



vitae

říjen 2024

Cytosan zblízka

Aromaesence
pro duši i tělo

Prvek Kov
ve veterinárním
Pentagramu®

„VYČISTI SVÉ TĚLO!“
Akce 1.–31. 10. 2024



Produkty měsíce října

V říjnu pro vás máme tip na multifunkčního pomocníka, který rozhodně nesmí ve vaší lékárnice chybět! Nezapomněli jsme ani na péči o namáhané rty a něco pro zahřátí...

Drags Imun by mohl mít právem přívlastek „10 v 1“. Tolik účinků a možností využití naráz se totiž jen tak v přírodě nevidí. A co že je esencí tohoto zázraku? Prýskyřice z jihoamerického stromu *Croton lechleri*, která se v posledních letech stala předmětem intenzivních vědeckých výzkumů. Ty prokázaly mnohostranné pole působnosti a vlivu na lidské zdraví. Vědce udivila celá škála výjimečných vlastností: anestetický, antialergický, antibakteriální, antivirový, antioxidant, antiseptický, hemostatický, hojivý, imunomodulační, protinádorový, protiplísňový, protiprůjmový, protizánětlivý, tonizační, afrodisiakální a protistresový. Jejich výčet je velmi dlouhý a ukazuje, že „dračí krev“ by měl mít každý člověk vždy po ruce jako alternativní první pomoc. Do tašky si v říjnu přibalte i **Droserin balm**, který překvapí sametovou péčí o vaše rty. Nejen že je přírodní, ale díky obsaženému extraktu Droserin také hojivý! Popraskané rty se stanou minulostí.

A teď konečně něco na zahřátí. Čaj **Smilax officinalis** ze stejnojmenné středoamerické léčivky se tradičně využíval tamními obyvateli na zvýšení vitality a sexuální potence. Na západě bylo navíc zjištěno, že jsou jeho léčebné schopnosti rozhodně širší: od impotence až po bolesti zubů. Tedy rozproude krev v žilách a užijme si každý šálek! Chutná totiž skvěle.

Přejeme vám nenásilný přechod z babího léta do chladnějšího podzimu. Ať je pro vás tento čas plný barev, klidu a vnitřní rovnováhy, Ing. ŠTĚPÁNKA GRUBEROVÁ

vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 10, říjen 2024.

Náklad 24 650 ks. Vychází 10x ročně, evidenční číslo MK ČR E 15476.

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

Obrazový editor: Jana Kuntová.

Foto: Shutterstock, Energy Czech Republic a.s.

Jazyková úprava: Mgr. Renáta Pražáková Pekařová.

Grafická úprava: Radical Design, s.r.o., Jan Urban, Zuzana Alešová.

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.



Zadumaný
čas...

OBSAH

Editorial	04
Seznamte se: Cytosan	04
Vaše zkušenosti s našimi produkty	06
Pět kouzelných vůní	08
Dopřejte svému tělu péči	11
Klíč k sobě samému	12
Terapeutické metody	14
Seriál pro ženy	16
Univerzita Energy	17
Pentagram ve světě zvířat	19
Jídelníček z naší rovnoběžky	20
Zptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24





EDITORIAL

MAJLÍ A ČÁRLÍ

Možná tušíte, že jde o pejsky, a hádáte správně. Dva bigly. Udělali v životě velké štěstí, protože jsou z útulku a vzal si je k sobě jeden náš známý, Ivan. On je urostlý chlapík, že by mohl skály lámat, což také celý život dělal – dynamitem. A k tomu se jmenuje Skála... Nicméně je to velký dobrák, kromě Majlího a Čárlího má doma ještě nalezenou kočku a kocoura a o všechny se s láskou stará.

Ale zpátky k pejskům. Jsou to turisté. Občas mu utečou a toulají se po horách sami, lidé v okolí už je znají. Volají pak Ivanovi třeba z 10 kilometrů vzdálené vesnice, ať si pro ně přijede. Takže si psi vysloužili GPSku na obojek, aby pořád

věděl, kde je má. Jinak ho samozřejmě oddaně milují, všude je bere s sebou.

Jednou s nimi jel autem, zaparkoval na „dvojkou“, protože jen něco potřeboval rychle vyřídít, a vystoupil. Otevřel si dveře u řidiče, Majlí a Čárlí se motali uvnitř vozu – jeden byl zrovna na sedadle spolujezdce, druhý se přes něj snažil dostat předními dveřmi ven, pak jeden vyběhl, vrátil se dovnitř a vyrazil druhý... No, zkrátka – najednou Ivan zaregistroval, že auto se dalo do pohybu a pozpátku se rozjelo z kopečka dolů. Hafanům se totiž nějak povedlo při té radostné mele vyřadit rychlost a vůz odbrzdit. Paní stojící nedaleko se snažila pomoci: „Auto!“ křičela na Ivana. Ten na ni jen lakonicky volal zpátky, protože s tím nešlo vůbec nic dělat: „Vídím!“ Jeho škodovka se nezadržitelně blížila k betonové zdi, do které narazila odtahovou koulí, a s břinkotem se vysypalo zadní sklo. Paní opět snaživě reagovala: „Okno!“ Ivan je pohodář, kterého jen tak něco z míry nevyvede, takže jen se svým stoickým klidem křičel zpět: „Slyším!“ Posbíral nevzrušeně střepy, pejsky a vydal se k domovu. A pak už mu zbývalo jen vyplnit formulář o nehodě pro pojišťovnu, kde do kolonky vyhrazené pro jméno řidiče, který seděl ve chvíli události za volantem, po pravdě napsal, že Majlí nebo Čárlí. Protože se to v tom zmatku nedalo poznat. Jen se ho ještě musím zeptat, jestli mu škodu proplatili, protože v podstatě šlo o přírodní, živelnou pohromu, a na ty se, pokud vím, pojistky běžně vztahují... 4. října je Mezinárodní den zvířat, na počest sv. Františka z Assisi, který se staral o nemocná a opuštěná zvířata. Zaslouží si naši lásku. Všechna!

MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ

Seznamte se: Cytosan

S příchodem podzimu (a jara) se lidé vždy nastartují a chtějí absolvovat detoxikaci. Používají k tomu různé techniky, způsoby, bylinky či celostní přípravky. Některé procedury jsou smysluplné, nad některými je třeba se zamyslet, zda více neublíží, než pomohou. Neméně důležitá jako očista organismu je příprava na ni. Samotná očista by pak měla být cílená. Je třeba vědět, který orgán nebo orgánový systém je poškozený či oslabený a chceme jej detoxikovat, případně jaká škodlivina je nejvíce zastoupená. Detoxikace je totiž většinou výrazný zásah do těla. Nicméně humátové produkty Energy, které k očištění těla používáme, mají tu výhodu, že na ni nespotřebovávají žádnou energii, neubírají ji organismu.

TŘI KROKY DETOXU

Detoxikace v podstatě znamená pomoci tělu neutralizovat a vyloučit ty odpadní látky, se kterými si neví dál rady. Otázkou je, proč to nedovede samo, ale to není předmětem dnešního článku. Stejně jako je důležitá příprava na detox, záleží i na následné regeneraci a dovyživení organismu. Při vylučování odpadních látek totiž tělo ztrácí i výživné látky, a tím se oslabuje. Proto jsou důležité všechny tři kroky: příprava, detox a regenerace.

