vitae

září 2019

Skončily prázdniny, nové začátky zvládne Korolen s Vitamarinem

Skleróza nebolí, ale víc se nachodíte

Víte, že s prostorem se můžete domluvit? Ovlivníte tak svoji budoucnost!

www.energy.cz

Produkty měsíce září

Co nám slibuje první podzimní měsíc? Kolem 12. bychom se mohli na chvíli vrátit do léta a pak ještě jednou, po krátkém, ale výrazném ochlazení před koncem druhé dekády – přibližně 23. Konec měsíce se ale už o barevné babí léto moc nesnaží.

K tomu nás čeká začátek školního roku a práce, která se nahromadila během letních, lenošivých měsíců, a to nám rozhodně náladu nepřidá. Nastartovat nás pomůže **Korolen** a **Vitamarin**. Korolen dodá chuť a Vitamarin stabilitu, řečeno slovy mojí babičky „sitzflajš". Doporučuji tuto dvojkombinaci jednak na úvod školního roku, kdy se potřebujeme dostat do obvyklých kolejí, a potom na všechna období, kdy nás čeká moře práce a přemýšlení. Pro daňaře je to například březen a červen, pro vysokoškoláky konec semestru. Na pořadu úvah může být také olej **Organic Sacha Inchi** – zlepšuje činnost centrálního nervového systému, podporuje nápravu funkcí neuronů v mozku a přenášení nervových podnětů, pomáhá při demenci, depresi, stresu, únavě, nervovém i psychickém vyčerpání, podrážděnosti a nespavosti. Zlepšuje zdravotní stav při Alzheimerově chorobě a posiluje také srdce – pomáhá udržet stálý krevní tlak, snižuje riziko kardiovaskulárních chorob, předchází arytmii. Pokud potřebujeme „dobít baterky", pomůže nám postavit se na nohy **Annona**, její výrazné upřednostňování zdravého před škodlivým ji pasovalo dokonce na nepřítele nádorových buněk. A když se dáme tak pěkně dohromady uvnitř, naše pleť by si zasloužila jemné ošetření **Caralotion**.

EVA JOACHIMOVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 9, září 2019.
Náklad 18 500 ks. Vychází 10× 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.

Potěšení ze sklizně

OBSAH

Editorial	04
Vitamarin, zdroj vitaminu D	04
Nevyšlapanou cestou	05
Epilepsie	06
Vaše zkušenosti s našimi produkty	08
Převezměte zodpovědnost a dělejte si, co chcete	09
Skleróza nebolí, jen se víc nachodíš!	10
Nákupy a stres	12
Náš kamarád prostor	14
Jídelníček z naší rovnoběžky	16
Jak jsme na tom se sebeúctou?	19
Království drahých kamenů	20
Univerzita Energy	21
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24

EDITORIAL

NÁKUPY

Pan magistr Kostelnik, slovenský kolega, líčí ve svém článku „Nákupy a stres“ v tomto vydání magazínu Vitae, jak vnímá supermarkety: „…přecházím mezi regály jako po ‚lodi bláznů‘, galerii zbytečností, hodnotím jejich vzhled, design etiket a těším se z pestrobarevnosti vystavených nesmyslů...“ Pan doktor Hanzel, kterého ze stránek magazínu asi také znáte, to hezky okomentoval: „Moje osobní zkušenost – vejdu-li výjimečně jako doprovod do nějakého supermarketu, do 10 minut se mi začne chtít neskutečně spát. Stává se mi to opakovaně, a náhody neexistují…“ Je vidět, že ho tyto obchody okamžitě zcela energeticky vysají.

K oběma kolegům se mohu jen přidat. Na mne zase v těchto „chrámech nákupu“, jak jim říká můj muž, nejhůř působí hudba, hlasitá, v každém obchodě jiná, připadám si jako v Babylóně. Jednou jsme s dětmi nakupovali ve sportovním oddělení a vůbec se kvůli tomu rámusu nemohli soustředit. Už mi to nedalo a zeptala jsem se paní prodavačky, jak to snáší. „No, bolí mě z toho hlava, tak si každý den ráno vezmu Brufen, abych to přežila…“ Postupem času už jsem začala být na tuto hudbu tak alergická, že jsem psala svůj názor do různých dotazníků, rozesílala e-maily do obchodních center a podobně. Doufala jsem, že situaci změním, pohnu zeměkoulí. Bylo to ale stále stejné. Dokonce jsem se v jednom menším městě dozvěděla, že vůbec nemají možnost ovládat ani hlasitost, protože hudba jde po drátě centrálně z Prahy! Jednou se mi užuž zdálo, že se stal zázrak – v obchodě bylo ticho. Ale slečna za pultem mi vysvětlila, že hudbu vypínají tajně, jenom když tam není vedoucí. A naprostou korunu tomu všemu pak dala paní prodavačka v jednom velkém sportu, jíž jsem se slzou v oku nadšeně děkovala, že je tam klid. Suše odpověděla, že „ona je teda pěkně naštvaná, protože při rekonstrukci oddělení dělníci přesekli kabel, a v tom tichu se nedá pracovat“!

Co s tím? Poraďte…

MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ

Vitamarin, zdroj vitaminu D

Naše tělo vitamin D potřebuje pro celou řadu důležitých funkcí. Budete se divit, ale je jich kolem dvou stovek.

Někdy bývá vitamin D označován jako „slunečný“ vitamin, protože přibližně 85 % jeho množství vytváří naše kůže prostřednictvím slunečního záření. Toho je ale schopné sluneční záření v našich zeměpisných podmínkách jen v létě. A tak pomalu přichází období, kdy většina dospělé populace ve střední Evropě bude vykazovat deficit tohoto důležitého vitaminu. To s sebou přináší různá onemocnění, **protože vitamin D je naprosto nepostradatelný pro silnou obranyschopnost organismu.** Hraje ústřední roli při vývoji, aktivizaci a řízení imunitního systému. Podněcuje tvorbu ochranných látek, jako je cathelicidin a defensin, proti virům a bakteriím. Dnes už víme, že dovede chránit před záněty, a to jak obrannými (infekce, např. onemocnění dýchacích cest), tak poškozujícími (u autoimunitních onemocnění, např. roztroušené sklerózy, Crohnovy nemoci atd.). A kolem nás se pohybují stovky typů virů, které mohou způsobit přinejmenším rýmu...

Denní doporučená dávka vitaminu D je 20 mikrogramů, ovšem jeho množství přijímané z potravy někdy nestačí. Proto jej například ve Finsku přidávají do mléka, Švýcaři prodávají žampiony pěstované v ultrafialovém světle, obohacené tímto vitaminem. Nejvíce je zastoupen v rybách, jako je sleď, úhoř a losos.

Od října u nás nesvítí sluníčko dostatečně kolmo na kůži, aby ji mohlo stimulovat k produkci vitaminu D. Zásobu si v létě udělat nemůžeme, a tak nastoupí nám dobře známý **Vitamarin**. Rybí olej, který obsahuje, je cenným zdrojem tohoto vitaminu. Mysleme přitom na to, že na dostatečný přísun vitaminu D by se mělo dbát především u dětí a seniorů. **(leit.)**

Nevyšlapanou cestou

Do hustých křovin neznáma se většinou nikomu nechce, a přece tam čeká potenciál skokového vývoje. V těch končinách, kam ještě nikdo nezavítal, tam, kam ještě nikdo cestu nevyšlapal, se skrývají netušené možnosti. Kdybychom se nepostavili na zadní, možná bychom stále chodili po čtyřech zlatou střední cestou. Potřeba vývoje nás láká prozkoumat neprozkoumané. Ale většinou se neznámého bojíme.

HIC SUNT LEONES

Označení neprozkoumaných území jako „zde jsou draci“ nebo „zde jsou lvi“ dává tušit, že naše podvědomí nás od neprozkoumaného poněkud odrazuje, ale zároveň přitahuje. Chtěli bychom vědět, co se pod závojem tajemného neznáma skrývá, a fandíme všem, kteří se tam vydávají. To jsou lidé, kteří se v našich očích stávají hrdiny. Hrdina se porve s draky i tygry a posune hranici našich možností.

PROBUĎTE HRDINU V SOBĚ

Koncentrát prvku Oheň **Korolen** je ideální výbavou takového hrdiny. Zvýší naši motivaci prozkoumávat ty končiny, kam by se nám za normálních okolností nechtělo. Posílí touhu dozvědět se víc. Korolen celkově podporuje mozkovou činnost a zlepšuje funkčnost nervové soustavy, harmonizuje psychiku a osvětluje cestu do neznáma. Hrdina ale potřebuje i kvalitní zásoby a těmi je esenciálními kyselinami nabitý **Vitamarin**. Vysoce nenasycené mastné kyseliny EPA a DHA jsou základními stavebními kameny obalů nervových vláken. Obaly nervů a jejich kvalitní myelinizace souvisí s vedením vzruchů. Díky tomu dokážeme pohotově reagovat.

PROŠLAPEJTE NOVOU CESTU

Pro ochotu vydat se novou cestou je třeba mít dobré spojení mezi levou a pravou mozkovou hemisférou. Propojování racionálního s intuitivním, idey s praxí a myšlenky s činem je zásadní. Jednu takovou nevyšlapanou cestu možná máte právě teď přímo po ruce. Zkuste splést prsty. Uděláte to vždy stejným způsobem. Teď propleťte prsty tím druhým jediným možným způsobem. Je to nezvyklé, že? Ve vašem mozku není tato synaptická cesta ještě vyběhaná. Soustavným opakováním vám tento způsob přijde čím dál tím známější. Na začátku to ale trochu lechtá. To asi, jak se vytvářejí nová spojení mezi neurony.

KOMBINACE NEJEN PRO HRDINY

Korolen s Vitamarinem poslouží dobře studentům, kteří se potřebují naučit a zafixovat alespoň na čas nové informace. Pomůže starým lidem žít plnohodnotnější život. Správná kombinace je to i pro hyperaktivní děti a depresivní povahy. Meč Korolenu a zbroj Vitamarinu budou k užitku každému, kdo chce mít čistou hlavu, pohodu a klid a touhu dozvídat se nové. Staňme se hrdiny svého života.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ

MĚLI BYSTE ZNÁT

KOROLEN

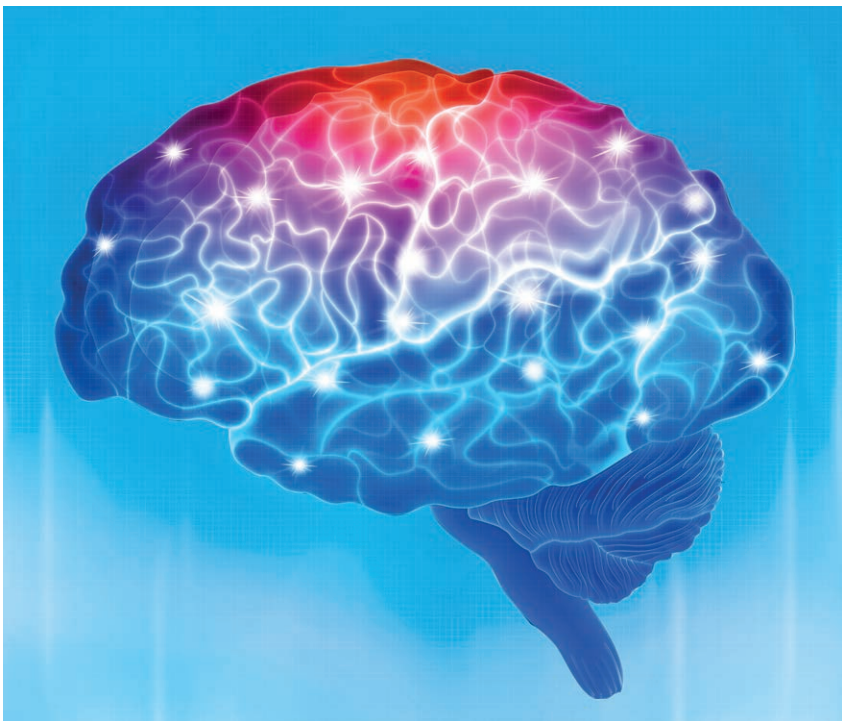
» zlepšuje zásobení mozku kyslíkem, zlepšuje paměť a koncentraci, je vhodný při Alzheimerově chorobě, stařecké senilitě, epilepsii, autismu a roztroušené skleróze
» u dětí s LMD a předčasně narozených dětí přispívá k dozrávání mozku a jeho funkcí
» harmonizuje hormonální systém (hlavně hypofýzu, epifýzu a brzlík)
» pomáhá proti stresu, přepracování, únavě, proti neurotickým poruchám, nespavosti, depresi a úzkosti
» komplexně posiluje a tonizuje organismus a zpomaluje stárnutí
» předchází vzniku kardiovaskulárních chorob, upravuje krevní tlak, snižuje hladinu cholesterolu v krvi
» zlepšuje prokrvení končetin, stav křečových žil a hemoroidů, zvyšuje elasticitu cév a kapilár
» podporuje imunitu a tvorbu krevních buněk v kostní dřeni (anémie)

VITAMARIN

» mírní oslabenou paměť, nesoustředěnost, poruchy mozkových funkcí
» používá se u úzkostných a depresivních stavů, schizofrenie, bipolární poruchy, hraniční poruchy osobnosti, ADHD , Parkinsonovy choroby a senility
» je vhodný jako prevence a doplněk léčby kardiovaskulárních chorob (infarkt, mozková příhoda, arytmie, ateroskleróza, vysoký krevní tlak)
» posiluje imunitní systém
» upravuje metabolismus tuků, vhodný u diabetu

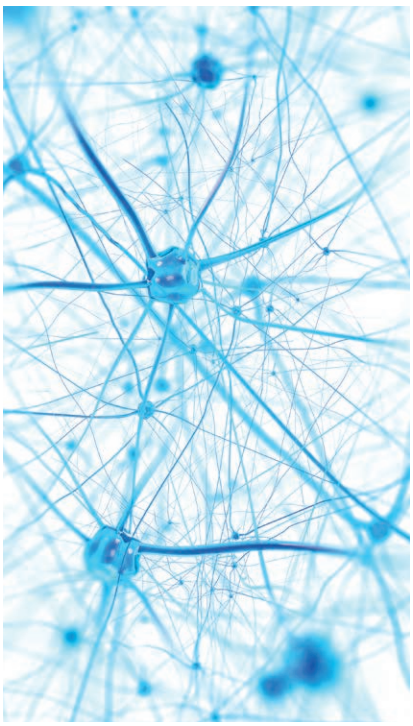
Epilepsie

Epilepsie, které říkáme lidově padoucnice nebo také svatá či božská nemoc, je onemocnění mozku způsobené abnormálními výboji mozkových neuronů (nervových buněk), které se projevuje opakovanými náhlými poruchami vědomí a záchvaty křečí kosterního svalstva.
Rozlišujeme tzv. generalizované nebo velké záchvaty „grand mal" a parciální nebo malé záchvaty „petit mal". Při velkých záchvatech člověk obvykle ztratí vědomí, v křečích padá na zem a svalové záškuby cukají celým tělem (tonickoklonické křeče), bývá pokousaný jazyk, zaťaté zuby, chrčivé dýchání, modrání rtů, pomočení.
Malé záchvaty jsou méně nápadné, často jde jen o mírné svalové záškuby například na jedné končetině, navenek nemusí být ani pozorovatelné. Nebo se projeví krátkodobou poruchou vědomí, tzv. nepřítomným pohledem, nevnímáním okolí atd. Odborná neurologická klasifikace epileptických záchvatů je mnohem sofistikovanější a podrobnější.



