy. Od této chvíle budu objednávat Relaxin pro sebe a pro své klienty.

S přáním všeho dobrého ANNA KING, Irsko



Máme to mít zakódované

Nikdo to nechce říct nahlas, tak to řeknu já. Tedy napíšu. I když bych asi neměl, neboť jdu proti svému úplně prvnímu řemeslu. Kdysi dávno jsem byl totiž informatik. Vlastně spíše ten, kdo informatikům překládal řeč lidí a naopak. Ale protože jsme neskládali žádnou přísahu, tak to prostě řeknu: „Nefunguje to, soudruzi! Ono nám cosi opravdu strašně nefunguje...”

Pamatuji si, ale mohu se i mýlit, že informační technologie měly být na to, aby lidem sloužily a pomáhaly. Právě teď nastává ta doba, kdy by nám měli všichni ti Čapkovi roboti sloužit. A co se děje? „Figu borová a dva orechy.“ Měl bych napsat, že nic, ale to není pravda. My sloužíme jim. Ne jako ve filmu Matrix, to naštěstí ne, ale mnohem nesmyslnějším způsobem. Ve snaze zjednodušit si život jsme věci zkomplikovali.

Přijdu do práce a musím u dveří zadat kód, otevřu notebook, musím zadat kód. Šibalky dveře neřekly počítači, že jsem to já. Co je ale horší, počítač to neřekl ani sám sobě. Neboť pokud chci poslat e-mail, musím zadat kód. Pokud si chci přečíst čerstvé zprávy, musím zadat kód. Pokud chci zjistit, jaké úkoly mě čekají... Hádejte co? Ano, musím zadat kód. Chtěl jsem si objednat hodinky, které by mě upozorňovaly na schůzky, protože v poslední době dost chodím pozdě. A hodinky mám rád. Zvládl by to i mobil,

ale ten stále zvoní, takže občas přehlédnu termín. Protože mo(de)bil mě upozorní, že mám setkání – no a já právě tehdy telefonuji. Logicky tedy nevnímám, protože jsem ve stresu a už jdu pozdě na jiné setkání, a ještě i řídím. Zkrátka, hodinky pomohou.

Takové jsem i našel. Na internetu. Dokonce měří tep. Paráda! Zaregistroval jsem se, přišel mi e-mail s vygenerovaným kódem a krásné hodinky jsem si objednal. V e-mailu psali, že když zadám kód, na stránkách prý uvidím, kde moje hodinky právě jsou. Ve kterém kamionu. Super. Nechal jsem je poslat k mámě, neboť bývá častěji doma a tam ji kurýr najde. Chtěl jsem jí peníze na hodinky odnést, ale napadlo mě, že jí je pošlu. Tak jsem zase zadal kód, odeslal peníze, potvrdil dalším kódem, který přišel na mobil. Pro jistotu jsem ověřil, zda kurýr s mými hodinkami může peníze přijmout bezhotovostně. Tedy, zda přijme máminu kartu (stačí zadat PIN). Bohužel ne, protože při objednávání jsem nezadal správnou možnost. Tak mi poslali

kód (ten první jsem zapomněl), kterým jsem objednávku zrušil a zadal znovu, už s možností platby kartou kurýrovi. Bylo to o něco dražší, ale jistě jednodušší, než kdybych měl mámě hotovost nést osobně. I když – začal jsem být na pochybách. Byl oběd a já jsem zadal už 18x někde nějaký kód. Samozřejmě vždy jiný, neboť není bezpečné mít všude stejný kód.

Včera mi přišly ty hodinky. První, co bylo třeba udělat, bylo nastavit si osobní kód. Asi aby moje hodinky neposlaly na schůzku někoho jiného. Večer jsem si s nimi hrál a působily na mě sympaticky. Dokonce mě dvakrát upozornily, že podle mého tepu bych měl vstát a chvíli zhluboka dýchat. Jak milé! Dnes ráno jsem si je nasadil a těšil se, jak mě celý den budou upozorňovat, a vše s přehledem stihnu. „Figu borová a dva orechy.“ Nemohu si vzpomenout na svůj osobní kód. Soudruzi, něco nefunguje. Měl bych si dát **Relaxin**, ztláčit kódový stres a začít znovu.

JOZEF ČERNEK

Českým matkám chybí DHA

Až polovina českých matek může mít v mateřském mléce nízkou hladinu DHA – kyseliny dokosaheptaenové, která pozitivně ovlivňuje vývoj dětského mozku a očí. Vyplyvá to ze studie, kterou vypracoval Státní zdravotní ústav ČR. Jedním ze zdrojů této kyseliny je olej tučných severských ryb nebo vybraných druhů jihoamerických ořechů.

Zdravotní ústav provedl studii na vzorku 69 dárek mateřského mléka. U 34 z nich se hodnota DHA pohybovala pod doporučenou hranicí. „Studie byla zaměřená na některé škodliviny v mateřském mléce, ale protože se zjišťovala řada faktorů, měřili jsme mimo jiné i tyto mastné kyseliny, tedy součásti lipidů,“ informoval Jiří Ruprich z Centra zdraví, výživy a potravin Státního zdravotního ústavu. Důvod, proč je kyselina DHA v mateřském mléce nedostatek, je přitom prostý: Češi málo konzumují tučné ryby, které jsou jejím ideálním zdrojem. Za rok 2016 průměrný Čech spotřeboval 5,1 kilogramu ryb, což bylo nejméně od roku 1995, zatímco v Rakousku a Německu jsou hodnoty jednou tak vysoké. Vedle toho záleží i na volbě. „Suché rybí filé je prakticky k ničemu. Dobrý je losos, pstruh, makrela nebo ančovičky. Kapr na tom moc dobře není, ale stejně se konzumuje málo,“ říká Jiří Ruprich.

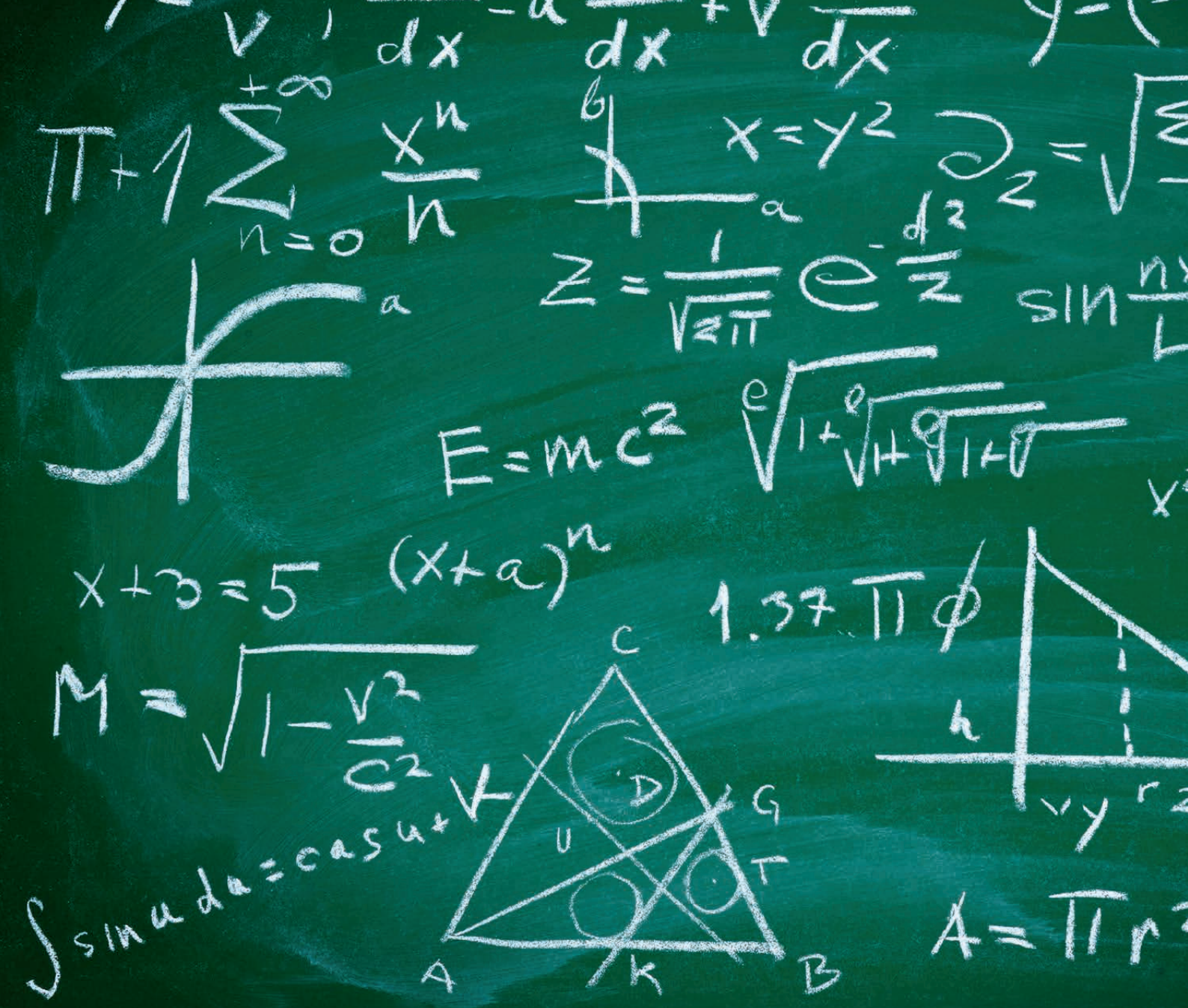
DHA má přitom význam jak pro růst plodu, tak pro dospělého člověka. „DHA je stavební materiál pro mozek, oči a další struktury v organismu. Mozek dětí intenzivně roste, potřebuje na to stavební součásti. Budete-li na stavbě šetřit, v jisté chvíli se to projeví poruchami nebo omezením,“ vysvětluje Ruprich. Mozek dítěte, jehož matka má nedostatek DHA, se proto kvůli absenci této stavební látky nemusí vyvíjet ideálně, což může mít dopad na kognitivní funkce – například schopnost přemýšlet a být bystrý – které jsou u dětí s nedostatkem této kyseliny oslabené v porovnání s těmi, jež mají této látky dostatek.

Příjem rybího tuku by ale podle Rupricha neměl vynechávat ani dospělý. „Teprve v poslední době se objevuje, jak významná je DHA od narození a působí na zdraví po celý život až do smrti. U očí a mozku to platí až do stáří,“ uvádí s tím, že dostatek zmiňované mastné kyseliny napomáhá organismu potlačovat deprese, vede k vyšší obraně proti obezitě, kardiovaskulárním onemocněním, Alzheimerově chorobě i dalším degenerativním nemocem.

Vyvážený poměr nenasycených mastných kyselin EPA a DHA najdete u nás v produktech **Vitamarin** a též v oleji **Organic Sacha Inchi**.

(RED.)





Jak snadněji zvládnout učení?