Mezi přípravky Energy máme skvělý produkt, který umíme použít právě na cílenou a hloubkovou detoxikaci. Je to **Cytosan**





a jeho „bratr“ **Cytosan Inovum**. Trochu si je představíme. Oba Cytosany obsahují humát draselný, silymarin a kyselinu jantarovou. V Cytosanu Inovum je navíc zelený jíl, ale menší podíl humátů. Abychom pochopili výjimečnost těchto produktů, potřebujeme vědět, co konkrétně jejich složky organismu poskytují.

CO OBSAHUJÍ CYTOSANY?

- » **Silymarin** je souhrnný název pro alkaloidy, které se získávají ze semen ostropestřce mariánského. V čisté formě byly izolovány tři: silybinin, silydiadin a silychristin, které řadíme mezi tzv. flavonoidy. Chrání a regenerují jaterní buňky, stabilizují buněčné membrány, mají antioxidační vlastnosti a ovlivňují tvorbu bílkovin v jaterních buňkách. Silymarin usnadňuje vylučování žluči a utiňuje křeče, podporuje metabolismus.
- » **Kyselina jantarová** dodává tělu energii a na buňky má regenerační a omlazující vliv. Ne nadarmo byl jantar velmi populární již mezi faraony, a to nejen jako šperk.
- » **Humáty** mají vysokou schopnost vázat na sebe především těžké kovy, jako je olovo, rtuť nebo kadmium, které pak organismus dokáže vyloučit. Až 60 % molekul humátů přejde přes stěvnou stěnu do organismu, takže detoxikační proces probíhá v celém těle. Huminové látky ochraňují buňky, zlepšují jejich oxysličení, likvidují různé druhy plísní a virů, především herpetické viry. Chrání buňky též před různými druhy záření. Mají vliv na zpomalování šíření některých typů rakoviny, snižují hustotu krve, pomáhají rozpustit tromby, krevní hematomy, redukuje riziko vzniku srůstů. Pozitivně ovlivňují hormonální systém. Humáty se vyskytují v rašelině a mladém hnědém uhlí. Draslík obsažený v lignohumátu draselném je hlavním kationtem nitrobuňčných tekutin, tělo ho obsahuje 5 %. Je nezbytný pro normální činnost svalů včetně srdečního svalu a pro aktivitu množství enzymů. Má významný vliv na správnou činnost buněk (membránový potenciál), na ledviny, srdce, cévy, CNS, slinivku břišní a žaludek.
- » **Zelený jíl** je přírodní bioaktivní látka, která má schopnost absorbovat toxické substance, vstřebat patogeny, eliminovat následky nadměrného záření, uvolňovat svalové napětí a odstraňovat bolesti. Působí protizánětlivě a hojí popáleniny. V trávicím traktu se nevstřebává do organismu, ale přirozeně se vylučuje ven. Jeho účinek je izolován na oblast celého trávicího traktu.

ÚČINKY NA ORGANISMUS

Cytosan ovlivňuje a harmonizuje především meridián jater, tlustého a tenkého střeva, žaludku, žlučníku, sleziny, řídicí a ústřední dráhu. Je účinný na bakteriální a virové infekty (*Herpes virus*, *Cytomegalovirus*, *Helicobacter pylori*), zánětlivé stavy sliznic dutiny ústní, hltanu, žaludku, tenkého a tlustého

střeva. Pomáhá překonávat i revmatoidní potíže, artrózu, artritidu a podobně, bolesti páteře mezi lopatkami, bolesti v krční oblasti a bolesti úponů klíčních kostí. Všude tudy totiž procházejí zmiňované meridiány. Dokáže pomoci při cévních problémech, hormonálních poruchách a jako podpůrná léčba onkologických onemocnění. Není však vhodné užívat jej souběžně s chemoterapií, je třeba dodržet optimální odstup 3 dny. V průběhu radioterapie se podávat může, protože chrání tělo před poškozením zářením. Cytosan má silné účinky při hloubkové detoxikaci, regeneraci a ochraně buněk vůči působení těžkých kovů a dalších chemických látek. Je výborným prostředkem na ochranu jater před působením jaterních jedů, při hepatitidě, diabetu. Rovněž se dá využít při nedostatku energie, únavovém syndromu, parodontóze, zvýšené kazivosti zubů a u plísňových onemocnění (*Candida albicans*). Zvyšuje výkonnost imunitního systému.

KOMBINACE S DALŠÍMI PŘÍPRAVKY

Podle toho, který orgánový systém potřebujeme podpořit, kombinujeme Cytosan s konkrétním koncentrátem z Pentagramu®. Například, pokud je třeba pomoci systému plic, užíváme jej s **Vironalem**, pokud systému ledvin, podáváme jej společně s **Renolem** atp. Rovněž rozlišujeme, kdy vybrat Cytosan a kdy Cytosan Inovum. Z mého pohledu je Cytosan Inovum jemnější, proto ho doporučuji oslabenějším nebo starším lidem, případně dětem. Rovněž je-li prioritou trávicí trakt a jeho očista, upřednostním Cytosan Inovum. Cytosan ráda používám při hloubkové očistě, když potřebuji doslova „vytáhnout“ odpadní látky a „zresetovat“ buňky kdekoli v těle. Kromě vnitřního použití lze využít účinků Cytosanu i zvenčí v podobě pleťové masky nebo podpůrné léčby poškození kůže – na to je speciálně upravený **Cytosan Fomentum gel**. Cytosan má i svou veterinární formu, **Cytovet**. Najde využití u zvířátek jako alternativní forma prevence nemocí a podpora vitality. A konečně můžeme Cytosan dopřát i rostlinkám, díky čemuž zvýšíme jejich kvalitu a odolnost, zejména proti plísním. Cytosan je velmi variabilní přípravek, který by měl mít své pevné místo v domácí lékárně. Dá se užívat 2–3 měsíce, ale lze jej použít i akutně podle potřeby. I u Cytosanu platí, že jestliže ho chcete nebo plánujete užívat, je důležité vědět proč. Co přesně se snažíte jeho užíváním docílit? Podle toho je třeba zvolit nejefektivnější kombinaci. Pokud nepotřebujete řešit nic konkrétního, jen odlehčit svůj organismus, doporučuji vždy podpořit ledviny, neboť většina odpadních látek se vylučuje právě jejich prostřednictvím.

Tak jak? Máte Cytosan doma, připravený k použití? Ještě ne? V tom případě je nejvyšší čas, protože detoxikace je nejvhodnější na podzim nebo na jaře. V Klubech Energy vám rádi poradí ohledně kombinace a dávkování.

