



vitae

říjen 2018

Nový seriál:
Jak prožít těhotenství
šťastně a bez stresů?

Viry nejsou bakterie

Metabolický syndrom
– nezdravý způsob
života, špatná strava

VYČISTI SVÉ TĚLO!
Akce 1. 10.–31. 10. 2018



Produkty měsíce října

V říjnu by nás nemělo ohrožovat velké chladno, ale ani teplo. Konec měsíce sice slibuje počasí nadprůměrně krásné, ale tím si celkovou sychravost moc nevylepší.

Ať se nám to líbí, nebo ne, podzim pomalu končí a nastoupí nejméně vlídné počasí roku – zima.

A se zimou vždy nakráčejí nachlazení, virózy... Aby tomu tak nebylo, Univerzum nám každoročně sešle říjen s vládcem Psem a Mezidobím Země, abychom měli možnost se srovnat a vycentrování pak lépe odolávali nepřízní okolností. V tomto případě vybudovanou ochranou před vnějšími nepřáteli – viry a bakteriemi. Nejúčinnější budou humáty se svými vyhlášenými detoxikačními vlastnostmi. **Cytosan i Cytosan Inovum** obsahují lignohumáty, které na sebe vážou nežádoucí látky, jež se následně vyloučí z těla ven. Molekuly huminových látek procházejí stěnami zažívacího traktu do krve, upravují metabolismus a napomáhají buněčné regeneraci. Cytosan Inovum je obohacen o humát draselný, a proto se u něj předpokládá vyšší obsah vzácných kovů a stopových prvků. Poslední součástí tohoto produktu je zelený (francouzský) jíl. Ten se ve střevě nevstřebává, o to větší jsou jeho absorpční a protizánětlivé vlastnosti. **Cytosan Fomentum gel** je vynikající k tlumení projevů různých kožních problémů (plísňe, ekzémy, akné apod.), podobnými vlastnostmi disponují i **Cytosan mýdlo** a **šampon**. Neméně důležitý je **Balneol**. Možná jste jako já v dětství slychali o léčivých koupelích v úžasném piešťanském bahně. My nemusíme nikam cestovat, stačí, když se doma uvelebíme v koupeli s Balneolem. Tak. A ať si chřipka něco zkusí!

EVA JOACHIMOVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 10, říjen 2018.

Náklad 17 350 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.

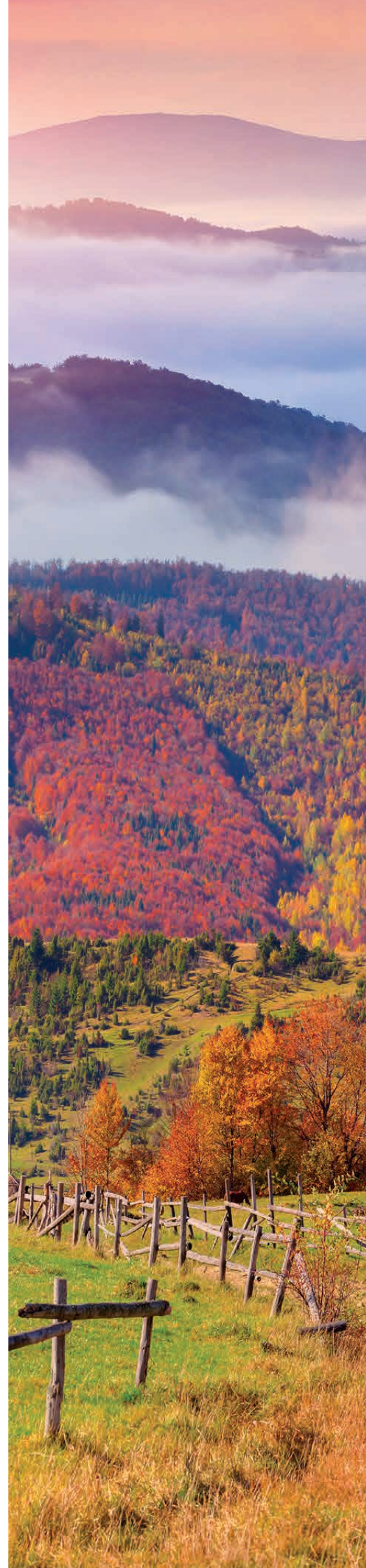
Šéfredaktorka: MUDr. Kateřina Himmelová. Odborná rada: MUDr. Bohdan Haltmar, MUDr. Jiří Hanzel, Eva Joachimová. Obrazový editor: Jana Kuntová.

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.





Barevné kouzlo podzimu

OBSAH

Editorial	04
Kosmetický salon Cytosan	04
Vaše zkušenosti s našimi produkty	06, 10
Viry jsou podivuhodné existence	08
Království drahých kamenů	11
Stále více Evropanů trpí metabolickým syndromem	12
Nenápadná, ale účinná: černucha setá	14
Jak prožít těhotenství šťastně a bez stresů?	16
Jídelníček z naší rovnoběžky	18
Maska uvolněnosti a realita	21
Univerzita Energy	21
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23

EDITORIAL

ZASE TEN VESMÍR...

Občas se mě lidé ptají, jestli mám někde schovaná všechna Vitaečka, která jsme za dobu mého působení v Energy „vyrobili“. No ano, samozřejmě, archiv leží přímo na mém pracovním stole. Často totiž ve starších číslech něco hledám, ověřuji si, o čem jsme již psali a o čem ne, abychom se neopakovali a přinášeli Vám stále nová a zajímavá témata. Za těch 10 let (hezké výročí, že?) už je to hromada, přes kterou nevidím...

Před dvěma týdny jsem něco zase potřebovala vypátrat a při té příležitosti jsem zjistila, že mi chybí – z neznámého důvodu – výtisk č. 2/2015. Mrzelo mě to. Říkala jsem si, kde ho teď asi po tak dlouhé době seženu... Ve skladu míváme jen poslední čísla, která rozdáváme na výstavách nebo pro potřeby poradců. Pak jsem na to zapomněla. Včera ke mně do kanceláře vkrácel kolega s obrovskou hromadou starších Vitaeček, že si uklízí skříň, a jestli je nechci. Nejdřív mi naskočilo v hlavě: „Ne, rozdáme je, není třeba,“ ale jak tak tu hromadu položil na můj stůl, trochu se svezla ke straně a v polovině se odhalilo půl centimetru jedné obálky. Zbystřila jsem – vypadalo to jako červené kuličky jeřabiny, lehce ojiněné mrazem: „Ukaž, Víto, není to únor 2015?“ Nechápatě na mě koukal. No jasně, že to byl on! „Hm, tak díky, tohle si vezmu, ostatní čísla nepotřebuju.“ Trvalo to přesně dvě vteřiny. Víta chudák vůbec netušil,



co se děje, ale já jásala: „Zase ten Vesmír! Je to MAZEL!“ (Viz editorial v čísle 3/2016 – tedy, pokud ho někde doma najdete...) A já ho tak moc miluju. Stačí jen naznačit, a věci se dějí.

Přeji Vám, abyste si také správně „přáli“ a plnilo se Vám vše, co chcete, tak hladce, jako mně to ztracené Vitaečko!

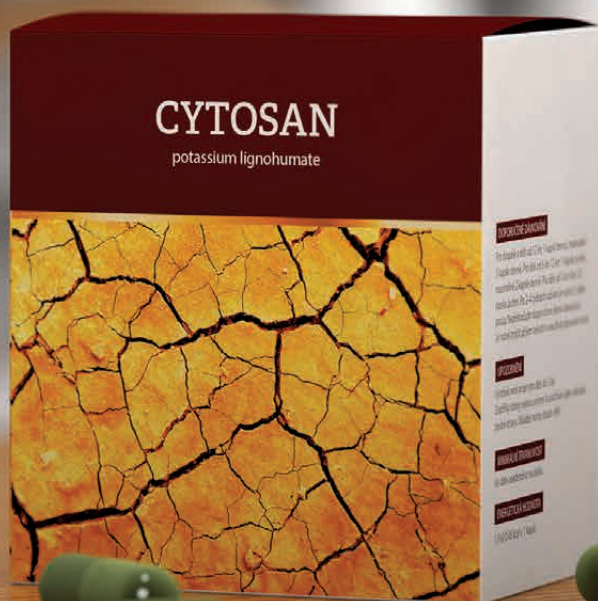
MUDr. KATEŘINA HIMELOVÁ

Kosmetický salon Cytosan

Humátová řada je rozhodně perlou uprostřed pomyslného pokladu Energy. Výtažky z rašeliny čistí a hojí jak zevnitř, tak zvenku, a navíc kombinace s kyselinou jantarovou je ojedinělá a naprosto geniální, protože v těle spouští samoléčivé procesy. A také pravděpodobně i kreativitu, alespoň u mě, protože já si s Cytosany nesmírně ráda hraju.

Tentokrát jsem si doma udělala kosmetický salon – měla jsem jen pár tobolek Cytosanu a plnou kuchyň všeho ostatního. Baví mě mít kosmetický salon právě v kuchyni. Mám to pravděpodobně od té doby, co mi máma lepila na tváře slupky okurky hadovky. Pro osvěžení a tonizaci pleti je to v létě stále má nejlepší volba. Ale zpátky do kuchyně.

Smíchat Cytosan s něčím, co bych si pak nanasla na obličej jako masku, mě nesmírně lákalo. Především vím, jakou má Cytosan čisticí schopnost – na střeva, játra, krev, takže samozřejmě i na pleť. Dokáže tělo zbavit toxických látek a zlikvidovat všechny volné radikály. Právě ty mají na svědomí stárnutí mojí i vaší pleti. Sám o sobě by se dal Cytosan použít jako pletěvá maska jen



smíchaný s trochou vody či některého krému z Pentagramu®, k tomuto účelu je tu dokonce gelová forma **Cytosan Fomentum**. Působí protizánětlivě, čistí a omlazuje díky podpoře prokrvení a oksylierení hlouběji uložených vrstev pokožky. Nemá ale schopnost vyživovat. Výjimkou je **Cytosan Inovum**, který je díky obsahu zeleného jílů zdrojem velkého množství minerálních látek, jež se pleti v mnoha ohledech hodí. Ale opět zpátky do kuchyně. Pro větší výživu musíme jít právě tam. Kombinovala jsem Cytosan s mnoha pro pleť výživnými potravinami a řeknu vám, že všechny kombinace mají něco do sebe. Je na nich skvělé i to, že pokud si masky připravíte příliš velké množství a máte už potřený celý obličej, krk, dekolť i obličej, krky a dekolty všech dobrovolníků v dosahu a stále vám ještě zbývá, můžete zbytek masky bez okolků sníst. Dobré zvenku, dobré zevnitř. Užijte si mé originální potravinové masky s Cytosanem a nedivte se, pokud se vás pokusí někdo olízat... Klidně ho nechte.

LEPKAVÁ SLAST

1 kapsle Cytosanu (nebo Cytosan Inovum), 1 polévková lžice medu, 1 žloutek

Všechno smíchejte, pořádně vyšlehejte a naneste na pleť. Nechte působit cca 30 minut. Smyjte vodou.

Maska oživuje a rozjasňuje matnou a ochablou pleť, dodává vlhkost, vypíná, vyživuje a čistí.

VOŇAVÁ DOBROTA

1 kapsle Cytosanu (nebo Cytosan Inovum), 1 lžička sušené šalvěje rozemleté na prach v kávovém mlýnku, 1 lžice tvarohu

Všechno smíchejte a naneste na pleť. Nechte působit tak dlouho, dokud maska nezačne zasychat a opadávat. Smyjte vodou.

Maska hojí zánětlivé procesy, dezinfikuje, vyživuje, regeneruje, zklidňuje a osvěžuje.

NÁDHERNÁ HNĚDÁ

1 kapsle Cytosanu (nebo Cytosanu Inovum), 1/4 kostky droždí, pár kapek citronu (pokud to s ním přezene, zahustit lze sušenou syrovátkou)

Ingredience smíchejte nekovovou lžičkou v nekovové misce a naneste na pleť. Nechte působit tak dlouho, dokud z vás bahýnko nezačne opadávat, což může trvat poměrně dlouho



v závislosti na tloušťce nanesené vrstvy. Rozhodně ale doporučuji počkat, až droždí samo uschne, a odolit ho (ono vás to prokrví, žádný strach), než si při smývání vodou vytvořit na obličejí bláto.