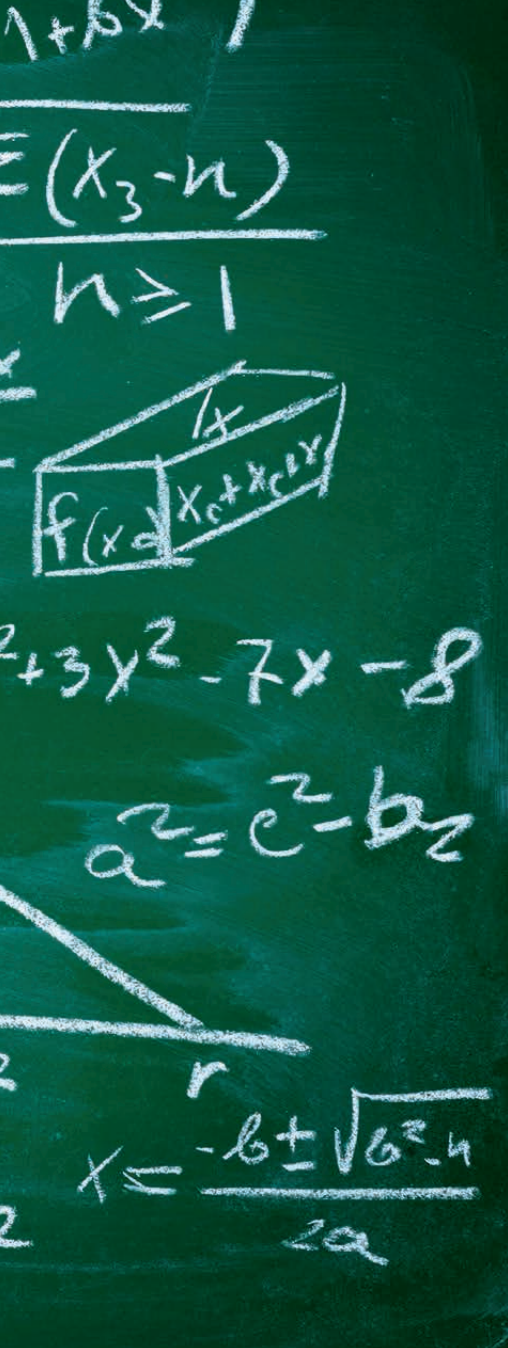
Proces učení vyžaduje, aby mozkové buňky – neurony – správně fungovaly, byly schopné soustředit se na přijímání, třídění, analýzu a následnou správnou interpretaci výstupů. O to těžší může být soustředit se na učení po dlouhých letních prázdninách, kdy mozek drtí většinu žáků a studentů odpočívá. Lépe řečeno, chyběl mu pravidelný „trénink“ denního učení se a přijímání nových informací. Samozřejmě, nejen děti a studenti se musí učit, také my, dospělí, se po dobu celého pracovního života učíme, přijímáme nové informace, abychom dokázali „jít s dobou“ a obstáli v procesu pracovní, resp. profesní, konkurence.

K tomu, aby mozek dokázal přijímat a zpracovávat nové informace, tedy byl schopen učit se nové a zároveň dokázal provádět nespočet úkonů nezbytných pro řízení a koordinaci životně důležitých funkcí organismu, je třeba, aby měl zajištěn pravidelný přísun kyslíku, glukózy (zdroj energie) a dalších živin. O to víc, že mozek se nikdy, tj. ani během spánku, úplně nevypne, protože nepřetržitě řídí

a kontroluje například dýchání a krevní oběh. Schopnosti soustředit se na učení velmi škodí nedostatek spánku, nadměrné užívání stimulačních látek, kofeinu, tzv. energetických nápojů, ale i alkoholu, který je pro neurony vysloveně toxický. Neprospívá ani těžká kalorická potrava bohatá na živočišné tuky. Vždyť snad každý zná ten pocit, když se pořádně dosyta nají a mozek se následně „odkrví“,

protože množství krve se přesune do splanchnické (trávicí) oblasti a přichází ospalost. Pro procesy správného soustředění a učení se je nutné, aby i mozkové neurony (nervové buňky) měly možnost regenerace ve smyslu funkčního zotavení se.

Velmi účinně si můžeme pomoci sami zodpovědným přístupem k vlastnímu zdraví, pravidelnou zdravou



životosprávou s dostatkem odpočinku. Zejména pravidelný vydatný spánek v nočních hodinách je důležitý, a to nejen pro školáky, aby byla zachována schopnost učit se, přijímat nové informace a soustředit se. Prospívají i pohybové aktivity, sportování a pobyt v přírodním prostředí s dostatkem kyslíku a klidu. Správnou činnost mozku podporuje zdravá strava s dostatkem zeleniny, přirozených glycidů ve formě ovoce, přírodních vitaminů, minerálů, antioxidantů a vlákniny.

PROSPĚŠNÉ JSOU PŘÍRODNÍ DOPLŇKY ENERGY

Přípravky Energy pomáhají (vedle správného odborného vedení) snadněji zvládnout některé poruchy

MOUDRÁ SLOVA

„Každé dítě se rodí jako vědec, ale časem to z nich vytlučeme. Jen málo z nich projde systémem s netknutým údivem a nadšením pro vědecké zkoumání.“

~ Carl Sagan ~

„Učení má být takové, aby to, co se jim předkládá, chápali jako cenný dar a ne jako cosi povinného, co jim má zkazit dobrou náladu.“

~ Albert Einstein ~

„Učit se bez přemýšlení je zbytečné. Přemýšlet bez učení je nebezpečné.“

~ Konfucius ~

„Naši učitelé nesmějí být podobní sloupům u cest, jež pouze ukazují, kam jít, ale samy nejdou.“

~ Jan Ámos Komenský ~

„Příteli, nezacházej s dětmi při učení násilně, nýbrž ať se učí formou hry, abys také lépe mohl pozorovat, k čemu se kdo svou přirozeností hodí.“

~ Platón ~

„Učení ve spánku – to není nic nového. Tak tomu bylo vždy, pokud se pamatuji na svá školní léta.“

~ Peter Sellers ~

učení, jako je dyslexie, dysgrafie, dyskalkulie (porucha čtení, psaní, počítání) a další.

Při procesu učení a soustředění je užitečný především bylinný koncentrát **Korolen**. Harmonizuje centrální řídící dráhu, centrální nervový systém i kardiovaskulární systém, zároveň je účinný při detoxikaci organismu. Zlepší se oxykličení, prokrvení a funkce nejen mozku, ale i krevního oběhu (srdce a cév), který mozek lépe zásobuje oxykličenu krví a živinami. Dávkování je během prvního a druhého týdne užívání nižší, zpravidla 2x denně 2–3 kapky ve sklenici vody půl hodiny před jídlem, případně hodinu po jídle. Dávka se postupně zvyšuje na 2x denně 5–7 kapek, po třech týdnech užívání následuje vždy jeden týden přestávka a třítydenní cyklus se několikrát zopakuje (postupujeme dle návodu). Velmi účinným pomocníkem při učení je nástavbový přípravek **Celitin**, který obsahuje jinan dvoulaločný, lecitin a nově Gotu kola. Tyto přírodní látky pomáhají rozšíření a čištění tepen, čímž se dosáhne lepšího prokrvení mozkové tkáně, soustředění se na učení a paměti. Celitin zlepšuje stav metabolismu cholesterolu, tuků a vyživuje pouzdra nervových vláken. Užívá se ráno 1 kapsle, případně 1 kapsle i na oběd. Příznivý vliv na fungování mozku a zlepšení paměti mají také **Vitamarin** a **Organic Sacha Inchi**. Obsahují omega-3 nenasycené mastné kyseliny, které pomáhají odbourávat cholesterol a tuky uložené v cévách, zlepšit jejich

průchodnost, pružnost a tím i prokrvení mozku. Vitamarinu se užívají nejčastěji 2x denně 2 kapsle dlouhodobě, Organic Sacha Inchi 1 lžička denně.

Na zlepšení výkonnosti centrálního nervového systému je prospěšný bylinný koncentrát **Stimaral**. Působí příznivě hlavně na oblast psychiky, je jakýmsi „vyrovnávačem nálady“, který dokáže pozvednout melancholickou, depresivní náladu a pomáhá organismu přizpůsobit se změnám prostředí. Zvyšuje odolnost vůči stresu, zlepšuje paměť, soustředění a funkce smyslových orgánů, především zraku a sluchu. Obvyklé dávkování je ráno a na oběd 5–7 kapek ve sklenici vody, případně jej lze užít i jednorázově na zvýšení pozornosti a duševní výkonnosti například před soustředěným výkonem, zkouškou apod.

Z ostatních přípravků Energy příznivě na činnost mozku, neurony a přenos nervových vzruchů působí **Fytomineral**, který obsahuje důležité prvky v ideální vstřebatelné koloidní formě. Užívá se obvykle 25–30 kapek na den rozpuštěných v pitné vodě. Také lze využít přípravky z řady zelených potravin, zejména **Barley Juice**, **Organic Beta**, **Organic Maca** a **Acai Pure**. Tyto produkty díky obsahu přirozených antioxidantů, vitaminů, minerálů a enzymů podporují a chrání nejen nervové buňky, ale i celý organismus před oxidačním stresem, nemocemi a předčasným stárnutím.

MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ

Hola, hola, škola volá!

POMOZME NAŠIM RATOLESTEM

HRAVĚ ZDRAVĚ ZAHÁJIT ŠKOLNÍ DOCHÁZKU

Pro mnoho dětí a studentů může být poprázdňinový nástup do školy tak trochu energetickým šokem. Najednou se musí zase soustředit, mít dostatek energie na podávání výkonů a plnění domácích úkolů, cítit se v pohodě a k tomu všemu odolávat kolektivním bacilům v nastávající virové sezoně. Pojďme se tedy podívat, jak je můžeme kromě přípravků Pentagramu® přirozeně posílit zelenými potravinami.



TIPY PRO NAŠE NEJMENŠÍ

Dětičky, které nastoupí první rok do školky, bývají zpočátku velmi často nemocné. Z hlediska imunity se však jedná o zcela přirozený proces. Dítě je poprvé vystaveno většímu množství bacilů, které se rychle šíří kolektivem, a buduje si tak vlastní imunitu. Většinou se ale po jednom až dvou letech situace výrazně zlepšuje. Každopádně hlavně podzim a zimní měsíce bývají pro děti (i jejich maminky) velkým nápor. Zde kromě doporučeného dávkování **Vironalu** a **Grepofitu** můžeme podávat i zelené potraviny.

Některé děti intuitivně začnou samy zobat **Organic Chlorellu** nebo pít **Organic Barley Juice**, jiné zase „ujíždějí“ na **Raw Ambrosii** (vyzkoušeno maminkami). Můžete zkusit děťátku nabídnout, co si samo vybere. A to je pro něj zpravidla to nejlepší. Každopádně již v tomto věku můžeme ráno na lačno dávat 1–2 tabletky chlorelly, zapít teplou vodou, tedy pokud je toho dítě schopné. Chlorela posílí imunitu, vyloučí ze střev nežádoucí látky a může perfektně zafungovat u těch, co trpí zácpou. Snídaně by poté měla následovat alespoň s dvacetiminutovým odstupem.

Acai Pure nebo **Organic Goji** lze přidávat do kaší, kde se chuťově téměř ztratí, a obě podpoří imunitu. Můžeme jimi nutričně obohatit i ovocné smoothie. **Organic Sea Berry** je skvělým zdrojem vitamínu C (25x více než citrusy), významně přispívá k přirozené obranyschopnosti a posiluje dýchací cesty. Problém ale bývá v jeho kyselosti, kterou ne každé dítě přijme. Řešením může být přimíchání do ovocného nápoje – džusu nebo moštu, který má sladší chuť.

OMEGA-3: OD MIMINKA DO DOSPĚLOSTI

Jako top-produkt ze zelených potravin pro děti chceme zmínit olej **Organic Sacha Inchi**, který by se měl díky bohatému zdroji omega-3 nenasycených mastných kyselin (13x více než losos) stát průvodcem dítěte od miminka až do dospělého věku, a to každý den. Nejen že podporuje vývoj mozku, předchází ADHD a dalším poruchám, ale při současném stravování přispívá zejména k vyrovnávání nezdravého poměru mezi omega-3 a -6, čímž snižuje riziko tvorby zánětu v těle.

ENERGIE PRO PRVNÁČKY

Prvnáčky čeká zásadní změna životního stylu a s ní spojený velký výdej energie. V podstatě pro ně platí stejná doporučení jako pro menší děti, jen například chlorelly můžeme dávat i více. **Acai Pure** nebo **Organic Goji** jim dodá hodně energie, kterou budou potřebovat. Totéž platí u **Ambrosie**. Opět mícháme do jogurtů, ranních kaší, nápojů...

POŘÁDNÝ „DOPING“ PRO STUDENTY

Studenti už mají velké energetické nároky, které často běžná strava ani není schopna pokrýt. Nejvíce u nich (podle tradiční čínské medicíny) trpí slezina. Proto je důležité ji podpořit. To znamená teplé snídaně, zapomeňte na studené jogurty čerstvě vytažené z lednice. To samé platí dvojnásob u malých dětí, u nichž se slezina teprve vyvíjí.