S úctou **ZUZANA KRAJČIKOVÁ-MIKULOVÁ**

„Zlata platinová“

Drahá Energy, chci se s vámi i se čtenáři podělit o zkušenost, díky které jsme zjistili, že **Cytosan** v kombinaci s **mýdlem Cytosan** jsou „zlata platinová“. Syn nastoupil po maturitě k firmě, která se jako jedna z mála zabývá výrobou palet nové generace, a za měsíc začal mít velké problémy s kůží na rukách. Zčervenala, vykazovala ekzematické změny, pak naskákaly vodnaté puchýřky, i mezi prsty. Když syna ruce několik dní úporně svědily, přišel za mnou, co bychom na to doma měli. No, nevypadalo to dobře – v tu chvíli už byla kůže na některých místech zanícená. Pojali jsme podezření na novou technologii, se kterou pracoval, ale hledali jsme i jiný možný zdroj poškození pokožky. Mezitím jsem mu dala balení **Cytosanu**, které měl celé vybrat, a **Cytosan mýdlo** – jedno do práce, druhé na doma. K tomu užíval jednou denně 5 kapek **Regalenu**, odpoledne po práci. Na zanícená místa pak mazal **Artrin**. Každým dnem se stav jeho rukou zlepšil, po necelých třech týdnech nebylo po vyrážce, zánětu a puchýřcích ani stopy. No, a my jsme přišli na příčinu, která všechno vyvolala. Bylo to mýdlo v průmyslové hale, které syn použil několikrát po sobě, když si ruce vyčistil lihem poté, co si je potřísnil tekutou směsí prskyřice. Zdá se to jako maličkost, ale i taková věc dokáže pořádně potrápít. Takže děkuji za produkty, které opravdu



fungují, a my díky nim nemusíme vysedávat v přelidněných čekárnách dermatologie, až na nás přijde řada. P.S. pro kutily: Cytosan mýdlo má skvělé mycí, odmašťovací vlastnosti a zároveň nevysouší po práci pokožku!

LUDMILA STRAKOVÁ, Jihlava

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. S touto poukázkou si ve svém Klubu nebo Konzultačním centru Energy můžete vyzvednout **1 koncentrát a 1 krém (50 ml) z Pentagramu®** podle vlastního výběru.

Jsem bez bolesti

Krásný den, ráda bych se s Vámi podělila o zkušenosti s produkty Energy, které se mi osvědčily. Objevila si mi na dásni boulička, která hodně bolela na dotek. Asi nějaký druh včelky, netuším. Můj zubař má strašně dlouhé čekací lhůty, tak jsem to zkusila dořešit přírodní cestou. 2x denně jsem si vyplachovala ústa **Audironem** a pak jsem si na místo vždy kápla **Drags Imun**. K tomu jsem jednou denně v místě bolesti mazala tvář **Cytosan Fomentum gelem** na 20 minut a 2x denně **Artrinem**. Uběhly čtyři dny, bolest odezněla a boulička zmizela. Moc děkuji za Vaše produkty, jsou opravdovým požehnáním a úlevou od bolesti.

S pozdravem IVA HYNKOVÁ, Praha





Levandulový olej do každé rodiny

V naší domácí lékárnice máme několik aromaterapeutických stálic. Dopracovala jsem se k nim postupně, léty zkoušení, pokusů a občas i omylů. Nemohu nezmínit, že dveře mi k nim otevřela kniha „Umění aromaterapie“ od Roberta Tisseranda. Díky ní jsem se s tímto kouzelným voňavým světem setkala poprvé a velmi ráda ji každému, koho toto téma zajímá, doporučuji.

Abych se však vrátila k vonným esencím: první místo u nás zaujímá levandulový olej **Lavender**. Používám ho především do difuzéru, ale občas podle potřeby si jej natírám na dlaně a za uši. Na aplikaci v difuzéru nebo vonné lampě reagují velice dobře také naše dvě zvířata, belgicko-německý ovčák a zakrslý králík-lvíček.

Nedávno mne navštívila moje dlouholetá kamarádka, která pracuje v divadle, kde vykonává poměrně fyzicky náročnou profesi, při níž musí být neustále na nohou. Byla dost „vyštavená“ a já si myslela, že se zastavila, protože jde z práce. Ale bylo to jinak. „Je mi hrozně, už týden se o mě pokouší nějaký moribundus, jsem nachlazená. Držím se, protože beru **Mycopulm**, ale dneska jsem strašně unavená a nevím, jak to v práci vydržím. Mám taky ucpaný nos. Co mám dělat?“ vysypala na mě a sesunula se na židli. Než přišla, zrovna jsem si namazala esenci Lavender za boltce, protože jsem cítila, že

mě to příjemně osvěžuje. „Nechceš to taky zkusit? Třeba ti to pomůže...“ nabídla jsem jí. Souhlasila, a tak jsem jí jemně natřela olej od zadní strany boltců podél krku až ke klíční kosti. Pak jsme se shodly, že ještě by to chtělo něco pod nos, tak jsem jí tam nanesla esenciální olejíček **Mint**. Takto „vybavená“ odešla, už trochu zrůžovělá, směr práce. Ještě večer mi na messenger napsala zprávu, čím jsem ji to vlastně namazala, že se jí ulevilo, a chce to taky?!

Před několika lety jsem se setkala s inspirujícím textem, díky němuž jsem začala používat levandulový olej ještě jiným způsobem. Doporučovalo se v něm, jaké směsi éterických olejů má člověk vyzkoušet, když má pocit, že je třeba při úklidu jít „do hloubky“ neboli když chce očistit jak nečistotu fyzickou, tak i mentální. Trochu jsem improvizovala a z různých směsí poskládala to, co mi sedí nejvíce: dvě lžičce octa a zhruba pět kapek levandulového a citronového oleje. Vše přidám do vody, kterou buď vytírám podlahu, nebo umývám nábytek od prachu, případně parapety a rámy oken, vchodové dveře – dle citu a potřeby. Výsledný subjektivní pocit je velmi svěží a občerstvující.

Mgr. RENÁTA PRAŽÁKOVÁ PEKAŘOVÁ, Ostrava

Pět kouzelných vůní

Dnes spolu s vámi nahlédneme do krásných příběhů aromaterapeutických esencí, které lidé již po staletí používají ke zlepšení duševní pohody, podpoře pocitu štěstí a zároveň i navýšení vitality.



NAVAZUJEME NA HISTORII

Moderní koncept aromaterapie, tak jak ho známe dnes, má svůj původ ve 20. století, a to především díky práci francouzského chemika a parfuméra René-Maurice Gattefossého. Samotné používání esenciálních olejů a rostlinných extraktů k podpoře fyzického a emocionálního zdraví má však mnohem hlubší kořeny. Záznamy o aromaterapii se objevují již v egyptských hieroglyfech, které dokládají využívání esenciálních olejů v rámci svatých obřadů a léčebné praxe té doby. I další velké civilizace – v Číně, Indii a Mezopotámii, využívaly esenciální oleje pro léčebné, rituální a kosmetické účely. Ve starověkém Řecku a Římě byly běžně používány do vůní, mazání, a dokonce i ve vojenském lékařství. Řecký lékař Hippokrates, považovaný za otce moderní medicíny, integroval esenciální oleje do své léčebné praxe. Následně i éra středověku, kdy byly znalosti o aromaterapii pečlivě uchovávané a rozvíjeny především v kláštrech, přispěla k dalšímu zkoumání a využívání esenciálních olejů k léčebným účelům a stala se důležitým obdobím v historii aromaterapie.