Maska čistí, vypíná a vyživuje pleť. Předchází vzniku vrásek a zanechává pleť krásně vyhlazenou, jelikož stahuje póry.

Pečovat o sebe s láskou je možná ten správný způsob, jak dělat svět lepším. To jediné je plně v našich silách. Jak se totiž chováme k sobě, tak se také chováme k druhým. Buďme proto k sobě pozorní a laskaví, dělejme si radost a hrajme si v kuchyni, ať je nám na světě líp.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ

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.

Blesková Cytosanová záchrana

Dovolenou jsme se s manželem letos rozhodli strávit – pro nás v ráji na zemi – na Šumavě. Stejně rozhodnutí učinil i místní klub důchodců, kteří nadšeně a s vervou využili krásné a čisté přírody a bohatství okolních lesů nejen na zdravotní procházky k načerpání a regeneraci sil, ale též sbírání všeho možného i nemožného, včetně hub a hřibů. Tyto nespočetné úlovky pak s blaženým a spokojeným úsměvem nosili přes celou jídelnu až do kuchyně. Na jídelním lístku se k obědu i večeři začala pravidelně objevovat jídla obsahující v různých obměnách i tyto dobroty. Hřiby máme rádi oba a k opravdu velkému potěšení manžela jsme navzdory pečlivé mravenčí práci spolurekreatů našli i my pár výstavních kousků, které jsme si pak s radostí přivezli domů. I když já teď přece jen s trochou obav... Jak může být tato náklonnost zrádná, jsem se totiž přesvědčila jeden večer. Asi půl hodiny po jídle s houbovou omáčkou, která moc hezky voněla a ještě lépe chutnala, mne překvapily opravdu silné bolesti břicha, které začaly přecházet v křeče a pálení. Bylo to, jak kdybych na žaludku a střevech měla položenou žehličku, ale zevnitř. Bolesti, křeče i pálení zesilovaly a mne chytla panika.

Manžela také, a tak mi postupně nanosil vodu s jedlou sodou, pohár mléka, živočišné uhlí, lék proti překyselení žaludku... Úleva ale nepřicházela, ba naopak. Po každém pokusu čímkoliv břicho zklidnit, to bylo jen a jen horší. Nemohla jsem ležet na zádech, ani na jednom boku, natož být vsedě anebo aspoň vpolosedě. Vše se stupňovalo a opravdovým vrcholem bylo, že jsem na břichu nesnesla ani gumu z kalhot, ani ruku, kterou jsem si automaticky na žaludek přiložila. V kulminaci největší hysterie nás obou mě náhle napadlo, že jsem si s sebou přibalila **Cytosan** v kapslích. Původně tedy jako obklad smíchaný spolu s krémem **Artrin** na namožené svaly, případně jako první pomoc při spálení od sluníčka apod. Spolkla jsem hned dvě kapsle a čekala, zda se skuteční avizované volání sanitky, případně odvoz do nemocnice – anebo přijde konečně úleva. Přišla. Neuvěřitelná. Celá šílenost jak přišla, tak odešla, a já v klidu usnula hlubokým spánkem a spala až do rána. O manželovi to říct nemůžu, prý celou noc kontroloval, zda dýchám. Jo, jo, i takovouto sílu mají produkty Energy.

Mgr. MIROSLAVA ABERLOVÁ, DiS., Brno



NAPIŠTE NÁM TAKÉ!

VAŠE DOPISY NA TÉMA:

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

Veškeré příspěvky zveřejněné v magazínu Vitae odměňujeme poukázkou na produkty podle vlastního výběru autora.

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

Podobný případ

Když jsem při přípravě tohoto čísla četla příspěvek paní Mirky Aberlové, vybavila se mi podobná příhoda s dobrým koncem, kde škodila koupená griotka/punč, nevím už přesně (možná jsme to ve Vitae kdysi psali?). Dali jsme si s manželem večer stopičku jako „šláftruňk“, a za chvíli „to jelo“. Jako kdyby mi někdo vrazil do žaludku nůž a pomalu s ním otáčel. Pak se přidala zimnice a stav na omdlení. Šlo to rychle. Stála jsem v koupelně a přemýšlela, co teď – jasná volba byl **Regalen** a **Protektin** namazat na oblast žaludku. Během pár vteřin bylo po všem... jako kdyby se nikdy nic nestalo... Jak já byla vděčná za Energy! Patok jsme vyliili a od té doby si raději vyrábím svoji domácí griotku a ořechovici.

MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ, Praha

Můj opravdu nejlepší kamarád je pořád Cytosan Fomentum gel

Už jsem Vám jednou ohledně Vašeho zázraku jménem **Cytosan Fomentum gel** psala. Je to čtyři roky zpátky, měla jsem zánět nehtového lůžka na dvou prstech pravé ruky. Klasická dlouhodobá léčba různého druhu vůbec nepomáhala a chtěli mi oba nehty strhnout. To nepřicházelo v úvahu, mladší dcera měla ještě plenky... Krátce a dobře, stačily dva zábaly s Cytosan Fomentum gelem v průběhu dvou dnů (DVOU!) a bylo po problému.

Na Cytosan Fomentum gel jsem si také vzpomněla, když vloni mojí mamince na lokti vypálili bradavici, ale zřejmě zajeli příliš do hloubky a zákrok jí způsobil zánět (zarudnutí, horkost, hnis...). Cytosan si od třetího dne dávala přímo na ránu a zapracoval do týdne.

Minulý týden se pětileté dcerce udělal zánět v levé ušní dírce, kde nosí náušničku. Až jsem se divila, kde k tomu přišla a kde se tam bere tolik hnisu? Byl víkend, internet na mě házel různé informace a zkušenosti ostatních matek... Už jsem si říkala, jak budeme chodit plavat, když se to prý léčí i měsíc? No, naštěstí jsem měla doma svého kamaráda Cytosánka F. Namazala jsem silnější vrstvou ušní lalůček, (zlatou) náušnici jsem v oušku nechala, jen ji také pomazala tím černým zázrakem a zalepila polštářkovou náplastí. Po 12 hodinách jsem zaschlý gel omyla odvarem z heřmánku a nechala ouško i s náušnicí 12 hodin na vzduchu. Poté ještě jednou stejný proces. Hádejte, kolik dnů stačilo? Opět DVA! Třetí den jsme lalůček namazaly jen jako prevenci, a proto, že se dcerce ta černočerná mazlavinka zalíbila...



Když úspěch viděl můj muž (nevěřící Tomáš), trpící již asi rok nehtovou plísní na palci u nohy a statečně (ovšem neúspěšně) ji mazající různými klasickými přípravky, svolil – směla jsem mu na noc také udělat zábal z Cytosan Fomentum gelu... Tohle bude ovšem asi léčení na delší lokte, výsledek se zřejmě uvidí, až nehet odroste. Tak dám vědět, jestli můj „kamarád“ zabere i na plíseň (notabene pod nehtem, na jehož stříhání by bylo nejlépe použít nůžky na plech...). Mimochodem – pokud byste měli nějaké doporučení, jak za pomoci Vašich přípravků zvýšit šanci na vyléčení nehtové plísně, budu moc ráda.

Děkuji Vám, že jste, přátelé!
PAVLA S., Turnov

POZNÁMKA REDAKCE:

Jak na plíseň na nohou a jiných částech těla?

Lokálně řešíme nánosem **Cytosan Fomentum gelu** na postižené místo a 2 cm do jeho okolí, necháme působit 20 min., omyjeme a poté masírujeme **Protektinem**. Místo nánosu Cytosanu můžeme použít 20minutovou koupel v **Cytosanu** nebo **Biothermalu**. Anebo aplikujeme přímo na postižené místo **Drags Imun** a necháme působit celý den (lze jej zároveň podávat i vnitřně). Po umytí natíráme **Protektinem** (např. plíseň na nehtech). Z brožury „*Jak si pomoci s krémy Pentagramu?*“



Viry jsou podivuhodné existence

Především se jedná o tzv. nebuněčné částice, takže se jim nedá říkat ani organismus a takovým kompletním bytostem, jako jsou bakterie, houby nebo kvasinky, nesahají tihle nýmandi ani po kotníky. Jsou tak malé, že se dají pozorovat pouze elektronovým mikroskopem. Útvary jsou to překrásné, cožpak o to, jejich vybavení je ovšem minimalistické. Viry se skládají pouze z jediné z bílkovin a genetické informace. Žádné mitochondrie, které u každé slušné buňky zabezpečují výrobu energie, žádné endoplazmatické retikulum nezbytné pro syntézu bílkovin... Jen krátká zpráva v obalu.

ŠPATNÁ ZPRÁVA

Virová informace zanesená virem do buňky je bez výjimky špatná zpráva. Viry ke své bezprostřední existenci potřebují hostitele, respektive jakoukoli normálně vybavenou buňku s funkčním aparátem, který virus využije pro pomnožení své špatné zprávy. Buňka na to zemře, čímž je virus vlastně sám proti sobě, protože si vlivem toho musí najít další hostitelskou buňku. Scénář je stále stejný: vniknout – pomnožit se – zlikvidovat a jít dál.

CO ZPŮSOBUJÍ?

Viry mohou za veškerou rýmu a opary, dále za většinu dětských onemocnění (neštovice, příušnice, zarděnky, spalničky), vzteklinu, encefalitidu, mononukleózu, žloutenku i AIDS. Nejslavnějším virovým počinem je ale chřipka. Úplně to svádí říkat jí „obyčejná!“, protože na její pravidelný příchod v zimním období jsme si zvykli podobně jako na Mikuláše s čertem. Chřipka má ale zabíjäckou historii a pokaždé, když se z ní dostaneme, můžeme své imunitě

pogratulovat. Běžná sezonní chřipka totiž zabije pravidelně půl milionu lidí ročně.

HISTORIE CHŘIPKOVÝCH EPIDEMIÍ

V roce 1918, když ještě ani nestačila skončit první světová válka, zasáhla svět větší a dozajista smrtelnější pohroma – tzv. španělská chřipka způsobená virem H1N1. Tímto typem virového onemocnění byl nakažen každý třetí člověk na planetě a nakonec na něj zemřelo 50 milionů lidí. Byla to opravdová pandemie.



PŘEČETLI JSME ZA VÁS

Virus (z lat. „virus“ – jed) je drobný vnitrobuněčný cizopasník nacházející se na pomezí mezi živým a neživým. Patří k tzv. nebuněčným organismům a svou stavbou se od buněk dramaticky liší. „Tělo“ virů je tvořeno tzv. virovou částicí, která je složena především z bílkovin a nukleových kyselin. Pro viry je charakteristické, že nerostou, nedělí se a ani nejsou schopné vyrábět (bez cizí pomoci) energii či vytvářet vlastní bílkoviny. Obvykle jsou také mnohem menší než třeba bakteriální buňky (nemluvě o lidských buňkách), ale existují výjimky: největším známým virem je Pithovirus veliký 1,5 mikrometru. Nejprimitivnější viry obsahují pouze svoji genetickou informaci ve formě DNA nebo RNA, které jsou uloženy v kapsidě. Ty složitější mohou mít navíc na povrchu obalovou membránu pocházející z napadené buňky. V kapsidě mnohých virů se také nalézají různé enzymy (s odlišnými funkcemi). Je známo přes 4 800 druhů virů. Těch dosud neznámých může být řádově více – podle odhadů jen savci hostí statisíce druhů virů.

cs.wikipedia.org

Ostatní chřipkové epidemie nejsou ani zdaleka takoví rekordmani v počtu mrtvých. V padesátých letech vypukla tzv. asijská chřipka způsobená virem H2N2, následovala v sedmdesátých letech tzv. hongkongská chřipka pod taktovkou viru H3N2. Po roce 2000 začala lidstvo děsit tzv. ptačí chřipka způsobená virem H5N1, která má opravdu vysokou úmrtnost, a právě tento virus Světová zdravotnická organizace (WHO) podezřívá jako nejpravděpodobnějšího původce další možné epidemie nebo dokonce pandemie chřipky. S chřipkou se prostě počítá...