SPOUŠTĚCÍ FAKTORY

Epilepsie může mít příčinu neznámou – tzv. **idiopatická epilepsie**, kdy se nezjistí zjevné organické poškození mozku. Taková léze (poškození) mozku může být pouze na mikroskopické úrovni, tj. neodkryje ji ani běžné CT či MR vyšetření. Podkladem léze bývá vrozená anomálie neuronů. Idiopatická forma epilepsie se vyskytuje především u dětí a mladých dospělých, zpravidla do věku 25 let.



U zcela malých dětí, tj. do 2–3 let věku, může být příčinou vzniku epilepsie poškození mozku během porodu. Zejména při komplikovaném, např. klešťovém porodu, kde následně vzniká jizva na mozkové kůře, bývá zdrojem patologických výbojů. V tomto případě je původ zřejmý, proto hovoříme o **epilepsii symptomatické**.
Stejně tak u dospělých a starších osob dominují jako příčina úrazy mozku, případně nádory. Samotný epileptický záchvat může vyvolat (spustit) řada příčin: například vysoká horečka při běžném infekčním onemocnění, onemocnění mozku (záněty), metabolické poruchy (například cukrovka s hypoglykemií po navozené léčbě nebo porušení životosprávy), alkohol, drogy, otrava oxidem uhelnatým, porucha prokrvení a okysličení mozku při cévní mozkové příhodě (ischemie, krvácení), závažné srdeční arytmie, z vnějších vlivů např. intenzivní zvuk, nebo blikající světlo...
Záchvaty, jejichž příčinou je trvalé poškození mozkových struktur, se obvykle opakují roky, někdy po celý život. Onemocnění vyžaduje pravidelné neurologické sledování, odbornou léčbu a prevenci vzniku záchvatů, a to i úpravou životosprávy.

LÉČBOU JE PREVENCE

Protože většina epileptiků nemá v období mezi záchvaty žádné obtíže, je cílem prevence a léčby **záchvatům předcházet**. Používají se tzv. antiepileptika, jejichž indikace a dávkování je v kompetenci neurologa.
Hlavní preventivní zásadou je nepožívání alkoholických nápojů, které jsou při tomto onemocnění absolutně zakázané. Jinak epileptik může vést normální společenský život s přiměřenými pohybovými aktivitami. Avšak doporučuje se nedělat takové sporty a práce, kde je zvýšené riziko úrazu při záchvatu, např. pád z výšky, poranění pracovními nástroji apod.
V případě velkého záchvatu s bezvědomím a křečemi je třeba zabránit poranění postiženého, dát ho do stabilizované polohy na boku, uvolnit oděv kolem krku, podložit hlavu, aby se předešlo aspiraci a přivolat záchranku.
Z hlediska zásad obecné prevence je pro mozek důležité zajistit pravidelný přísun živin, energie, kyslíku, glukózy, minerálů a samozřejmě dostatek odpočinku na regeneraci v pravidelném rytmu. Zdrojem energie pro mozkovou tkáň je zejména glukóza a kyslík, které se k němu dostávají prostřednictvím okysličené krve cestou sítě arterií a kapilár. Aby byl průtok krve cévami dostatečný, je třeba udržet je v dobré kondici, s hladkým endotelem (výstelkou bez ateromatózních nánosů a trombů), které mají dobrou elasticitu a dostatečný průsvit. Pouze tak dokážou plně pokrýt vysoké nároky mozku na krevní

zásobování. Proto je důležité z hlediska prevence vyvarovat se všech škodlivin, které centrálnímu nervovému systému a neuronům škodí: kouření, alkohol, drogy, stimulující, tzv. energetické nápoje místo žádoucího odpočinku a relaxu.
Nesmí se zanedbat ani případná chronická onemocnění jako metabolické poruchy, poruchy funkce štítné žlázy a příštítných tělísek, cukrovka, obezita, anemie, vysoký krevní tlak, arytmie, poruchy lipidů apod. Je důležité mít je pod dlouhodobou kontrolou, tj. dobře kompenzované (vyrovnané), léčbou stabilizované.
Mozku prospívá pravidelný vydatný spánek, relax a pobyt v čistém prostředí přírody s dostatkem kyslíku i vhodných pohybových aktivit. Prospěšná je zdravá strava s dostatkem zeleniny, ovoce, přirozených glycidů, vitaminů, minerálů, vlákniny.

PŘÍRODNÍ DOPLŇKY ENERGY

Základem je bylinný koncentrát **Korolen**, který harmonizuje centrální nervový systém i kardiovaskulární systém, účinně pomáhá při detoxikaci organismu. Zlepšuje okysličení, prokrvení a funkce nejdůležitějších orgánů, tj. mozku a srdce. Podpoře výkonnosti centrálního nervového systému prospívá i **Stimaral**, který působí více na oblast psychiky, je doslova „vyrovnávačem nálady". Zároveň pomáhá organismu přizpůsobit se změnám prostředí, odolávat stresu, zlepšovat paměť a funkce smyslových orgánů, zraku a sluchu.
Osvědčeným přípravkem v pomoci centrálnímu nervovému systému je trojsložkový **Celitin**. Prospěšný je pro výživu nervových vláken a obalů díky obsahu lecitinu, výtažek z jinanu dvoulaločného prospívá rozšíření a čištění tepen, čímž zlepšuje prokrvení mozkové tkáně, paměť a soustředění. Nedávno byl Celitin doplněn o Gotu kola, jež se také podílí na podpoře výživy mozkových buněk – má tzv. nootropní efekt. Kromě toho pomáhá Celitin zlepšovat metabolismus tuků.
Vitamarin má rovněž pozitivní vliv na fungování mozku a zlepšení paměti. Protože obsahuje omega-3 nenasycené mastné kyseliny, pomáhá odbourávat cholesterol a tuky uložené v cévách, a zlepšuje tak jejich průchodnost a elasticitu. Účinky Vitamarinu a Celitinu jsou synergické, navzájem se podporující.
Z ostatních Energy produktů je **Fytomineral** tím přípravkem, který obsahuje prospěšné minerály a stopové prvky v koloidní, tj. ideálně vstřebatelné formě. Minerály jsou důležité z hlediska správného přenosu nervových impulzů (vzruchů) nervovými vlákny, jakož i pro stabilizaci buněčných membrán a četné biochemické děje v organismu.

MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ

PŘEČETLI JSME ZA VÁS

Epileptik svými záchvaty bojuje proti svému okolí. Těmi, kterým dnes ztěžuje život a připravuje horké chvíle, byl on sám kdysi možná zavrhován a soužen.
K vyrovnání lidských chyb i vztahů mezi konkrétními jedinci dochází mnohdy způsobem, který je pro většinu z nás nepochopitelný.
Není důležité o tom vědět, jako spíše k nemocnému epilepsií si vždy, všude, v řeči i v myšlenkách zachovat lásku a úctu.

V terminologii prvků klid symbolizuje hořčík. O co více klidu postiženému poskytnete láskou, projevenou činy a myšlenkami, o to méně hořčíku v tabletách bude potřebovat nebo o to větší účinek bude mít stejné množství hořčíku než v případě, že kolem epileptika bude vládnout chaos, strach, rodinné rozbroje a roztržky, třeba kvůli němu. Cesta lásky pomáhá epilepsií postiženému člověku i Vám samým.

Co nám tělo říká aneb Po stopách nemocí,
MIROSLAV HRABICA

Dostala jsem bonus navíc

Dnes jsem začala čtvrtou sérii 3 týdnů užívání **Korolenu** a už po první kúře jsem cítila ústup srdečních arytmií, bolestí a otoků nohou (ty se objevily zase až teď, v pauze mezi užíváním). Můžu opět opatrně pít kávu a ostatní kofeinové nápoje, aniž by mi bylo špatně s vysokým tlakem – ale nepiju je už tak často jako kdysi… Můžu si také dát trošku víc alkoholu než jen jeden malý lok, po kterém mi také nebylo okamžitě moc dobře. Mám nadělané bezinkové likéry ještě z loňska, které stojí a čekají... A ještě jeden velký bonus, který jsem vůbec nečekala, je úprava menstruace. Před 3½ lety jsem měla rok nitroděložní tělísko po porodu 3. dítěte. Celou dobu jsem byla vyčerpaná hlavně z menstruace, protože jsem krvácela pokaždé jako po porodu, měla jsem teploty a takovou únavu, že jsem usnula dokonce v hluku, když u nás byla návštěva. Skoro po roce jsem krvácela už i při styku. Celou dobu jsem se cítila, jako když je ve mně vetřelec. Nechala jsem tedy tělísko vyndat. Únava ale ustoupila jen málo, menstruace se nevrátila k normálu – byla stále dlouhá 7 dní, bolestivá a silnější. Ale už zdaleka ne tolik jako celý ten rok. Paní doktorka mi po nějaké době zjistila silný deficit železa, které jsem doplnila, ale menstruace stále trvala 6 dní. 4 dny normálně, už s běžným krvácením, a pak 2 dny s nárazovým krvácením. Včera jsem měla poslední den třetí pauzy v užívání Korolenu a proběhla menstruace. Jaké bylo moje překvapení, když skončila rázně 4. den a už nebylo žádné dodatečné krvácení. Vše je v normálu jako před posledním otěhotněním. Jsem za to moc vděčná. Děkuji a přeji spoustu dalších úspěchů.

S pozdravem GABRIELLA SOFIA OGHAMOMWAN, Všenice

Korolenu věřím

V listopadu 2017 jsem byla na operaci krkavice a v polovině chirurgického výkonu mě ranila mozková příhoda na celou levou polovinu těla. Po 40 dnech v nemocnici a rehabilitaci jsem doma zasedla k PC a objevila Haničku, cvičitelku a kamarádku, která mi doporučila **Korolen**. Objednala jsem si ho, snažila se chodit, ale pořád mi nebylo dobře. V únoru 2018 jsem jela do lázní, ze kterých mě po 20 dnech poslali domů, protože jsem tam po námaze omdlívala. Hanička mi poslala další dvě lahvičky Korolenu, užívám ho každý den. Hlava už se mi nemotá a celkový stav se mi hodně zlepšil. Mám ještě ucpané i cévy na nohách, lékaři mě operovat nechtějí z důvodu toho, co se mi stalo. Ale už klidně dojdu na zahradu s pejskem a je to o hodně lepší. Korolenu věřím a doufám, že mi časem pročistí i ty nohy a že ujdu dál i bez operace.

MARCELA SVATOŠOVÁ, Lovosice

NAPIŠTE NÁM TAKÉ

VAŠE DOPISY NA TÉMA:
» **přípravky Energy mi vrátily zdraví**
» **můj nejoblíbenější výrobek Energy**
» **zkušenost z praxe**
zasílejte na adresu: **katerina.himmelova@energy.cz**

Veškeré příspěvky zveřejněné v magazínu Vitae odměňujeme poukázkou na produkty podle vlastního výběru autora. S touto poukázkou si ve svém Klubu nebo Konzultačním centru Energy můžete vyzvednout **1 koncentrát z Pentagramu®** a **1 bylinné mýdlo.**

Převezměte zodpovědnost a dělejte si, co chcete

Jednodušeji to snad ani napsat nejde. Chtěla bych tímto článkem zodpovědět stovky a tisíce dotazů naráz: „Jak to mám brát, kolik kapek a kdy přesně?" Jsme mnohdy bezradní, zodpovědnost za své životy předáváme ostatním a ideálně, když nám někdo řekne, co máme dělat, protože sami si poradit neumíme. Úplně vidím, jak takový člověk umírá hlady nad plným talířem, protože nemá příbor.

Podle mého názoru, za tuhle naši bezradnost může systém povinné školní docházky. Nemůžeme si dělat, co chceme, musíme poslouchat mnohdy nesmyslná nařízení, a když se konečně vymaníme ze spárů toho monstra, zjistíme, že nás nikdo nenaučil důvěřovat svému vnitřnímu pocitu ani naslouchat svojí intuici. Intuice je ostatně jedno z mnoha témat, o kterých se ve škole nic nedozvíte.
Monstrum má oprávněný strach, že byste mohli začít tušit, jak se věci doopravdy mají, což samo sebou není v zájmu systému. Ten potřebuje poslušné občany, kteří udělají, co se jim řekne, a voliče, kteří nic nerozporují. Není nám důvěřováno, že bychom se sami mohli rozhodnout správně, a proto máme zákony, nařízení a směrnice. Ve skrytu duše doufám, že se to celé zhroutí a svobodná vůle bude restituována. Svobodná vůle totiž není žádná ze řetězu utržená anarchie, je to naslouchání hlasu vnitřního vedení, které je v kontaktu s vědomím jednoty a vzájemné propojenosti. Důvěřovat svému hlasu a konat podle svého nejlepšího vědomí ovšem vyžaduje zodpovědnost.