GERANIUM PRO ŠŤASTNOU MYSL

Pokud jste se ještě nesetkali s touto esencí, budete velmi příjemně překvapeni. Ve starověkém Egyptě byl geraniový olej používán vyšší společenskou třídou ke zlepšení a zkrášlení pleti. Moderní věda však od té doby zjistila, že nabízí daleko více výhod jak pro zdraví, tak i pro emocionální pohodu. Jeho příjemná vůně má mnoho terapeutických vlastností a dokáže velmi dobře vyvažovat mysl a emoce. **Geranium** pomáhá obnovit sebevědomí, uvolnit zbytečný hněv a lépe zvládnout ochromující emoce. Jako regenerační terapie je geraniová esence velmi vhodná pro zhojení hlubokých zranění z minulosti, pro stavy uvěznění ve velkém žalu nebo zármutku. Pomáhá nám vyjádřit své emoce a lépe přejít od negativního k pozitivnímu.

Mezi hlavní terapeutické vlastnosti geraniového oleje patří doslova „povznesení mysli a srdce“. To je také důvod, proč je vhodný v případech zotavení se z melancholie a smutku, vyjasnění mysli. Vždyť teplá, růžová vůně pelargonie je tolik povznášející, energizující a inspirující! Nabízí vjem utěšujících pocitů a dobrého zdraví. Není toho mnoho, co by pro nás tato výjimečná esence nedokázala. Emocionálně zmírňuje změny nálad, výbuchy rozladěnosti, úzkost, premenstruační syndrom a stavy deprese. Prospívá nejen duševnímu zdraví, ale také redukuje vrásky a nežádoucí známky stárnutí.

Zajímavé poznatky přináší studie z roku 2010, jež udává, že geraniový esenciální olej inhibuje produkci prozánětlivých enzymů hrajících hlavní roli ve vývoji neurodegenerativních onemocnění, včetně Alzheimerovy choroby.

(Zdroj: sciencedirect.com)

LAVENDER JE KRÁLOVNA RELAXACE

Aromaterapeutickou esenci **Lavender** bychom právem mohli nazývat „královnou relaxace“. Má mimořádnou schopnost zmírňovat napětí a podporovat uvolnění. Její uklidňující vlastnosti pomáhají v boji proti stresu, úzkosti a nespavosti. Bylo

VÍTE, CO JE ESENCE?

Esence, jinak též éterické nebo esenciální oleje, jsou velmi subtilní vonné látky, které se získávají z malých žlázek nacházejících se uvnitř nebo na povrchu rostlin, většinou procesem nazývaným destilace.

(sk)



prokázáno, že jemná květinová vůně levandule zvyšuje mozkové vlny alfa a theta, čímž navozuje klid, snižuje emocionální úzkost a přináší pokojnou mysl v propojení na vnitřní moudrost, důvěru v sebe a život. Levandulový esenciální olej má však zároveň i revitalizující účinek. Aromatické sloučeniny pocházející z rostlin, jako je například levandule, prostřednictvím různých mechanismů přímo interagují s naším mozkem, což nám umožňuje být v klidném, harmonickém řádu života. Zajímavých účinků tato esence dosahuje i v rámci příznivého ovlivnění naší paměti a vyváženého prožívání každodenních událostí. Účinky levandule jsou spojeny s podporou meditace a spirituálního rozvoje. V mnoha kulturách je právě levandule považována za rostlinu přinášející nejen klidnou a čistou mysl, ale i ochranu našeho autentického já. Její vůně pomáhá mysli dostat se do stavu hlubšího spojení s naší pravou podstatou.

YLANG YLANG A SRDEČNÍ ČAKRA

Ylang-ylang je esenciální olej získávaný z květů stromu *Cananga odorata*, původem z tropických oblastí jihovýchodní Asie. Je známý svým bohatým, sladkým, až exotickým vonným charakterem.

Cítíte se někdy osamělí, přetížení a nevíte, jak z toho ven? Nahromadění negativních emocí může vést k nejrůznějším zdravotním problémům a právě esence **Ylang Ylang** je jedním z nejlepších prostředků, které mohou zlepšit a vyrovnat tok energie ve vaší srdeční čakře. Pomáhá nám spojit se se srdcem a dosáhnout rovnováhy uvolněním negativních emocí a hlubokých emocionálních smutků (zde výborně působí i přidání bylinných kapek **Korolen**, které se užívají vnitřně). Ylang uklidňuje srdce a vyrovnává emoce i v obdobích silného stresu, krize, napětí nebo deprese. A co je důležitější, otevírá naše emoční srdce



» pro přijetí více lásky a „toho dobrého“. Možná právě pro tyto magické vlastnosti se ylang-ylang používá i jako hlavní složka v legendárním parfému Chanel No. 5. Jako odraz schopnosti ylang-ylangu obnovit zdravý tok energie srdeční čakry můžeme pozorovat i podporu zdravého oběhového systému a celkové zlepšení průtoku krve. Potlačení zánětů a pomoc s dalšími srdečními problémy je v rámci našeho zdraví bonusem navíc.

MINT UVOLNÍ NEGATIVNÍ EMOCE

Máta je jedna z nejoblíbenějších a nejvíce využívaných rostlin jako zdroj esenciálních olejů pro aromaterapii. Esence Mint má mentolovou, osvěžující, silnou a uklidňující vůni, která dodává zcela novou energii tělu a povzbuzující pocit naší mysli. Nejen že posiluje schopnost koncentrace, ale pro mysl má i očistný účinek, který je zvláště vhodný v případech vyčerpání nebo též nedostatku pohybu. Na nervový systém působí uklidňujícím způsobem, mírní stavy úzkosti. Nezaměnitelná vůně máty doslova probouzí všechny smysly a pomáhá znovu se zhluboka nadechnout.

Esenci Mint si oblíbíte i pro její schopnost uvolňovat dýchací cesty, mírnit příznaky nachlazení, pro její analgetické a protizánětlivé vlastnosti, které z ní dělají „přírodní lék“ na bolesti hlavy, migrény či bolavé svaly.

Mátový esenciální olej jako takový má i řadu duchovních využití a výhod. Běžně se používá v aromaterapii a meditačních praktikách k podpoře a posílení duchovního vědomí. Věřte, že jeho silná osobitá, nezaměnitelná vůně nám pomáhá čistit negativní energii a podporovat tok pozitivní energie, navyšovat vibrace vnitřního uvědomění. Díky tomu je oblíbenou volbou pro energetické a očistné rituály.

OSVĚŽUJÍCÍ, UKLIDŇUJÍCÍ SWEET ORANGE

Esence z plodů pomerančovníku se získává a používá již po staletí. Například ve starém Římě platila za známku luxusu a vznešenosti.

Vůně citrusových olejů byla používána mimo jiné k očišťování a osvěžení vzduchu v aristokratických obydlích.

Jednou z jejích nejznámějších výhod je schopnost zvýšit hladinu energie, podpořit pocit klidu a relaxace a posílit dobrou náladu. Svěží a sladká vůně **Sweet orange** krásně snižuje úzkost a hladinu stresu, uklidňuje nervy, dobře působí i na hyperaktivní děti. Díky těmto vlastnostem je též dobrým pomocníkem pro zmírnění nespavosti. Zároveň však probouzí mysl a jemnou vnímavost. Sweet orange nám také dává větší možnost projevit svou radost a lásku.