V ČEM JE PROBLÉM?

Naše imunita umí vytvořit specifickou protilátku působící proti konkrétnímu typu viru, když „načte“ bílkovinné antigeny na jeho povrchu. Tělo si pak setkání s oním virem pamatuje a při

opakované infekci si s ním poradí velmi rychle. Každá další chřipka, kterou dostaneme, je ale způsobena novým typem viru. Nebezpečnou vlastností všech chřipkových virů je totiž schopnost všech chřipkových virů je totiž schopnost přetvářet povrchové antigeny. Takže pokud virus změní povrch, změní maskování a tělo musí vytvořit novou zbraň. Což chce čas. Čas, během kterého virus nerušeně plení.

CO S TÍM?

Co si tedy počít, když zjistíme, že naše tělo obsadil dosud nepoznaný kmen těch miniaturních bezohledných nebytostí? Především nečekat, že nám pomohou antibiotika, ta zabírají pouze na bytosti. Vzhledem k tomu, že se tělo snaží v čase, než vytvoří vhodnou protilátku, virus prostě odstranit nejkratší možnou cestou, je dobré je v tomto snažení podpořit. Nemá proto smysl řešit rýmu nebo

zastavovat průjem, zkrátka potlačovat příznaky eliminace viru. Dobré je hodně pít, aby se virus z těla vyplavil. Snižovat teplotu se nevyplatí už vůbec, protože právě při 38 °C se rozbíhá naše továrna na protilátky. Než tedy tělo najde ten správný prostředek, můžeme mu kromě pití teplého bezinkového čaje nabídnout řadu pomocníků s protivirovými schopnostmi. A protože přesně nevíme, který typ viru to v nás plení, je rozumné použít pomocníků víc. Nabízí se širokospektrální **Drags Imun**, **Vironal** – pro všechna stadia nemoci, rafinovaný **Cistus incanus**, osvědčený **Grepofit**, král čističů **Cytosan**, sofistikovaný poradce imunitního systému **Imunosan**, ochranný **Flavocel**, spřátelený bojovník **Probiosan Inovum**, zevně pak geniální **Spiron** či **Audiron** na opary. Někdy ale pomáhá pouze jedna jediná velmi vzácná substance... čas.

Mgr. **TEREZA VIKTOROVÁ**

Jak jsem předešla chřipce?

Zpravidla každý rok jsem byla v lednu či únoru nemocná a většinou za to mohlo jediné – chřipka. Ať jsem užívala cokoliv, vždy jsem jí podlehla a dlouhé dny ležela ve vysokých teplotách. Až na konci roku 2017 mě kamarádka doporučila pár produktů od firmy Energy. Nevěděla jsem, o co jde, říkala jsem si: „Zase další kapičky a tobolky... toho už jsem vyzkoušela!“ Ale bylo to od kamarádky, nechtěla jsem odmítnout a udělala jsem dobře. Byla mi doporučena kombinace **Vironalu**, **Imunosanu**

a **Flavocelu** na podporu imunity a v případě, že bych cítila, že na mě něco „leze“ tak začít brát **Grepofit**. Nejprve jsem měla problém vše zkombinovat, ale po týdnech jsem si postupně zvykla, až to byla rutina. Že produkty fungují, jsem zjistila hned následně, kdy to kolem mě začalo padat a uléhávat a já vesele fungovala dál. Konečně jsem našla recept na svoji chřipku a ráda ho doporučuji dále.

MICHAELA KARHANOVÁ, Blovice



Kde příroda uzdravuje

Dlouhodobě mě trápily zdravotní problémy. Hlavně horní cesty dýchací. Pracovala jsem v obchodě v obchodním centru. Všudypřítomný a dlouhodobý průvan se postaral o neustálou bolest hlavy a o to, že jsem měla pořád ucpané vedlejší nosní dutiny. Také mě trápila bolest v krku. Protože jsem člověk, který nerad marodí, snažila jsem se vyléčit sama přírodní cestou – čaj, česnek, cibule, slivovice. Přidaly se i problémy s ušima, bolesti. Dle rad svých známých jsem zkoušela, co by jim pomohlo, výsledek byl slabý... V podstatě nezabrala ani antibiotika, kterých jsem využívala 3 balení za sebou! Tak se nedalo nic dělat, jen se zastavit a využít ke klidu nemocenskou.

Pak mě navedla jedna má kamarádka na **Vironal**. Prý ho používá dlouhodobě celá rodina, ať ho zkusím. Moc jsem nevěřila.

Na každého přece jen působí něco jiného... Ale byla to rada k nezaplacení. Přikoupila jsem si k Vironalu i **Grepofit spray**. Problémy začaly ustupovat. Také jsem se cítila skvěle na duši.

Inu, zdraví je nejdůležitější!

Koupila jsem Vironal také mojí mámě. Je to dáma, která má přes 80 let. Lépe usíná, cítí se pohodově, psychika se jí zlepšila. A tak i já doporučuji svým známým hlavně tento produkt. Pomáhá jim. Jsem ráda za přípravky Energy. Vyzkoušela jsem také **Gynex**, **Renol**, přírodní **mýdla**...

Děkuji za tuto zkušenost. Děkuji za to, že jste. Že nabízíte tak skvělé produkty... Jak píšete... „Kde příroda uzdravuje“.

*Zdravím vás a přeji hodně úspěchů,
MAGDA VÁCHOVÁ, Zlín*

Pořád tomu ještě nemohu uvěřit...

Mám dvě děti, čtyřletého Juana Pabla a dceru Lark, které jsou 2 roky. Od začátku roku trpěli opakovaně nachlazením, virózy – příznaky ustoupily, pak se onemocnění znovu objevilo. Z důvodu špatné imunity se stav syna zhoršoval, propukla u něj agresivní infekce v uších. Musela jsem jej vzít tak sedm až osmkrát do nemocnice, pediatr mu předepsal ta nejsilnější antibiotika. Problém byl závažný, onemocnění mělo vliv na řeč a po několika vyšetřeních nám bylo oznámeno, že na pravém uchu má syn zbytek sluchu, do 20 %. Jediné řešení navržené odborníky byla operace (zavedení drenážní trubičky na jeden rok s čekáním na úpravu), ale s nejistým výsledkem, že se mu sluch vrátí.

Rozhodla jsem se poradit s mojí terapeutkou paní Mayleen a dodržovala její doporučení podávat synovi **Vironal** a **Audiron**. Zaplať pánbůh, tyto úžasné výrobky za dva měsíce uzdravily mé dítě! Již první měsíc jsme viděli pozoruhodné zlepšení. Dceři jsem také podávala Vironal, preventivně. Od té doby se již dětem virózy nevracely, jejich imunita nepochybně zesílila. Synovi se začíná zotavovat sluch a už netrpí silnými bolestmi jako dříve. Při poslední kontrole nám lékař řekl, že už nemá v uších infekci, žádnou tekutinu, nic! Stále tomu nemohu uvěřit. Díky léčbě Energy produkty je můj syn opět zdravý a nemusel projít dlouhým bolestivým procesem.

*Posílám pozdravy z Los Angeles,
SONIA MACIEL*

Království drahých kamenů (21)

UMĚNÍ Z HLUBIN OCEÁNU

Královna moří, strážkyně tajemství a bohyně opravdové krásy... mocná a magická mušle:

- » receptivní
- » pod vládou Měsíce a Neptuna
- » náležející k čakře třetího oka (6.) a korunní čakře (7.)

ORIGINÁLNÍ MĚKKÝŠÍ ARTIKL

Mušle, škeble a lastury člověka fascinují. Je to sice obyčejný uhličitán vápenatý, stejně jako skořápka slepičího vajíčka, také je to produkt živočišného těla, anorganická hmota – ale naprosto zářející krásy. Ulity nás zkrátka magicky přitahují. O kráse lastury nikdo nepochybuje, není to otázka vkusu ani názoru jako v případě umění, které lidé tvoří – to se někomu líbí, někomu ne, lastury se ale líbí každému. Zdá se, že příroda je tím největším nikým nepřekonaným umělcem. Její vznešenost a nekonečná tvořivá síla je to, co nás fascinuje a inspiruje. Originalita přírody podporuje naši vlastní tvořivost a kreativitu. Mušle podněcují k odvaze tvořit pro krásu samotnou a nejen pro funkci. Každému mořskému měkkýšovi by přece z funkčního hlediska stačila obyčejná nenápadná bouda, ale on si dá tu práci vytvořit naprosto neobyčejnou nádhru. Kdyby si z nich slepice vzaly příklad, mohly by snášet malovaná vajíčka...

PŘÍZNIVÁ SUBSTANCE

Lastury měly v historii lidstva různá výsadní postavení. Sloužily jako platidlo v mnoha

částech světa, kde byly kovy vzácné a nedostatkové (např. Polynésie), používaly se jako rituální hudební nástroj (tritonka) či kultovní předmět (jako obětina a symbol). Buddhistická tradice řadí bílou pravotočivou mušli mezi tzv. osm příznivých substancí, které hrají významnou roli v buddhistické symbolice. Zadutí na rituální mušli se používalo nejen ke svolávání shromáždění, ale především k odvrácení přírodních katastrof a zastrašení jedovatých a nebezpečných stvoření.

OBLÍBENÝ MYSTICKÝ MOTIV

Na lasturách je typické a jednoznačně úchvatné to, že se spirálovitě stáčí. Toto stočení do spirály evokuje existenci tajemství, které se zdá být nadosah. Toužíme se zmenšit a vnořit se do té perleťové hladké nádhery a točit se po spirálách ke konečnému pochopení všeho jsoucná. Spirála je totiž velmi mystický geometrický útvar používaný téměř ve všech kulturách již od prehistorie. Je to velice přirozený motiv, který se přírodě evidentně zalíbil, a proto ho stále opakuje. Spirálu můžeme najít ve vesmíru, kde se do tohoto tvaru stáčí celé galaxie, v rozvíjejícím se listu kapradí i v každé buňce našeho těla v podobě naší DNA. Spirála je symbolem vývoje, růstu a obnovy, symbolem věčného života a neustálé přeměny

energie. Když se zadíváte na dokonalou architekturu kterékoli stočené mušle, přistihnete se, že opravdu na chvíli přestanete myslet, jako byste se sklouzli po spirále a s údivem putovali snovými krajinami, nechali se unášet do hlubin oceánu svého vlastního bytí. Mušle je zaručený prostředník pro vstup do meditativního stavu. Díky ní se můžeme spojit s posvátnou nekonečností naší duše.

UCTĚNÍ ŽENY

Ze všeho nejvíce je ale mušle posvátným symbolem ženskosti, svým tvarem poněkud připomíná ženské lůno a navíc pochází z moře, které je onou prapłodovou vodou všeho živého. Tradičně jsou ulity a lastury používány při rituálech pro podporu plodnosti a k uctění posvátné ženské sexuality, proto by krásná velká vznešená mušle neměla chybět na oltáři u opravdové Ženy.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ



Stále více Evropanů trpí metabolickým syndromem

Už nejen ve Spojených státech amerických, ale i v Evropské unii rapidně narůstá počet lidí s obezitou, která je základním předpokladem vývoje metabolického syndromu. Součástí této diagnózy je kromě obezity soubor dalších závažných poruch zdraví, resp. onemocnění, která významně zkracují život nebo alespoň zhoršují jeho kvalitu. Jde zejména o zvýšené hodnoty krevního tlaku – hypertenzi, poruchu glukózové tolerance, resp. cukrovku, poruchu tukového metabolismu ve smyslu zvýšené hladiny triglyceridů v krvi a snížené hodnoty tzv. „dobrého“ – HDL cholesterolu. Stačí, aby byly kromě obezity přítomny další dva faktory ze čtyř právě jmenovaných, a máme před sebou jedince s metabolickým syndromem. V současnosti se toto onemocnění týká již více než třetiny dospělých Evropanů.