Každodenním rituálem studentů by se měla stát chlorela a ječmen. **Organic Barley Juice** totiž skvěle aktivuje tolik potřebnou energii a podpoří čchi sleziny (zahřívá trávicí proces). Pokud je student nadměrně vyčerpán a trpí únavou, přidejte 1–2 lžičky **Raw Ambrosie** denně. V období zkoušek se skvěle uplatní **Organic Matcha**, která zdravě nahradí kávu a rychle aktivuje energii. Pro sportovně založené typy doporučujeme **Acai Pure** anebo **Organic Maca**, jež silně dodají energii a podpoří výkony nejen na sportovišti.

NEODBÝVAT RANNÍ SNÍDANI

Všichni to víme: snídaně, základ dne. U nejmenších dětiček máme šanci vybudovat zdravé návyky, které jim vydrží po celý život, také u školáků a studentů by snídaně rozhodně neměla být opomíjena! Po ránu se ale určitě dlouhodobě nehodí již zmiňovaný studený jogurt nebo dokonce káva, kobliha či houska se salámem... Kaše z vloček, teplé polévky, případně vhodně kombinované kváskové celozrnné pečivo správně nastartuje metabolismus a udělá celému trávení (zejména slezině) moc dobře. Ten nejlepší základ, který svým dětem můžeme dát, je prostě zdravá snídaně!

Všem školákům přejeme zdravý start do nového školního roku, mnoho energie a životní radosti při podávání výkonů.

A my maminky pamatujme na jedno: žena od své plotny ovlivňuje zdraví celé rodiny... Je to tedy na nás. Tím nejlepším vzorem pro naše děti jsme totiž jen a jen my.

Ing. ŠTĚPÁNKA GRUBEROVÁ





Svačiny nejen pro děti do školy

Měsíc září je pro nás, rodiče, náročné období, už díky tomu, že svoje potomky budeme muset opět donutit dodržovat pravidelný režim, a to včetně toho stravovacího. Snad každá maminka (nebo tatínek) si dá zkraje září předsevzetí, že letos už konečně pojme školní svačinky zdravěji a neskončí u obligátní oplatky či rohlíku se šunkou.

JAK BY ZDRAVÁ SVAČINA MĚLA VYPADAT?

Měla by být hlavně pestrá a obsahovat kromě sacharidů, které není problém zajistit (spíše je obtížnější volit ty správné), také kvalitní bílkoviny a zdravé tuky. Přidat bychom rozhodně měli ovoce a zeleninu.

Ze sacharidů je potřeba volit ty komplexní, které energii uvolní postupně, nezpůsobí velký výkyv glykemie a nejsou jen nutričně prázdnou hmotou. Kvalitní celozrnné, kváskové pečivo nebo suchary se semínky i kousek doma upečeného špaldového koláče bude lepší než bílý rohlík či kupovaný donut.

Bílkoviny dodáme jogurtem, tvarohem, tvrdým nebo čerstvým sýrem, šunkou s vysokým obsahem masa, nebo kouskem pečeného masa, luštěninového karbanátku, vajíčkem či pomazánkou z rybiček, luštěnin.

Co se tuků týče, zapomeňte na nízkotučné výrobky, zejména u dětí jsou omylem. Klidně namažte chléb máslem, přidejte avokádo či pár oříšků, do pomazánky zamíchejte semínka.

JE VŮBEC NUTNÉ SVAČIT?

Pro většinu dětí školou povinných je pořádná svačina opravdovou nutností. Některá dítě ráno nechťejí moc sníst a navíc ve škole pak tráví moře času a do oběda je daleko. Naštěstí ze škol již vymizely automaty plné nezdravých pochutin díky nové vyhlášce, ale to neznamená, že když dítěti dáme peníze, nekoupí si je cestou v obchodě. U malých dětí je situace kapičku lehčí v tom, že pokud jim připravíme svačinu zábavnou, většinou ji jsou ochotny sníst. Stačí použít vykrajovátko, zajímavé krabičky a dítě zapojit do přípravy. U dětí starších je to, přiznejme si, boj. Sýr ve tvaru autíčka neocení a krabička se spoustou příhrádek je trapná. Pro nás dospělé je svačení velmi individuální potřebou. Někdo svačit potřebuje, jiný opravdu ne. Je nutné vysledovat, zda nutkání k jedení mezi hlavními jídly není jen energetický doping z důvodu špatného složení některého ze 3 hlavních jídel dne. Pokud budeme jíst stravu chudou na bílkoviny, může se stát, že se budeme cítit hladoví už za chvíli. Pro jiné mohou svačinky být jen zvykem, uklidněním či způsobem oddálení práce nebo zabití nudy.

CO TEDY S TÍM?

Co se dětí týče, zkuste je do přípravy svačin zapojit. Pokud vám na to neskočí, tak je to na vás. Asi tušíte, co vaše dítě preferuje a jaké chutě má rádo. U větších dětí vede většinou fastfood, bohužel. Zkuste tedy připravit jeho zdravější verzi. Myslím, že sendvič nacpaný doma upečeným krutím masem, salátem, rajčaty a okurkami s pomazánkou, burger s fazolovým či cizrnovým karbanátkem, tortila plněná zeleninou a tofu nebo třeba doma připravené sushi by mohly zabodovat.

Mám ráda i svačiny ve formě super misek, jejichž obsah tvoří z poloviny zelenina (ideálně několika druhů pro pestrost – cherry rajčátka, okurka, mrkev nakrájená na proužky), z jedné čtvrtiny obilovina či pseudoobilnina (pohanka, rýže, quinoa, jáhly), případně těstoviny

a z jedné čtvrtiny bílkovina (pečené maso, tofu, tempeh, vejce, vařená luštěnina, ryba – např. tuňák z konzervy nebo uzený losos). Neměli bychom zapomínat také na zdravé zdroje tuků – semínka, oříšky, olivový či ořechový olej, olivy. Výborné je to vše doplnit nějakým dipem – jogurtovým, hummusem z cizrny, avokádovým dipem nebo kvalitní hořčicí či domácí majonézou. Takováto svačina směle nahradí i oběd.

Sladkou variantou pak může být smoothie bowl z ovoce, skyru, tvarohu či jogurtu, ořechů a semínek. Někdy pro zpestření vyzkoušejte overnight vločky, chia nebo avokádový pudink s ovocem. Fantazii se meze nekladou! Jen to chce prostě víc energie a času na přípravu.

*Krásné září s co možná nejmenší mírou stresu přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ*

OVERNIGHT KAŠE

A AVOKÁDOVÝ PUDINK (4–6 porcí)

2 hrnky rostlinného nebo klasického mléka, 1 hrnek rýžových (ovesných, pohankových, jahelných) vloček, 1–2 lžičky chia semínek, 1–2 lžičky sezamu, 1–2 lžičky mandlí nebo oříšků, sladidlo – med, javorový sirup, ovoce – ideální jsou bobuloviny, které nemusíme krájet

Na kakaovo-pudinkovou vrstvu:

1 hodně zralý banán nebo avokádo, 1 lžička kvalitního kakaa, datlový sirup či sušené datle dle chuti

Večer si do uzavíratelných sklenic s víčky rovnoměrně rozdělíme vločky a chia semínka, zalijeme mlékem, které můžeme přisladit. Každou skleničku pořádně protřepeme nebo promícháme a vložíme do lednice. Připravíme si kakaovo-pudinkový krém rozmixováním banánu nebo avokáda s kakaem a sirupem. Necháme jej v uzavíratelné krabičce v lednici. Oříšky nebo mandle nasekáme a necháme připravené na ráno. Ráno přidáme do sklenic kakaový pudink, ovoce a posypeme oříšky.



BURGER S FAZOLOVÝM KARBANÁTKEM (4–6 porcí)

1 hrnek fazolek adzuki uvařených s hrstičkou mořské řasy Arame (zabrání nadýmání), 1 menší červená cibule, 1–2 stroužky česneku nebo lžičce sušeného medvědího česneku, 1 mrkev, 1 lžičce rajčatového protlaku, 1 lžičce sójové omáčky Tamari, 2 lžičky semínek – chia, drcená lněná, konopná semínka, sezam, dle chuti – majoránka nebo provensálské koření, černý pepř, kukuřičná nebo klasická strouhanka, řepkový olej

Na dohotovení burgerů:

4–6 kvalitních celozrnných housků (nebo krajíce kváskového chleba pro sendvičovou variantu), na jejich namazání je skvělý cizrnový hummus, avokádový či jogurtový dip, na něj listy salátu, kolečka rajčat, okurek, plátky pečené papriky apod., plátkový sýr, ideálně čedar

Uvažené fazolky adzuki včetně mořské řasy rozmixujeme nebo rozmačkáme štouchadlem na brambory. Vmícháme nejmenno nakrájenou cibuli, česnek, nejmenno nastrouhanou mrkev, rajčatový protlak, Tamari, semínka, další koření. Z hmoty vytvarujeme karbanátky, které obalíme ve strouhance a pečeme v troubě na pečicím papíru zakápnutém olejem (lze i osmažit na pánvi). Plníme do housků s dalšími ingrediencemi dle chuti.

SLAČINOVÁ SUPER MISKA

Zkuste oblíbenou variantu, kdy je čtvrtina misky tvořena pečeným krutím masem, druhá čtvrtina mixem rýže Basmati a quino, doplněná zeleninou nakrájenou na úhledné tyčinky – mrkev, kedlubna, okurka, červená paprika, s dipem z jogurtu nebo cizrnovým hummusem. Posypat můžete praženými dýňovými semínky či černým sezamem.



Vnitřní dítě

Naivně jsem si myslela, že mám své dětství dořešené. Nenapadlo mě se k němu vracet, šfoulat do dávné minulosti. Ostatně dle mě ani důvod nebyl, když zůstaly jen příjemné vzpomínky.

Oblíbila jsem si rodinné konstelace. Občas jejich prostřednictvím jako divák sleduji sebe samu a různé své životní situace. Získám pak jiný, nový pohled na svůj život. Kdysi jsem si v konstelaci řešila vztah své vnitřní ženy k vnitřnímu muži a naopak. V kruhu stály postavy Ženy, Muže, Dítěte, Bohyně a Zvířete – byl zajímavý zážitek spatřit svůj vnitřní svět jako divák. Teprve s odstupem asi dvou let jsem si najednou uvědomila, že zástupkyně za mou vnitřní holčičku v konstelaci se nechovala vůbec jako dítě. Stála opodál, držela se Bohyně, protože se s ní cítila v bezpečí. Jen pozorovala okolí. Žádná zvědavost, rozvernost, dětská hravost. Vůbec nic. Zřejmě tenkrát ještě nedozrál její čas.

BYLA JSEM „SAMA“

Po dvou letech se mi ale stalo něco zvláštního. Možná budoucí události nastartovalo video o dětech, které se mnou doslova zarezonovalo... A možná jsem za poslední uplynulé dny byla už jednoduše psychicky vyřízená a přetlak potřeboval ven... Nevím. Každopádně jsem ji najednou spatřila. Holčičku ve věku asi osmi let, jemné světlounké vlásy, květované šaty. Byla roztomilá a krásná. Bylo to mé vnitřní dítě – byla jsem to já. Vyhrkly mi slzy, protože jsem moc dobře věděla, jak je smutná. A pak už jsem jen brečela a brečela a brečela. Zase jsem pocítila strašnou samotu, ve které jsem vyrůstala. Ten pocit samoty byl nesnesitelně bolestivý! Byl to pro mě, jako dospělou, šok. Vždyť jsem kolem sebe měla vždy spoustu lidí! Rodiče, prarodiče a sourozence... Mé dětství se přede mnou začalo odvíjet jako na filmovém plátně. Vzpomínky se vynořovaly jedna za druhou. Naplno jsem si procítila dávnou a potlačovanou samotu i nejistotu, nedostatečný pocit bezpečí. Neměla jsem se komu svěřit se svými dětskými trápeními. Neměla jsem nikoho, kdo by znal mé tužby a přání... Ostatně, něco si přát a říct si o to bylo pro mě v tu dobu nemyslitelné. Maminka mi připadala stále moc zaměstnaná, a i když jsem jí něco vyprávěla, zdálo se, že je myšlenkami jinde. Táta s babičkou na mně pořád něco viděli. Žili jsme spolu, a přesto každý sám, oddělení jeden od druhého. Uvěřila jsem jim každé slovo o sobě, o světě i o životě. Neměla jsem důvod nevěřit. Rodičům i učitelům ve škole. Byli přece dospělí, něco prožili, znali svět... Ach, jak jsem se mylila!