Po fyzické stránce oceníme schopnost sladkého pomeranče zmírňovat svalové křeče, působit proti nevolnosti, podporovat trávicí systém – Sweet orange smíchaný s nosným olejem pro použití při masáži krásně uvolňuje svaly v břiše a snižuje trávicí potíže. Pakliže ho chceme použít pro jeho detoxikační účinky, výborná je koupel nohou v délce působení 15–20 minut: do nádoby s horkou vodou kápněte pár kapek Sweet orange, můžete přidat i **Geranium**, jelikož tyto dvě esence se spolu opravdu krásně a vhodně mísí. Relaxujte, zatímco koupel působí svými kouzly. Detoxikační vlastnosti esence ze sladkého pomeranče mohou pomoci nejen zlepšit krevní oběh, ale i odstranit nežádoucí toxiny z těla.

Dýchejte, vnímejte a prožívejte všemi smysly tyto krásné vůně a kouzlo aromaterapie. Vaše tělo a mysl vám za to mnohonásobně poděkuje!

Upozornění: Všechny esence před případnou aplikací na pokožku vždy řádně naředte, jsou opravdu vysoce koncentrované a mohly by způsobit podráždění nebo alergické reakce. Pro ředění lze použít nosné oleje, jako je kokosový, jojobový nebo mandlový olej, samozřejmě v prospěšné biokvalitě.

MARTA NOSKOVÁ



Dopřejte svému tělu péči (7)

NOHY

Symbol pohybu vpřed, cíle cesty, budoucnosti, pokory i životní rovnováhy a stability. Tím vším jsou naše nohy. V dnešním díle se zaměříme na kyčle, kolena, stehna a lýtka. Tato čtveřice souvisí s iniciací pohybu a ustání si své životní cesty, svých názorů. Křeče v lýtku či ve stehně dávají najevo určitou strnulost, tvrdohlavost a nechuť se posouvat dál. Bolesti v těchto oblastech také poukazují na to, že moc chceme vyrazit vpřed, ale ne a ne udělat první, často rozhodující krok.

KYČLE A STEHNA

Všechny klouby těla souvisejí s ledvinami, ale nejčastěji bolí kyčle a kolena, pokud jsou filtry naší krve oslabeny. Tématem kyčlí je pohyb vpřed, rovnováha, radost a uvědomování si důležitosti své vlastní cesty. Kyčle bývají nejčastěji oslabovány s přibývajícím věkem, protože je nám většinou vštěpováno, že starší lidé už toho moc nepotřebují a není třeba, aby se někam posouvali. Mít radost ze života, objevovat nové věci a zvyšovat svoje vědomí je však důležité v každém věku. Pokud si uvědomujeme vlastní hodnotu a význam, můžeme si udržet zdravé kyčle do vysokého věku.

Stehna mají přímou souvislost s osvobozením se od negativního vlivu okolí a uznání vlastních znalostí, zkušeností, vědomí a přijetí svých „chyb“ jako nejlepších učitelů, jaké jsme kdy potkali. Stehna mohou být v dospělosti oslabována podvědomým vlivem traumata z dětství. Chováme se a reagujeme tak, jak už vědomě, či nevědomě nechceme, toužíme jít jinam, než jdeme, a vzniká rozpor, který se odráží na stavu stehen. Ta se také uvolní, pokud přijmeme a odpustíme sobě s vědomím, že jsme v dané situaci dělali to nejlepší, co jsme v té době uměli.

KOLENA A LÝTKA

Koleno patří k největším a nejsložitějším kloubům lidského těla, spojuje stehenní, holenní a lýtkovou kost. Jeho bolest dokáže významně omezit život i jeho prožívání. Patří k němu také jedno z nejsložitějších témat lidského života – ego. Zpracování, pochopení a práce s egem významně definuje náš život. Koleno souvisí s tvrdohlavostí, hrdostí, soucitem, pochopením a schopností odpouštět, také s pokorou. Pokud nám je



v životě často ubližováno, máme pocitově málo lásky, viníme okolí a chladneme, oslabují se ledviny a rozbolí se kolena. Ta jsou též propojená se schopností přiznat svou „chybu“, pružně reagovat na změnu sebe i okolností a také s ochotou nechat druhé žít jejich vlastní život, ne podle našich představ a přání.

Lýtka má spojitost s budoucností a lpěním na představě o ní. Bolesti lýtek poukazují na to, že máme tendenci dělat krok vpřed a následně dva kroky zpátky. Společně s koleny nás lýtka učí jít vpřed s radostí a důvěrou, neplánovat si život do posledního nádechu. Křeče v lýtkách můžou vyjadřovat, že již delší dobu setrváváme v něčem, co nám nevyhovuje. Může se jednat o práci, vztah, přátelství, názor, bydlení atd. Uvolněním starosti o budoucnost dáváme možnost zázrakům, aby se staly, a dojit tam, kam se nám ani nesnilo.

POMOC NAŠIM NOHÁM

Ruce a nohy jsou skoro jako dvojčata. Ramena jsou z pohledu energií podobná kyčlím, kolena loktům a kotníky zápěstím. Nohám tedy pomůže, stejně jako rukám, uvolnění, zklidnění a uvědomění si vlastní jedinečnosti. Zatímco ruce souvisejí s tvůrčím vyjádřením a činy, nohy mají

na starosti rovnováhu a životní pohyb. Říká se, že nohy nás dovedou tam, kde se našim rukám bude nejlépe tvořit. Kdyby ruce tvořily to, co si přejeme, ale na špatném místě, nevyužijeme naplno náš potenciál. Hezký přírůstek jsem slyšel od dlouhodobého praktikanta tchaj-ťi: „Pokud ruce touží tvořit duhu, nenechte nohy, aby vás dovedly tam, kde není slunce.“ Nohám také prospěje bosá chůze v přírodě. Přímý kontakt s trávou, hlinou, kamínky, mechem a celkově s přírodou postupně uvolní strnulost chůze, tvoření, myšlení i bytí. Z přípravků Energy je na kolena a klouby výborná trojkombinace krém a mýdlo **Artrin** a koncentrát **Renol**. Pomoci dokáže i **Cytosan Fomentum gel**, který uleví od bolesti pohybového ústrojí a detoxikuje tělo skrze kůži. Vyzkoušejte také pro celkové povzbuzení a získání chuti do života čaj **Organic Matcha**. Využijte možnosti jeho dvojího působení. Pokud ho vypijete „rychleji“, má příznivý vliv na zemské úrovni, kde uvolňuje bloky. Jestliže si ho rituálně užijete a budete pít pomalu v meditativním naladění, jeho účinek probíhá v jemnohmotné sféře, kdy pomáhá s ukotvením a realizací našich nejvyšších vizí.

Volnou a rovnovážnou cestu vpřed vám přeje ONDŘEJ VESELÝ

Klíč k sobě samému

Obecně představuje štěstí radost ze života, pocit, že nám nic nechybí, zdraví, psychickou pohodu a spokojenost. Tímto článkem nabízím čtenáři můj pohled a podnět k zamyšlení. Posvítla jsem nám na jednu z možných cest, po které se můžeme rozhodnout kráčet. Výběr je jen na nás.