PŘÍČINY (RIZIKOVÉ FAKTORY)

V čem spočívá tento nelichotivý nárůst populace s metabolickým syndromem? Je to hlavně v důsledku špatné životosprávy, nevhodných stravovacích návyků a v nedostatku pohybu. Tím, že organismus dlouhodobě přijímá více kalorií, než stačí spálit (metabolizovat), tyto se ukládají do nežádoucí zásoby v podobě tuku. Dochází též k rezistenci tkání (buněk) na inzulin, který tak ztrácí schopnost štěpit (spalovat) cukry, což vede ke vzniku cukrovky. Ta dále zhoršuje metabolické procesy v organismu, poškozuje cévy, urychluje arteriosklerózu, vede k dalšímu zvyšování krevního tlaku, poškození ledvin, sítnice oka, postižení periferních nervů (neuropatii) atd. Tomuto bludnému kruhu latinsky říkáme *circulus vitiosus*.

BUDE VÁS ZAJÍMAT

CHARAKTERISTIKA:

Přesná kritéria pro stanovení diagnózy metabolického syndromu říkají, že obvod pasu u mužů musí být nad 102 cm a u žen nad 88 cm. K tomuto je potřeba splňovat ještě dvě z následujících čtyř kritérií:

- » zvýšený krevní tlak – 130/85 mmHg anebo vyšší
- » plazmatické triglyceridy (tuky v krvi) – 1,7 mmol/l anebo více
- » HDL cholesterol (tzv. „dobrý“ cholesterol) – pod 1,0 mmol/l u mužů a pod 1,3 mmol/l u žen
- » glykemie (hladina krevního cukru) nalačno – 5,6 mmol/l anebo více

PREVENCE

Dá se mu zabránit zdravou pravidelnou životosprávou s dostatkem aktivní fyzické činnosti, nekonzumováním množství kalorických mastných a sladkých jídel. Stejně důležité je nepodceňovat pravidelné kontroly zdravotního stavu, zejména již zmíněných ukazatelů zdravotních rizik vedoucích k rozvoji metabolického syndromu: sledování krevního tlaku, hladiny krevního cukru, triglyceridů a cholesterolu včetně HDL. Nezbytností je hlídání si normální tělesné hmotnosti, kterou můžeme sledovat nejen na osobní váze a výpočtem BMI (indexu tělesné hmotnosti), ale také pomocí měření obvodu pasu krejčovským metrem. Největším problémem u metabolického syndromu je předčasný vznik závažných kardiovaskulárních chorob – především srdečního infarktu a mozkové mrtvice. Proto, pokud se podaří předejít metabolickému syndromu, výrazně se zmenší riziko těchto onemocnění zkracujících život.

ENERGY PRODUKTY

Součástí účinné prevence je i pravidelné užívání přírodních přípravků Energy, které působí na bázi celostního a šetrného přístupu k lidskému organismu a zdraví v jednotě s psychikou, způsobem života a prostředím. Na organismus mají harmonizující vliv, působí očištěně a regeneračně. Jelikož obezita je základním atributem metabolického syndromu, doporučuje se začít regenerační proces bylinným koncentrátem Gynex. Pomůže nejen při redukci obezity, ale podpoří též činnost endokrinních žláz včetně slinivky,

ZDRAVÍ OD A DO Z

METABOLISMUS – látková přeměna:

1. souhrn veškerých dějů (fyzikálních a chemických), které probíhají uvnitř organismu a které slouží k získání energie a k tvorbě látek potřebných pro činnost organismu (jeho fungování, růst, vývoj apod.). Zahrnuje jak rozklad větších látek na menší za současného uvolnění energie (katabolismus), tak tvorbu složitějších látek, které jsou nutné k výstavbě organismu nebo slouží jako zásobárna energie (anabolismus). Procesy mezi oběma ději se nazývají intermediární metabolismus. Metabolismus patří k základním projevům života.

2. souhrn biochemických přeměn dané látky v organismu (metabolismus tuků, hormonů, léků apod.).

METABOLIT – produkt látkové přeměny (metabolismu) určité látky.

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

ve které se tvoří inzulin. Může tedy zlepšit i sacharidový metabolismus, a tím předcházet vzniku cukrovky, resp. upravit její stav (kompenzaci). Podpořit funkci jater, metabolismus tuků, normalizovat hodnoty cholesterolu a triglyceridů umí **Regalen**. Na prevenci rozvoje aterosklerózy a vzniku komplikací ze strany kardiovaskulárního systému je ideální bylinný koncentrát **Korolen**. Pokud se přidruží problémy se zvýšeným krevním tlakem či ledvinami, je účinný **Renol**.

Vhodné je zároveň užívat také některé nadstavbové přípravky. Kapsle **Vitamarin** a olej **Organic Sacha Inchi** obsahují omega-3 nenasycené mastné kyseliny. Pomáhají odbourávat zvýšený cholesterol (zejména LDL) a tuky uložené v cévách, čímž se může zlepšit jejich průchodnost, elasticita a hladký povrch vnitřní výstelky (endotelu). Příznivé působení bylo zjištěno i u oleje **Organic Nigella Sativa** (viz str. 14–15). Cévám prospívá také **Celitin**, který díky obsahu lecitinu a extraktů z *Ginkgo biloba* a nově *Gotu kola* pomáhá rozšiřovat arterie a drobné arterioly, čímž podporuje prokrvení tkání a důležitých orgánů, zejména mozku. Zlepšuje paměť,



soustředění, ale i stav jater a pokožky. Jedinečný je **Fytomineral** – koncentrát koloidních minerálů se schopností vstřebávání až z 98 %. Mnohé z nich jsou potřebné pro správný průběh biochemických reakcí v organismu. Například zinek je jejich důležitým katalyzátorem, chrom je zase nezbytný pro tvorbu inzulinu a jeho využití při metabolizování cukrů, k prevenci diabetu a obezity. Z antioxidantů jsou potřebné pro zdraví cév a prevenci metabolického syndromu přírodní vitaminy – **Vitaflorin**, **Flavocel** (obsahuje vitamin C a bioflavonoidy), **Acai Pure**, který je vůbec nejbohatším zdrojem antioxidantů ze všech druhů ovoce, a **Organic Goji**, jenž jej

v tom zdatně dohání. Tyto přípravky pomáhají chránit buňky organismu před oxidačním stresem, před útoky volných radikálů nejen z vnějšího prostředí, ale i těch, které v organismu vznikají.

Prospěšné jsou rovněž tzv. zelené produkty, například **Organic Chlorella**, **Hawaii Spirulina**, **Barley Juice**, **Organic Maca**, jež jsou významnými zdroji vitaminů, minerálů, enzymů, chlorofylu, aminokyselin. Jejich účinky jsou nejen substituční (doplňují do organismu to, co chybí v potravě), ale působí očistně, protizánětlivě, regeneračně a mají harmonizující vliv.

MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ



Nenápadná, ale účinná: černucha setá

POMOC PŘI OSTEOPORÓZE NEBO METABOLICKÉM SYNDROMU

O účincích oleje z černuchy seté neboli „černého kmínu“ (*Nigella sativa*) se zmiňovali ve svých textech již Hippokratés, Mattioli i Hildegarda z Bingenu. Další úryvky se objevují ve spisech čínské a tibetské medicíny nebo ájurvédy. V islámské literatuře je považována černucha za jeden z nejvíce zázračných léčivých prostředků. Díky svým silným účinkům má zasloužené místo mezi nejvýše hodnocenými bylinnými léčivy, podložené důkazy a praxí. Nedávno zveřejněné studie například prokázaly, že pomáhá při osteoporóze a metabolickém syndromu. Tento klenot vám přinášíme v podobě oleje ze semen nejvyšší možné kvality (BIO) – produktu Organic Nigella Sativa.

PŘEDCHÁZENÍ A LÉČBA OSTEOPORÓZY

Časopis *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* v roce 2012 publikoval závěry studie zaměřené na to, jak *Nigella sativa* může předcházet vzniku osteoporózy. Článek uvádí, že zánět způsobují dva enzymy, cyklooxygenáza a lipoxigenáza, které vytvářejí z kyseliny arachidonové prostaglandiny a leukotrieny. Dále shrnuje působení černuchy proti osteoporóze: účinná látka v ní obsažená, thymochinon, potlačuje činnost obou těchto enzymů (v závislosti na dávkování) a k tomu navíc neutralizuje volné radikály. S osteoporózou je také spojený nedostatek ženského pohlavního hormonu, estrogeneru. Dle další studie, zveřejněné o 2 roky později, *Nigella sativa* zvrátila u účastníků změnu hustoty kostí, způsobenou jeho nízkou hodnotou.

(Zdroj: časopis *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2012 a 2014)

ÚČINNÁ PŘI METABOLICKÉM SYNDROMU

Metabolický syndrom je souhrnné označení pro skupinu civilizačních nemocí (obezita ve formě hromadění tuku v břišní oblasti, vysoký krevní tlak, zvýšený cholesterol, diabetes 2. typu), které se často u pacienta vyskytují společně. Je známý i pod pojmy syndrom X, Reavenův syndrom, syndrom inzulinové rezistence či smrtící kvarteto. Ve svém důsledku vede k předčasným komplikacím oběhového systému jako ateroskleróza, infarkt myokardu, mozková mrtvice apod. Nebezpečí tkví především v tom, že se člověk necítí nemocný, a tím pádem nemá potřebu dodržovat doporučená opatření. Syndrom vzniká u jedinců s genetickou predispozicí při nevhodném životním stylu, tedy při nežádoucím složení stravy, nadměrném energetickém příjmu a nedostatečné pohybové aktivitě. Studie, jež zaznamenala zajímavé výsledky, se zúčastnilo 60 dobrovolníků s metabolickým syndromem, kteří byli rozděleni do dvou skupin. Oběma skupinám byly podávány běžné (naprosto totožné) léky, určené pro dané zdravotní potíže. Skupina II k tomu navíc dostávala 2x denně 2,5 ml oleje z *Nigella sativa* po dobu 6 týdnů. Před i po ukončení výzkumu byly pacientům změřeny následující hodnoty: krevní cukr,

MŮŽETE VĚDĚT

DALŠÍ ÚČINKY NIGELLA SATIVA V KOSTCE

- » Semena se užívají k léčbě zdravotních problémů již více než 2 000 let.
- » Posiluje obranyschopnost organismu aktivací syntézy bílých krvinek.
- » Má pozitivní účinek na imunitní systém díky množství nenasycených mastných kyselin.
- » V Asii se používá v boji proti střevním parazitům.
- » Složky obsažené v oleji mají antioxidační, antimikrobiální, antimykotické a protizánětlivé účinky, potlačují bolest a snižují horečku.
- » Zmírňuje kašel, je ideálním olejem pro aromaterapeutické ošetření při nachlazení a dýchacích potížích.
- » Zpomaluje průběh některých rakovinných onemocnění, napomáhá zániku rakovinových buněk v děložním hrdle, játrech, tlustém střevě, plicích a u některých druhů rakoviny prsu.
- » Aplikuje se i při infekcích žaludku a střev, kolikách, nadýmání, průjmu nebo otravách jídlem.
- » Zabezpečuje dobré trávení. Příznivě působí na žlučník, podporuje produkci trávicích šťáv.
- » Skvěle se uplatňuje při léčbě lupénky, akné, atopické dermatitidy a ekzému.

lipidový profil, BMI, tělesná hmotnost a obvod pasu. Skupina II zaznamenala významné procentuální zlepšení ve srovnání s první skupinou. Závěr studie hodnotí olej z *Nigella sativa* jako efektivní doplněk při léčbě metabolického syndromu s významným terapeutickým vlivem u pacientů s diabetem 2. typu.

(Zdroj: výsledky studie provedené v centru zdravotní péče, Severní Indie: A Najmi, SF Haque, M Naseeruddin, RA Khan, Departments of Pharmacology and Medicine, JN Medical College AMU Aligarh, India)



Jak prožít těhotenství šťastně a bez stresů? (1)

Očekávání miminka je pro většinu žen nádherné a radostné období, ale někdy může být spojené i s obavami různého druhu, obzvlášť pokud se k němu přidruží zdravotní obtíže, byť lehkého rázu. Pak vyvstávají otázky, zda užívat klasické léky, nebo zkusit pomoc přírodních produktů, kdy a jakou formou.