PĚSTUJME CITLIVOST

Pokud se chceme spolehnout sami na sebe, potřebujeme mít vypěstovaný určitý typ citlivosti. Překážkou tomuto vnímání jsou naše slabosti, pohodlnost a nevědomé vzorce. Ve jménu citlivosti musíme zvítězit sami nad sebou a zbavit se všeho, co nepotřebujeme. Střídmý, v zásadě obyčejný život, je předpokladem pro trénování citlivosti, která dokáže vycítit, co je kdy zrovna potřeba. Když se stáhneme blíž k přírodě, porozumíme lépe i sami sobě. Když budeme pít jen vodu, jíst jednoduchá jídla a to pouze, když máme hlad, naše tělo obdivuhodně rychle zareaguje na odlehčené obvody větší citlivostí. Když přestaneme sladit, tak nám pak přijde všechno sladké příliš… No jo no, ale pokud takovou citlivost už máme, tak se neptáme kolik, kdy a čeho, protože to prostě sami víme nejlíp.

ODVAHA ROZHODOVAT

Nebojme se vzít odpovědnost do svých rukou, důvěřovat nenáhodám, které nám v pravou chvíli do života přivanou tu pravou výzvu, věřme, že jsme vybavení dost dobře na to, abychom poznali, co nám kdy udělá dobře. Rozhodovat se sám za sebe je luxus, který si musíme dovolit, protože valná většina ostatních okolností je daných. Rozhodujme se proto sami za sebe a buďme vděční, když máme na výběr.

INTUITIVNÍ HARMONIZACE

S přípravky Energy je to o to jednodušší, že jsou bioinformační. Do našeho podvědomí buší informace, které si možná vědomě neuvědomujeme, ale přijímáme je. Není složité představit si, že naše podvědomí mezi vibracemi vybírá ty, které s ním momentálně rezonují nejlépe. Pokud užíváme léčivé přípravky podle určitého řádu (např. 3x denně 3 kapky), nařizujeme tělu, co má přesně dělat, pokud se ale naopak necháme vést potřebami našeho těla, sáhneme po přípravku, kdykoli se nám zachce. Koncentráty Energy je proto možné užívat intuitivně stejně jako úplně všechno ostatní. V klidu si sedněte, vydechněte a dejte úkol svému podvědomí, aby vám vybralo to nejlepší pro vás. Podvědomí je jako pes. Když ho cvičíte, věrně vám pomáhá, když ho necvičíte, sloužíte vy jemu. Tak cvičte své podvědomí a hlavně... věřte si.

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ

Skleróza nebolí, jen se víc nachodíš!

Takto úsměvně nás upozorňuje jedno z novějších „přísloví". My však víme, že to nemusí být tak, protože rozumnou životosprávou a aktivním přístupem k životu v každém věku se dá „stařeckému" zapomínání a skleróze úspěšně předejít. V tomto úsilí nám účinně pomohou i četné přírodní doplňky Energy. Jistěže, je pravdivé i rčení, že „proti věku není léku", ale je rozdíl, zda jsme v šedesáti nebo dokonce v osmdesáti aktivní, čilí a vitální nebo stažení, nemocní a pasivně sedíme v koutě svého příbytku. To, v jaké pozici se v takovém nebo podobném věku budeme nacházet, závisí do značné míry na každém z nás.

Je pravdou, že s přibývajícím věkem života postupně oslabuje paměť a mnestické (paměťové) funkce mozku, tedy hůře se učíme a pamatujeme si nové věci. Ale je velký rozdíl, zda se tento proces začne v padesátce nebo až po osmdesáti. Do jisté míry je proces atrofie, degenerace a stárnutí mozku normální, tedy fyziologický. Souvisí to s degenerací mozkové tkáně na podkladě aterosklerotického zužování tepen a sníženého zásobování mozku kyslíkem. Neměl by se ale začínat už ve středním věku a postupovat příliš rychle. Příčin existuje určitě více a všechny nejsou přesně známy. Kromě již zmíněné sklerózy tepen se předpokládají i dědičné vlivy

ZDRAVÍ OD A DO Z

ATEROSKLERÓZA – onemocnění tepen („kornatění"), při němž se v jejich stěnách ukládají tukové látky (ve formě tzv. ateromu) a druhotně vápník. Tepna je takto poškozována, ztrácí pružnost a dochází k jejímu postupnému zužování (až uzávěru – obliteraci) s následnou ischemií (nedokrevností) příslušné části organismu. Nejnápadnější jsou tyto změny na věnčitých tepnách srdce, tepnách dolních končetin a mozkových tepnách (termín „skleróza" pro poruchu paměti ve vyšším věku často způsobenou právě aterosklerózou). Mimoto mohou být postiženy i další orgány.

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

a překonaná některá onemocnění mozku nebo úrazy, též epilepsie, alkoholismus, zánětlivé a degenerativní choroby. Takové onemocnění často postupuje rychle, až postupně vyřadí člověka z normálního života. Najednou se stane odkázaným na pomoc a péči okolí. Důležité je včas rozpoznat a správně podchytit první příznaky předčasné mozkové sklerózy a začínající demence.

PŘÍZNAKY

K časným projevům takového postižení mozku patří rychle se zhoršující paměť, oslabené zpomalené myšlení a logický úsudek. Později se mohou přidružit problémy s řečí ve smyslu nesprávného a nepřesného vyjadřování, neschopnosti rychle najít správný výraz, „drhnutí" řeči. O pokročilosti onemocnění svědčí problém vzpomenout si na jména svých blízkých, dokonce je poznat. Pokud postižení mozku pokračuje do demence, klesá intelekt, ztrácejí se základní sebeobslužné a hygienické návyky, člověk je postupně zcela odkázán a závislý na svém okolí.

PREVENCE

Včasným podchycením stavu, léčbou a správným vedením se progrese nemoci dá výrazně zpomalit, závažnějším projevům zabránit nebo je alespoň oddálit. Důležitá je i psychosociální stránka, pravidelný kontakt a komunikace s blízkými lidmi a rodinou, společenské aktivity, zachování pravidelného režimu dne, nabyté dovednosti a znalosti.
K tomu pomáhají různá cvičení paměti, sledování aktuálního dění ve světě a společnosti (denní tisk, rádio, televize). Velmi potřebné jsou pravidelné vycházky do přírody, přiměřené pohybové aktivity či zájmové činnosti. Akceleraci mozkové sklerózy podporuje samota, odloučení od blízké rodiny a známých, ztráta kontaktu s okolím.

PRODUKTY ENERGY

Předejít akceleraci a rozvoji aterosklerózy mozkových tepen pomáhá bylinný koncentrát **Korolen**. Podporuje činnost centrálního nervového systému, zároveň harmonizuje kardiovaskulární systém a detoxikuje organismus. Zlepšit soustředění a paměťové funkce umí také **Stimaral**. Působí především na oblast psychiky, kde pomáhá vyrovnávat výkyvy nálady, účinkuje proti vzniku deprese a plačtivosti, které se častěji objevují s přibývajícími léty života.
K lepšímu prokrvení a okysličení mozku prospívá nadstavbový přípravek **Celitin**, který obsahuje *Ginkgo biloba*, lecitin a nově i třetí přírodní složku Gotu kola. Komplex účinných látek zlepšuje výživu nervové tkáně, rozšiřuje průsvit mozkových tepen, čímž zlepšuje paměť a soustředění. Současně má příznivý vliv na metabolismus cholesterolu a lipidů, což vede ke zlepšení stavu endotelu (vnitřní výstelky cév). Na cholesterol, krevní tuky a stav cévního endotelu mají příznivý vliv také **Vitamarin** a **Organic Sacha Inchi oil**, které obsahují prospěšné více nenasycené omega-3, -6 a -9 mastné kyseliny. Díky obsahu antioxidantů a dalších přírodních složek pomáhá chránit neurony (buňky nervového systému) před oxidačním stresem, předčasnou degenerací a stárnutím i přípravek **Revitae**. Vhodné jsou produkty z řady zelených potravin, které příznivě působí díky obsahu přírodních vitaminů, antioxidantů, enzymů, aminokyselin a minerálů. Jsou to například výtažky z ovoce **Acai Pure, Organic Goji, Organic Sea Berry** či speciální japonský zastiňovaný, jemně mletý zelený čaj **Organic Matcha** s vlivem na mysl i tělo. Je mnohonásobně účinnější než běžné zelené čaje, odstraňuje únavu, zmírňuje projevy deprese a senility, povzbuzuje paměť.

MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ

Z INTERNETOVÉ PORADNY LÉKAŘE

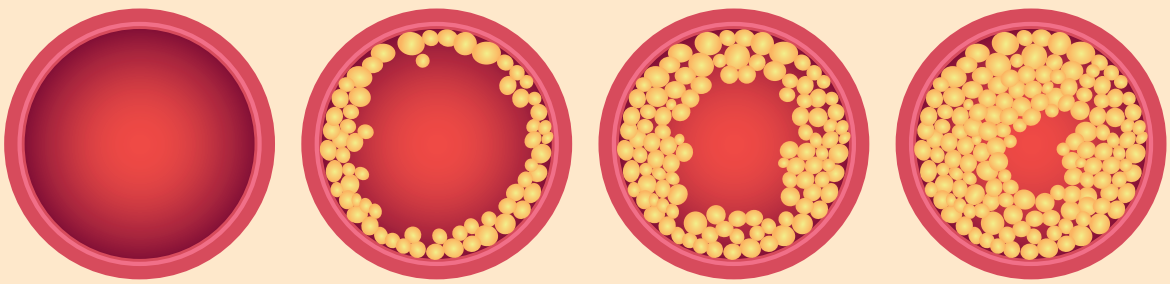
» Dobrý den, prosím o radu, které přípravky si vybrat proti kornatění tepen, jež je dáno geneticky. V manželově rodině nyní došlo k dalšímu úmrtí nekuřáka a celkem štíhlého člověka ve 40 letech (stav tepen prý měl jako stoletý).

Děkuji moc, M. P.

Při kornatění tepen (ateroskleróze), ať už je dáno geneticky, nebo získané nezdravou životosprávou, je v podstatě stejný postup léčby i podávání doplňků výživy. Jen je třeba začít dříve a intenzivněji. Z přípravků Energy radím **Korolen** a **Regalen**, střídat po dvou nebo třech 3týdenních cyklech. Během prvního a druhého týdne podávat nižší dávky, 2x denně 2–3 kapky a postupně zvyšovat na doporučených 2–3x denně 5–7 kapek. K oběma přípravkům současně můžete užívat **Celitin** 1–1–0 a **Vitamarin** 2–2–1 kapsle, také některou ze zelených potravin.

Přeji Vám dobré zdraví,
MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ

UKLÁDÁNÍ CHOLESTEROLU DO ARTERIÁLNÍ STĚNY



Nákupy a stres

Kdo pamatuje dřívější časy, dá mi určitě za pravdu, že kdysi jít na nákup znamenalo vydat se sehnat do domácnosti vše potřebné. Jak se říká v jedné vtipné reklamě: „Nakoupili jsme všechno, co jsme měli?“ „Ne! Jenom to, co jsme neměli!“

V mlékárně, tedy obchodě s mlékem, mi paní v bílém čepečku nalila z velké konve do dvojlitrové bandasky litr a půl opravdového kravského mléka a z police podala v celofánu zabalenou odříznutou půlku másla. V nedaleké pekárně, která byla spojená s obchodem, jsem ze čtyř nabízených druhů chleba – černého, bílého, bramborového a výražkového – koupil polovinu posledně jmenovaného, přičemž ho paní prodavačka přede mnou rozkrojila na dva zcela stejné díly (v tom byla mistr). S napůl prázdnou síťovkou jsem, poskakujíc z nohy na nohu, došel domů. Nic z nákupu se ani po několika dnech nevyhodilo. Ze staršího chleba (zajímavé je, že neplesnivěl) dělávala maminka na plotýnce sporáku topinky, nejradši jsem je měl tak česnekové, až mě pálila celá ústa. Natřela je ždibkem másla a zapíjeli jsme je mlékem, které už zkyslo. Případné drobty, co nedejbože zůstaly, byly pro drůbež a králíky.
Ani jiných dobrot nebylo příliš, zato jsme si je zaslouženě a beze zbytku vychutnali. My, děti, vyhladovělé neustálým pohybem (neměli jsme počítače, laptopy, iPady a jiné brzdící prostředky) a rodiče prací, které bylo kolem domu vždy dostatek. Chutnalo nám tak možná i proto, že jídlo bylo připravované s láskou a společné večeře nebyly rušené žádnými zprávami nebo „zábavnými“ programy v televizi (první televizor značky Pallas koupili naši až v šedesátém pátém). A řeknu po pravdě, byli jsme spokojení i s tím málem. (Doteď mám pocit páchaného hříchu, když mám vyhodit do popelnice jakékoliv zkažené nebo nedojedené jídlo.)

MÉNĚ BÝVÁ VÍCE

Od oněch dob uplynulo nejméně padesát, šedesát let a situace se radikálně změnila. Jen kdo ví, zda k lepšímu?! Hodnotové postoje získaly opačné směřování. Je nám namlouváno, že čím máme širší nabídku a více možností, tím jsme šťastnější. Konto v bance musí být co nejtučnější, auto co nejexkluzivnější, bydlení co největší, dovolená v co nejpřitažlivějších destinacích. Přizpůsobili jsme se kvantitativnímu pohledu pakultury „neomezených možností“. Více však bývá málokdy skutečně více.
Dnes při vstupu do supermarketů a hypermarketů omráčí každého obrovské kvantum a rozmanitost zboží. Množství druhů mléka od supertrvanlivých až po taková, co vydrží čerstvá „jen“ několik měsíců, nízkotučná, polotučná i plnotučná, másel „do aleluja“ od různých dodavatelů, desítky druhů chleba. Regály jsou plné mražené, sušené i superlaciné superčerstvé zeleniny (i v zimě dovážené z přechemizovaných skleníků Itálie, Španělska, Číny...), stovky druhů vín a desítky druhů sýra...

DĚLÁ NÁS TENTO PŘEBYTEK ŠŤASTNĚJŠÍMI? SOTVA.

Do velkolepých katedrál věcí chodívám málokdy. Vždy jsem cítil, že ve mně během pobytu na těchto „trzích marnosti" roste napětí a stres. Z toho, zda jsem si koupil kvalitní výrobek s co nejnižším možným obsahem éček, zda bude koupený sýr skutečně ten, na který jsem měl chuť, zda jsem ze stovek nabízených vín vybral to, které uspokojí chuťové buňky očekávaných hostů. Alternativy výběru mě okrádaly o čas i energii. Zároveň mě zboží, pro které jsem se rozhodl, obralo o možnost vybrat si jiné z množství nabízených. Radost z nakupování pohltila nejistota vhodnosti výběru. Tyto nepříjemné stavy mě dovedly k tomu, že jsem velká nákupní střediska přestal navštěvovat, nebo tam jdu jen opravdu v krajních případech. Během rozhovorů se svými známými jsem se dozvěděl, že nejsem se svými pocity sám. Jeden přítel, vášnivý rybář, si mi postěžoval: „Koupil jsem si naviják, takový, co dělá skoro všechno za mě, a rybaření s ním by mělo být procházka rajskou zahradou. Za týden na to se mi dostal do ruky katalog, ve kterém byl nabízený jiný, o něco lepší, a představ si – za téměř poloviční cenu. Málem mě trefil šlak!" Podobné situace se odehrávají při výběru vhodné životní pojišťovny, banky s co nejnižšími poplatky apod.