Přes slzy jsem sledovala holčičku v šatičkách. Upírala na mě své veliké modré oči a působila zranitelně. A vzpomínky běžely dál. Jak já se vždy snažila! Dobře se učila. Každou horší známku si vyčítala a styděla se ji před rodiči přiznat. Dělal jsem, co mi řekli. Říkala jsem, co mi řekli. Vše málo, pochvala i tak přicházela jen zřídka. Žádné objetí. Žádné máme tě rádi. Bylo to bráno jako samozřejmost, ale já se i tak potřebovala ujistit. Později, v době kdy jsem začínala hledat své místo a bouřit se proti pravidlům i konvencím, jsem si vysloužila jen další odsouzení. Když jsem si to teď prožila znovu, rozbřečela jsem se ještě víc. Bolest až z hloubi mé duše se drala přes vzlyky ven...

Přistoupila jsem k malé holčičce – sama si připadala nedospěle – klekla si k ní a vzala ji do náruče. Objímala jsem ji, hladila po zádech a pusinkovala do vlasů... Po tvářích se nám koulely slzy. Ona se mým dotekům s důvěrou oddala. Zavřela oči a přijímala něžnosti, kterých se jí dlouho nedostávalo. Nikdy to nebylo jasnější – jediné, po čem jsem jako malá toužila, bylo slyšet, jak jsem úžasná a že mě milují. Nic jiného jsem nechtěla. Tak jsem tohle nevyřčené své holčičce pořád dokola opakovala... „Jsi úžasná. Miluji tě. Jsi úžasná. Miluji tě ...“ Trvalo dlouho, než pláč ustal. Pak jsem vzala pastelky a nakreslila si srdce – rozkvetlé a pučící.

DNES

Jsem vděčná svým dcerám, že mě učí otevřít srdce, poslouchat a nahlas bez studu říct, jak moc je mám ráda. Že mě učí upřímnosti k nim i k sobě samotné. Jsem jim vděčná, že mi ukazují pravou podobu bezpodmínečné lásky. Naučily mě přijímat něžnosti, nic nedělat a jen se tulit. Naučily mě být přítomná.

Své rodiče mám ráda. Vybrala jsem si je jako ty nejlepší pro sebe, jsem si toho vědomá. Víím, že dělali, co v danou chvíli uměli. Z celého srdce jim děkuji za život a za péči, kterou mi dali. Jsem šťastná, že je mám a že se k nim dnes mohu kdykoli uchýlit. Sleduji, jak jejich zodpovědnost za mě opadla a dostavila se úleva. Povolili křečovitě sevření otěží života. Dnes se s radostí věnují vnoučatům. Je to jiné. Pohodovější, bez stresu a očekávání.

A já? Teď už si lásku chci dávat sama. Teď už o své vnitřní dítě budu pečovat. Hýčkat je i rozmazlovat. Zaslouží si to. Zasloužím si to... Nějakou dobu jsem toužila po třetím dítěti. Možná je to právě to mé vlastní vnitřní, které mám ve svém nynějším životě zahrnout láskou.

Díky mému prožitku se mi opět potvrdilo, jak důležitou etapou v životě každého dětství je. Co v tomto období přijmeme za své, čemu uvěříme, to v nás zůstane. Do té doby, než pochopíme, že jsme to vůbec kdy přijali a že je takový model či program pro nás nefunkční. Naštěstí máme svobodu volby. Nemusíme slepě následovat vzorce svých rodičů, byť je milujeme sebevíc. Jsou to jejich pohledy na život, jejich příběhy, ale my si svůj příběh tvoříme sami.

PETRA KAPLÁNKOVÁ

ZÁSILKOVÁ SLUŽBA

**VYUŽIJTE MOŽNOSTI ZASÍLÁNÍ ENERGY
PŘÍPRAVKŮ PŘÍMO DO DOMU. ZBOŽÍ LZE
OBJEDNÁVAT NĚKOLIKA ZPŮSOBY:**

INTERNET: www.energy.cz

E-MAIL: objednavka@energy.cz

TELEFON: 283 853 853, 724 363 749

Standardní doručení kurýrní službou PPL: Náklady na poštovné a balné účtujeme v celkové výši 89 Kč, balíček bude doručen **do 5 pracovních dnů od obdržení objednávky**. Při objednávce nad 1 500 Kč poštovné zdarma. **Platba:** Na dobírku při převzetí zboží, platební kartou nebo pomocí PayPal.

Záruka: Nepoužité zboží máte právo vrátit do 14 dnů, informace na tel. č.: 283 853 853.

Reklama: e-mailem – objednavka@energy.cz, telefonicky – tel. č.: 283 853 853, 724 363 749.

UPOZORNĚNÍ:

Nákupy realizované přes e-shop se načítají do systému až v momentě, kdy jsou připsány peníze za zásilku na náš účet, nikoliv v den objednávky zboží. Proto pokud chcete mít jistotu, že daný nákup bude ještě zahrnut do právě probíhajícího měsíce, doporučujeme s touto skutečností počítat a při nákupu přes e-shop objednávat zboží nejpozději do 15. dne v měsíci.

Cítím uzemnění a otevření

Mám čerstvou zkušenost s **Raw Ambrosií** a olejem **Himalayan Apricot**, v jednom dni. Hned když jsem na dlani držela několik granulek ambrosie, cítila jsem, jak jsou silné. Po jejich sezobnutí jsem se krásně zklidnila a uzemnila. Od srdce dolů – vyrovnanost, pevnost, kontakt se zemí. Až zvláštní jistota, že takovou stabilitu bych měla vnímat pořád. No, pak jsem si kápala tři kapičky oleje. Přiznám se, že už jeho obrázek na zadní straně červenového Vitae mě dostal. Jemné meruňkové kvítky a na pozadí majestátně se tyčící hory. Zranitelnost a síla – dva paradoxy v dokonalé rovnováze. Takže jsem si kápala olej na jazyk a okamžitě to cítila. Od srdce nahoru úchvatné otevření. Jako by mě někdo pohladil a ujistil, že je vše v pořádku. Radost a lehkost bytí, doslova. Měla jsem radost, že dýchám, že žiji. Byla jsem otevřená životu a všemu, co nabídne. Mysl se odlehčila, najednou jsem cítila jednoduchost a fakt, že složitosti si vytvářím jen sama. Smála jsem se a užívala si tady a teď – vše, co jsem vnímala a aktuálně cítila. Nohy uzemněné a vědomí otevřené. Stabilita bez očekávání. Hm, kam se hrabou antidepresiva. Ještě teď, když si vše vybavuji zpětně, jasně vnímám ony nádherné pocity.

PETRA KAPLÁNKOVÁ, Otaslavice

HIMALAYAN APRICOT

Jaké pocity měla jsem,
když setkání první přišlo s olejem?

Naděje, klid a bezpečí,
jako teplé pohlazení, v mamčině náručí.

Srdce mě se uklidnilo, všechno je zas v pořádku,
stále se tu dějí věci, to nestojí za hádku.

To, co zdál se býti problém, začalo mít kontury,
už to nebyl bubák velký, co si mě vzal do huby.

Na světě je přece krásně, Zem pomalu se otáčí,
v každé chvíli máme volbu, kam směřujem své oči.

Meruňkovým pohlazením nový den teď začínám,
když necítím se zrovna nejlíp, pár kapek si honem dám.

Překvapením pro mě velkým, tenhle produkt je,
co za sílu v sobě skrývá, jak působí citlivě.

HANA KAPLÁNKOVÁ, Otaslavice



Zelené potraviny a polodrahokamy

Milá redakce,
jistě dobře víte, že různé kapičky Energy souzní s jednotlivými polodrahokamy. Třeba **Renol** obsahuje informace nerostů, jako je jaspis, vltavín apod., **Regalen** zase malachit, bizmut. A určitě také vnímáte, že zelené potraviny jsou samotnými polodrahokamy naší Země.

Ač mnoho let využívám různé produkty Energy, zelené potraviny jsem si nedopřála – až v minulém týdnu jsem si s radostí

zakoupila **Hawaii Spirulinu** a **Organic Matchu**. Když jsem otevřela sáček se spirulinou, pocítila jsem skutečnou ryzí a čistou energii a nejen to – vnímala jsem sílu samotného smaragdu! A co Organic Matcha? Při jeho otevření jsem spatřila veliký dar Matky Země – olivín, který je jemný, a přesto tak silný, jako jemný a silný je právě tento čaj. Děkuji vám, že nám přinášíte to nejčistší ze samotného srdce naší planety.

S vděčností JARMILA KRŇÁVKOVÁ, Jestřebí

Království drahých kamenů (20)

ROZPÁLÍ VÁS JAKO BÝKA V ARÉNĚ...

Ochránce života, dynamický vůdce a vášnivý milenec... mocný a magický rubín:

- » projektivní
- » pod vlivem Marsu
- » ve znamení Lva, Štíra, Skopce a Raka
- » náležející k čakře kořenové (1.) a srdeční (4.)

Rubín je čistokrevný drahokam. Málomterý drahý kámen je opředen takovým mysticismem jako právě rubín. Z chemického hlediska se jedná o oxid hlinitý, což je stejná látka, kterou najdeme na každém smrkovém papíru. Rubín je barevnou odrůdou korundu a svoji typicky rudou barvu s kapkou modré získává díky příměsi chromu. Rubín, stejně jako korund, stojí na stupnici tvrdosti hodně vysoko, hned před diamantem, a jeho broušení je tedy poměrně náročný proces. Pravděpodobně z toho důvodu je cenový rozdíl mezi surovým a leštěným nebo dokonce broušeným rubínem propastný.

JEN PRO SILNÉ POVAHY

Rubín je spojován s mocnou energií. Vládne silou spalujícího ohně, který má schopnost transformovat široko daleko všechno, co se mu postaví do cesty.

Říká se, že slabším povahám z něho nebývá dobře. V člověku totiž podněcuje odvahu, nadšení a razantnost. Někdy se dostaneme na svou cestu, jen pokud nepřijímáme žádné kompromisy. Rubín není kámen polovičatých řešení, je to vášnivý plamen, který v nás zažehne touhu po opravdovém životě, po cestě, která vyvěrá jen a pouze z našeho srdce. Každému, kdo je připraven, pomůže rubín realizovat se v tom, po čem v hloubi duše opravdu nejvíc touží a na této cestě sebevyjádření vytrvat s důvěrou v sebe a své poslání. Navíc detoxikuje naše tělo od jedů, ale i naši mysl od negativních myšlenkových vzorců. Obojí je nezbytné pro to, abychom se stali sami sebou, a obojí může být bolestné. Koneckonců i rubín, který má mít svou legendární barvu holubí krve, musí projít teplotou až 1 800 °C.

KÁMEN ŽIVOTA

Odedávna je rubín uctíván jako ochránce těla i duše, jako ochránce života, který podpírá při slabosti i vyčerpání, zkrátka vhnání do žil novou krev. Srdce, krev a oběhový systém udržuje v dobrém stavu a navíc podporuje dobré sny.

K životu samému ale přispívá nemálo především tím, že podporuje, ba dokonce podněcuje sexualitu. A protože propojuje kořenovou a srdeční čakru, vnáší do pudové sexuality duchovní rozměr. Pod jeho vlivem je pak snadnější vnímat svoji sexuální sílu jako původní kreativní energii, která slouží k materializaci našich duchovních záměrů. A to vše s nespoutanou ohnivou vášní.

TO NEJLEPŠÍ NAKONEC

Pokud vás podněcení vášně a podpora seberealizace zanechaly chladnými, určitě vás rozpálí poslední informace o rubínu. Tento drahokam přitahuje bohatství a dokonce (a to je mnohem důležitější) podporuje schopnost si toto bohatství udržet. Možná je ale tím největším bohatstvím právě ono neutuchající nadšení, chuť do života a stálá motivace k tvoření, i přes to, že na zmrství narážíme na každém kroku. Omlouvám se, jsem právě v nekompromisní rubínové ráži.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ



VIROVET & OMEGAVET

SILNÁ IMUNITA A ZDRAVÁ KŮŽE VE VÝHODNÉM BALENÍ!