Rádi bychom nabídli všem nastávajícím maminkám (případně i účastným tatínkům) cenné zkušenosti z praxe v našem novém seriálu zaměřeném na toto téma. Provádět vás jím bude MUDr. Bohdan Haltmar, zkušený gynekolog, člen Odborné rady Energy, mnohaletý lektor a terapeut, kterého možná řada Vás zná z přednášek i stránek našeho magazínu.

Pane doktore, jak vnímáte postoj žen k jejich těhotenství, je rozdíl v přístupu minulé generace a nyní?

Ano, pohled na těhotenství a přístup k němu se podstatně mění. Velké pozitivum vidím v tom, že naprostá většina gravidit je chtěná a očekávaná. Před třiceti lety byla až polovina z nich nemilým překvapením a končila umělým přerušením. Díky dostupnosti různých antikoncepčních metod, změně sexuálního chování, životního stylu a priorit mladé generace je situace podstatně jiná. Nyní se setkáváme spíše s určitou úzkostí mladých žen, zda se jim otěhotnět vůbec podaří.

Je zřejmé, že ženy si dnes daleko více cení svoji ženskost a učí se vážit si samy sebe. Svoji roli určitě hraje i změna postavení mužů v rodinách a celé společnosti...

Vlivem celospolečenských změn jsou ženy dnes mnohem sebevědomější, vzdělanější a v partnerských vztazích rovnocennější. Těhotenství je potom pro většinu z nich hodnotou, která završuje splnění cílů vzdělávacích, materiálních a profesních. Mnohé nastávající maminky si také uvědomují jedinečnost a krásu tohoto období a chtějí si novou životní roli vychutnat a prožít naplno. Muži dnes bývají své těhotné partnerce



MUDr. B. Haltmar

mnohem blíže a zajímají se nejen o její objektivní zdravotní stav, ale také o její pocity a emoce. Často bývají přítomni ultrazvukovým vyšetřením a sledují s radostným zájmem vývoj miminka, což moderní 4D ultrazvukové přístroje v dříve nebyvalé kvalitě umožňují. Na druhé straně ale ne zcela zanedbatelná část mužů třicátníků v sobě nenachází dostatek odvahy a odpovědnosti k vytvoření rodiny a zplodění potomka. Často si vlivem mylných představ neuvědomují limity ženské reprodukce dané biologickými hodinami nebo nechtějí měnit své zažité životní stereotypy.

S těhotenstvím souvisí i ochota a snaha nastávajících maminek žít zdravě, vyhýbat se zbytečnému zatěžování těla chemickými látkami, které mu škodí.

Jelikož prakticky všem ženám jde o bezproblémový vývoj miminka v bříšku a narození zdravého dítěte, je naprostá většina z nich ochotna změnit k lepšímu svůj životní styl a čím dál více se jich obrací k čisté přírodě, aby eliminovaly vliv životního prostředí a průmyslově vyráběné stravy. Také si úzkostlivě hlídají možná rizika při rozhodování, zda užívat klasické léky. Často konzultují i léková doporučení lékařů jiných odborností. Je potěšující, že mnoho žen objevilo ekologicky čisté přípravky firmy Energy a zajímají se o jejich možné užívání v graviditě. V internetové poradně jsou tyto dotazy docela frekventní.

O čem tedy bude nový seriál?

Budeme se věnovat onemocněním a příznakům, které se relativně často v těhotenství vyskytují a u nichž lze s výhodou použít prostředky a metody nekonvenční medicíny. Dát šanci přírodě, aby pomohla těhotné ženě k tomu, aby se opět cítila dobře a ztratila obavy o miminko v bříšku.





VIRÓZY V TĚHOTENSTVÍ

Jelikož přichází doba podzimu, začneme u tématu virových onemocnění, která mnohé z nás v tomto období trápí, těhotné nevyjímaje. Virózy se přenášejí velmi snadno, na podzim nejčastěji kapénkovou infekcí. Proto je dobré vyhýbat se supermarketům, hromadné městské dopravě, kinům apod. Dále pečlivěji dodržovat hygienickou ochranu jako časté mytí rukou, vyhýbat se fyzickým kontaktům s lidmi, u kterých již viróza probíhá. Horším problémem je přenos viróz z dětských kolektivů na rodiče, u nichž dětské nemoci mají horší průběh.

Abychom byli účinněji chráněni, můžeme si pomoci aplikací **Spironu** na oblečení v oblasti krku a hrudníku, preventivním užíváním **Flavocelu**, aplikací krému **Droserin** na zápěstí za palec (masáž akupunkturálních bodů plicní dráhy 7, 8, 9). Protiinfekční imunitu, která je v graviditě snížena z důvodu imunotolerance plodu, posílíme i obligatorním užíváním **Vitamarinu** a **Probiosanu**. Tyto dva

přípravky je dobré z mnoha důvodů brát po celou dobu těhotenství. Pokud nemoc přeci jen propukne, je důležité začít s aplikací produktů okamžitě a intenzivně. **Droserin** natírat i na plošky dle brožurky „Jak si pomoci s krémy **Pentagramu®?**“, krátkodobě nasadit **Grepofit**, lokálně **Grepofit nosol aqua**. **Vironal** (jakož i další přípravky **Pentagramu®**) v těhotenství nepoužíváme kvůli možným reverzním reakcím, **Vironal** navíc obsahuje extrakt chininovníku. Výjimkou je doporučení zkušených lékařů, uvědomujících si možná rizika a benefity při použití přípravků v konkrétním případě.

Ještě několik praktických poznámek:

Zvýšenou teplotu a horečku do 38–38,5 °C farmakologicky neléčíme. Teplotu něco nad 37 °C má i mnoho zcela zdravých žen v počátečních fázích gravidity. Jedná se o tzv. termogenní efekt hormonu progesteronu. Pokud nejsou jiné příznaky, nejedná se o nemoc.

Horečku do 38,5 °C lze snížit fyzikálně aplikací obkladů se studenou vodou či vlažnou sprchou. Také zvýšíme pitný režim. Nad tuto hranici použijeme **Paralen 500 mg** v tabletě. **Aspirin**, který podporuje krvácení, raději nepoužíváme, stejně jako **Ibuprofen**.

Kdy je nutno užít antibiotika? Jen u prolongovaných nelepších stavů a pozitivním vyšetření na CRP z krve. Určitě ne „preventivně“! Virózy nepřecházíme, ale léčíme klidem na lůžku a odpočinkem. Obzvláště je to důležité v začátku těhotenství, kdy i na pohled „banální“ infekce může způsobit těhotenskou ztrátu, a potom v období před porodem, kdy kašel s dušností a celková únava ztěžuje vlastní porodní děj a spolupráci rodičky.

Přeji všem budoucím maminkám, aby se jim v podzimních, zimních a časně jarních měsících virózy vyhnuly, k čemuž mohou významně přispět také přírodní přípravky **Energy.**

MUDr. BOHDAN HALTMAR

Je snídaně opravdu nutností?

V říjnovém vydání Vitae bych se s vámi ráda zamyslela nad dnes už klasickým prohlášením, že snídaně je základním kamenem naší stravy, neměla by se vynechávat ani šidit, dodá energii na celé dopoledne, nastartuje metabolismus. Ano, ale...



JE TOMU TAK U VŠECH BEZ ROZDÍLU?

Musím říci, že není. Je potřeba opravdu přihlédnout k individuálnímu metabolickému nastavení, životnímu rytmu a dalším okolnostem. Pokud se ráno věnujete sportu, praktikujete jógu, běháte, těžko se můžete předtím pořádně nasnídat. Jestli na snídani nemáte chuť z toho důvodu, že se řadíte spíše k bílkovinnému metabolickému typu, který má hlad až kolem 11. hodiny dopolední, nelámejte to přes koleno. Když jste se večer přecpali na návštěvě, určitě počkejte na pocit hladu. Řiďte se svým vlastním životním tempem i okamžitou situací. Poslouchejte své tělo, vyzkoušejte, jak se budete cítit, když mu dopřejete větší pauzu mezi jídly, necháte ho dotrávit a počkáte si na pocit hladu. V poslední době je velmi populární metoda přerušovaného hladovění IF (Intermittent Fasting), kdy období bez jídla (chápejte období od večere přes čas spánku dále) protáhnete na 12–14, případně až 16 hodin. Popsané výsledky jsou mnohdy až fascinující. To platí pro nás, dospělé jedince.

DĚTI A TEENAGEŘI BY SNÍDAT MĚLI!

Jako rodiče znáte ten ranní boj s časem, stres a spoustu marných předsevzetí, že vaše rána budou klidná a v pohodě. Ono dostat

z postele toho malého tvora, který do noci koukal do tabletu s tím, že musí do školy, je často hodně náročné. Známe to! Tady nepomůže nic jiného, než si tvrdě stát za svým a vstávat tak, abychom nemuseli spěchat.

Snídaně u dětí by se rozhodně odbyvat neměla. Pokud potřebujete odejít z domu dřív než dítě do školy, nachystejte mu snídani předtím. Asi tušíte, že různé rádoby cereální kuličky a kroužky, jejichž hlavní složkou je cukr, bílá mouka a ztužený tuk, nebudou to pravé. Proti mléku, pokud nemáte intoleranci k některé z jeho složek, nic nemám. Ale zkuste ho kombinovat s domácím müsli nebo ořechovou granolou slazenou medem případně javorovým sirupem. A ještě lépe ho nahradit kvalitním tučným bílým jogurtem. Vyzkoušejte smoothie -makery, do kterých můžete potomkovi předem nachystat vložky, semínka, ovoce, avokádo, listovou zeleninu a jogurt, mléko nebo rostlinný ořechový, makový či ovesný nápoj, kapku lněného oleje. On si to jen frajersky rozmixuje a snídaně je na světě. Věřím také, že pár tenkých krajíčků kváskového chleba, mezi něž dáte kvalitní šunku či pečené maso zbylé od včerejška, vejce natvrdo, sýr, avokádo, salát, rajče, nějakou pomazánku, vyskládané do podoby vysokého sendviče, může děti nalákat.

Snídaně může mít i formu overnight kaší či chia-pudinku připravených předem do skleniček. Je to jen o naší fantazii a ochotě dát si s ní práci.

VÍKENDOVÉ BRUNCHE

Ideální samozřejmě je, když snídá společně celá rodina, v klidu a beze spěchu, což lze realizovat pro většinu z nás jen o víkendu. Je to hezká představa, že? Dopřejte si ji! Snídaně na vidličku, omelety, fritáty, zastřená vejce, teplé ovesné kaše, banánové nebo vločkové lívance. Snažte se nezapomínat na dostatek bílkovin a vlákniny v podobě zeleniny a ovoce. Ona bábovka od babičky je jistě skvělá, ale když k ní přidáte pár lžic jogurtu a misku ovoce a oříšků, tělo to ocení ještě více. V podzimním a zimním období jsou skvělou variantou startu do nového dne také polévky uvařené den předem. Zeleninový či masový vývar, miso polévka váš žaludek po ránu přímo pohladí. Zkuste do přípravy zapojit děti. U toho, co samy připraví, je mnohem větší

šance, že i ochutnají. Navíc má pozdní velká snídaně velkou výhodu v tom, že po ní můžete vyrazit na výlet, za kulturou nebo sportem a starosti o oběd odsunout až na odpoledne.

NEZAPOMÍNEJTE PO RÁNU NA PITNÝ REŽIM!

Ať už snídáte, nebo ne, v každém případě byste ráno neměli zapomínat na doplnění tekutin. Výborné je si dát hned po probuzení sklenici vlažné vody, v zimě třeba i teplé. Do ní můžete pro nastartování metabolismu přidat šťávu z citronu, malou lžičku jablečného octa nebo třeba některou z úžasných zelených potravin Energy. Já ujiždím na rakytníku neboli Organic Sea Berry.