HLEDAČI ŠTĚSTÍ. VENKU.

Rozhlížím se kolem sebe a vidím lidi, jak hledají své štěstí venku. Vidím lpění na pozornosti, ocenění, úspěchu, bohatství, uznání, dokonalosti, pochvale, obdivu, potlesku či slávě. Vidím snahu zaujmout jiné. Být pro ně žádaní a zajímaví. Potřební. Vidění,



slyšení, pochopení, milování. Vidím touhu po fyzickém kontaktu, setkání. Mnozí čekají na zprávu či telefonát tak, jako se v dřívějších dobách čekávalo na dopis. Vidím úsilí pokračovat, nevzdávat se a neutéct, a vidím i beznaděj. Následky toho, že touhy nejsou uspokojené. Častokrát lidé pro prchavý pocit štěstí udělají cokoliv. Je to jako droga. Když ji nedostáváme a už jsme ji okusili, hledáme zdroje. Abychom se cítili dobře. Nejlépe natrvalo. Ale na jakých místech a u koho hledáme? Venku, či v sobě? Někdo hledá svou správnou Duši, někoho, kdo mu porozumí a bude ho navěky milovat. Další chce práci, tu pravou pro něj, v dnešním žargonu se nazývá posláním. Aby ho naplnila. Aby byl užitečný a potřebný. Jiný usiluje o bohatství, ve kterém je očekávání svobody. Někdo chce ideální vizáž a spojuje to se zdravím nebo potřebou líbit se. Komu? Každý se něčím bavujeme. Ledacos bývá předmětem hledání. Toto vše patří k životu, je-li v tom uvědomění, růst a rovnováha. Pokud se netrápíme tím, co nemáme. Neboť... Dá se radovat z toho, co máme, mít vizi a cíl a vyvíjet se během života.

NĚKDO SE MÁ LÉPE NEŽ JÁ. VENKU.

Lidé mají schopnost vycítit, že někdo jiný je z jejich pohledu šťastnější nebo je dál než oni (ale – co je „šťastnější“ a „dále“?). Někdo závidí a nepřeje, pomlouvá a dehonestuje, bagatelizuje, aby se sám cítil hodnotnější. Jiní se inspirují a navzájem podporují v růstu. Další kráčí ve stopách svého vzoru, jdou po jeho cestě. Ta cesta se na určitý čas stane jeho cestou. A možná se sám ztrácí v cizím ztracení. Bloudí. Nebo nabírá zkušenosti, které mu pomohou změnit směr. Co mi ukáže, jestli je správná cesta, po které kráčím? Pocit. Pocit, když odezní prvotní nadšení a euforie. Cítím se dobře tam, kde jsem?

ČLOVĚK A JEHO POTŘEBY. ZVENČÍ DOVNITŘ.

Je lidskou přirozeností být vyživován z vnějšího světa. Dává nám to základ. Kořeny. Jako malí jsme byli závislí na teple, výživě, zájmu, péči a lásce našich rodičů či opatrovníků. V procesu růstu se učíme zajistit si požadované potřeby sami. I v přírodě je tomu tak. Když je ptáček připravený, vyletí z hnízda. Člověk se učí pozorováním. Ti, kdo ho vychovávají, si často sami neumí zajistit to, po čem touží. Nenačili je to. Také to neuměli. Každý umíme něco. A ačkoli jsme se některé dovednosti nenačili jako děti, nikdy není nic ztraceno. Život, ten organismus, kterého jsme součástí, nás ochraňuje a učí.

A co najdeme venku, když nabírajíce zkušenosti zdánlivě bloudíme? Najdeme indicie, kterým směrem se vydat a kterým už nejít. Najdeme poznání, že jsme se odklonili od Já. Najdeme klíče, kterými standardně odemykáme nejdříve cizí dveře a snažíme se dostat k cizím srdcím, abychom odtud vydolovali poklad pro nás. Když se to nedaří, zkoušíme v jiných dveřích. A v dalších. Docházíme k poznání, že některý z klíčů bude od našich vlastních dveří a srdce, my si toho všimneme (hurá!), dovolíme si to a odvážíme se najít ho a odemknout. Na základě pozorování, rozhovorů, konzultací, přečtených knih a svého života mohu konstatovat, že je to klasický model vývoje člověka. Hledáme se přes interakce a zkušenosti zvenčí. Znovu a znovu. Venku nabíráme dovednosti, jak porozumět sobě samému.

JAK TO BYLO U MĚ? KOUSEK PŘÍBĚHU.

Rozhodla jsem se obrátit. Ne na ostatní, jestli jsou vedle mě, jestli mě vidí, jestli stihnou se mnou držet krok nebo už někam odbočili. Přestože někteří lidé jsou pro mě výjimečně blízcí a důležití. Rozhodla jsem se zaměřit pozornost na sebe, obrátit se k sobě. Venku jsem nenašla to, co jsem hledala. Ze začátku se strachem, jestli neztratím to, čím jsem a co mám. Byl to velmi blokující

strach. S odstupem času můžu říct, že to bylo nejlepší rozhodnutí, jaké jsem udělala. Žiji to. Učím se a zkouším, jak na to. Příležitostí k tréninku je nekonečně mnoho. Od rána do večera a každý den nanovo. Poznávání sebe samé mi přináší širokou škálu emocí a zážitků. Můj vztah a cesta k sobě mají zajímavou dynamiku. Je to dobrodružné putování do známých, a přitom neprobádaných blízkostí. Víím, že u sebe nemůžu zabloudit a zároveň mám pocit, že vcházím do neznáma. Copak tam objevím? Že by sebe? Jsem jako vesmír, v malém i ve velkém. Nabírám pochopení.

CESTA K SOBĚ. I K DRUHÝM.

Co tedy můžu dělat? Žít, být k sobě upřímná, shovívavá a trpělivá. A přijímat se taková, jaká jsem. Vidět se, slyšet se, cítit se, nelhat si. Jaká umím být k sobě, taková umím být i k ostatním. Uměla bych pochopit jiné, milovat je, když bych nechápala a nemilovala sebe? Je to proces. A jak jsem se sebou dříve zacházela? Tolikrát jsem se neslyšela, neviděla, necítila. Když jsem se hledala venku. Zrcadla zvenčí (lidé a situace) a moje tělo ke mně promlouvají a já si toho všímám, ačkoliv to neumím vždy hned dekódovat.

Tyto dovednosti bychom se měli učit již doma od mala a pak ve škole. Od těch, kdo to umí. Jak pečovat o sebe? Jak se poznat? Ze všech potřebných úrovní a na všech potřebných úrovních. Co nám prospívá, jaké jídlo, jaká životospráva, pravidelnost a forma pohybu, jak uchopit a vyjádřit emoce? Jak kultivovat svůj život? Abychom byli zdraví a šťastní. Možnosti rozvoje a pokroku jsou nekonečné a základ jednoduchý, jen se o něm často nemáme kde dozvědět.