VIROVET

Zastavuje infekci v počátečním stadiu a urychluje tvorbu protilátek.

Lze jej používat i jako prevenci před nachlazením.

OMEGAVET

Dodává tělu snadno využitelné mastné kyseliny pro lesk srsti, dobrou funkci tukového metabolismu a obnovu všech tkání.



Energyvet.cz

Platnost akce: od 1. září do 30. září 2018 nebo do vyprodání zásob



Sledujte nás na: facebook.com/Energyvetcz

Hravě s Pentagramem® krémů o jeho využití v našem životě

Bez terapeutických krémů si asi nikdo z uživatelů a příznivců Energy nedokáže představit kvalitní péči o své zdraví. Jak k nim lze přistupovat s hravostí a radostí se dozvíte 27. 10. 2018 v Brně na semináři Marcely Šťastné, která s nimi má bohaté profesní zkušenosti jako terapeut, masér a celostní praktik.



M. Šťastná

Pentagram® krémů je spolu s koncentráty základ produktové nabídky Energy. Má určité širší možnosti použití, než jaké známe, i když je na trhu tolik let... Určitě ano. Řekla bych, že u krémů je stále co objevovat. Právě přes pokožku můžeme naše tělo ovlivnit velmi zásadně, aniž by docházelo k silným reakcím. Krémy jsou vhodné pro každého a především pro ty, kteří se bojí něco užívat. K mazání všeobecně přistupujeme lépe. Máme změřené Supertronicem, že po aplikaci všech pěti krémů na specifická místa na těle (bude na semináři probíráno) podpoříme vyrovnaní energií přes

ZDARMA SEMINÁŘ

Za účast v nejméně 3 seminářích Univerzity Energy získávají nárok na 1 jednodenní seminář zdarma:

P. Blažíček, Hradec Králové;
T. Byrtusová, Písek; J. Cábová, Praha 5; Mgr. E. Fuksová, Rychnov nad Kněžnou; M. Graulichová, DiS., Mariánské Lázně-Valy; Ing. K. Hána, Praha 10; Mgr. V. Havlíková, Praha 15; I. Hirešová, Krnov; M. Hnzdilová, Ústí nad Labem; Ch. Hojná, Lázně Bohdaneč; J. Hrochová, Louny 1; I. Hruďčková, Klatovy 4; T. Janurová, Slivenec; Mgr. B. Klobásková, Brno; Š. Kocianová, Hrdějovice; M. Kunešová, Volyně; E. Matlochová, Nýdek; Bc. P. Mikesková, Řepín; Mgr. P. Miltnerová, Unhošť; H. Molnárová, Sobotka; Bc. H. Papežiková, Brno; Mgr. L. Páralová, Vysoká nad Labem; D. Pavlíková, Příbram; M. Pecková, Praha 4; L. Rojťová, Domažlice; P. Ticháčková, Děčín; A. Turečková, Staré Město; Ing. D. Urbánková, Ph.D., Brněnec; M. Valenta, Pardubice; A. Veselá, Rokytice; Mgr. J. Veselá, Valdice.

Děkujeme za účast a gratulujeme!

BONUS PRO ÚČASTNÍKY UNIVERZITY:

Absolventi alespoň 3 seminářů v rámci jednoho semestru mají nárok zúčastnit se ZDARMA 1 jednodenního semináře následujícího semestru dle vlastního výběru. Kdo absolvoval 4 a více seminářů v jednom semestru, obdrží ještě dárek produkt Grepfit drops.

VZDĚLÁVÁNÍ

SEKCE ODBORNÉ VZDĚLÁVÁNÍ

**PRODUKTY ENERGY
V PSYCHOLOGICKÉ, SPECIÁLNĚ
PEDAGOGICKÉ A LOGOPEDICKÉ
PRAXI**

20. 10. 2018, Brno

**HRAVĚ S PENTAGRAMEM®
KRÉMŮ O JEHO VYUŽITÍ
V NAŠEM ŽIVOTĚ**

27. 10. 2018, Brno

**CELOSTNÍ PŘÍSTUP
V KOSMETICKÉ PÉČI
A ŘADA BEAUTY ENERGY**

3. 11. 2018, Brno

**PRODUKTY ENERGY V PRAXI I.:
základní stupeň**

10. 11. 2018, Brno

ZÁKLADY TČM A ENERGY

11. 11. 2018, Brno

SEKCE SUPERTRONIC

**KURZ SUPERTRONIC
PRO ZAČÁTEČNÍKY – stupeň C**

13.–14. 10. 2018, Hradec Králové

**NOVÝ SUPERTRONIC:
NOVÉ MOŽNOSTI
– interaktivní seminář**

24. 11. 2018, Brno

meridiány a vnitřní orgány a také urychlíme činnost lymfatického systému čili odvod toxinů z těla. Což je skvělé.

Líbí se mi, že nabízíte hravý přístup k těmto produktům, samy si o to říkáj, že? Přesně tak. Podívejme se na ty barvy! Už jen barevná škála společně se symbolikou Pentagramu® nabízí hravost. Propojíme psychické i fyzické účinky krémů a s barvami si opravdu pěkně pohrajeme.

Máte připravenou nějakou „třešinku“, co ještě neznáme?

Troufám si říci, že ano. Pokaždé mám pocit, že už snad není co nového nabídnout, nicméně když necháme věci plynout a projevit se, inspirace, cesty a propojení se dostaví. Mluvím teď trochu záhadně... Dotkneme se více mimo jiné opravdu významných bodů na těle, se kterými můžeme pracovat pomocí krémů, tlaku, poklepávání atd... A dál už se nechte překvapit. Věřím, že tento seminář bude přínosný a zajímavý nejen pro běžné spotřebitele a terapeutů, ale i pro maséry či kosmetičky. Těším se na všechny.

Děkujeme, MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ

Zeptejte se hvězd

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

Prosím o radu pro partnera (37 let), který nyní pracuje ve směnném provozu. Posledních pár měsíců jej práce stresuje, je více podrážděný, má potíže se spánkem – hlavně po nočních směnách, a od toho se také odvíjí jeho nálady.

BEÁTA L., Brno

Stres na pracovišti se často projevuje zvýšenou podrážděností a napětím, není však dán tím, co se děje kolem nás, ale co máme v sobě. Je náročný na energii, vyčerpává naše rezervy a doplnění těchto rezerv vyžaduje dostatek odpočinku pro tělo i mysl.

Spánek je velmi potřebný, můžeme se při něm revitalizovat po náročném dni. Zdravá strava a pravidelný pohyb také pomáhají při boji s negativními vlivy z vnějšího prostředí. A samozřejmě pozitivní myšlení, protože ve většině případů nejde o život, takže je třeba změnit náhled. Doporučuji **Relaxin**, napomáhá zvládnout škodlivý stres, nervové vypětí, přispívá ke zklidnění těla i mysli, navozuje celkovou pohodu a duševní vyrovnanost. Dle potřeby přes den a vždy před spaním.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

„Nenávist nikdy neukončíte ničím jiným než láskou,“ řekl prý Buddha. A určitě měl pravdu... Za správné vylustění červnové tajenky získávají poukázku:

- » **Ludmila Broklová**,
nábř. Závodu míru 1884, Pardubice
- » **Michaela Sobotková**,
Rudolec 42, Nové Veselí
- » **Ludmila Červinková**,
Znojemska 60, Suchbárdly

Vylosovaní výherci obdrží poštu poukázku na jeden koncentrát z Pentagramu®, který si mohou vybrat v kterémkoliv Klubu Energy nebo u svého prodejce. Tajenku křížovky z tohoto čísla magazínu spolu se svojí adresou zašlete nejpozději do **22. září 2018** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s., Trojská 39/201, 171 00 Praha 7; e-mail: katerina.himmelova@energy.cz

„Vědomosti získané na základě donucení... (tajenka).“

Platón

ASA; ASON; ORTY; SKYTH; UNO	Rodná země	1. část TAJENKY	Televizní zkratka	Model Fiatu	Ruka se zaťatými prsty		Mlžno	Solmizační slabika	Označení citlivosti filmu	Výbor na obranu ne- spravedlivě stíhaných	Epické básnictví	2. část TAJENKY	Muži trpící erotomanií	Zkratka pro cestovní kancelář
Vchod						Hmyz žijící ve velkém společnosti								
Nikoli draze						Upravovaný les Otorinola- ryngologie								
Staré zájmeno (který)			Slovenský „užitek“ Utluumat					Dobrá nálada Poskočení						Zkratka Hospodář- ských
Sada				Klus Ženské jméno (26. 7.)				Íránský kočovník Výrůstek na hlavě						
Město v evropské části Ruska					Ukrajinské město Latinský pozdrav					Český výrobce nábytku Místa v dole				
	Písečný přesyp Díl					Hl. město Norska Zrakové orgány					Značka luminu Zázrak			Hrabavý pták
Potrava pro zvířata							Nemocný se srdcem Podpis anonyma							
Prospěš- nosti												Nuže		
Řešeta					Anglicky „inkoust“				MPZ Venezuely			Značka iridia		



Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

VIOLKA – TROJBAREVNÁ KRÁSKA

Její botanické jméno – violka trojbarevná, napoví nemnohým. Reakce těch, kterým ji pak ukážete, je však vždy podobná: „Že's to neřek' hned! Vždyť to je maceška!“ Tato nezvykle barevná bylinka, dříve známá také jako sirotky, trojník, macocha, pětbolestí, srdečné koření nebo psotníková bylina, měla v lidové medicíně svou tradici a byla hojně využívána jistě již dlouho před „otcem medicíny“ – Hippokratesem, který ji doporučoval na „choroby mnohé“.

SPORNÁ TAXONOMIE

Violka trojbarevná, *Viola tricolor*, je velice variabilní. Na tom, jaké jsou vztahy uvnitř rodu violek, navíc v „rodině“ samotné violky trojbarevné (existuje violka trojbarevná pravá, violka trojbarevná skalní, violka trojbarevná různobarevná a violka trojbarevná Curtisova), se botanikové dodnes neshodli.

Z jednoduchého oddenkovitého kořene vyrůstají jedno- či dvouletá violka trojbarevná má lysou, trojhrannou, často poléhavou lodyhu, většinou 15 až 30 cm, vzácně až půl metru dlouhou. Jednoduché řapíkaté listy jsou eliptické, na okrajích vroubkované, horní výrazně užší. Na jejich bázi vyrůstají velké členěné palisty. Pětčetné květy na dlouhých stopkách se na našich violkách objevují od dubna až do září. Většinou nevoně, asi 1,5 cm velké kvítky charakteristického tvaru, jsou žluto-bílo-modré. Po odkvětu se mění na tobolek s množstvím malíčkých semínek.

NEOHROŽENÁ EVROPANKA

Šlechtěné, velkokvěté odrůdy macešek v mnoha různých barevných kombinacích jsou sice krásnou zahradní dekorací, k využití v domácí apotéce se však nehodí. Léčivou violku trojbarevnou si můžeme na jaře vypěstovat jednoduše ze semen volně žijících jedinců. S těmi se běžně setkáme skoro v celé Evropě (mimo Středomoří a úplného severu), druhotně i v Severní Americe a Asii. Daří se jí na opuštěných loukách,

pasekách a úhorech, na okrajích lesů, náspech, na polích i v sadech atp., od nížin po vysoké hory. Ohrožená ani chráněná nikde není, takže lovu, tedy sběru, zdar.

Během období květu čili v létě sbíráme celou kvetoucí nať violky. Nejlépe právě vykvetlou, po poledni. Suší se opatrně v tenké vrstvě, ve stínu, do 40 °C, aby ani nať, ani květy neztratily svou barvu. Aby znovu nevzvlhla, skladuje se ve vzduchotěsných nádobách. Sušení této bylinky je důležité, čerstvá je totiž lehce jedovatá. Extrakt je koktejlem saponinů, flavonoidů, silic, alkaloidů (violin), slizů, tříslovin, glykosidů, rutin, minerálů a vitamínů (C, E).