A pak si za půl hodinky dejte to espresso. Ona je káva totiž jeden z největších antioxidantů a její prospěšnost již byla mnohokrát vědecky potvrzena. Pokud do ní tedy nehodíte 2 cukry...

Krásná a pohodová rána vám nejen v říjnu přeje

ZUZANA KOMŮRKOVÁ

VLOČKOVÉ LÍVANCE

100 g ovesných, pohankových, rýžových nebo jiných vloček, 100 ml mléka nebo rostlinného nápoje, 2 domácí vejce, 1 menší jablko, 1/2 lžičky kypřicího prášku bez fosfátů nebo sody, špetka skořice, soli, olej na smažení – řepkový nebo kokosový
Na dochucení: jogurt, zakysaná smetana, Skyr nebo tvaroh, sezonní ovoce, ovocný rozvar, med nebo javorový sirup, lískové, vlašské, pekanové ořechy dle chuti

Všechny suroviny na lívance rozmixujeme na těstíčko o něco hustější než palačinkové. Na lívanečnicku smažíme na rozehřátém oleji z obou stran. Podáváme dozdobené a dochucené dle fantazie.

DOMÁCÍ MŮSLI – GRANOLA

kvalitní ořechy (kešu, makadamové, lískové, mandle, para, vlašské...), vločky (pohankové, ovesné, quinoové), semínka (chia, len, sezam, slunečnice, konopí, dýně), sušené ovoce (brusinky, švestky, meruňky nebo datle), med nebo sirup (datlový, agávní, rýžový, javorový, pro ovocnější chuť zkuste brusinkový nebo švestkový), 1–2 lžice mleté skořice

Ořechy nasekáme na menší kousky, sušené ovoce taky. Plech vyložíme pečicím papírem, nasypeme na něj ořechy, vločky, semínka a ovoce, promícháme, přidáme skořici podle chuti. Pečeme asi 15 minut na 160 °C, pak zakapeme medem nebo sirupem a už jen dosušíme na 110 °C přibližně 30–45 minut. Občas prohrábneme vařečkou. Nakonec dáme do vzduchotěsné sklenice.

MINIFRITÁTY SE ZELENINOU A SÝREM

1/2 červené cibule, 1 jarní cibulka – zelená část, 1/2 červené papriky, 1/2 malé cukety, balení čerstvého koziho sýra nebo fety, uzený losos nebo šunka dle chuti (lze vynechat a připravit vege-verzi), bylinky dle chuti – petrželka, bazalka, pažitka,



5 vajec, 50 ml rýžového, mandlového nebo jiného mléka, sůl, pepř, olej nebo máslo na vymazání formy, slunečnicová, sezamová nebo konopná semínka na posypání

Předehřejeme horkovzdušnou troubu na 200 °C. Na drobné kostičky nakrájíme cibuli i zelenou část cibulky, papriku, cuketu a bylinky. Uzeného lososa nebo šunku nakrájíme nebo natrháme na malé kousky. Vše dáme do mísy, přidáme sůl a pepř a promícháme.

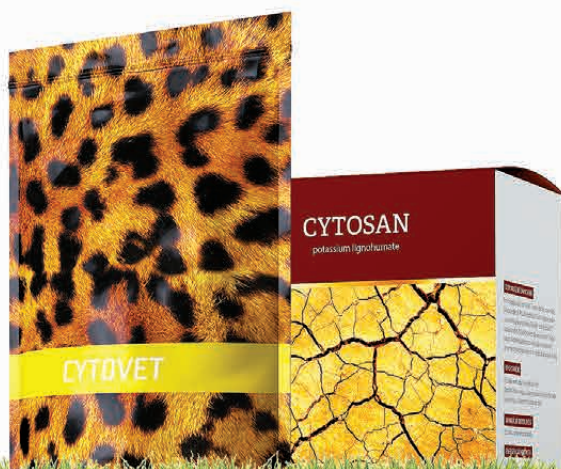
Vymažeme nebo pečicím papírem vyložíme plech na muffiny či jednotlivé formičky (7–8 ks) a naplníme je do poloviny směsí. Dáme do trouby a pečeme cca 10 minut. Mezitím si v misce rozmícháme vejce a mléko, osolíme, opepříme. Z trouby vyndáme plech/formičky s předpečenou směsí zeleniny a lososa/šunky. Zalijeme vajíčky s mlékem do dvou třetin formiček. Vratíme do trouby a pečeme dalších 6–8 minut. Na závěr posypeme ještě semínky a rozdrobeným sýrem. Dopékáme 5–7 minut, dozlatova.

Cytovet ve výhodném dvojitém balení!

Cytovet pomáhá zvířatům s detoxikací organismu. Má protizánětlivý účinek v zažívacím traktu a pomáhá také při otravách. Odkyseluje tkáně a tím regeneruje tělo a snižuje únavu.

Imunovet ve výhodném dvojitém balení!

Imunovet podporuje obranyschopnost organismu. Aktivuje krvetvorbu a buněčnou imunitu a tím napomáhá i hojení a regeneraci ran, tkání a sliznic.



Dále vám také výhodně nabízíme
Cytovet pro mazlíčka a **Cytosan** pro Vás!

Členská cena balíčku: 1149 Kč, 50 bodů,
ušetříte 382 Kč

Zákaznická cena balíčku: 1493 Kč,
ušetříte 497 Kč

Energyvet.cz

Platnost akce: od 1. října do 31. října 2018 nebo do vyprodání zásob



Sledujte nás na: facebook.com/Energyvetcz

Maska uvolněnosti a realita

Dnes jsem si uvědomila jednu věc. A to, že to tu na světě mám fakt ráda! Mám ráda tento svět a svůj život! A energie, která se vznesla díky uvědomění, byla tak silná, že v mžiku naplnila celé mé tělo. Začala jsem se culit jako truhlík, zatímco uvnitř mě se vše pohybovalo, pulsovalo a kmitalo...

Právě jsem seděla nad rozjedenými nudlemi s cuketou, když TO přišlo. Od rána jsem se totiž necítila moc dobře, takže jsem sebou střídavě šila, zhluboka dýchala, předstírala pohodu



a snažila se navenek působit „normálně“. Uff. Když jsem svému nepříjemnému pocitu dala podobu, tak vypadal jako kombinéza označená štítkem „Uvolněná Petra“. Ten den jsem ji na sebe navlékla – šlo to ztuha, ale já se nedala – a s touhle lží vyrazila mezi lidi. Nedocházelo mi, že uvolněnost je ve skutečnosti jenom obal, a energie tlaku a stísněnosti skrze ni chtě nechtě stejně prosakují ven. Uff znovu.

Takže – sedím nad svým obědem, díky postupně zapadají jeden do druhého a mně je najednou mnohem líp. Jsem podivně uvolněná! Jako fakt? Kouknu kolem sebe a vidím... lidi. Člověk a člověk a další člověk... a každý jiný. Koukám kolem, koukám na sebe. Páni! Kombinéza je pryč, uvolněnost zůstala.

Zbožňuji tento svět! Je to zde tak nádherné, rozmanité, barevné. Každá vteřina s sebou nese nová poznání, jiné emoce i citění. Jako bych vylezla z krunýře, protřela si oči. Tělem mi pulsuje energie emocí a jsou mi příjemné jedna vedle druhé. Nejen radost, volnost či kmitající odhodlání, ale i taková provokace, napruženost, ostražitost, podrážděnost... Protože právě díky nim si uvědomuji své hranice, svou zodpovědnost, svou dospělost... svou živost. A co je na tomhle všem nejúžasnější? Fakt, že MŮŽU. JEŠTĚ MŮŽU ODVÁŽNĚ VYKROČIT KE ZMĚNÁM!

PETRA KAPLÁNKOVÁ



UNIVERZITA ENERGY

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

Přihlášky na semináře Univerzity Energy najdete na:
www.energy.cz.

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 **Grepofit drops**.

UŠIJEME VÁM TĚMATA NA MÍRU!

Náplň seminářů Univerzity Energy chceme sestavit podle vašich potřeb. Uvítáme proto vaše návrhy na témata seminářů. Pište, volejte, mailujte...

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

Nepravidelně jezdím s kamarády na sportovní akce, kterých se aktivně účastním. Poslední dobou mi to však dělá spíše potíže – ještě minimálně týden po akci mám namožené svalstvo, bolesti kloubů, jsem více unaven. Nedávno jsem prodělal léčbu boreliózy, tak nevím, zda to může souviset, nebo je to již věkem (46 let), dříve jsem takové stavy neměl.

LEOŠ K., Žamberk

Jestliže potíže nepřetrvávají delší čas, pak by mělo jít skutečně jen o přechodný stav po větší námaze, kdy tělo není na pravidelnou aktivitu navykklé. Případně

se zkuste zamyslet, zda nedošlo k nějaké změně – účastníte se akcí skutečně proto, že Vy sám se jich účastnit chcete? Pokud jste ještě neprošel očistou po ATB, pak doporučuji **Cytosan** – přispívá k regeneraci jater, tudíž pomůže i s únavou a zároveň hloubkově detoxikuje celý organismus. Po námaze si vždy dopřejte 15 min. koupel v **Balneolu** – rozproudí krev, uvolní svalstvo a šlachy, zklidní psychiku a dodá unavenému tělu energii. Namožené svaly uvolní také obklady z **Cytosan Fomentum gelu** – po 20 min. smýt a aplikovat krém **Artrin**.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

Letní číslo Vitae nám přineslo tajenku ve znění: „**Trpělivost je trpká rostlina, která produkuje sladké ovoce.**“

Správně luštily a vyhrály:

- » Šárka Hyklová, Závišská 594, Štamberk
- » Jana Ježková, Dušejov 58
- » Vlasta Pačesová, Přátelství 606/39, Praha 10

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

„Vše, co si dokážete... (tajenka).“

Pablo Picasso

	Opční právo	Keř s nakyslými peckovicemi	Poselství	Iniciály spisovatele Dumase	Slůvko opovržení		Osamocena	Jméno herečky Holubové	Záporka	Napodobenina		Malý noční hlodavec	Svedení	Řešeto
Spojit v manželství						Senoseč Části tužek					Vybídnutí ke ztišení se			
1. část TAJENKY											Vlastní lvům Avšak			
Roh šátku				Celkový počet Pastý ze sójových bobů					Hřmot Zimník (ob.)					
Nářečně jenom (-e-)					Zn. hektaru Oscarový film Jana Svěráka			Kořeny se zemí Vyfouklé vejce				Solmizační slabika Kosodřeviny		
	Z jakého důvodu	Vojenské formace Pouze				Jizva po pupečníku Návštěvník							Elektricky nabitá částice	Slovensky „jiné“
Horské jezero bez odtoku					Vrch Horní řezák stona						Římské číslo 52 Způsob honu			
Chemická značka rhenia			Mořský pták Název souhlásky							Latinsky „lev“ Tvoje osoba				
Předložka				2. část TAJENKY										
Doba				Hluboký ženský hlas				Vydávat zvuk jako had						Nápověda: BURNUS; MISA; OPCE

Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

ZLATOBÝL NAD ZLATO

Zlatobýl obecný, známý také jako celík zlatobýl či lidově *celník*, *zlatá metla* nebo *zlatobejlí*, je členem rozvětvené rodiny zlatobýlů rozrůstajících se po světě. I když je u nás původním druhem, rozšířenější a známější jsou jeho příbuzní z Ameriky – *zlatobýl obrovský* a *kanadský*, kteří jsou sice, podobně jako několik dalších věcí z onoho kontinentu, větší (zlatobýl obrovský dorůstá až 230 cm), ale použitelní nanejvýš k dekoraci. To ten „náš“ – *zlatobýl obecný*, je nejen stejný krasavec, navíc je i léčivý.

Asi stočlenný rod zlatobýlů osidluje převážnou část severní polokoule mimo tropy a subtropy. Nejsou příliš náročné na podmínky, stačí jim polostín a vápnitá, sušší půda. V přírodě se s nimi můžeme setkat od nížin do hor na okrajích lesů, pastvin, na pasekách, náspech a hrázích, rumišťích apod. Uvnitř rodu se rozlišuje severoamerická a eurasijská větev, každá původní na svém kontinentu. Zástupci té americké se dostali do Evropy jakožto ozdobné trvalky parků a zahrad, postupně však zplaněli a mnohde se nekontrolovaně množí, vytlačují původní flóru včetně svého léčivého evropského bratránka.