Jak říkám, poznávání sebe přes žití je to největší dobrodružství. Všechno, co pochopíme, umíme předat svým potomkům a pro starší z našich rodů je to vyživující také. Každé pochopení ovlivní i kolektivní pole.

UŽ JSEM DOMA. A STÁLE CHODÍM VEN.

Jsme domem s dveřmi a klíčovými dírkami. Mikrosvětlem v makrosvětě života. Není cílem sbírat klíče od srdcí jiných. Ani dveře do mého domu si jiný člověk jen tak neodemkne. V mém domě mě ani nemůže zamknout. Nelíbilo by se mi to. Jde o to, najít dveře k sobě a v nich klíčovou díрку. A pak další a další. Neboť klíčů najdeme na cestě životem mnoho. Jsou však naše? A co s nimi, když nevíme, kam patří, a venku zkusmo hledáme, kam bychom je strčili? Protože chceme někde bydlet (v začátcích u někoho), někam patřit, najít lásku. Prozradím vám, že náš klíč bývá často zavěšený na řetízku z našich kořenů. Pochopení, co a kde máme hledat, nám velmi usnadní život. Hledám proto sebe u sebe. Hledám lásku a pochopení pro sebe u sebe. Už ano. Ale pomohlo mi, že jsem nejdříve hledala venku. Stále vycházím ven, je to tak podnětné a vyživující! Víím, že se mám kam vrátit. A když se najdou takové alespoň dva, ideálně mnozí, co bydlí u sebe doma, mají od sebe klíč a vědí o tom, takovým lidem dám ráda klíč od některé části mého domu. Svobodně a s láskou se můžeme navštěvovat a případně pomáhat hledajícím hledat jejich vlastní domy a dveře a dířky a také kořeny.

*Nezapomeňte, klíč od sebe máte jediné vy.
S láskou, Ing. DANA HÜBSCHOVÁ*

MOUDRÁ SLOVA

„Často hledáme klíče od štěstí, které po celou dobu nosíme u sebe.“

MIKAIL NEJMS, Změna sebe



Terapeutické metody (51) CVIČENÍ PODLE LUDMILY MOJŽÍŠOVÉ

PRVNÍ PŘÍBĚH

Byla hluboká totalita, přesně rok 1971, když se na svéráznou paní Mojžíšovou (rehabilitační zdravotní sestru ukrajinského původu) obrátila 36letá profesorka gymnázia se svými potížemi s otěhotněním, migrénami a bolestivou menstruací. 15 let ji její muž trpělivě vozil od lékaře k lékaři, každý z nich jí nakonec řekl, že to musí do přechodu vydržet. Za čtyři měsíce společné práce obou žen nastal u klientky zlom, s mužem se poté dohodli, že požádají o adopci dítěte. Nato si paní Ludmila řekla, že když regenerace svalů a tkání trvá tři až šest měsíců, tak že paní profesorku přemluví, ať ještě 2 měsíce vydrží. Po 6 měsících pak kantorka opravdu přišla s novinkou, že je těhotná. Její syn je tak první a nejstarší „mojžíšátko“. On i všechny další počaté děti jsou důkazem, že metoda paní Mojžíšové funguje.

PÁR SLOV O AUTORCE

Svým pacientkám Ludmila říkala „kočky“, byla vždy přímá a upřímná, nebrala si servítky a jednala na rovinu. Napravovala „pérdele“ a dbala na to, aby svaly „nevisely jako hadry“. Její profesní cestu lemovaly úspěšné případy, těhotenství žen, které nikdy neměly být těhotné. Dovedla vytvořit atmosféru, která zbavovala strachu a nervozity. Měla mimořádný pozorovací talent, obrovskou píli, těšila se sympatií a důvěře svých pacientů. Působila ve Výzkumném ústavu tělovýchovném

v Praze v Tyršově domě na Újezdě. 20 let byla také asistentkou rehabilitace na katedře tělovýchovného lékařství a zdravotní tělesné výchovy FTVS UK. Mezi jejími klienty byla celá řada známých osobností sportu i zábavy. V zahraničí byla známá, v USA učila své následovnice, vyšla jí tam kniha. Přes různé peripetie a nepřízeň tehdejších našich úřadů byla nakonec její metoda uznána za možnost první volby při funkční ženské sterilitě.

DESET A DVA CVIKY, KTERÉ ZMĚNÍ ŽIVOT

Metoda Ludmily Mojžíšové je založena na principu existence **reflexních vztahů mezi páteří a vnitřními orgány**. Dojde-li k dysfunkci páteře, ovlivní to negativně i činnost odpovídajících vnitřních orgánů a obráceně.

Pokud má metoda fungovat správně, je třeba zkombinovat fyzioterapii s domácím každodenním cvičením. Při první návštěvě u fyzioterapeuta proběhne diagnostika pohybového aparátu vyšetřovacími metodami. Zhodnotí se postavení prvních sedmi párů žeber, stav bederní páteře, sakroiliakálního skloubení a pánevního dna. Nápravu zajišťuje soubor postupů, které využívají mobilizaci, techniky měkkých tkání, pasivní pohyby, masáže a tepelné procedury pro léčbu páteře, pánve a svalů celého těla. Součástí je i napravení kostrče per anum (přes konečník).



Na doma potom dostávají pacienti 12 potřebných cviků rozdělených do 4 skupin k autorehabilitaci. Mohou se cvičit zvlášť i jako celek, každý je zaměřený na jinou část páteře. Slouží k posilování a uvolňování svalových skupin, zejména v oblasti pánve, kyčlí a bederní a křížové oblasti. Pozornost je věnována ale i svalům břišním, prsním a šijovým, postavení obratlů a hybnosti jednotlivých úseků páteře. Poslední dva cviky jsou sice vyvinuty především pro muže na zlepšení spermogramu, nicméně není na škodu je také zařadit. Jak vidíme, celé cvičení je zacíleno především na pánevní oblast. Z pohledu TČM se tedy jedná hlavně o meridián jater a žlučníku, ledvin a močových cest a žaludku a sliziny-slinivky. Pánev se nám blokuje, pokud se v životě necítíme v bezpečí, stabilizovaně a spokojeně, když v sobě hromadíme nevyřešené a potlačené emoce. K uvolnění vedle zmíněné metody může pomoci také celá řada produktů Energy, k výběru je vhodné využít měření Supertronicem. Celou sestavu lze cvičit ráno, v poledne či večer (ideálně 2x denně), dle svých možností a indikace. Nejde o kvantitu, nýbrž kvalitu, každý ze cviků má přesně vymezený postup, počet opakování i délku aplikace. Nedílnou součástí metody je také popis chyb, kterých je třeba se vyvarovat. Doporučuje se cvičit po vyprázdnění, na karimatce, při pokojové teplotě a v pohodlném oděvu. Nerušeně, v tichu a klidu, aby bylo zaručeno soustředění.