RELAXUJME PŘI NAKUPOVÁNÍ

Doteď jsme se s takovýmito situacemi nesetkávali. Psycholog Barry Schwartz na otázku: „Proč bylo dříve všechno lepší?" dává jednoznačnou odpověď: „Protože kdysi bylo všechno horší." V nedokonalém světě se dalo očekávat, že bude jednou lépe. Blahobyt ani obrovský výběr nabídek z nás ale neudělaly šťastnější lidi, jen vystresovaly celou generaci, ba obraly nás i o množství času. O tom však někdy jindy. Vraťme se k mému vztahu k superobchodům. Nakonec jsem se naučil, jak stres zvládat. Udělám základní nákup potřebných komodit a pak přecházím mezi regály jako po „lodi bláznů", galerii zbytečností, hodnotím jejich vzhled, design etiket a těším se z pestrobarevnosti vystavených „nesmyslů".

Na zmiňované rušivé fenomény nabízí společnost Energy více pomocníků. **Korolen** rozezpívá znechuceními zraňovanou duši, **Regalen** pomůže vyrovnat se s hněvem z nemohoucnosti, **Gynex** uzemní a zredukuje širokou škálu požadavků a potřeb. A další „odborný asistent" v našem „enerdžistickém" světě je tolik přepotřebný **Relaxin**. Nezapomeňme si ho dát, když budeme nuceni vkročit do situací, kdy nás z normálu může vykolejit například zmíněná stresující mnohočetnost nabídek. Rozhodně si ho nezapomenu vzít před nejbližší návštěvou hypermarketu. Pro jistotu!

Mgr. MIROSLAV KOSTELNIK

Náš kamarád prostor

„Dávno, dávno již tomu…“ – měla bych začít úvodními slovy Babičky Boženy Němcové – přes padesát let se věnuji čínským uměním a posledních dvacet dva let se je snažím přeložit do srozumitelné řeči v knihách Cesta bílého jeřába. První díl se věnuje kosmologickým základům, druhý životním obdobím člověka, životu před narozením a po smrti, a třetí díl poznání času a práce s ním. Zatím poslední, čtvrtá kniha, pojednává o našem velmi blízkém příteli – prostoru. Pochopit prostor je stejně důležité, jako poznat svého partnera. Rozumět grimasám na tváři, pohybům rukou, mimoslovním náznakům – konverzace beze slov se pro nás po čase stane mnohdy

důležitější než pár slov, která si dokážeme narychlo vyměnit. A úplně totéž platí o prostoru. Například vstup do domu nebo do bytu může působit třeba vleklé problémy s úřady či se sousedy, různé tvary, materiály, barvy mohou iniciovat změnu k dobrému – ale bohužel i ke špatnému.

PROSTOR S NÁMI MLUVÍ

Když porozumíme energiím, které nám přináší rovná silnice, ohyb řeky a směr jejího toku, tvar stromů, poměr počtu oken a dveří, prostě když se naučíme všímat si svého okolí, pochopíme nejen důvod řady našich potíží a problémů, ale také třeba proč se nemůžeme zbavit bolesti hlavy, nespavosti, ženských obtíží apod. A co je pro nás obzvlášť důležité – prostor, jako veškerenstvo našeho světa, lze rozdělit na pět prvků – takže si pomocí koncentrátů Energy dokážeme poradit s jeho disharmonií.

Nemoci vyvolané prostorem jsou pro nás stále ještě značnou neznámou. Dokážeme pochopit, že ve vlhkých a horkých tropech nás očekávají odlišné nemoci než na chladném a suchém severu. Hůř si ale už představíme choroby, způsobené například stísněným příbytkem. Netušíme, že na nás působí i to, je-li náš dům ve svahu, na kopci o samotě či v centru města.

Jsme zvyklí a je pro nás logické, že přetváříme prostor k obrazu člověka. Jenže jsou situace, kdy to prostě nejde. Pro mnoho rodin třeba není možné opustit tmavý byt, kde bojují s vlhkem. A tady nastupuje druhý úkol: poznání prostoru. Nekrášlit prostor pro člověka, ale upravit člověka pro jeho životní prostor. Tedy – pokud víme, že náš dům v nás vyvolává disharmonii a my ho nemůžeme opustit, využijeme možnosti doplnění člověka o prvek, který prostoru chybí. Přeloženo do češtiny – mám dům, který mi ne zcela vyhovuje, ale nemám peníze ke koupi domu jiného. Udělám všechno proto, abych dům vylepšila, a zbytek věnuji k vylepšení sebe pro tento prostor.

Pro vaši představu – stanovení diagnózy v čínské medicíně se děje pomocí metody Deseti otázek. Odpovědi na ně lékaři ukážou, zda problémy nemocného spočívají v čase, ve vztazích či prostoru. Terapie je pak samozřejmě odlišná.

Pokud zjistíme nesrovnalosti s časovými energetickými cykly, můžeme na ně do budoucna pacienta připravit, upozornit jej na problematická období. Je-li chyba ve vztazích, snažíme se pacienta navést na jejich řešení. V případě prostoru vycházíme napřed z úpravy prostoru. Pokud to ovšem nestačí, musí dojít ke skutečné terapii – tedy „úpravě" člověka. Ta spočívá v doplnění nedostatku či stažení nadbytku jednoho z pěti prvků – Dřeva, Ohně, Země, Kovu a Vody.

A produkty Pentagramu® Energy se mohou stát právě tím, co nám pomůže sladit se s naším prostorem, doplnit člověka tam, kde již prostor nestačí.

Dřevo

Nejklasičtějším příkladem chyby prostoru v prvku Dřevo je průvan, a to jak skutečný, způsobený nedoléháním oken a dveří, tak také nechráněný dům na kopci či byt ve vyšším patře. V sedmém patře při pořádném vichru máte pocit, že dům se ve větru přímo ohýbá. Obyvatelé těchto prostor si zvyknou a vůbec si nemusejí uvědomit, že hlavně v období Dřeva – na jaře – u nich může dojít ke zbytnění Dřeva a následným problémům s dýchacími cestami, revmatickými či jinými stěhovavými bolestmi, špatným trávením, potížím s očima, šlachami a v nejhorším případě s játry. Terapie spočívá v podávání **Regalenu** v období jara, prevence v podávání Regalenu v období zimy.

Oheň

Co si můžeme přát víc než krásný slunný byt v podkroví. Jenže horko se z tohoto prostoru dostává podstatně hůř než chlad, a světlo se k nám může také chovat velmi macešsky. Přesvětlený prostor nám odebírá vůli, schopnost systematičnosti, může u nás nastat žaludeční neuróza až gastritida (zánět žaludku), větší vnímavost k zánětům, například zubů. U mužů se mohou objevit potíže s prostatou či erekcí, puberta se může prohloubit do nesnesitelných rozměrů. Princip terapie je stejný, při potížích **Korolen** v období léta, preventivně Korolen na jaře.

Země

Nízké dlouhé panelové domy, staré hliněné či kamenné vesnické vlhké chalupy, centrum města či vesnice, to nám může přinášet v lednu, dubnu, červenci a říjnu takzvané blokády energie. Pokud má někdo problémy v těchto měsících – a tady si bohužel musíme uvědomit, že mohou být jakékoli – fyzické, psychické, ale třeba i pracovní, pak odpovídají disharmonii prvku Země. Terapii už umíme určit, v těchto čtyřech měsících nasazujeme **Gynex** nebo **Cytosan**, při výrazně psychických projevech můžeme doplnit **Stimaralem**, u fyzických problémů **King Kongem**. Prevence může spočívat v podávání těchto přípravků měsíc předem, ale užívání tady protahujeme i na jmenované měsíce.

Kov

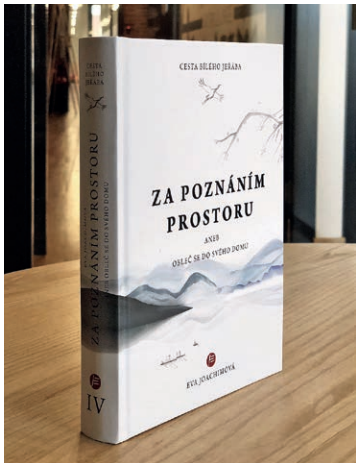
Stinné, stísněné prostory, blízkost továren, kasárna, to všechno zvyšuje Kov a na podzim se můžeme obávat hlavně poruchy imunity. Lepší než očkování je preventivní dávka **Vironalu** v létě a v případě nachlazení či virózy podávání Vironalu až do uzdravení.

Voda

Domy u stojaté vody, nepravidelné domy, byty s dlouhými chodbami, křivolaké uličky v zimě přinesou možnosti zhoršení depresí, problémy se zuby, kostmi, klouby, ale také revmatické bolesti, nachlazení a virózy. Tady ze zkušeností doporučujeme výjimku. K terapii nevyužijeme v zimních měsících Renol, protože ten může depresi ještě prohloubit, ale **Korolen**. K prevenci na podzim ovšem nic lepšího než **Renol** nemáme.

Vidíte, že porozumět prostoru se může opravdu vyplatit, z delší než padesátileté zkušenosti mohu potvrdit, že víc jak stonásobně. Doufám, že k tomu přispěje zatím poslední, čtvrtá Cesta bílého jeřába.

EVA JOACHIMOVÁ



Kniha **„Za poznáním prostoru aneb Obleč se do svého domu"** nás naučí domluvit se se svým životním prostorem. Vysvětlit mu, co chceme, a zjistit, co by si přál on, jaké jsou možnosti. Harmonie prostoru zabezpečuje, určuje, podmiňuje či předjímá naši budoucnost. Zjistíme, že ji můžeme prostorem ovlivňovat! A to je zásadní důvod, proč stojí za to se nad ním zamyslet, čas od času s ním „pohovořit". ***www.joachimova.cz***

Není brambora jako brambora

Navíc ty sladké, batáty, vůbec bramborami nejsou! Jde o hlízy tropické rostliny patřící do čeledí svlačcovitých – povijnice batátové, někdy také povijnice jedlé.

ODKUD SE VZALY?

Batáty, stejně jako klasické brambory, k nám dorazily z Ameriky. Ovšem údajně asi o sto let dříve. Původně pocházejí z oblasti mexického poloostrova Yucatán a ústí řeky Orinoko na území Venezuely. Existuje snad na pět tisíc druhů sladkých brambor různých velikostí a barev, od bílé přes oranžovou až po fialovou. U nás se ale nejčastěji objevují druhy dva: červené, vhodnější k vaření a zapékání, a žluté, které se lépe hodí ke smažení a do těsta k pečení.

SOUBOJ BRAMBOR

Už dlouho se objevují názory, že batáty jsou oproti běžným bramborám nutričně hodnotnější a jsou opěvovány skoro jako tzv. superpotravina. Osobně mi to přijde spíše humorné, je to, jako byste chtěli srovnat jablka s hruškami. Jedná se prostě o úplně jinou rostlinu, která se pouze podobá tvarem a možnostmi využití. Neoddiskutovatelné je to, že batáty mají sice vyšší obsah sacharidů, ale nižší glykemický index, díky většímu zastoupení vlákniny. Obsahují více vitaminu C, draslíku, vápníku, sodíku a extrémně více vitaminu A. Navíc v nich nevznikají toxické látky, jako je solanin v bramborách, protože neklíčí. Oproti tomu klasické brambory jsou na tom kapku lépe co do obsahu bílkovin a celkové energetické hodnoty.

PROČ JÍST BATÁTY?

Jak už napovídá výraznější barva batátů, nalezneme v nich velké množství karotenoidů, především betakarotenu. Ten v těle funguje jako antioxidant, který zvyšuje imunitu, pomáhá při ochraně pokožky před slunečním zářením a zlepšuje zrak. A nejen to, z betakarotenu si tělo tvoří v tucích rozpustný vitamin A, už 50 gramy batátů pokryjete s přehledem jeho doporučenou denní dávku. A to je asi ten nejlepší důvod, proč je do svého jídelníčku zařadit. Navíc – náš jídelníček by měl být hlavně pestrý, a to vám jak barva, tak spousta variant použití batátů skvěle zaručí.

CO S NIMI?

Batáty jsou ve svém využití při vaření velice univerzální. Dá se z nich připravit jemné pyré jako příloha k hlavnímu chodu, ale i jako sladká kaše k snídani, mohou se plnit a zapékat, vařit v páře i ve vodě, péct a případně smažit jako hranolky či bramboráky. Výborně se jimi zahušťují polévky a omáčky. Nastrouhané se (stejně jako třeba cuketa) dají přidávat do těsta buchet a koláčů. Odvážlivci je mohou vyzkoušet i ve smoothie.

MŮJ POHLED

Sladké brambory mám ráda, ale přiznávám, že jako velký fanoušek lokálních potravin dávám přednost bramborám koupeným na statku pár kilometrů od mého bydliště před surovinou, která k nám cestuje přes půlku světa. Nicméně jsou chuťově výborné a tak univerzální, že i já občas neodolám a vyšší cenu za ně zaplatím. Nejradši je používám při přípravě slaných koláčů neboli quichů nakrájené na tenké plátky místo těsta. Je to skvělé, jednoduché a navíc bez mouky. Moje veganská dcera je miluje plněné směsí čočky a tofu a zapečené. Batáty jsou skvělé jako zahušťovadlo hmoty pro různé vegetariánské a veganské zeleninové placičky, ale také v kombinaci s rybou a usmažené jako kuličky. No a takové jemňoučké pyré, které připravíte z vařených batátů a celeru v poměru 1:1, kousku másla a trochy smetany, je luxusní přílohou k dušenému hovězímu nebo zvěřině na červeném víně. Úplně se mi sbíhají sliny! Několik mých oblíbených receptů vám přináším.