ROZPÍNAVÝ KRASAVEC

Zlatobýly se totiž množí nejen množstvím létavých semen, ale i pomocí oddenků, takže dokážou rychle zarůst velkou plochu a vytvořit rozsáhlou monokulturu. Chcete-li si tedy zkrášlit zahradu zlatobýlem, poříďte si raději šlechtěné kultivary, které se nešíří tak rychle a navíc mají ještě výraznější květy. Ty je nutné hned po odkvětu ostříhat.

U země nafialovělá, max. metr vysoká větvená lodyha celíku zlatobýlu (*Solidago virgaurea*) vyrůstá z krátkého, ale silného kořene. Střídavé listy jsou ve spodní části lodyhy eliptické, na okrajích zubaté, s krátkým řapíkem, v horní části rostliny se zužují, jsou celokrajné a přisedlé. Od července do října vykvétá záplavou nepřehlédnutelných zlato-žlutých květenství, skládajících se z malých (asi 8 mm dlouhých) úborů uspořádaných v hroznu či v latě, která vydávají charakteristickou vůni. Plodem jsou pyřité nažky, které se větrem šíří v celých chumáčích.

Z celíku se sbírá nať, přesněji její horní, nedřevnatá část, a to těsně před, či ihned na začátku květu a nejlépe po poledni, kdy

je obsah důležitých látek nejvyšší. Pečlivě, aby se nezapařila, se pak ve stínu suší. Sběr celíku je nesnadný jen ze dvou důvodů: špatně se rozlišuje jak od svých v domácí lékárně nevyužitelných příbuzných, tak od některých podobných, dokonce jedovatých bylin (např. starček vejčitý) a navíc ho ve volné přírodě kvapem ubývá.

ZLATO V LÉKÁRNĚ

V historii byla tato nápadná bylina používána při magických rituálech a samozřejmě v tradičním léčitelství. Z rituálů zůstala jen dekorace zahrad, ale v oblasti farmakologie se zlatobýl vypracoval až na významnou a uznávanou pozici.

Výtažek ze zlatobýlu obecného obsahuje silice, třísloviny, hořčiny, flavonoidy, saponiny, glykosidy, alkaloidy, rutin, amid kyseliny nikotinové, fenolové kyseliny, vitamin C, slizy atd. Vyrábí se z něj léky, čaje, tinktury, masti, homeopatika a různé léčivé přípravky (obsahuje ho i **Renol** od Energy).

Nejvýraznější uplatnění nachází zlatobýl při všemožných problémech a onemocněních spojených s ledvinami a močovým ústrojím – je proto základní bylinkou ledvinových či detoxikačních čajových směsí. Zlatobýlový čaj je značně močopudný, pomáhá při revmatismu, zbytnělé prostatě, rozpouští ledvinové kameny a čistí moč, zastavuje průjem, při zánětech působí dezinfekčně a zeslabuje jak případné vnitřní krvácení, tak to menstruační. Posiluje také oslabená játra – je doporučován při rekonvalescenci po hepatitidě či mononukleóze. A protože ledviny jsou svázány s emocemi a vzájemně se ovlivňují, je zlatobýlový čaj doporučován i při stavech a situacích zvýšené duševní a citové zátěže.

Obklady ze zlatobýlu se pak odnepaměti používají na všemožné i špatně se hojící rány, vředy (i bércové), ekzémy, akné a další kožní onemocnění. Koupele pomáhají pohyblivosti kloubů při hemoroidech a křečových žilách, výplachy u gynekologických potíží, kloktadla na nachlazení a záněty dásní.

Celík se nedoporučuje užívat ve velkém množství a delší dobu. Navíc by se měl pro svou sílu „ředit“ smícháním s jinými bylinami. Zlatobýl obecný je jasným favoritem závěru hlavní bylinkářské sezony. Jako by nás příroda sama připravovala na zvolna, ale jistě se blížící zimu.

Mgr. VLADIMÍR VONÁSEK

Jak se účinně chránit i bránit?

chřipka, kašel, rýma, angína...

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

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 brožurě „Jak se účinně chránit i bránit?“

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 / prenatální 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 bezpečnou dietu / poradna a prodej
produktů Energy – po, út, st 13–16,30 h.
– Domažlice, Srnova 76

Kontakt:

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

Poradny a přednášky:

» KE BOSKOVIC – 1., 8., 15., 22., a 29. 10.

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:

» 9. 10. – 15–17 h. – individuální konzultace, doporučení vhodného produktu a dávkování – H. Hosová

» **V pátek 12. 10. 2018 bude brněnský Klub uzavřen.**

» 17. 10. – 16–17 h. – Práce s Pentagramem® – vstupní přednáška, H. Hosová

» NOVINKA: Výživové poradenství – Ing. K. Hosová, info na tel.: 530 500 422

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 / zasilání 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.energycb.cz

Mimořádná nabídka KE:

» 24. 10. (středa) – Fotografování aury – p. Paulíček, pouze na obj., 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 tapping – info na tel.: 776 488 848, pí. Slušíková / 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. Martincová, tel.: 732 512 181 / zasilání zboží na dobírku / e-shop: www.babkabylinarka.cz

Mimořádná nabídka KC – poradny SPT:

» DOUDLEBY NAD ORLICÍ – 2., 16. a 30. 10.

– pí. Fendrychová, tel.: 605 780 213

» KE HRADEC KRÁLOVÉ – 4. a 18. 10.

– poradna vč. měření Supertronicem

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

» KC HRADEC KRÁLOVÉ – Lékárna

Za Skleněnou věží, ul. Wonkova

– 1., 8., 15., 22. a 29. 10.

– PharmDr. Svobodová, tel.: 602 141 184

» KC HRADEC KRÁLOVÉ – Salón Profi,

Havlíčková 401 – 3., 10., 17., 24. a 31. 10.

– Naďa Komárková, tel.: 775 921 885

» CHOCEŇ – 1., 8., 15., 22. a 29. 10. nebo dle

dohody – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535

» JIČÍN – Prodejna Bellis – 5., 12., 19. a 26. 10.

nebo dle dohody – pí. Svobodová,

tel.: 739 700 666

» KOLÍN – 5., 12., 19. a 26. 10. – homeopatická

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

» KOSTELECK NAD ORLICÍ – 5., 12., 19. a 26. 10.

– pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816

» NOVÁ PAKA – Prodejna Bellis

– 4., 11., 18. a 25. 10. nebo dle dohody

– pí. Svobodová, tel.: 739 700 666

» NOVÝ BYDŽOV – Sloupno

– 5., 12., 19. a 26. 10. – nebo dle dohody

– pí. Rakouská, tel.: 776 614 046

» OPOČNO – 18. 10. – pí. Králíčková,
tel.: 739 379 435

» RYCHNOV NAD KNĚŽNOU – 1., 8., 15., 22.

a 29. 10. – pí. Bečvářová, tel.: 777 723 731

» SMÍŘICE – 4., 5., 11., 12., 18., 19., 25. a 26. 10.

– 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:

» 2., 9., 16., 23. a 30. 10. – měření SPT, poradenství, detoxikace, SRT s A. Chmelovou – obj. na tel.: 724 965 773

» 9., 16., 23. a 30. 10. – vyšetření stavu autonomního nervového systému na přístroji KARDIVAR, kineziologie, SRT – Mgr. Paula Koubová – Cheb, ostatní dny Mariánské Lázně, Hlavní třída 7, tel.: 605 307 354

Mimořádná nabídka KE:

» od 2. 10. – vždy v úterý od 17.45 h.

opět pravidelné cvičení "Pilates na rehabilitačních míčích" – 6. ZŠ Cheb (vedle bazénu), míč a podložku s sebou, velmi vhodné pro střední a vyšší věk, info na tel.: 603 486 331

» 17. 10. – 17 h. – Jak se opravdu vyléčit aneb Klasická medicína neřeší příčiny, jen následky... Existují tzv. nevyléčitelné choroby? Obojí platí v humánní i veterinární medicíně. Zve na zajímavé povídání a informace z dlouholeté praxe lékaře i terapeuta – lektorskou přednášku MVDr. L. Chmeláře, PhD. – společenská místnost Centra soc. pomoci, Kamenná 40, Cheb

Nabídka KC:

» KRÁLOVSKÉ POŘÍČÍ – Apatyka, Statek Bernard, L. Broumová – prodej přírodních produktů, masáže, kosmetika, aromaterapie, út–ne 10–18 h.; 23. 10. – měření Supertronicem a poradenství s A. Chmelovou, obj. na tel.: 724 965 773

Kosmetické ošetření Beauty kosmetikou Energy u masérky a kosmetičky B. Bzirske a masáže J. Kočové a V. Votrubové + měření SPT – 1., 8., 15., 22. a 29. 10., 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

VÝHERCI SOUTĚŽE „Léto plné pokušení“

1. CENA

Sada froté osušek, Cytovital renove, Visage serum, Visage oil a Visage water

» Martina Fesslerová, Poděbrady

2.–3. CENA

Diagnostická váha s mandalou, Cytovital renove, Visage oil a Visage water

» Jaroslava Daňková, Miličín

» Anna Klimková, Olomouc – Nedvězí

4.–15. CENA

Cytovital renove a Visage water

» Zdena Vojáčková, Pustiměř

» Jaroslav Čech, Staré Město

» Markéta Niklová, Praha 4

» Marcela Kučírková, Ochoz u Brna

» Olga Vágnerová, Trutnov

» Mirka Úlehlová, Uherské Hradiště

» Ivana Čechová, Jalubí

» Vlasta Horáková, Karlovy Vary

» František Pleyer,

Ruda nad Moravou

» Soňa Malářová, Zdíby

» Eva Riedlová,

Frenštát pod Radhoštěm

» Aneta Putírková, Kladno

Všem vylosovaným gratulujeme!

BLAHOPŘEJEME NAŠIM PORADČŮM!

**POPRVÉ DOSÁHLI VYŠŠÍ
ÚROVNĚ V BONUSOVÉ
TABULCE BODŮ**

v červenci 2018:

12 % V. Votrubová

9 % I. Hruďčková, M. Rodová,
M. Trčka

6 % Centrum zdraví
– rehabilitace s.r.o.,
M. Dennerová, Z. Haltmarová,
M. Hermannová,
Ing. J. Janošíková, P. Klášterková,
Mgr. L. Partíka, D. Palichová,
M. Přecechtělová, L. Říhová,
M. Šedivá, Vital Factory s.r.o.

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 – zješťňující 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 2. 10. – diagnostika EAV přístrojem

– jen na objednávku, tel.: 353 236 605

» po–čt dopoledne – impanční 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 / zaslání 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 3. 10. – 17–19.30 h. – Humáty a Energy, přednáška G. Veselá

» út 2. 10. – 9–17 h. – poradna Energy a výběr vhodného produktu, diagnostika SPT – G. Veselá, obj. na tel.: 777 624 569, jiné termíny domluvou

» po 8. 10. – 16–20 h. – Rodinné konstelace – provádí 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.

POZOR!

Ve čtvrtek 11. 10. otevřeno pouze do 15 h. Děkujeme za pochopení.