MACEŠKOVÝ DETOX

Ve starém Řecku byla violka předepisována k tišení bolestí hlavy, zmírnění hněvu a navození příjemných myšlenek při smutku. Často byla také složkou elixírů lásky. Hlavní léčivou devizou violky jsou však její silné detoxikační účinky. Maceškový odvar je výborný při zánětech dýchacích cest, pomáhá odkašlávání a rozpouští hlen (saponiny). Odvar se doporučuje také při zánětech močových cest, gynekologických zánětech a při revmatismu. Je močopudný a potopudný, a napomáhá tak celkové detoxikaci, což se zpětně očividně projeví i na kůži. Violkový odvar se proto odpradávná používá i zevně – proti akné, ekzémům, dermatitidám a jiným zánětlivým kožním onemocněním (hlavně u dětí), proti stárnutí pokožky, vypadávání vlasů, lupům, při popálení kopřivami, na hmyzí bodnutí apod. Obsažený rutin pomáhá s regenerací cévních stěn, což je zas vhodné např. na křečové žíly.

Violku lze užívat formou odvaru, účinnější tinktury nebo masti, a to jak samostatně, tak ve směsích, např. s pampeliškovým kořenem, květem lípy či plody fenyklu. Jak už jsme si řekli, violku je nutné používat sušenou, jinak je její užívání bezpečné. S mírou ji mohou užívat i těhotné a kojící ženy, které tak použijí jednu speciální formu aplikace – kojením. S mateřským mlékem se účinné látky dostávají do kojení trpícího třeba kašlíčkem.

Mgr. VLADIMÍR VONÁSEK

Jak se účinně chránit i bránit?

chřipka, kašel, rýma, angína...

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY			ZÁKAZNÍK	
	cena	body	sleva	cena	sleva
Imunosan + Flavocel	727 Kč	31	70 Kč	945 Kč	91 Kč
Vironal + Flavocel	634 Kč	28	70 Kč	824 Kč	91 Kč
Drags Imun + Flavocel	735 Kč	32	70 Kč	956 Kč	91 Kč
Grepofit kapsle + Flavocel	562 Kč	24	70 Kč	731 Kč	91 Kč
Grepofit drops + Flavocel	540 Kč	23	70 Kč	703 Kč	91 Kč
Grepofit nosol aqua + Flavocel	478 Kč	20	70 Kč	622 Kč	91 Kč
Grepofit kapsle + drops + spray	650 Kč	27	71 Kč	847 Kč	92 Kč
Grepofit kapsle + spray + nosol aqua	588 Kč	24	71 Kč	766 Kč	92 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol aqua	663 Kč	28	80 Kč	863 Kč	104 Kč

Cenná doporučení MUDr. Alexandry Vosátkové
si přečtete v brožuře „Jak se účinně chránit i bránit?“

FLAVOCEL – 20% SLEVA

k nákupu Vironalu, Drags Imunu, Imunosanu nebo Grepofitu (kapsle, drops nebo nosol aqua)

GREPOFIT SPRAY – 40% SLEVA

ke kombinaci Grepofit kapsle a Grepofit drops
ke kombinaci Grepofit kapsle a Grepofit nosol aqua

GREPOFIT NOSOL AQUA – 40% SLEVA

ke kombinaci Grepofit kapsle a drops



Doplňek stravy.

Akce platí do vyčerpání zásob!

Uvedené akční ceny vycházejí z aktuálního ceníku.

Kluby a konzultační centra nabízejí

BLÍŽEJOV

Provozní doba:

út 10–12, čt 16–18 h., a dle dohody
na tel.: 721 384 473, 602 389 233

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
reflexní terapie / bezplatné konzultace /
testování SPT / automatická kresba /
zásilková služba / prenatalní příprava /
kineziologie / měření krevního
tlaku a glykemie / masáže: klasické,
rehabilitační, detoxikační, baňkování
a jiné relaxační metody / poradna pro
zvířecí miláčky / prodej veterinárních
produktů / vyšetření páteře a nohou,
zhotovení ortopedických vložek, jen na
obj. předem – tel.: 379 428 620 / poradna
pro bezlepkovou dietu / poradna a prodej
produktů Energy – po, út, st 13–16,30 h.
– Domažlice, Srnova 76

Kontakt:

Blížeov 124,
tel.: 379 428 927, 721 384 473,
e-mail: johankova@centrum.cz

BOSKOVICE

Provozní doba:

po, út, st, čt 9–12, 13–17 h. + dle tel. dohody
Stálá nabídka:

poradna Energy / zasílání zboží na
dobírku / automatická kresba, měření SPT,
rekondiční masáže na obj. – Mgr. Eva
Kocmanová, nový tel.: 605 896 184

Poradny a přednášky:

» KE BOSKOVIC – 3., 10., 17. a 24. 9.

Nová KC:

» BLANSKO – po, čt 16–19 h., dále dle tel.
dohody: poradna a prodej produktů
Energy, diagnostika a poradna TČM,

poradna výživy dle TČM – Ing. J. Součková,
tel.: 608 620 059, www.tcm-blansko.cz,
souckova@tcm-blansko.cz;
Bachovy květové esence – M. Němcová,
tel.: 774 090 581

» BRNO – Terapeutické centrum APPONO,
Malátova 11: Dornova metoda, potíže
lymfatického systému, reflexní masáž,
ušní akupunktura, meridiánová masáž
– Eva Manová, tel.: 606 522 353

Kontakt:

Boskovice, Krátká 16,
tel.: 516 452 373, 720 529 424,
e-mail: evakoc@atlas.cz,
kocmanovaenergy@seznam.cz

BRNO

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE a KC:

- » 5. 9. – 16–17 h. – Práce s Pentagramem®
– vstupní přednáška, H. Hosová
- » 18. 9. – 16–17 h. – individuální
konzultace, doporučení vhodného
produktu a dávkování – H. Hosová
- » NOVINKA: Výživové poradenství
– Ing. K. Hosová, info na tel.: 530 500 422
- » 19. 9. – 10–12, 14–17 h. – Den otevřených
dveří
- » 26. 9. – 18 h. – Gynekologická
onemocnění a jejich prevence
– lektorská přednáška MUDr. B. Haltmara,
nutná rezervace v KE

Kontakt:

Brno, Sukova 4,
tel.: 530 500 422, 737 479 120,
e-mail: info@brnoenergy.cz,
www.brnoenergy.cz,
FB – Energy Czech Republic a.s., klub BRNO

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
zasílání produktů Energy /
diagnostika SPT / automatická kresba
a Osho Zen Tarot / harmonizace
čaker nejen dle aromaterapie + práce
a působení polodrahokamů / měření
krevního tlaku, rehabilitace pulzním
magnetickým polem – magnetoterapie
NOVĚ: objednávky lze provádět i přes
e-shop na www.energycbshop.cz

Mimořádná nabídka KE a KC:

- » KC RAKOVNÍK: 11. 9. (úterý) – 18 h.
– Zelené potraviny do našeho jídelníčku
– lektorská přednáška L. Špoullové,
Autoškola Tempo, přednášková místnost,
Dukelských hrdinů 252

- » KE ČESKÉ BUDĚJOVICE: 18. 9. (úterý)
– 17 h. – Zelené potraviny do našeho
jídelníčku – lektorská přednáška
L. Špoullové

Rezervace míst na tel.: 776 454 874

Kontakt:

České Budějovice,
Na Mlýnské stoce 6, tel.: 776 454 874,
www.obchoduklarky.cz,
e-mail: energycb@seznam.cz

ČESKÝ TĚŠÍN

Provozní doba:

po 16–20 h. a dle dohody

Stálá nabídka:

měření Supertronicem – A. Stefan,
A. Heřman, T. Byrtusová,
P. Ammerling – tel.: 736 284 711 /
měření SPT, rehabilitace, konzultace
– MUDr. B. Rošková / lymfodrenáž
pro zdraví a krásu – pí. Němčíková

Kontakt:

Český Těšín, Mezi Lány 271,
tel.: 777 293 601, e-mail: 21@symbols.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika Supertronicem na obj. /
masáže: rekondiční, lymfatické
a terapeutické, kinesiologie
taping – info na tel.: 776 488 848,
pí. Slušítková / poradna a měření
na přístroji Sensitiv Imago 530
a Plazmový generátor RPZ 14
– info na tel.: 776 614 046, pí. Rakouská /
homeopatická poradna a EAV diagnostika
dle TČM na přístroji Acucomb – info na
tel.: 602 141 184, pí. PharmDr. Svobodová /
veterinární poradna – certifikovaná
poradkyně MVDr. Martinová,
tel.: 732 512 181 / zasilání zboží na dobírku /
e-shop: www.babkabylinarka.cz

Mimořádná nabídka KC – poradny SPT:

- » DOUDLEBY NAD ORLICÍ – 4. a 18. 9.
– pí. Fendrychová, tel.: 605 780 213
- » KE HRADEC KRÁLOVÉ – 6. a 20. 9.
– poradna vč. měření Supertronicem
10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715
- » KC HRADEC KRÁLOVÉ
– Lékárna Za Skleněnou věží,
ul. Wonkova – 3., 10., 17., 24. 9.
– PharmDr. Svobodová,
tel.: 602 141 184
- » KC HRADEC KRÁLOVÉ – Salón Profi,
Havlíčková 401 – 5., 12., 19. a 26. 9.
– Naďa Komárková, tel.: 775 921 885
- » CHOCEŇ – 3., 10., 17. a 24. 9. nebo dle
dohody – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535

- » JIČÍN – Prodejna Bellis – 7., 14., 21. a 28. 9.
nebo dle dohody – pí. Svobodová,
tel.: 739 700 666

- » KOLÍN – 7., 14., 21. a 28. 9.

– homeopatická poradna,
pí. Blechová, tel.: 777 101 513

- » KOSTELEČ NAD ORLICÍ – 7., 14., 21. a 28. 9.
– pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816

- » NOVÁ PAKA – Prodejna Bellis
– 6., 13., 20. a 27. 9. nebo dle dohody
– pí. Svobodová, tel.: 739 700 666

- » NOVÝ BYDŽOV – Sloupno
– 7., 14., 21. a 28. 9. – nebo dle dohody
– pí. Rakouská, tel.: 776 614 046

- » OPOČNO – 13. 9. – pí. Králíčková,
tel.: 739 379 435

- » RYCHNOV NAD KNĚŽNOU
– 3., 10., 17. a 24. 9. – pí. Bečvářová,
tel.: 777 723 731

- » SMÍŘICE – 6., 7., 13., 14., 20., 21., 27. a 28. 9.
– PharmDr. Svobodová, tel.: 602 141 184

Kontakt:

Hradec Králové, Letců 1001,
tel.: 495 534 715, 736 765 477,
email: babkabylinarka.cz@seznam.cz

CHEB

Provozní doba:

po 14–18, út 14–17, st 10–12, 14–17,
čt 13–18 h. (pá zavřeno, výdej pouze
po dohodě na tel.: 603 486 331)

Stálá nabídka:

- » 4., 11., 18., 25. 9. – měření SPT,
poradenství, detoxikace,
SRT s A. Chmelovou – obj. na
tel.: 724 965 773
- » 7., 14., 21., 28. 9. – vyšetření stavu
autonomního nervového systému na
přístroji KARDIVAR, kineziologie, SRT
– Mgr. Paula Koubová, tel.: 605 307 354,
Cheb, ostatní dny Mariánské Lázně,
Hlavní třída 7

Nová nabídka:

- » měření Supertronicem, fyzioterapie,
rehabilitace, masáže reflexní
a regenerační, manuální lymfodrenáže,
měkké techniky a mobilizace,
zdravotní TV, poradenství
– Marcela Graulichová, DiS.,
obj. na tel.: 724 880 519,
Mariánské Lázně a okolí
- » Kosmetické ošetření Beauty kosmetikou
Energy u masérky a kosmetičky B. Bzirske
a masáže J. Kočové a V. Votrubové
+ měření Supertronicem – 3., 10., 17.,
a 24. 9., obj. na tel.: 606 242 353, najdete
na původní adrese Kamenná 40 !!!