Pohodové a sladké babí léto přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ

LEHCE PIKANTNÍ KRÉMOVÁ POLÉVKA Z BATÁTŮ (4 porce)

4 ks batátů, 1 červená cibule, 2 stroužky česneku, 2–3 ks chilli papričky různých barev, kousek čerstvého zázvoru velikosti palce, 2 lžíce ghí nebo másla či řepkového oleje, 1 lžička kurkumy, 750 ml zeleninového vývaru, 200 ml kokosového mléka nebo smetany na vaření, sůl, pepř, špetka mletého muškátového oříšku, pražená semínka a čerstvý koriandr nebo petrželka

Batáty oloupeme a nakrájíme na kostičky. Cibuli a česnek nakrájíme, zázvor oloupeme a najemno nastrouháme na struhadle. Na másle a oleji orestujeme cibuli, česnek a polovinu chilli papriček. Přidáme batáty, zlehka orestujeme, vsypeme zázvor, kurkumu a muškátový oříšek. Zalijeme vývarem a vaříme doměkka asi 20 minut. Rozmixujeme tyčovým mixérem a na závěr zjemníme kokosovým mlékem nebo smetanou. Krátce provaříme a dochutíme solí a pepřem. Servírujeme posypané zbylými chilli papričkami, koriandrem a praženými semínky.

QUICHE S BATÁTY

2 ks batátů, lžíce olivového oleje, zelenina dle našeho výběru – listový špenát, pórek nebo v sezoně svazek chřestu, 1 balení čerstvého kozího sýra, 1 hrst ořechů – vlašské nebo piniové, 1 cibule, 4 ideálně domácí vejce, 1 šlehačka, sůl, pepř, provensálské koření nebo bylinky dle chuti

Batáty oloupeme a nakrájíme na tenké plátky. Formu na koláč nebo zapékací mísu vyložíme pečicím papírem, rozložíme na něj plátky batátů. Zakápneme olivovým olejem a dáme péct na 180 °C do trouby na 15–20 minut. Mezitím nakrájíme cibuli a pórek na půlkolečka, špenát opláchneme. Pokud použijeme chřest, nakrájíme jej také na kousky (bílý chřest je nutné oloupat, zelený ne). V míse smícháme vejce, šlehačku, dochutíme solí a pepřem a kořením či bylinkami. Předpečené batáty poklademe špenátem nebo chřestem, cibulí, kozím sýrem, zalijeme směsí vajec a šlehačky a posypeme nasekanými ořechy nebo piniemi. Pečeme cca 20 minut, dokud povrch nezezlátne.

BATÁTOVÉ HRANOLKY S DIPEM

2–3 větší batáty, 3 lžíce olivového oleje, 1 lžička soli, 1 lžička uzené papriky, 1 lžička sušeného česneku nebo sušeného medvědího česneku
Dip: *řecký jogurt, pažitka nebo kopr, 1 stroužek česneku, sůl, černý pepř*

Batáty pořádně omyjeme, použijte třeba kartáč. I se slupkou nakrájíme na hranolky. Vložíme do mísy, přidáme olej, koření a promícháme rukama. Na plech vyložený pečicím papírem rozložíme hranolky a pečeme v troubě vyhřáté na 180 °C asi 30–35 minut. Ke konci můžeme pustit shora gril. Mezitím připravíme dip z jogurtu smícháním všech surovin. Než se hranolky dopečou, necháme dip chladit v lednici.

BEZLEPKOVÉ VEGAN BATÁTOVÉ BROWNIES

600 g batátů, 100 g mletých mandlí nebo lískových oříšků, 100 g rýžové mouky, 10 kusů datlí, 4 velké polévkové lžíce kvalitního kakaa, 4 polévkové lžíce datlového sirupu, 150 ml rostlinného mléka, 2 lžíce chia semínek, 50 g 70% čokolády, špetka soli, špetka chilli

Sladké brambory oloupeme, nakrájíme na menší kousky a dáme uvařit do vody do změknutí. Chia semínka namočíme v mléce. Troubu předehřejeme na 180 °C. Uvařené brambory rozmixujeme společně s vypeckovanými datlemi. Pyré vložíme do mísy, přidáme mleté mandle nebo oříšky, mouku, kakao, sirup, mléko s chia semínky, špetku soli a dle chuti chilli. Důkladně promícháme, dokud nevznikne hladká směs. Opatrně vmícháme nasekanou čokoládu. Menší pekáček vyložíme pečicím papírem a vlijeme tekutou směs. Pečeme asi 30 minut. Po upečení necháme vychladnout a nakrájíme.

VIROVET & OMEGAVET

15% SLEVA NA BALÍČEK

SILNÁ IMUNITA A ZDRAVÁ KŮŽE VE VÝHODNÉM BALENÍ

VIROVET

**Zastavuje infekci v počátečním stadiu a urychluje tvorbu protilátek.
Lze jej používat i jako prevenci před nachlazením.**

OMEGAVET

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

Energyvet.cz

Platnost akce od 1. do 30. září 2019 nebo do vyprodání zásob

Sledujte nás na: facebook.com/Energyvetcz

Jak jsme na tom se sebeúctou?

Ať jste v jakýchkoliv podmínkách, nejste horší nebo lepší než kdokoliv jiný. Ať váš život je jakýkoliv, není lepší ani horší než životy jiných.

Představte si puzzle. Na každém dílku je jiná část obrázku, každý má odlišný tvar. A určitě neřešíte, který z nich se vám líbí víc. S jistotou víte, že všechny dílky, tak, jak jsou, jsou potřeba a stejně důležité, jelikož bez jednoho jediného by se neposkládal celý obrázek, něco by v něm nenahraditelně chybělo. Z tohoto širšího úhlu pohledu je život každého z nás přesně jako jeden dílek v puzzle. A neexistuje dobré či špatné, jen zkušenost. Všichni jsme si vybrali jeden jedinečný dílek, který tu máme odžít. Přesněji – vybrali jsme si výzvy a radostné okamžiky, které nás mají na naší cestě životem potkat. Každý tak nese v sobě kus jedinečnosti, která je stejně důležitá jako jedinečnost kohokoliv jiného. Kus jedinečnosti celku.

JE TO O ŽIVOTNÍ SÍLE

Život ve svém základním náčrtu krásných okamžiků a výzev nám byl svěřen k užití. Všichni zde máme svobodnou vůli a na našich volbách záleží, zda a nakolik si všimneme štěstí a darů, které máme, plně si je vychutnáme a využijeme. A také jak dokážeme s láskou přijmout výzvy, a vykřesat tak z nich maximum.

Pokud srovnáváme svůj život s životy jiných, závidíme jim, co ve svém životě nemáme a oni ano, pak svoji cennou životní energii nachystanou k tomu, abychom z daného nepohodlí vykřesali maximum, „vyhazujeme z okna“ – jsme ve stavu oběti. Svůj život nemůžeme změnit, protože jsme se tím zbavili síly, kterou k tomu potřebujeme. Na míře přijetí svého života (což ale neznamená schvalovat své neláskyplné chování či chování někoho jiného, ani to neznamená pasivně složit ruce do klína) můžeme lehce uvidět, jak jsme na tom se sebeúctou (sebeláskou). Čím větší úctu k sobě chováme, tím větší odvahu (sílu, jistotu, stabilitu) uvnitř sebe cítíme ve víru nepříjemných okolností a s větší lehkostí, rychleji a často i méně bolestně vystoupíme v dané výzvě z role oběti (ublíženého či viníka). Namísto reakce na emoce proudící naším tělem reagujeme na aktuální stav toho, co v dané situaci máme a nemáme. Všech možností (nástrojů) se chopíme a postaráme se pomocí nich, aby nám bylo lépe nebo abychom odvrátili či alespoň zmírnili následky svých předešlých voleb.

MALÝ TEST

Pro zjištění toho, jaký vztah máte k sobě a jak na tom jste se sebeúctou, vám může být velmi nápomocná vizualizace. Stačí představit si sebe, když jste byli malincí, třeba ve věku pěti let. Jen to dítě pozorujte. Dívá se na vás nebo je zády k vám? Je blízko vás nebo daleko? Co vysílá ve vztahu k vám? Čím více se vaše dítě (vaše vnitřní dítě) bude cítit v bezpečí, milováno, nebo čím více se ve vizualizaci bude nacházet blízko vás, bude se na vás usmívat, bude radostné a bezstarostné, tím větší úctu k sobě samým chováte. Nezřídka však budete z vašeho vnitřního dítěte cítit strach, že ho opět zradíte, zklamete. Bude se bát k vám přiblížit, byť po vaší blízkosti bude tak moc toužit. Vizualizace vašeho vnitřního dítěte (dítěte, kterým jsme v jádru všichni) je jednou z mnoha možností, jak zjistit, jak jsme na tom se sebeúctou. Následnou péčí o své vnitřní dítě, přistupováním k němu jako milující, chápající a laskavý rodič, který však současně vede k zodpovědnosti, pak můžete vztah s vnitřním dítětem postupně krásně uzdravovat a vaše sebeúcta tím bude postupně růst, což se projeví větší hojností ve všech oblastech života.

Mgr. Ing. PETRA JELÍNKOVÁ

Království drahých kamenů (30)

TĚŽKÁ ROMANTIKA

Dovolte mi rozloučit se tímto posledním článkem s naší rubrikou o drahých kamenech. Bylo neskutečně příjemné psát o přírodních pokladech, o nepochopitelných rozmarech Matky Země. Záhadou největší zakončíme tento seriál. Přivítejte proto posledního hosta, kterým je:

Posel samotného Boha, astrální přenašeč a symbol nevyhnutelnosti, mocný a magický... meteorit:
» projektivní
» pod vlivem Universa
» ve znamení Vesmíru
» náležející ke spojnici mezi Nebem a Zemí

Meteority jsou z chemického hlediska sloučeniny železa a niklu, které podle všeho pocházejí z jader rozpadlých planetek, v zásadě takový vesmírný odpad. Vesmírem řítící se meteoroid není k nikomu vázán žádnými gravitačními silami, ale Zemí je silně přitahován, proletí atmosférou, ve které se rozžhaví a vznítí se v meteor. Pokud takové těleso dopadne na Zem, máme to štěstí najít meteorit. Někdy může mít takový vesmírný poutník i několik tun, a kdo ví, jestli jeden z nich nemá na svědomí i konec věku dinosaurů. Meteorit je neřízená střela, náhlý boží zásah nebo možná zpráva od někoho z druhého konce Vesmíru. Je to záhada.
Jak ale poznat, ž se jedná opravdu o kámen z vesmíru? Většinou nejsme zrovna u toho, abychom mohli vidět spadnout ho na zahradu, že? Pravděpodobnost, že vás meteorit zasáhne, je podle mě celkem velká, rozhodně větší, než že projdete zdí. Výpočty se rozcházejí, ale je jisté, že čím víc bude lidí na planetě, tím větší bude šance, že mohou být zasaženi meteoritem. Že vás zasáhla padající hvězda, každopádně poznáte podle toho, že po naleptání kyselinou dusičnou spatříte Widmanstättenovy obrazce pojmenované po vědci, jehož křestní jméno bylo Alois. Ty totiž ukazují na velice pomalé tuhnutí meteoritu a nepřímo tak na jeho mimozemský původ.

BUDE VÁS ZAJÍMAT

Meteoroidy jsou tělesa sluneční soustavy o velikosti milimetrů až několik desítek metrů, která se pohybují mezi planetami. Menší tělesa s rozměry výrazně pod 1 mm (obvykle v řádech mikrometrů) se nazývají mikrometeoroidy nebo zjednodušeně mikrometeority. Tělesa větší než 100 m jsou považována za planetky, i když mezi meteoroidy a planetkami není přesné rozhraní. Za planetku se takové těleso považuje obvykle v případě, že se z pozorování jeho pohybu ve sluneční soustavě podaří určit jeho dráhu.
Samotný meteoroid není možné kvůli jeho malým rozměrům ve vesmíru pozorovat. Jestliže se meteoroid střetne se Zemí, vletí do její atmosféry a vidíme světelný úkaz – **meteor**.
Malých meteoroidů (velikosti v řádu milimetrů) narazí do Země denně miliony. S meteoroidy o průměru 1 metru a více se Země střetává poměrně zřídka, přibližně jednou za den. Při průměru větším než desítky centimetrů se meteoroid v atmosféře zcela nevypaří a dopadne na povrch Země jako **meteorit**. ***cs.wikipedia.org***

Tyhle Lojzovy obrazce mi nedají spát. Tohle není běžné, žádný pozemský kámen nic takového neumí, lechtají mě myšlenky na mimozemské civilizace a nedivím se, že lidé mají od pradávna za to, že jim Bůh posílá zprávu. Největší doručená zpráva váží 50 tun, nachází se v Namibii a říká se jí Hoba.

HODEN UCTÍVÁNÍ

Pro naše předky byl meteorit důkazem božího zájmu, potvrzením toho, že jsme pod ochranou a že existuje něco, co nás převyšuje. A ono jo. Meteority disponují opravdu mocnými silami mezigalaktického letu, což z nich patrně sálá na dálku, protože takové předměty byly vždy uctívány. Pozorování meteorických rojů je velmi romantické. Nejznámější pravidelnou událostí tohoto typu jsou Perseidy viditelné v polovině srpna. Fascinují nás i dnes, a ačkoliv známe vědecké pozadí tohoto jevu, stejně si nemůžeme pomoci a doufáme přitom ve splnění svých tajných přání. Většina „padajících hvězd“ v atmosféře shoří, ale ty, které dopadnou, jsou opravdové poklady. Mohou nám pomoci s astrálním cestováním a s návratem z takových cest zpátky domů.

Přeji vám z celého srdce, ať se vám plní vaše přání s drahými kameny v kapse i bez nich. Nic není nemožné. Zázraky se dějí na každém kroku, jen je nutné si přát… s láskou

Mgr. TEREZA VIKTOROVÁ

Konec seriálu

UNIVERZITA ENERGY

VZDĚLÁVÁNÍ

SEKCE ODBORNÉ VZDĚLÁVÁNÍ

PRODUKTY ENERGY V PRAXI I. – základní stupeň
7. 9. 2019, Praha
5. 10. 2019, Brno

PRODUKTY ENERGY V PRAXI II. – vyšší stupeň
8. 9. 2019, Praha
6. 10. 2019, Brno

NEUROVÝVOJOVÉ PORUCHY U DĚTÍ – KOMPLEXNÍ ŘEŠENÍ S PODPOROU PRODUKTŮ ENERGY
9. 11. 2019, Praha

ZÁKLADY TČM A ENERGY
16. 11. 2019, Brno

GYNEKOLOGIE OD A DO Z
30. 11. 2019, Praha

ANATOMIE A FYZIOLOGIE ČLOVĚKA
1. 12. 2019, Praha

Přihlášky na semináře najdete na: www.energy.cz

SEKCE SUPERTRONIC

KURZ SUPERTRONIC PRO ZAČÁTEČNÍKY – stupeň C
1. část 12. 10. a 2. část 13. 10. 2019, Hradec Králové

PRAKTICKÉ MĚŘENÍ SUPERTRONICEM – opakovací kurz
23. 11. 2019, Hradec Králové

BONUS PRO ÚČASTNÍKY UNIVERZITY ENERGY:
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 jako **dárek produkt Chlorella**.