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:

Luhacovice, Solné 804,

tel.: 577 011 922, 702 041 015,

www.energy-luhacovice.cz,

e-mail: energy.luh@centrum.cz,

www.facebook.com/energy.luh

OLOMOUC

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:

» 18. 10. – 15–17 h. – Celostní poradna MUDr. B. Haltmara, přihlášky na 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

Kontakt:

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

PARDUBICE

Provozní doba:

po–čt 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka – jen na objednávku:

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

Nabídka KC – poradny SPT:

- » DOBRUŠKA – prodejna Zdravé výživy
– 18. 10. – M. Růžicková, tel.: 603 268 922
- » CHRUDIM – Zdravotnické potřeby
– 4. 10. – L. Kovaříková, tel.: 723 868 567
- » CHRUDIM – 6. a 20. 10. – J. Turková,
tel.: 720 128 269
- » KOLÍN – prodejna obuvi Zuzka – 9. 10.
– Z. Suchánková, tel.: 728 135 557
- » KOLÍN – prodejna Zdravé výživy Priessnitz
– 10. 10. – M. Hanušová Priessnitzová,
tel.: 608 799 777
- » KUTNÁ HORA – Tilia – přírodní produkty
– 17. 10. – D. Kuželová, tel.: 724 324 071
- » NÁCHOD – Harmonie Revital – 12. 10.
– I. Čermáková, tel.: 723 577 280
- » NOVÁ PAKA – prodejna Optika – 18. 10.
– L. Pušová, tel.: 603 542 028
- » NOVÁ PAKA – prodejna Zdravíčko – 11. 10.
– T. Kinterová, tel.: 731 190 580
- » KE PARDUBICE – dle objednávky
– T. Křišťáková, tel.: 777 177 610
- » PARDUBICE-RYBITVÍ – 29. 10.
– E. Petříčková, tel.: 604 174 498
- » PŘELOUČ – Prodejna Zdravé výživy
– 16. 10. – A. Dokonalová, tel.: 603 466 218
- » SMÍŘICE – A. Selingra 318 – 20. 10.
– L. Christ, tel.: 602 233 712

» STARÁ LYSÁ-ČIHADLA – 19. 10.

– 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

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /
bezplatné konzultace / měření 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:

» 17. 10. – 17 h. – Produkty Energy a jejich
užití – přednáší Lenka Panýrková, vstupné
dobrovolné, rezervace 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 (Městský 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. – lze
vystavit dárkové poukazy

Mimořádná nabídka KE:

Veterina:

» 9. a 25. 10. – 15–18 h. – osobní veterinární
poradna, využití Energyvet přípravků pro
zvířecí společníky, obj. na tel.: 777 858 200
nebo na energyvetpraha1@seznam.cz,
pro členy Energy zdarma

Přednáška:

» 11. 10. od 18 h. – Detoxikace mysli. Pro ty,
kdo berou vážně detoxikaci těla a chtějí
očistit i mysl – Sylvia Anttila, 260 Kč

Terapie:

» v průběhu října bude v klubu každou
středu hostovat léčitel Michal Říha,
info na tel.: 224 934 642

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE ČESKÉ BUDĚJOVICE

Změna adresy KC:

» Petrovice

Reiglová Marie, Řeřichy 25

KE PARDUBICE

Změna adresy KC:

» Nová Paka

Prodejna Zdravíčko, Kotíkova 286
po 13.30–17, út–pá 9–12, 13–17,
so 8.30–11.30 h.

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

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

Kurzy a mimořádné akce:

- » 3. 10. – st 18–20 h. – Krátká praktická Duhovka
- » 5. a 6. 10. – pá 16–20 h., so 10–16 h. – Práce s životní energií 1
- » 7. 10. – ne 10–17 h. – Konstalace
- » 13. a 14. 10. – so, ne 10–17 h. – seminář MA-AI
- » 27.–28. 10. – so, ne 10–18 h. – DS11 – Naše vztahy v univerzu 1

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 / 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 koučink

Mimořádná nabídka KE:

- » 3. 11. – Gynekologie, endokrinologie – TČM s MUDr. A. Vosátkovou

- » 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, kinesiotaping, balneoterapie a další relaxační metody a masáže dle aktuální sezonní nabídky, práce s energetikou těla a harmonizace čaker – pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283 / shiatsu – p. Dohnal, 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:

- » 2. 10. – Měření přístrojem SPT – MUDr. Bohdan Haltmar, tel.: 731 737 545
- » 3. 10. – Měření přístrojem Sensitiv Imago – MUDr. Jana Haltmarová, obj. na tel.: 731 737 545
- » 23. 10. – od 17 h. – Nemoci prsu – lektorská přednáška MUDr. Bohdana Haltmara

Kontakt:

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

TÁBOR

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

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

Kontakt:

Tábor, Purkyňova 1085,
tel.: 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 Supertronicem / poradenství a prodej produktů Energy / dietetika, reflexní terapie – obj. na tel.: 568 847 472 – Molíkov, J. Čapek / masáže klasické, lymfatické, reflexní, baňkování – B. Velebová – tel.: 605 469 884

Ordinace celostní medicíny:

- » MUDr. Alexandra Vosátková, Vít. Nezvala 11, Třebíč – pulzní diagnostika, akupunktura, rehabilitace, fytoaterapie, 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 – 2. 10.
- » JIHLAVA – Mgr. Drejková – 1. provozovna: FYTON, tel.: 739 049 203 – 2. provozovna: Dům zdraví, tel.: 739 040 821 – konzultace – 1. a 15. 10.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – Studio Verbena – M. Palová, tel.: 605 554 456 – konzultace 10. 10.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – L. Žák, Šafaříkova 1304, tel.: 723 107 158 – konzultace 17. 10.
- » NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková, Zdravěnka – Masarykovo nám. 517 tel.: 739 026 531 – konzultace 12. 10.
- » TASOV – D. Švestková, Tasov 69, tel.: 605 938 299, www.revite.cz – konzultace 18. 10.
- » TEPLICE – J. Fílová, Novosedlice, Vodní 215, tel.: 775 968 485 – konzultace 10. 10.
- » VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43, tel.: 724 763 689 – konzultace 18. 10.
- » ZNOJMO – Biocentrum Renata Režňáková, Zámečnická 13, Poradna Energy, kosmetika, solární studio, tel.: 515 224 684 – konzultace 17. 10.
- » ŽDĚAR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková, Horní 30 – tel.: 728 141 949 / H. Kučerová, tel.: 605 449 785 – konzultace 17. 10.

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, zaslání 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

Mimořádná nabídka KE:

- » čt 18. 10. – 17–18 h. – Cytosan – přednáška P. Kořínkové
- » čt 25. 10. – 15–17 h. – Ukázka ošetření Beauty kosmetikou Energy s P. Kořínkovou

Nabídka KC:

- » ČESKÁ LÍPA (Pozor – změna adresy: Studio Dobrá nálada, Mariánská 540) – 1., 8., 15. a 22. 10. – poradna a měření EAV, obj. u J. Novotné, tel.: 725 753 651 – út 16. 10. – 17–19 h. – Zelené potraviny pro každý den – lektorská přednáška L. Špoullové, info u pí. Novotné
- » JIČÍN – 5., 12., 19. a 26. 10. – poradna a měření EAV, obj. u J. Veselé, tel.: 732 534 895
- » MLADÁ BOLESLAV – 8. a 29. 10. – poradna a měření EAV, obj. u M. Králové, tel.: 777 618 416
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – 3., 10., 17., 24. a 30. 10. – 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. Schmuttermeyerová, 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 Buchovice

Veterinární ordinace

a homeopatická poradna:

Poradenství a prodej produktů Energy – MVDr. K. Hlačíková a MVDr. I. Stiksová, 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 / zaslání 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

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:

» 10. 10. – 15–17 h. – Ukázka kosmetického ošetření Beauty kosmetikou (odličení, maska, krém, sérum) 30 min./150 Kč, praktický návod na domácí péči a individuální poradenství podle stavu pleti, objednávky na tel.: 723 976 814, E. Macíčková, DiS.

» 3., 17. 10. – 14–16 h. – Diagnostika TČM podle pulzu a jazyka, aurikuloterapie (akupunktura ucha) – A. Beránková, na objednávku

» 8., 22. 10. – 14–16 h. – Poradna Energy, zdarma – Eva Macíčková, DiS.

» dle objednávky – Diagnostika přístrojem Diacom – Eva Macíčková, DiS.

» 11., 25. 10. – 15–17 h. – Poradenství v přírodní výživě a zdraví zvířat – O. Janča, certifikovaný poradce

Mimořádná nabídka KC:

» BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – 4., 18. 10. – 15–17 h. – poradna Energy – J. Kocmanová, tel.: 776 714 705

» FRENŠTÁT POD RADHOŠTĚM – U Miši – obchůdek plný zdraví, Fr. Palackého 1870, – 11. 10. – 8–11.30, 12–17 h., www.facebook.com/U-Miši-obchůdek-plný-zdraví

» FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ – Snozina 191 – 9., 23. 10. – 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 – 9. 10. – diagnostika TČM podle pulzu a jazyka, elektroakupunktura, aurikuloterapie – A. Beránková, www.salon-zdravi-sedmikraska.cz, tel.: 734 484 113

» ROŽNOV POD RADHOŠTĚM

– Beskydská 1298 – poradna Energy, konzultace – 16. 10. – Marta Stoklasová, obj. na tel.: 724 221 164, www.stoklasova.cz

» VSETÍN – Zelená lékárna – Smetanova 1462, 9–17 h., poradna Energy – 17. 10.

– 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

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

ŘÍJEN 2018

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Česká Lípa	Studio Dobrá nálada, Mariánská 540	16. 10. – 17–19 h.	Zelené potraviny pro každý den – L. Špoullová	Turnov
Cheb	Centrum sociální pomoci, Kamenná 40	17. 10. – 17 h.	Jak se opravdu vyléčit aneb Klasická medicína neřeší příčiny, jen následky... Existují tzv. nevyléčitelné choroby? – MVDr. L. Chmelař, PhD.	Cheb
Šumperk	Klub Energy	23. 10. – 17 h.	Nemoci prsu – MUDr. B. Haltmar	Šumperk

INSTITUT ENERGYVET

Hradec Králové – MVDr. Milena Martincová

Viz www.energyvet.cz – Vzdělávání

Vyčisti své tělo!

Poděkuje ti.

Při nákupu 1 výrobku získáte
50% slevu na druhý produkt
stejně nebo nižší hodnoty.

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY			ZÁKAZNÍK	
	cena	body	sleva	cena	sleva
2x Cytosan*	1 150 Kč	50	384 Kč	1 495 Kč	499 Kč
Cytosan* + Cytosan Fomentum gel	923 Kč	39	157 Kč	1 200 Kč	204 Kč
Cytosan* + Balneol 100 ml	916 Kč	39	150 Kč	1 191 Kč	195 Kč
Cytosan* + Cytosan šampon	861 Kč	37	95 Kč	1 119 Kč	123 Kč
Cytosan* + Cytosan mýdlo	821 Kč	35	54 Kč	1 064 Kč	68 Kč
2x Cytosan Fomentum gel	469 Kč	19	157 Kč	610 Kč	204 Kč
Cytosan Fomentum gel + Balneol 100 ml	462 Kč	19	150 Kč	601 Kč	195 Kč
Cytosan Fomentum gel + Cytosan šampon	407 Kč	17	95 Kč	529 Kč	123 Kč
Cytosan Fomentum gel + Cytosan mýdlo	367 Kč	15	54 Kč	474 Kč	68 Kč
2x Balneol 100 ml	448 Kč	18	150 Kč	583 Kč	195 Kč
Balneol 100 ml + Cytosan šampon	393 Kč	16	95 Kč	511 Kč	123 Kč
Balneol 100 ml + Cytosan mýdlo	353 Kč	14	54 Kč	456 Kč	68 Kč
2x Cytosan šampon	283 Kč	12	95 Kč	367 Kč	123 Kč
Cytosan šampon + zdarma Cytosan mýdlo	243 Kč	10	54 Kč	312 Kč	68 Kč
2x Cytosan mýdlo	162 Kč	6	54 Kč	202 Kč	68 Kč

*platí i pro Cytosan Inovum
Akce platí do vyčerpání zásob! Doplněk stravy.





DOKONALÁ PÉČE O PLEŤ PRO CHLADNÉ DNY

Droserin renove + Almond oil

silná dvojka pro ochranu vaší pleti za nepříznivého počasí
výživa, zjemnění a zklidnění suché pokožky
buněčná výstavba a regenerace ztenčené pleti / pro denní i noční použití

Doporučené užívání pro maximální ochranu vaší pleti: kombinujte 2 dávky Droserinu renove s 1 kapkou Almond oil.