Kontakt:

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

KARLOVY VARY

Provozní doba:

po, čt 8.30–17, út, st, pá 8.30–16 h.,

Stálá nabídka:

dárkové poukazy / poradna a prodej produktů Energy / měření na IN BODY – analýza těla / masáže – zesteňující program, klasické, medové, anticelulitidní, thajské, zpevňující, ájurvédské, motýlí, aromatické, wellness procedury (i formou dárkových poukazů) / kosmetické ošetření Beauty kosmetikou Energy – tel.: 353 236 605 / rozvoz objednaného zboží po Karlových Varech každý čtvrtek (podrobnosti na tel.: 775 947 793)

Mimořádná nabídka KE:

- » zahájení rekvalifikačních kurzů masér, kosmetička, manikérka, pedikérka
- » psychosomatická poradna – na obj.
- » každé út na obj. – zdravotní poradna Energy – M. Hrnková – zdarma
- » út 11. 9. – diagnostika EAV přístrojem – jen na objednávku, tel.: 353 236 605
- » po–čt dopoledne – impedanční analýza IN BODY – zdravé hubnutí, rozbor a doporučení
- » nabídka volných míst v projektu pro matky s dětmi – vzdělávání, zaměstnání

Kontakt:

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

LIBEREC

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

bezplatná poradna a prodej produktů Energy / měření SPT na obj. / kineziologické testování vhodnosti užití přípravků Energy / kineziologie One Brain / EFT / masáže: relaxační, krémy Energy, aroma, motýlí / tělové svíce / metoda SRT / výklad Osho Zen Tarot / konzultace s psychologem / arteterapie, mandaly na hedvábí, pískové, jako dárek na objednávku / cvičení / výživový poradce / výuka AJ / zasílání zboží na dobírku / možnost pronájmu prostor na semináře, přednášky, besedy a cvičení
Podrobnosti k aktuálním akcím najdete na www.centrumzdraviliberec.cz.

Nově v KE:

Kosmetické ošetření pleti kosmetikou Beauty Energy: po + st – Blanka Chlumská, obj. na tel: 725 515 068,
e-mail: blankachlumska@seznam.cz

Mimořádná nabídka KE:

- » st 12. 9. – 17–19.30 h. – Imunitní systém a Energy, 1. část – přednáška G. Veselá
- » út 18. 9. – 9–17 h. – poradna Energy a výběr vhodného produktu, diagnostika SPT – G. Veselá, obj. na tel.: 777 624 569, jiné termíny domluvou
- » st – 19. 9. – 17–19.30 h. – Imunitní systém a Energy, 2. část – přednáška G. Veselá
- » so 22. 9. – 9–18.30 h. – Kraniosakrální terapie – seminář I. Dlouhé, info e-mailem: inka.vesela@seznam.cz
- » po 24. 9. 16–20 h. – Rodinné konstelace – provází G. Veselá, info: inka.vesela@seznam.cz

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 – na obj.

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:

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

Kontakt:

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

OLOMOUČ

Provozní doba:

po–čt 9–12.30 a 14–17 h., pá zavřeno

Stálá nabídka:

automatická kresba, rodinné konstelace – L. Zvolánek, tel.: 605 256 327 / poradna Energyvet – J. Indrychová, tel.: 777 225 517 / měření SPT, astrologická poradna, bodyterapie, psychosomatická poradna – Mgr. M. Maňásková, tel.: 602 583 091 / spontánní tanec – D. Hubková, úterý dle programu 17.30–19 h.

Mimořádná nabídka KE:

- » 22.–23. 9. – Rodinné konstelace L. Zvolánka, tel.: 731 692 823
- » 26. 9. – Základy Pentagramu v Energy – přednáška M. Maňáskové, tel.: 602 583 091

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 9–12 a 13–18, čt 9–12 a 13–18 h.

Stálá nabídka:

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

Mimořádná nabídka KE:

- » út 25. 9. – 17 h. – Užití pentagramu v regeneraci zvířat – lektorská přednáška MVDr. Lubomíra Chmelaře, PhD.

Kontakt:

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

PARDUBICE

Provozní doba:

po–čt 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka – jen na objednávku:

Pedicom – počítačové vyšetření chodidel – Š. Urbanová, tel.: 607 817 123 / shiatsu, lymfodrenáže, reflexní terapie, tejpování – M. Němcová, tel.: 604 968 767 / konstelace, kineziologie, reiki semináře a terapeutické setkávání – LAYLA centrum – L. Hajníková, hajnikovalenka@seznam.cz, tel.: 722 934 746 / zasílání zboží

Mimořádná nabídka KE:

- » 18. 9. – 17 h. – Přírodními produkty ke zdraví – lektorská přednáška MVDr. L. Chmelaře, PhD. – Havlíčkův Brod, prodejna Energy, Dolní 3088 – pasáž Lucerna
 - » 22. 9. – 10 h. – Přírodní regenerace – seminář MVDr. L. Chmelaře, PhD., KE Pardubice, info: chmelar@medistat.cz
- ### Nabídka KC – poradny SPT:
- » DOBRUŠKA – prodejna Zdravé výživy – 17. 9. – info M. Růžicková, tel.: 603 268 922
 - » HAVLÍČKŮV BROD – prodejna ENERGY – 18. 9. – poradna MVDr. L. Chmelaře, info tel.: 607 817 123
 - » KOLÍN – prodejna obuvi Zuzka – 11. 9. – info Z. Suchánková, tel.: 728 135 557

- » KOLÍN – prodejna Zdravé výživy
Priessnitz – 12. 9. – info M. Hanušová
Priessnitzová, tel.: 608 799 777
- » KUTNÁ HORA – Tilia – přírodní produkty
– 19. 9. – info D. Kuželová, tel.: 724 324 071
- » NÁCHOD – Harmonie Revital – 14. 9.
– info I. Čermáková, tel.: 723 577 280
- » NOVÁ PAKA – Prodejna Optika – 13. 9.
– info L. Pušová, tel.: 603 542 028
- » KE PARDUBICE – dle objednávky
– info T. Křišťůvková, tel.: 777 177 610
- » KE PARDUBICE – 10. 9. – info E. Petříčková,
tel.: 604 174 498
- » PŘELOUČ – Prodejna Zdravé výživy – 18. 9.
– info A. Dokonalová, tel.: 603 466 218
- » STARÁ LYSÁ – ČIHADLA – 14. 9.
– info M. Juričová, tel.: 723 212 066

Kontakt:

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

PLZEŇ

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
bezplatné konzultace / měření EAV
– přístrojem SPT dle obj. / zprostředkování
poradenské činnosti a terapie v oblasti
alternativní medicíny / zásilková služba /
prodej drahých kamenů a terapeutických
svící / výživové poradenství – P. Zítek
– 1. středa v měsíci od 13 h.,
jen na obj., tel.: 728 747 534

Mimořádná nabídka:

» 29. 9. – 10–17 h. – Základy TČM
a produkty Energy – celodenní seminář
MUDr. A. Vosátkové, cena 800 Kč,
rezervace a záloha předem nutná

Další nabídka jen na objednání:

kraniosakrální terapie – MUDr. L. Sobotková,
tel.: 737 220 488 / metamorfni technika
– Ing. V. Břachová, tel.: 774 705 755 /
astrologické poradenství – J. Měšťanová,
tel.: 731 187 099 / numerologie, andělská
terapie – S. Doležal, tel.: 722 067 057

Kontakt:

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

PRAHA 1

Provozní doba:

po–pá 9–18 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika SPT na objednání / masáže:
sportovní, rekondiční, lymfatické atd.
– na masáže lze vystavit dárkové poukazy

Nabídka KE – veterina:

» 11. 9. – 15–18 h., 27. 9. – 15–18 h.
– osobní veterinární poradna, využití
Energyvet přípravků pro zvířecí
společníky, obj. na tel.: 777 858 200
nebo energyvetpraha1@seznam.cz,
pro členy Energy zdarma

Kontakt:

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

PRAHA 3

Provozní doba:

po, út 9–13 a 14–18, st, čt 9–13 a 14–17,
pá 9–14, so 10–13 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
měření krevního tlaku, pH organismu
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 / masáže, reflexní
terapie, odblokování páteře,
chiromasáž, lymfatická drenáž,
řešení neplodnosti – K. Dimitrová,
tel.: 608 573 340 / Diacom
– frekvenční léčení, M. Šedivá,
tel.: 724 254 197

Kontakt:

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

PRAHA 4

Provozní doba:

po–pá 9–19 h.

Stálá nabídka na objednávku:

poradna Energy / měření Supertronicem /
TČM / povídání o produktech Energy
– pí. Šašková, každé út 16–19 h. /
veterinární poradna – pí. Šašková,
objednání na 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

Kurzy a mimořádné akce:

» 31. 8. a 1. 9. – so, ne 10–18 h.
– Práce s životní energií I (v Pikovicích)
» 8. a 9. 9. – so, ne 10–18 h.
– Duhový systém 7 (v Pikovicích)
» 23. 9. – ne 10–18 h. – Konstalace
(Malostranská beseda)

» 29. a 30. 9. – so, ne 10–18 h.
– Duhový systém 1 (v Pikovicích)

Bližší informace na:

www.duhovy-andel.webnode.cz
U kurzů „Duhový systém“ je potřeba
mít předešlé kurzy. Lektor
– Mistr učitel Reiki J. Löbl a P. Padilla Löbl,
místo konání – „Duhový anděl“.

Kontakt:

Praha 4, Budějovická 601/128
(u metra Kačerov),
tel.: 241 402 723, 775 109 482,
e-mail: energy.7x@centrum.cz,
www.energy-praha.cz

PŘÍBRAM

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
diagnostika Supertronicem /
masáže: klasické, rekondiční, Bowenova,
olejová a jiné relaxační metody /
kosmetické ošetření Beauty kosmetikou /

BLAHOPŘEJEME NAŠIM PORADČŮM!

POPRVÉ DOSÁHLI VYŠŠÍ ÚROVNĚ V BONUSOVÉ TABULCE BODŮ

v květnu 2018:

- 12 %** Komárková Naděžda,
Kreuzingerová Františka
- 9 %** Kubínová Petra, Rakouský
Petr, Smetanová Petra,
Vojtěchovská Jana
- 6 %** Bartyzalová Anna, Mgr.
Břečková Ivana, Hojná Charlota,
Kočková Marie, Matlochová
Eva, Mejtová Daniela, Pavlů
Magdaléna, Rosáková Hana,
Řeháčková Kateřina, Voláková
Dagmar, Ing. Zámečníková
Jana

v červnu 2018:

- 9 %** Zdražilová Helena
- 6 %** MVDr. Bajtošová Iva,
Barešová Iveta, Bílek Filip,
CALBUKO, s.r.o., Daňková
Zora, Mgr. Havlíková Vladana,
Chlupová Jitka Seléné,
BcA. Kolníková Helena,
Králová Jarmila, Kroupová Jana,
Manová Eva, Placáková Renata,
Šídllová Alena, Valášková Adéla

STÁLÁ NABÍDKA



VYUŽIJTE VÝHODNOU NABÍDKU ZELENÝCH POTRAVIN

Při nákupu 1 výrobku získáte 18% slevu na druhý produkt stejné nebo nižší hodnoty

BALÍČEK PRODUKTŮ*	ČLEN ENERGY			ZÁKAZNÍK	
	cena	body	sleva	cena	sleva
2set kombinace ZP bez Matcha	710 Kč	30	70 Kč	908 Kč	90 Kč
2set kombinace ZP s Matcha	661 Kč	28	59 Kč	851 Kč	77 Kč
2set Matcha	601 Kč	26	59 Kč	781 Kč	77 Kč

* nabídka neplatí pro terapeutické oleje

poradna pro zvířecí miláčky / prodej veterinárních produktů / cvičení Tai-chi a Cchi kung / 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 koučing

Mimořádná nabídka KE:

- » 2. 9. – 10–17 h. – Imunita – přednáška MUDr. A. Vosátkové
- » 4. 11. – 10–17 h. – Podpora léčby u nejčastějších nemocí – virózy, hypertenze, diabetes, alergie, ekzémy – cestou Energy produktů – přednáška MUDr. A. Vosátkové pro POKROČILÉ
- » NOVĚ: web www.energy-pribram.cz
- » Poradna pro zvířátka – Nikola Hoznourková, K Rybníku 678, Hostivice, tel.: 724 950 509

Kontakt:

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

ŠUMPERK

Provozní doba:

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

Provozní doba KC Zábřeh:

po–pá 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy a měření přístrojem Supertronic / konzultace v oblasti zdravého životního stylu a prevence / Pedicom – počítačové vyšetření chodidel / masáže / měření TK, krevního cukru, tělesného tuku / poradna pro terapii biostimulačním světlem (Biostimul) a magnetickým polem / poradna celostní medicíny

MUDr. B. Haltmara – gynekologie, nutno obj. na tel.: 731 236 549, 737 015 470 / zásilková služba zboží a přístrojů (www.prirodniprodukty.cz) / masáže: Energy krémy, manuální lymfatická, spinal touch, rekondiční, regenerační, sportovní, protimigrénová, reflexní, lávovými kameny, Breussova masáž, Dornova metoda, reflexologie, baňkování, kinesiologie, 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, obj. na tel.: 774 236 191 / vyšetření stavu autonomního nervového systému na přístroji Kardivar – MUDr. J. Haltmarová, obj. na tel.: 731 236 549 / měření na přístroji F-SCANT – terapie pomocí plazmového generátoru RPZ 14 – obj. na tel.: 731 737 545

Mimořádná nabídka KE:

- » 5. 9. – 10, 12 a 14 h. – Měření přístrojem Sensitiv Imago – MUDr. Jana Haltmarová, obj. na tel.: 731 737 545
- » 11. 9. – 17.15 h. – Měření přístrojem SPT – MUDr. Bohdan Haltmar, obj. na tel.: 731 737 545
- » 25. 9. – 17 h. – Setkání s autorkou knihy „Láska srdce“ paní Hankou Fabijennou Goldovou

Kontakt:

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

TÁBOR

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Kontakt:

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

TŘEBÍČ

Provozní doba:

po, čt 9–12 a 13–16, út, st 13–17 h.