INSTITUT ENERGYVET

MVDr. Milena Martincová
– viz www.energyvet.cz – Vzdělávání

Zdarma seminář

Za účast na 3 a více seminářích Univerzity Energy získávají nárok na 1 jednodenní seminář zdarma:

Gabriela Dvořáková, České Budějovice; **Ing. Petr Andresen**, Olomouc; **Ilona Dufková**, Ostrožská Lhota; **Renata Fousová**, Mořina; **Eva Franková**, Šternberk; **Lenka Havlíčková**, Staré Hradiště; **Jiřina Hrochová**, Louny; **Bc. Petra Hrušková**, Mirošovice; **Markéta Jílková**, Liberec; **MUDr. Karin Klimo Kaňovská**, Brno; **Alena Koscelníková**, Kašava; **Pavlína Krečmerová**, Ostrava; **Dagmar Krejčová**, Litomyšl; **Dagmar Kublová**, Želechovice nad Dřevnicí; **Soňa Malarová**, Zdiby; **Bc. Veronika Marečková**, Humpolec; **Klára Moravcová**, Bobnice; **Magdaléna Pavlů**, Pelhřimov; **Ing. Jana Pilátová**, Kdyně; **Lucie Rojtová**, Domažlice; **Ivan Růžička**, Rousínov; **Alexandra Stockmannová**, Buchlovice; **Radomíra Svobodová**, Brno; **Radka Symon Poláková**, Kladno; **Mgr. Vendula Škutová**, Růžďka; **Hana Šlápotová**, Dobříš; **Martina Štěpánková**, Praha; **Milada Toulová**, Letovice; **Andrea Turečková**, Staré Město; **Veronika Urdzíková**, Praha; **Štěpánka Víšková**, Řitka; **Jana Vojtěchovská**, Kamenný Přívoz; **Dagmar Voláková**, Plzeň.

Děkujeme za účast a gratulujeme!

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.

Dobrý den, prosím o pohled na moji situaci. Trpím lupénkou, která se objevila po nelehkém rozvodu. Největší ložiska jsou v oblasti kolen, nyní jsem v klidové fázi.

JINDŘICH P., Kaplice

Kůže nás spojuje s okolním světem. Tedy postižená kůže může poukazovat na nesprávné přístupy k okolí, oddělování se. Kolena jsou částí těla, která nám ukazuje nějakou formu nepokory. Nemáme-li v sobě pokoru, nedovedeme ani v pokoře pokleknout před životem. Ego nám v tom brání. Pokud se uvnitř sebe ještě zlobíte a vedete vnitřní boj ve svém dialogu s myslí, upozadil jste pokoru. Pocit zůstává uvnitř jako zdroj psychické příčiny a na kůži se objevuje lupénka. Uzavíráte-li svoji nespokojenost dovnitř, kde to vře, pak kůže rudne. Uklidněte se ve svém rozhořčení, zklidní se i lupénka a její projevy včetně svědění. Nalezněte znovu radost z toho, co máte, a objeví se i příležitost pokorně poděkovat. Vnitřně doporučuji **Regalen** v nízkých dávkách, kůži zkuste potírat tělovým mlékem **Caralotion** a krémem **Protektin**, případně vmíchejte Protektin do Caralotionu – je třeba zkoušet, co pokožce udělá dobře.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT

V červnu jste si mohli, pokud rádi luštíte, přečíst v naší tajence slova básníka Voltairea: **„Rozhodl jsem se být šťastný, protože je to dobré pro mé zdraví.“**

» **Dana Pavlíková,** Lhota u Příbramě
» **Iva Ambrožová,** Kosoř
» **Milena Křížová,** Milevsko

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. září 2019** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s., Trojská 39/201, 171 00 Praha 7; e-mail: katerina.himmelova@energy.cz

„V životě nejde jen o neustálé (tajenka), kterou probíhá.“ – Mahátma Gándhí

Nápověda: KYPY; LJL; VĚD	Výluh získaný varem	**1. část TAJENKY**	Násep	Sdružení států	Činit pokání		Zkratka pro registrovanou tunu	Ošálit	Africké mrchožravé šelmy		Zkratka chráněné krajinné oblasti	**2. část TAJENKY**	Omamní	Natírat mýdlem
Odezva						Kout pokoje / Název souhlásky				Stříbrobílý kovový prvek (-o-)				
Čísla 12										Bezbarvé formy někt. barviv / Tu máš				
Zbavené tekutiny							Chudozubý savec / Staroindické nábož. texty							
Naše nejzápadnější město			Snížený tón / Akční rádius letadla			Koupací nádoba / Římská bohyně lovu					Inic. jednoho z br. Lumiérových / Značně			
Pokolení				Otoky / Uchvácená (kniž.)						Španělské šlechtičny / Bezpilotní letoun				
	Dřívější oddíl vojska / Na co				Běloveská kyselka / Zázrak				Ukončit setí / Domácky Eduard					
Rozpoložení							Italské přístavní město / Kniž. otec						Označení severovýchodu	Značka kilogramu
Patřící Anetě								Dodatečný tisk						
Často číst								A také ne				Iniciály herečky Galatíkové		

Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

VOJTĚŠKA – OTEC VŠEHO JÍDLA

Vojtěšku dnes většinou známe leda jako zelené krmivo pro krávy. Proto se ostatně pěstuje již od starověku. Jak jsme se však s bylinkami mnohokrát přesvědčili, nic není tak, jak se zdá na první pohled, a tak i vojtěška skrývá obrovský, dosud plně nevyužitý potenciál. Tolici vojtěšce se dříve v mnoha jazycích lidově říkalo „lucerna". Její semena v luscích totiž v noci světélkují. Prý. V současnosti je však nejznámější pojmenování vycházející z původního staroarabského *a-fac-facah*, tedy něco jako „matka všech léků" nebo „otec všeho jídla", které později Španělé zkomolili do dnes mezinárodního: *alfalfa*. Botanické jméno *Medicago sativa* zase pochází od starých Řeků, kteří správně předpokládali, že vojtěška pochází ze země Medes (dnešní Írán).

Z MALÉ ASIE DO VELKÉHO SVĚTA

Evropě vojtěšku představili Řekové, španělští konquistadoři Jižní Americe. Celosvětový boom přišel ale až koncem 19. století, kdy byla její semena přivezena do Kalifornie a pěstování alfalfy ve velkém se rychle rozšířilo napříč celými USA, které jsou dnes jejím největším producentem. Vojtěška je víceletá, běžně osmi-, někdy až 20letá luštěnina z čeledi bobovitých, jejíž lysá hranatá lodyha dorůstá 30–90 cm výšky. Má trojčetné listy se zoubkovaným okrajem a s palisty. Během celého léta, od konce května do začátku října, vykvétá vzpřímenými hrozny s cca 13 modrofialovými, pro bobovité charakteristicky motýlími kvítky. Z nich vznikají šedočerné kroutivé lusky s ledvinovitými semeny.

GLOBÁLNÍ LUŠTĚNINA

Zodpovědným zemědělcům (nemyslím pobírače dotací) skýtá pěstování vojtěšky mnoho benefitů. Díky mohutnému kořenovému systému (běžně 2–3 m, někdy až 15 m) je vojtěška velmi odolná vůči suchu a účinně brání erozi. Používá se i jako zelené hnojivo – symbiotické bakterie žijící na hlízkách jejích kořenů jí, jako všem bobovitým, pomáhají získávat vzdušný dusík, který sama nestačí využít a kterým se tak perfektně pohnojí celé pole. Sice se vojtěška obtížně silážuje, ale čerstvá, sušená i ve formě granulí a v krmných směsích je pro hospodářská zvířata jedním z nejdůležitějších zdrojů rostlinných bílkovin. A vajíčka slepic mají díky vysokému obsahu karotenoidů ve vojtěšce krásně žluté žloutky. Sklízet se dá tato plodina 3 až 4x ročně. Není divu, že v současnosti je alfalfa celosvětově nejpěstovanější krmná luštěnina.

ALFA AŽ OMEGA

Vojtěška je přímo nabitá energií. Má obrovské množství bílkovin (v klíčcích až 40 %, včetně osmi esenciálních aminokyselin). Obsahuje i nezanedbatelný podíl minerálů (vápník, draslík, železo, hořčík, fosfor, atd.) a vitaminů (A, B, C, E, K). Přírodní medicína, ať již naše západní, arabská, čínská či indická, využívá již po staletí vojtěškovou nať, květy, listy i naklíčená semena. Popsat všechny její známé účinky by zabralo několik stran, takže rychle. Vojtěška má dezinfekční a protiplísňové působení, je močopudná, pomáhá s detoxikací – ovlivňuje funkci jater a ledvin, prospívá metabolismu a imunitě – podporuje střevní mikroflóru, podporuje také růst kostní tkáně, harmonizuje krevní oběh i hladinu cukru a cholesterolu v krvi a celkově zvyšuje výkonnost. Užívání vojtěšky tak pomáhá při mnoha zdravotních potížích, např.: nechutenství, kožních problémech z překyselení organismu, nadýmání, žaludečních vředech, je vhodná při zánětech jater a močových cest, revmatismu a dně, srdečních a oběhových onemocněních, u menstruačních a prostatických problémů, bolestí hlavy, alergií atd. Její účinky využívají nejen nemocní, ale i těžce pracující lidé, sportovci, senioři,... alfalfa je zkrátka pro každého.

NEJEN PRO DOBYTEK

Nenaklíčená semena ale nejezte – obsahují totiž aminokyselinu canavanin, který může způsobit u citlivějších osob alergickou reakci. Naklíčená semena jsou bezpečnější, nesmí se však užívat dlouhodobě, po 2–3 měsících si raději dejte pauzu. Vynechat vojtěšku by měly i těhotné (obsahuje fytoestrogeny) a lidé užívající léky na ředění krve. K dostání jsou vojtěškové tablety, potravinové doplňky i léčivé přípravky – vyzkoušet můžete třeba **Korolen** od Energy, který ji obsahuje. Doma si můžete připravit jak čaj, tak čerstvou šťávu z lodyhy a listů (použijte odšťavňovač a na chuť třeba mátu), nebo naklíčená semena. „Díky" chemizaci zemědělství si ale raději vypěstujte vlastní, klíčení trvá pouhé 3–4 dny. Vojtěšku lze míchat i do salátů, polévek, těsta na pečení, apod. Alfalfa opravdu není jen pro krávy a slepice.

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		
	cena	body	sleva
Imunosan + Flavocel	727 Kč	31	70 Kč
Vironal + Flavocel	634 Kč	28	70 Kč
Drags Imun + Flavocel	735 Kč	32	70 Kč
Grepofit kapsle + Flavocel	562 Kč	24	70 Kč
Grepofit drops + Flavocel	540 Kč	23	70 Kč
Grepofit nosol aqua + Flavocel	478 Kč	20	70 Kč
Grepofit kapsle + drops + spray	650 Kč	27	71 Kč
Grepofit kapsle + nosol aqua + spray	588 Kč	24	71 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol aqua	663 Kč	28	80 Kč

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

Doplněk stravy.
Akce platí do vyčerpání zásob!
Uvedené akční ceny vycházejí z aktuálního ceníku.

Kluby a konzultační centra nabízejí

BLÍŽEJOV

Provozní doba KE Blížejov:
út 10–12, čt 16–18 h, jiné termíny (včetně so a ne) po tel. domluvě: 721 384 473
9.–18. 9. – DOVOLENÁ (výdej produktů po domluvě na tel.: 723 037 688)
Provozní doba KC Domažlice (Srnova 76):
po–st 13–16.30 h., tel: 602 389 233
Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy, včetně veterinárních produktů / bezplatné konzultace / automatická kresba / zasílání produktů Energy / testování produktů SPT / poradna pro bezlepkovou dietu – tel.: 721 728 381 / dárkové poukazy
Mimořádná nabídka KE:
» V září – ochutnávka Organic Sea Berry Juice
Poradny a KC:
» Veterinární poradna – MVDr. Hynčíková Birnerová L., tel.: 604 489 477
» Vyšetření páteře, nohou, zhotovení ortoped. vložek, masáže dle výběru – MUDr. Šos, tel.: 379 428 620
» Energy produkty v gynekologii – MUDr. Budka T., tel.: 603 226 913
» Reflexní terapie, poradenství – Míčová J., tel.: 723 204 672
» Masážní a regenerační služby – Birnerová I., tel.: 723 107 663
» Kineziologická poradna – Ing. Pilátová J., tel.: 737 713 366
» Jógové terapie – Mgr. Heroldová B., tel.: 605 275 136
» Poradenství, prodej produktů Energy – Macháčková M., tel.: 604 984 665
» Kosmetické ošetření Beauty Energy – Myšková V., tel.: 734 495 317
Kontakt:
Blížejov 124, tel.: 379 428 927, 721 384 473, e-mail: johankova@centrum.cz

BOSKOVICE

Provozní doba:
po–čt 9–11, 14–17 h. + dle tel. dohody
Stálá nabídka:
poradna pro produkty Energy včetně veterinárních produktů / zasílání zboží na dobírku / automatická kresba, měření SPT, rekondiční masáže na objednávku – Mgr. Eva Kocmanová, nový tel.: 605 896 184
Poradny a přednášky:
» KE BOSKOVICE – 2., 9., 16., 23. a 30. 9.
Kontakt:
Boskovice, Krátká 16, tel.: 516 452 373, 720 529 424, kocmanovaenergy@seznam.cz

BRNO

Provozní doba:
po 10–12, 14–18, út 13–18, st 10–12, 14–18, čt ZAVŘENO, pá 9–12 h.
Stálá nabídka:
poradna Energy / zasílání zboží na dobírku / konzultace a prodej veterinárních produktů Energy / měření EAV přístrojem – MUDr. J. Nezvalová měření Supertronicem – V. Komoňová,

Kluby a konzultační centra nabízejí

Z. Erbenová, Ing. K. Hosová / masáže, Dornova metoda – H. Šobáňová / kineziologické testování vhodnosti přípravků Energy, zhotovení aurogramu, poradna regenerace, skenování mapy zátěže a obj. individuálních ortopedických vložek, Pedicom – H. Hosová / práce s přípravky Energy, masáže klasické, lymfatické, andělské terapie – R. Zavřelová, zaroma@seznam.cz, členové Energy sleva 10 % / kosmetické služby a vizážistka – M. Medřická, tel.: 775 399 114 / manuální lymfodrenáže, kraniosakrální uvolnění, reflexní a ayurvédské masáže – Z. Erbenová, obj. jen v pátek, tel.: 530 500 422 / výživové poradenství – Ing. K. Hosová, info na tel.: 530 500 422 / NOVĚ: regenerační a relaxační masáže celého těla krémy Energy – M. Srnská, tel.: 732 489 948

Mimořádná nabídka KE:

» 18. 9. – 16.30 h. – Jak správně diagnostikovat + výběr produktů Energy – lektorská přednáška MVDr. L. Chmelaře, Ph.D., nutná rezervace na tel.: 530 500 422, info@brnoenergy.cz

» 25. 9. 15–18 h. – poradna – Hana Hosová

Kontakt:

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

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / zasílání produktů Energy / diagnostika Supertronicem / automatická kresba a Osho Zen Tarot / harmonizace čaker nejen dle aromaterapie, práce a působení polodrahokamů / měření krevního tlaku, rehabilitace pulzním magnetickým polem – magnetoterapie / e-shop na www.energycb.cz

» Od září ochutnávky zelených potravin a možnost vyzkoušení kosmetiky Energy na vlastní kůži.

Kontakt:

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

ČESKÝ TĚŠÍN

Provozní doba:

po 16–20 h. a dle dohody

Stálá nabídka: měření SPT – E. Matlochová, A. Heřman, T. Byrtusová, P. Ammerling – tel.: 736 284 711 / měření SPT, rehabilitace, konzultace – MUDr. B. Rošková / lymfodrenáž pro zdraví a krásu – pí. Němčíková / prodej produktů Energy – V. Látková, tel.: 734 540 156, Havířov

Nabídka KC:

» TŘINEC – 1. Máje 276, tel.: 774 766 213, Eva Matlochová – měření SPT, prodej Energy produktů, přírodní kosmetika

Kontakt:

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

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika SPT na obj. / masáže dle výběru – tel.: 776 488 848, pí. Sluštíková / kosmetická péče s Beauty Energy – Salon Alma – pí. Schubertová, tel.: 731 260 690 / veterinární poradna – certifikovaná poradkyně MVDr. Martincová, tel.: 732 512 181 / zasílání zboží na dobírku / e-shop: www.babkabylinarka.cz

Veterinární poradna:

» každé pondělí – MVDr. Hořejší, tel.: 605 581 731, e-mail: hana.horejsi@seznam.cz

Mimořádná nabídka KC – poradny SPT:

» DOUDLEBY NAD ORLICÍ – každé úterý – pí. Fendrychová, tel.: 605 780 213

» KE HRADEC KRÁLOVÉ – 5. a 19. 9. – 10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715

» KC HRADEC KRÁLOVÉ – Lékárna Za Skleněnou věží, ul. Wonkova – každé pondělí – PharmDr. Svobodová, tel.: 602 141 184

» KC HRADEC KRÁLOVÉ – Kadeřnictví, Eliščino nábřeží 305 – každý pátek nebo dle dohody – pí. Pavlína Kubcová, tel.: 774 170 420

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

» JIČÍN – Prodejna Bellis – každý pátek nebo dle dohody, po–pá 9–17 h. – pí. Svobodová, tel.: 602 111 911

» KOLÍN – každý pátek – homeopatická poradna, pí. Blechová, tel.: 777 101 513

» KOSTELEC NAD ORLICÍ – každý pátek – pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816

» NOVÝ BYDŽOV – Centrum biorezonance, Masarykovo nám. 508 – každý čtvrtek nebo dle dohody – pí. Rakouská, tel.: 776 614 046

» OPOČNO – 19. 9. – pí. Králíčková, tel.: 739 379 435

» RYCHNOV NAD KNĚŽNOU – každé pondělí nebo dle dohody – pí. Bečvářová, tel.: 777 723 731

» SMIŘICE – každý čtvrtek a pátek – PharmDr. Svobodová, tel.: 602 141 184

» VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ – 2., 16. a 30. 9. – pí. Procházková, tel.: 731 851 218

» VYSOKÉ MÝTO – každé úterý nebo dle dohody – pí. Krejčová, tel. 773 697 042

Kontakt:

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

CHEB

Provozní doba:

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

Stálá nabídka KE:

Ochutnávka Goji a Sea Berry – příprava imunity na podzimní měsíce!

Stálá nabídka:

NOVĚ: po a čt testování vhodných produktů SPT – M. Svobodová, lépe tel. obj. / každé út – měření SPT, poradenství, detoxikace, SRT s A. Chmelovou – obj. na tel.: 724 965 773 / každé po – výklad karet, chiromantie a poradenství s Naďou Raithel, nutno obj. na tel.: 603 787 821

VYUŽÍVÁTE SVOJI PRACOVNU?

PRACOVNA NA WEBU

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

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

Kluby a konzultační centra nabízejí

Nabídka KC:
» AŠ – A. Chmelová, Krátká 1559 – měření SPT – každé po – poradenství, detoxikace, SRT, tel.: 724 965 773
» CHEB – Kosmetické ošetření Beauty kosmetikou Energy u masérky a kosmetičky B. Bzirské a masáže J. Kočové a V. Votrubové + měření SPT – každé po, tel.: 606 242 353, najdete na původní adrese Kamenná 40!
Kontakt:
Cheb, Kostelní schody 1,
tel.: 354 422 355, 603 486 331,
www.energy-cheb.cz

KARLOVY VARY

Provozní doba:
po, čt 8.30–17, út, st, pá 8.30–16 h.,
Stálá nabídka:
doporučení a poradna dávkování produktů Energy / dárkové poukazy / měření na IN BODY – impedanční analýza a doporučení zdravé úpravy postavy s kontrolním měřením / masáže – zeštíhlující program, klasické, antioxidační, anticelulitidní, thajské, zpevňující, ájurvédské, motýlí, aromatické 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:
» po–čt dopoledne – zdravotní poradna Energy – zdarma, Martina Hrnková
» pá – psychosomatická poradna – Martina Hrnková (na objednání)
» út 3. 9. a 1. 10. – diagnostika EAV přístrojem – jen na obj., tel.: 353 236 605
» po–čt dopoledne – impedanční analýza IN BODY – zdravé hubnutí, rozbor a doporučení
» přihlášky na rekvalifikaci – sportovní masáž, sanitář, masér pro zdravotnictví, kosmetička, manikérka, pedikérka, chůva pro děti, lektor dalšího vzdělávání
Kontakt:
Karlovy Vary, Varšavská 1168/13,
2. patro, agentura RAFAEL, s. r. o.,
tel.: 775 947 793, 353 236 605,
e-mail: regeneracni@centrum.cz,
www.agenturarafael.cz

LIBEREC

Provozní doba:
po, st – dle tel. domluvy, út 9–17, čt, pá 9–15 h.
Stálá nabídka:
bezplatná poradna a prodej produktů Energy / měření Supertronicem na obj. / kineziologické testování vhodnosti užití přípravků Energy / kineziologie One Brain / EFT / masáže: relaxační, krémy Energy, aroma, motýlí / tělové svíce / metoda SRT / výklad Osho Zen Tarot / konzultace s psychologem / arteterapie, mandaly na hedvábí, pískové, jako dárek na objednávku / cvičení / výživový poradce / výuka AJ / zasílání zboží na dobírku
Podrobnosti k aktuálním akcím najdete na www.centrumzdraviliberec.cz.
Mimořádná nabídka KE:
» každé úterý – poradna Energy a výběr vhodného produktu – G. Veselá, obj. na tel.: 777 624 569, jiné termíny domluvou
» dárkové poukazy na produkty Energy, masáže, terapie – G. Veselá
» ochutnávka Zelených potravin – Organic Chlorella a Acai Pure
» st 11. 9. – 18–21 h. Rodinné konstelace na téma „Symptom" – přednáška a ukázka, G. Veselá
» st 18. 9. – 18–21 h. – „Energy a imunitní systém" – přednáška, G. Veselá
» st 25. 9. – 18–21 h. – Rodinné konstelace na téma „Proudění energie podle pentagramu" – přednáška a ukázka, G. Veselá
» út 24. 9. – 9–18 h. – Den otevřených dveří
Kontakt:
Liberec 1, 5. května 175/7,
tel.: 777 624 569,
e-mail: inka.vesela@seznam.cz,
www.centrumzdraviliberec.cz,
e-shop: www.pramen-zdravi.cz

LUHAČOVICE

Provozní doba:
po 9–12, 13–17, út, st 9–12, 13–15, čt 9–12, 13–18 h., pá – po předchozí domluvě, so, ne a svátky zavřeno
Stálá nabídka:
poradna celostní medicíny / měření SPT / prodej produktů Energy / zásilková služba již od 0 Kč / kosmetické ošetření pleti produkty Energy – J. Strušková, obj. na tel.: 604 897 909
Mimořádná nabídka KE:
» ochutnávka Zelených potravin – Raw Ambrosia
» každé úterý – poradna Energy a výběr vhodného produktu – E. Karská, obj. na tel.: 720 289 092, jiné termíny dle domluvy
Veterinární ordinace a poradna:
MVDr. M. Uzlová Můčková,
tel.: 518 322 880, m.uzlova@seznam.cz,
Radějov 109
Kontakt:
Luhačovice, Solné 804,
tel.: 577 011 922, 702 041 015,
e-mail: energy.luh@centrum.cz,
www.energy-luhacovice.cz,
www.facebook.com/energy.luh

OLOMOUC

Provozní doba:
po–čt 9–12.30 a 14–18, pá 9–13 h.
Stálá nabídka:
automatická kresba, rodinné konstelace – L. Zvolánek, tel.: 605 256 327 / poradna Energyvet – J. Indrychová, tel.: 777 225 517 / měření Supertronicem, astrologická poradna, bodyterapie, psychosomatická poradna – Mgr. M. Maňásková, tel.: 602 583 091 / spontánní tanec – D. Hubková, úterý dle programu 17.30–19 h.
» 5. 9. – 17.30–19 h. – Základy Pentagramu – M. Maňásková
» 7. 9. – 14–17 h. – Strava podle 5 prvků – J. Kotková
» 12. 9. – 15–17 h. – Celostní poradna MUDr. B. Haltmara

Kluby a konzultační centra nabízejí

» 21.–22. 9. – 9–18 h. – Rodinné konstelace L. Zvolánka

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

OSTRAVA

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

Stálá nabídka:
bezplatné konzultace a poradna Energy včetně veterinárních produktů a možnost jejich zakoupení / diagnostika 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, Českobratrská 15, tel.: 591 129 258, 777 804 730, e-mail: vstrachotova@seznam.cz, www.cestykezdravi.cz

PARDUBICE

Provozní doba:
po–čt 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka – jen na objednávku:
Pedicom – počítačové vyšetření chodidel – Š. Urbanová, tel.: 607 817 123 / shiatsu, lymfodrenáže, reflexní terapie, tejpování – M. Němcová, tel.: 604 968 767 / 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 – 16. 9. – M. Růžičková, tel.: 603 268 922
» CHRUDIM – 5. 9. – L. Kovaříková, tel.: 723 868 567
» CHRUDIM – 9. a 21. 9. – J. Turková, tel.: 720 128 269
» KOLÍN – 3. 9. – Z. Suchánková, tel.: 728 135 557
» KOLÍN – 10. 9. – M. Hanušová Priessnitzová, tel.: 608 799 777
» KUTNÁ HORA – 17. 9. – D. Kuželová, tel.: 724 324 071
» NÁCHOD – 18. 9. – I. Čermáková, tel.: 723 577 280
» NOVÁ PAKA – 19. 9. – T. Kinterová, tel.:731 190 580
» NOVÁ PAKA – 19. 9. – L. Pušová, tel.: 603 542 028
» NOVÝ BYDŽOV – 11. 9. – M. Myslivcová, tel.: 603 887 918
» KE PARDUBICE – dle objednávky – T. Krištůfková, tel.: 777 177 610
» ROUDNICE NAD LABEM – 7. 9. – M. Svobodová, tel.: 777 933 580
» RYBITVÍ – 23. 9. – E. Petříčková, tel.: 604 174 498
» SMIŘICE – 13. 9. – info L. Christ, tel.: 602 233 712
» STARÁ LYSÁ-ČIHADLA – 13. 9. – 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, pá – pouze pro objednané

Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy / bezplatné konzultace / měření EAV – přístrojem Supertronic dle obj. / zprostředkování poradenské činnosti a terapie v oblasti alternativní medicíny / zásilková služba / prodej drahých kamenů a terapeutických svící

Další nabídka jen na objednání:
kraniosakrální terapie – MUDr. L. Sobotková, tel.: 737 220 488 / metamorfní technika – Ing. V. Břachová, tel.: 774 705 755 / numerologie, andělská terapie – S. Doležal, tel.: 722 067 057 / fyzioterapie, tejpování – K. Gebouská, DiS., – každá sudá středa od 13 h., obj. na tel.: 605 747 579

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

PRAHA 1

Provozní doba:
po–pá 9–18 h.

Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy / diagnostika Supertronicem na objednání

Veterinární poradna:
» út 17. 9. – osobní veterinární poradna, konzultace využití Energyvet preparátů pro zvířecí společníky – PhDr. L. Arden, objednávka + info na tel.: 777 858 200 nebo andrea.sulcova@energy.cz, pro členy Energy zdarma, FB: Energyvetpraha1

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

PRAHA 3

Provozní doba:
po, čt 9–13 a 14–18, út, st 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 / Diacom – frekvenční léčení, M. Šedivá, tel.: 724 254 197 / výklad karet, uvolňování negativních bloků, stresu a strachu z podvědomé mysli – A. Janoušková, tel.: 777 017 498

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

PRAHA 4

Provozní doba:
po–pá 9–19 h.