Stálá nabídka:

diagnostika SPT / poradenství a prodej
produktů Energy / dietetika, reflexní
terapie – obj. na tel.: 568 847 472
– Molíková, J. Čapek / masáže klasické,
lymfatické, reflexní, baňkování
– B. Velebová – tel.: 605469884

Ordinace celostní medicíny:

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

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

- » KC BRNO – Naděžda Eliášová
– Divadelní 3, tel.: 734 805 921 – 4. 9.
- » JIHLAVA – Mgr. Drejková
– 1. provozovna: FYTON, tel.: 739 049 203
– 2. provozovna: Dům zdraví,
tel.: 739 040 821 – 3. a 17. 9.

» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE

– Studio Verbena – M. Palová,
tel.: 605 554 456 – 12. 9.

» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – L. Žák,

Šafaříkova 1304, tel.: 723 107 158 – 19. 9.

» NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková,

Zdravěnka – Masarykovo nám. 517,
tel.: 739 026 531 – 14. 9.

» TASOV – D. Švestková, Tasov 69,

tel.: 605 938 299, www.revite.cz – 20. 9.

» TEPLICE – J. Filová, Novosedlice,

Vodní 215, tel.: 775 968 485 – 12. 9.

» VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43,

tel.: 724 763 689 – 20. 9.

» ZNOJMO – Biocentrum Renata

Režňáková, Zámečnická 13 – poradna
Energy, kosmetika, solární studio,
tel.: 515 224 684 – 19. 9.

» ŽDÁR NAD SÁZAVOU – Hotel Fit,

Horní 30 – Hana Bulíčková, po 10–17,
st 12.30–18, pá 10–15 h., tel.: 728 141 949
– 19. 9.; H. Kučerová, tel.: 605 449 785

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, čt 13.30–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy,
zasílání produktů na dobírku /
měření SPT / test a biorezonanční terapie
na přístroji Quantum Medical /
metoda EFT / poradna pro úspěšné
učení, poruchy učení a chování
– Mgr. S. Emmerlingová, tel.: 603 494 100 /
psychowalkman / masáže – lymfatické,
baňkování, medová, relaxační,
Breussova, masáž lávovými kameny /
každé úterý – Šťastné hubnutí
– V. Vendlová, tel.: 777 326 333, prenatální
výukový program Baby plus – možnost
zapůjčení

Nabídka KC:

- » ČESKÁ LÍPA (Pozor – změna adresy:
Studio Dobrá nálada, Mariánská 540)
– 3., 10., 17. a 24. 9. – poradna a měření
EAV, obj. u J. Novotné, tel.: 725 753 651
- » JIČÍN – 7., 14., 20. a 28. 9. – poradna
a měření EAV, obj. u J. Veselé,
tel.: 732 534 895
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – 5., 12., 19. a 26. 9.
– poradna a měření EAV,
obj. u E. Rajtrové, tel.: 602 626 275

Kontakt:

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

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba:

po, čt 9–13, 14–18, út, st 11–13, 14–18 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
po–pá měření Supertronicem
– Š. Čechová, P. Slavíková,
J. Schmuttermeierová,
obj. na tel.: 572 540 221
nebo 605 778 740 / konzultace
a výklad andělských karet
– M. Mikošková,
obj. na tel.: 775 750 615 /
EFT technika emoční svobody
– J. Němcová, tel.: 604 419 585 /
studio Ajurvěda – M. Geitlerová,
tel.: 775 709 701 /
terapeutická kosmetika – M. Šťastná,
obj. v KE Uherské Hradiště
a KC Buchlovice

Veterinární ordinace

a homeopatická poradna:

Poradenství a prodej produktů Energy
– MVDr. K. Hlačíková a MVDr. I. Stisková,
e-mail: hlacikovak@seznam.cz,
tel.: 723 446 021

Kontakt:

**Uherské Hradiště,
Zelný trh 1249,
tel.: 605 778 740, 572 540 221,
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 /
zasílání zboží na dobírku /
hormonální jóga, jóga a jógové
terapie – E. Kašíková,
středa, tel.: 725 512 361 /
měření Supertronicem, detoxikace
– V. Gazdová, úterý / psychosomatická
péče, semináře sebepoznání, meditace
– Ing. P. Komeščíková, čtvrtek /
tělové svíce, měření Supertronicem
– H. Červenková, pondělí,
tel.: 737 148 606

Ordinace celostní medicíny:

MUDr. M. Štecherová – poradna
přírodní medicíny a kineziologie
– pondělí, tel.: 724 870 414

Mimořádná nabídka KE:

- » NOVINKA: Měření kondičním
orgánovým skenerem
– úterý, tel.: 475 209 367

Kontakt:

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

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

ZÁŘÍ 2018

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Brno	Klub Energy	26. 9. – 18 h.	Gynekologická onemocnění a jejich prevence – MUDr. B. Haltmar	Brno
České Budějovice	Klub Energy	18. 9. – 17 h.	Zelené potraviny do našeho jídelníčku – L. Špoulová	České Budějovice
Havlíčkův Brod	pasáž Lucerna, Dolní 3088	18. 9. – 17 h.	Přírodními produkty ke zdraví – MVDr. L. Chmelař, PhD.	Pardubice
Ostrava	Klub Energy	25. 9. – 17 h.	Užití pentagramu v regeneraci zvířat – MVDr. L. Chmelař, PhD.	Ostrava
Rakovník	Autoškola Tempo, přednášková místnost, Dukelských hrdinů 252	11. 9. – 18 h.	Zelené potraviny do našeho jídelníčku – L. Špoulová	České Budějovice

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY – INSTITUT ENERGYVET

Hradec Králové – MVDr. Milena Martincová

Viz www.energyvet.cz – Vzdělávání

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

POZOR – změna mobilního telefonu a e-mailu!

Provozní doba:

po, st a čt 9–12.30 a 14–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / e-shop – zaslání produktů na dobírku / diagnostika přístrojem Diacom / poradna péče o pleť a kůži /



diagnostika TČM podle pulzu a jazyka / elektroakupunktura / akupunktura ucha / speciálně pedagogické poradenství / individuální a párová psychoterapie / poradna výživy a zdraví zvířat

Mimořádná nabídka KE:

- » 20. 9. – 15–17 h. – Ukázka kosmetického ošetření Beauty kosmetikou, 30 min./150 Kč, praktický návod na domácí péči a individuální poradenství podle stavu pleti, objednávky na tel.: 723 976 814, E. Macíčková, DiS.
- » 5., 19. 9. – 14–16 h. – Diagnostika TČM podle pulzu a jazyka, aurikuloterapie (akupunktura ucha) – A. Beránková, na objednávku
- » 6., 20. 9. – 14–16 h. – Poradna Energy, zdarma – Eva Macíčková, DiS.
- » dle objednávky – Diagnostika přístrojem Diacom – Eva Macíčková, DiS. 723 976 814
- » 13., 27. 9. – 15–17 h. – Poradenství v přírodní výživě a zdraví zvířat – O. Janča, certifikovaný poradce

Mimořádná nabídka KC:

- » BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – 4., 20. 9. – 15–17 h. – poradna Energy – J. Kocmanová, tel.: 776 714 705
- » FRENŠTÁT POD RADHOŠTĚM – U Miši – obchůdek plný zdraví, Fr. Palackého 1870, – 13. 9. – 8–11.30, 12–17 h., www.facebook.com/U-Miši-obchůdek-plný-zdraví

- » FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ – Snovina 191 – 11., 25. 9. – Veterinární centrum přírodní medicíny, poradna výživy, konzultace na objednání – MVDr. P. Domesová, tel.: 776 792 394, www.beskydvet.cz
- » KROMĚŘÍŽ – Zenový korálek, Riegrovo nám. 151 – každý čtvrtek 15–17 h. – poradna Energy – K. Horová, tel.: 776 141 627
- » PODLEŠÍ 457 – 18. 9. – diagnostika TČM podle pulzu a jazyka, elektroakupunktura, aurikuloterapie – A. Beránková, tel.: 734 484 113, www.salon-zdravi-sedmikraska.cz
- » ROŽNOV POD RADHOŠTĚM – Beskydská 1298 – poradna Energy, konzultace – 18. 9. – Marta Stoklasová, obj. na tel.: 724 221 164, www.stoklasova.cz
- » VSETÍN – Zelená lékárna – Smetanova 1462, 9–17 h., poradna Energy – 19. 9. – L. Tyralíková, tel.: 725 116 009, www.zelenalekarna-vsetin.cz, www.facebook.com/zelenalekarnavsetin

Kontakt:

Valašské Meziříčí,
Polášková 78,
tel.: 571 161 545, 723 976 814,
e-mail: macickova.energy@seznam.cz,
www.energy-valmez.cz

ZKLIDNĚTE SVOJI MYSL



BALÍČEK PRODUKTŮ Relaxin + Organic Sacha Inchi	ČLEN ENERGY			ZÁKAZNÍK	
	cena	body	sleva	cena	sleva
	484 Kč	22	86 Kč	630 Kč	111 Kč

Doplňek stravy. Akce platí do vyčerpání zásob!

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE BOSKOVIC**Nová KC:**» **Blansko**

Sadová 70, Ing. Jitka Součková, tel.: 608 620 059,
e-mail: souckova@tcm-blansko.cz, www.tcm-blansko.cz,
provozní doba: po, čt 16–19 h., dále dle tel. dohody

» **Brno**

Terapeutické centrum APPONO, Malátova 11,
Eva Manová, tel.: 606 522 353

KE HRADEC KRÁLOVÉ**Nové KC:**» **Valašské Meziříčí**

Prodejna Hobby Jana, Vodní 57, tel.: 739 419 858,
provozní doba: 7.30–17 h.

KE CHEB**Nové KC:**» **Královské Poříčí**

Apatyka – Statek Bernard,
L. Kučerová a L. Broumová, tel: 777 774 061,
prodej přírodních produktů, masáže, kosmetika,
aromaterapie; provozní doba: út–ne 10–18 h.

KE TURNOV**Změna adresy KC:**» **Česká Lípa**

Studio Dobrá nálada, Mariánská 540,
J. Novotná, tel.: 725 753 651,
provozní doba: 9–12, 14–17 h.
a dle tel. domluvy



NOVÝ CELITIN SILNÁ TROJKA!

GINKGO BILOBA,
LECITIN, GOTU KOLA

- » hlubší účinek a širší indikace
- » posílení mentálního výkonu
- » úprava metabolismu tuků,
regulace hladiny cholesterolu
- » podpora duševní pohody