Stálá nabídka na objednávku:
poradna Energy / měření Supertronicem / tradiční čínská medicína / povídání

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE BRNO
Nové KC:
» **Brno – Husovice**
U Zlaté ručičky, Kaloudova 21
Zlatuše Erbenová, tel.: 603 596 812
provozní doba: po 18–20 h. a dle tel. doh.

KE PROSTĚJOV
Změna adresy KC:
» **Prostějov**
Prodejna Dárky, čaje, Plumlovská 11 – ZRUŠENO
NOVĚ: Domamyslická 18/142
I. Pánková, tel.: 723 038 872

Kluby a konzultační centra nabízejí

o produktech Energy – pí. Šašková, každé út 16–19 h. / veterinární poradna – pí. Šašková, tel.: 606 451 325, www.poradna.mzf.cz / poradenství a praktická pomoc při přechodu na bezlepkovou, bezlaktózovou a jiné diety – M. Popelková, tel.: 724 220 726, e-mail: marketa.popelkova@seznam.cz

Mimořádná nabídka KE:

» 7. a 8. 9. – so, ne 10–18 h. – DS – Vztahy II (v Pikovicích)

» 13. a 14. 9. – pá 16–20 h., so 10–16 h. – Životní energie I (v Pikovicích)

» 18. 9. – ne 10–17 h. – Konstalace (v Pikovicích)

» 21. a 22. 9. – so, ne 10–18 h. – DS2 – Pilíře systému (v Pikovicích)

Bližší informace na: www.duhovyandel.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-praha@centrum.cz, www.energy-praha.cz

PROSTĚJOV

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / zasílání produktů / diagnostika přístrojem Quantum BIO-Electric – V. Vondál, tel.: 731 692 823 / kineziologické testování vhodnosti produktů Energy, automatická kresba, Diacom – Mgr. V. Leitnerová, tel.: 737 717 385 / poradna, automatická kresba a vytestování vhodnosti produktů Energy – H. Kaplánková, tel.: 603 167 328 / masáže, tejpování – S. Doleželová, tel.: 604 504 386

Mimořádná nabídka KE:

» každou středu ochutnávka Organic Matcha

» 11. 9. – 13–16 h. – Diagnostika zdravotního stavu přístrojem Oberon

» 18. 9. – 10–17 h. – Diagnostika zdravotního stavu přístrojem Supertronic –obj. na tel.: 603 167 328 nebo v KE

Nabídka KC:

» DRŽOVICE – Olomoucká 266 – každé út a st 14–17 h. – poradna Energy, kineziologie, automatická kresba – Mgr. V. Leitnerová, tel.: 737 717 385

» KONICE – 9. května 480 – 13. 9. – 17–19 h. – Beseda o produktech Energy (pokračování) – Mgr. L. Vévodová, tel.: 731 654 345

Kontakt:

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

PŘÍBRAM

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika SPT / masáže: klasické, rekondiční, Bowenova, olejová a jiné relaxační metody / kosmetické ošetření Beauty kosmetikou / poradna pro zvířecí miláčky / prodej veterinárních produktů / cvičení Tai-chi a Čchi-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

Kontakt:

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

ŠUMPERK

Provozní doba:

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

Provozní doba KC Zábřeh:

po–pá 9–12 a 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna Energy a měření přístrojem Supertronic / konzultace v oblasti zdravého životního stylu a prevence / Pedicom – počítačové vyšetření chodidel / masáže / měření krevního tlaku, 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 spinal touch, krémy, manuální lymfatická, rekondiční, regenerační, sportovní, protimigrénová, reflexní, lávovými kameny, Breussova masáž, Dornova metoda, reflexologie, baňkování, kinesiotaping, balneoterapie a další relaxační metody a masáže dle aktuální sezonní nabídky, práce s energetikou těla a harmonizace čaker – pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283 / shiatsu – p. Dohnal, 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:

» 3. 9. od 17.15 h. – Měření přístrojem Supertronic – MUDr. B. Haltmar, nutno obj. na tel.: 731 737 545

» 11. 9. – 10.00, 12.00 a 14.00 h. – Měření přístrojem Sensitiv Imago – MUDr. J. Haltmarová, obj. na tel.: 731 737 545

» 18. 9. – 17 h. – Novinky v Beauty kosmetice Energy – lektorská přednáška M. Bílkové, rezervace místa SMS na tel.: 731 737 545

Kontakt:

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

Kluby a konzultační centra nabízejí

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

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

TŘEBÍČ

Provozní doba:
po, čt 9–12 a 13–16, út, st 13–17 h.

Stálá nabídka:
diagnostika Supertronicem / poradenství a prodej produktů Energy / dietetika, reflexní terapie – obj. na tel.: 568 847 472 – Molíkovi, 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, fytoterapie, psychoterapie, obj. na tel.: 725 125 289, po, st 10–14, út 13–17, pá 11–15 h., pro velký zájem prosíme o včasné objednání

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:
» KC BRNO – Naděžda Eliášová – Divadelní 3, tel.: 734 805 921 – 3. 9.
» JIHLAVA – Mgr. Drejčková – 1. provozovna: Fyton, tel.: 739 049 203 – 2. provozovna: Dům zdraví, tel.: 739 040 821 – konzultace – 2. a 16. 9.
» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – Studio Verbena – M. Palová, tel.: 605 554 456 – konzultace 11. 9.
» MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – L. Žák, Šafaříkova 1304, tel.: 723 107 158 – konzultace 4. 9.
» NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková, Zdravěnka – Masarykovo nám. 517, tel.: 739 026 531 – konzultace 13. 9.
» TASOV – D. Švestková, Tasov 69, tel.: 605 938 299, www.revite.cz – konzultace 12. 9.
» TEPLICE – J. Fílová, Novosedlice, Vodní 215, tel.: 775 968 485 – konzultace 11. 9.
» VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43, tel.: 724 763 689 – konzultace 19. 9.
» ZNOJMO – Biocentrum Renata Režňáková, Zámečnická 13, Poradna Energy, kosmetika, solární studio, tel.: 515 224 684 – konzultace 19. 9.
» ŽĎÁR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková, Horní 30 – tel.: 728 141 949; H. Kučerová, tel.: 605 449 785 – konzultace 11. 9.

Kontakt:
Třebíč, V. Nezvala 22,
tel.: 568 847 472,
731 166 137, 603 844 505,
e-mail: info@energy-tcm.cz,
www.energy-tcm.cz

TURNOV

Provozní doba:
po 13.30–18, út 9–12.30, čt 13.30–17 h. + dle tel. dohody

Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy/ e-shop – zasílání produktů na dobírku / měření SPT / test a biorezonanční terapie na přístroji Quantum Medical / metoda EFT / psychowalkman / masáže – lymfatické, baňkování, medová, relaxační, Breussova, lávovými kameny / dárkové poukazy na masáže a služby / prenatální výukový program Baby plus – konzultace a možnost zapůjčení

Mimořádná nabídka KE:
» 26. 9. – 17 h. – Jak posílit imunitní systém? – přednáška P. Kořínkové

Nabídka KC – měření EAV a konzultace zdravotního stavu:
» ČESKÁ LÍPA – 9., 16., 23. a 30. 9. – info J. Novotná, tel.: 725 752 651
» JIČÍN – 6., 13., 20. a 27. 9. – info J. Veselá, tel.: 732 534 895
» MLADÁ BOLESLAV – 3., 10., 17. a 24. 9. – info M. Králová, tel.: 777 618 416
» MNICHOVO HRADIŠTĚ – 4., 11., 18. a 25. 9. – info E. Rajtrová, tel.: 602 626 275

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

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba: POZOR – změna!
po–čt 9–13, 14–18, pá 9–13 h.

Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy / po–pá měření Supertronicem – Š. Čechová, P. Trčková-Slavíková, J. Schmuttermeierová, obj. na tel.: 572 540 221 nebo 605 778 740 / konzultace a výklad andělských karet – M. Mikošková, obj. na tel.: 775 750 615 / EFT technika emoční svobody – J. Němcová, tel.: 604 419 585 / terapeutická kosmetika – M. Šťastná, obj. na tel.: 737 213 449

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

BLAHOPŘEJEME NAŠIM PORADCŮM!

POPRVÉ DOSÁHLI VYŠŠÍ ÚROVNĚ V BONUSOVÉ TABULCE BODŮ

v květnu 2019:
21 % Ing. Hosová K.
18 % Yang M. – LT Trade and Travel s.r.o.
12 % Ing. Macíček T.
9 % Bílková J., Hanáčková J., Kadlec J., Lékárna u Itálie s.r.o., Nečasová P.
6 % Delta Mode s.r.o., Fialová D., Bc. Hrušková P., Jančíová P., Kočová I., Kuželová E., Lékárna U Zámku – PharmDr. Polách J., Rusňaková K., Tomiaková D., Mgr. Vernerová E., Žemlička P.

v červnu 2019:
15 % Císařová M., MSc., FAKAR s.r.o.
12 % Benešová P., Biedermannová P., Boháč F.
9 % Coubalová I., Bc. Hrušková P., JASPIRE s.r.o., Lassner J., Pharmacopola s.r.o., Zdravá výživa Bruntál s.r.o.
6 % Alexová J., Andělová J., Barochová L., Bršťáková M., Dolejšová Š., Dostálová D., Mgr. Franková Z., Hubálková I., Košťáková M., Kudláčková V., MUDr. Pažourek I., Pažourková B., Petrášová J., Řezáčová Chladová A., Schubertová K., Soukenková D., Šimek V., Ing. Šulanová R., Trejbalová K.

PODMÍNKY DYNAMICKÉHO BONUSU SPLNILI

k 05/2019:
Císařová M., MSc. 12 %
Malá M. 9%

k 06/2019:
Hamoňová D. 12 %

Kluby a konzultační centra nabízejí

Nabídka KC:
» BRNO – Helena Papežíková, poradenství a prodej produktů Energy, měření Supertronicem, výživové poradenství – každý čt a pá
NOVĚ: každé první pondělí v měsíci – 18 h. – Povídání o produktech Energy – Poštovská 3, Viara Salve, Brno, přednáší Bc. Helena Papežíková, tel.: 608 888 453

Kontakt:
Uherské Hradiště, Zelný trh 1249,
tel.: 605 778 740, pevná linka zrušena
e-mail: mila.energy@seznam.cz,
www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:
po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy / veterinární poradna / zasílání zboží na dobírku / měření SPT a KOS, detoxikace – V. Gazdová, tel.: 475 209 367 / hormonální jóga, jóga, jógové terapie – st, E. Kašíková, tel.: 725 512 361 / Čchi-kung – čt, Z. Věchtová, zuzanavechtova.cz, tel.: 608 611 166

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

Mimořádná nabídka KE:
» NOVINKA: každé úterý ochutnávka jedné ze Zelených potravin

Mimořádná nabídka KC:
» NOVĚ: TEPLICE – Energyvita (OC GALERIE, 1. patro)
» LITOMĚŘICE – Krámek U dvou přátel: POZOR – změna otevírací doby: po, st–pá 9–17, so 9–12 h.
NOVINKA: každé úterý osobní konzultace (pouze na obj.)
– 6. 9. – Východní medicína a Energy, přednáška
– 29. 9. – Pentagram v praxi, celodenní seminář
– 12. 9. – měření SPT a KOS, V. Gazdová – tel.: 777 402 500

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

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Provozní doba:
po 9–12.30 a 14–17, út 14–17, st, čt 9–12.30 a 14–17 h.

Stálá nabídka:
poradna a prodej produktů Energy / diagnostika přístrojem Diacom / poradna péče o pleť a kůži / tradiční čínská medicína/ individuální a párová psychoterapie / speciálně pedagogické poradenství / veterinární poradna / e-shop

Mimořádná nabídka KE:
» Ochutnávka nápoje Organic Sea Berry a Raw Ambrosia
» NOVĚ: Tradiční čínská medicína, stimulace akupunkturních bodů – Mgr. D. Kvízdalská tel.:724 874 674,
» NOVĚ: Kosmetické ošetření Beauty Energy ve Studiu Santal – Dana Tomiaková, Křižná 41/14, Valašské Meziříčí, tel.: 604 570 766

Mimořádná nabídka KC:
» Veterinární ordinace – MVDr. E. Vratníková, Sklářská 604/2, Valašské Meziříčí, veterinární poradenství Energy, tel.: 724 970 066
» BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – každý čt 15–17 h. – poradna Energy – J. Kocmanová, tel.: 776 714 705
» FRENŠTÁT POD RADHOŠTĚM – U Míši – obchůdek plný zdraví, Fr. Palackého 1870, každý čt 12–17 h.
» FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ – Snozina 191 – 24. 9. – Veterinární centrum přírodní medicíny, konzultace na objednání – MVDr. P. Domesová, tel.: 776 792 394
» KROMĚŘÍŽ – Zenový korálek, Riegrovo nám. 151 – každý čt 15–17 h. – poradna Energy – K. Horová, tel.: 776 141 627
» PODLESÍ 457 – 17. 9. – diagnostika TČM, elektroakupunktura, aurikuloterapie – A. Beránková, tel.: 734 484 113
» ROŽNOV POD RADHOŠTĚM – Beskydská 1298 – poradna Energy, konzultace –17. 9. – Marta Stoklasová, obj. na tel.: 724 221 164
» VSETÍN – Zelená lékárna – Smetanova 1462, 9–17 h., poradna Energy – každou st – L. Tyralíková, tel.: 725 116 009

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

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

ZÁŘÍ 2019

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Brno	Klub Energy	18. 9. – 16.30 h.	**Jak správně diagnostikovat + výběr produktů Energy – MVDr. L. Chmelař, Ph.D.**	Brno
Šumperk	Klub Energy	18. 9. – 17 h.	**Novinky v Beauty kosmetice Energy – M. Bílková**	Šumperk

KAŽDÝ ZAČÁTEK ZVLÁDNETE V POHODĚ

KOMBINACE KOROLENU S VITAMARINEM PODPOŘÍ VAŠI SCHOPNOST PLÁNOVAT, ORGANIZOVAT A ŘEŠIT ÚKOLY S NADHLEDEM.

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Korolen + Vitamarin	495 Kč	21	87 Kč

Akce platí do vyčerpání zásob. Doplňky stravy.

ENERGY

Nový Pentagram®
terapeutických krémů

VÝHODNÉ BALENÍ KRÉMŮ XXL

www.energy.cz