BUDE VÁS ZAJÍMAT

INDIKACE

- » funkční vertebrogenní bolesti zad, páteře z nezdravého životního stylu
 - » vertebrogenní potíže na podkladě strukturálních změn (vyhřezlé meziobratlové ploténky, Scheuermannova choroba, Bechtěrevova choroba, skolióza, lordóza, kyfóza, artrotické výrůstky na páteři), artróza kyčlí
 - » bolesti kostrče, zevních pohlavních orgánů, bolest při pohlavním styku, anorgasmie
 - » absence menstruačního krvácení u mladých dívek (nahrazuje hormonální léčbu), nepravidelná nebo bolestivá menstruace
 - » neprůchodnost vejcovodů, obrácená poloha dělohy, malá, nevyvinutá děloha
 - » opakované potraty, snaha o početí, zlepšení patologického spermogramu
 - » zácpa spastického typu, inkontinence
- Metoda je vhodná pro každého. Nezatěžuje totiž kardiopulmonální systém, takže ji využívají i lidé s chorobami srdce a plic, hendikepovaní či senioři. Ostatní ji mohou doplnit také o vytrvalostní sporty, jako je rychlá chůze, běh, cyklistika, plavání, lyžování atd.

Při druhé terapii se opět ošetří pánevní dno, sakroiliakální klouby, bederní páteř a blokády žeber. Průběh dalších terapií se odvíjí od rychlosti ústupu obtíží a spolupráce pacienta. V dnešní době bohužel často dochází k chybnému nahlížení na terapii dle Mojžíšové pouze jako na sestavu několika cviků...

ZÁVĚR

Slovy paní Mojžíšové: „Tak abych to shrnula. Když budete poctivě cvičit, mohu vám slíbit jednak renesanci při styku, nebolavou menstruaci a po čase snad i těhotenství. A kdyby nic jiného, tak aspoň zpevněnou figuru a návrat sebevědomí, což pro ženskou taky není k zahození.“

Za sebe bych dodala, že zbavit se bolesti jakoukoliv metodou je bezvadné. Jen to zkusit a vytrvat. V dnešní době si metoda Ludmily Mojžíšové rozhodně zaslouží obrodu a naši pozornost.

MARCELA ŠTASTNÁ



Seriál pro ženy (12)

Jsem tichá vodní hladina za svitu měsíce, jsem tsunami, co smete vše z povrchu zemského, jsem Bohyně větru dlící v oku hurikánu, jsem sopka, jsem láva, jsem půda... Jsem žena čarodějka. Stejně jako ty, sestro!

ŽENA JE KRIZE

V ženském životě dochází ke krizím pravidelně. Jak hormonální hladiny kolísají, stává se žena soustavně nevyzpytatelnou a neodhadnutelnou, mnohdy i sama pro sebe. Právě tato nejistota muže zároveň děsí i přitahuje a mnozí z nich pocítí na vlastní kůži, že žena umí být nejděsivější z přírodních katastrof.

TSUNAMI NA OBZORU

Nevědomá žena je prostě pravidelně protivná. Některá dokonce nepřetržitě. Některá je dokonce zlá a principiálně krizotvorná. Nedá pokoj, dokud nezpůsobí rozvrat jakéhokoli druhu. Možná někteří z vás máte ve své blízkosti nebo dokonce v rodině ženu, kterou potkávejte jen velmi neradi, protože se v její blízkosti necítíte bezpečně. Ženy, které mají velké množství energie, již ale neumějí používat vědomě kreativně, vládnou svému okolí absolutistickou, despotickou a bezohlednou formou matriarchátu. Takovým je rozhodně lepší se vyhnout, protože buďto vás „sežerou“

a přijdete o veškerou svoji aktuální sílu, nebo se dostanete do konfliktu, pokud téhle matroně odmítnete svoji energii předat. Tak jako tak, je to vyčerpávající, muži, ženy i děti jsou v blízkosti takových žen v neustálém ohrožení.

UMĚNÍ UBLÍŽIT

Vezměme ale v úvahu, že mezi ženami nejsou jen sebestředné zrůdy trpící narcistickou poruchou. Mnohé z nás jsme si vědomé své síly. Tahle síla má nejen kreativní schopnosti tvořit, ale stejně tak silný potenciál likvidovat. Dokud si tohle plně nezažijeme, budeme se svojí silou v kontaktu jen na půl. Jsme totiž často vychovávány v přesvědčení, že máme být hodné, laskavé a vstřícné, a proto se vyhýbáme konfliktům, ohlazuje me hranu a děláme kompromisy, které nás mohou zavést do takových konců, ze kterých už není návratu. Už rozumíte, o čem mluvíme? Děláme vztahová rozhodnutí založená na kompromisech a pak se divíme, že nejsme šťastné, ačkoli se nám vlastně nic tak hrozného neděje. Zdráháme se tomu druhému člověku vedle nás odhalit svoji pravdu, protože víme, že by ho to mohlo zranit, a tak soustavně předsouváme jeho potřeby před svoje vlastní, až se to celé zadrhne a dál už to nejde. A to už je pak ale pořádná krize, do které jsme se však dostaly svou snahou se krizi vyhnout. Nechtěly jsme ublížit tomu druhému,

čímž jsme ale soustavně ubližovaly samy sobě. Vidíte se v tom? Vítejte v klubu ohleduplných žen, které se díky své poddajnosti zkroutily do podoby, ve které se nepoznávají. Buď v téhle situaci budete do konce života skomírat, nebo se rozhodnete použít zbytky své energie k destrukci a někomu ublížíte...

JÁ, TA ZLÁ

Ve svém prvním vztahu jsem setrvala 17 let. Už ale někde v polovině toho času mi pomalu začalo docházet, že nejsem šťastná. Dlouho jsem nebyla schopná řešit to rozchodem, právě z důvodu ohledu na toho druhého, a taky ze strachu ze změny. Bála jsem se skočit do propasti neznáma, ale když jsem to nakonec po tolika letech a dvou dětech udělala, zjistila jsem, že je tam ráj a že jsem se vůbec bát nemusela. Život mě za moji odvahu jít svojí cestou odměnil v podobě nového vztahu, který mi ukázal, že krize je velmi silným nástrojem transformace. Po tolika letech jsem totiž už žádné kompromisy dělat nehodlala, pochopila jsem, kam mě to dostalo, a v žádném případě jsem nechtěla udělat stejnou chybu dvakrát. A proto jsem pokaždé, když jsem cítila, že se děje něco pro mě nepříjemného, své pocity jasně a poměrně ostře komunikovala. Kritika nebývá na druhých stranách přijímána úplně dobře, ani ta konstruktivní. Někdo to zkrátka nezvládne a opustí společnou loď dřív, než vůbec může k nějaké transformaci dojít. To jsou ale krysy, protože hrdinové na takových lodích zůstávají. Rozhodla jsem se tedy hrát životní ruletu a vsadila vždy úplně všechno na jedno číslo. Buď přijdu úplně o všechno, i to dobré, protože mé požadavky nebudou akceptovány, nebo dojde k transformaci a vztahová mozaika se přeskládá tak, že to bude pro mě přijatelné. Nevěřili byste, kolikrát jsem to udělala, kolikrát jsem vyvolala vztahovou krizi, kolikrát vsadila všechno na červenou. Můj muž ale vždy povstal jako fénix z popela a s ním i náš vztah, vykalený ohněm nekompromisnosti. Obnovený jako půda po sopečném výbuchu, obohacený o minerály opravdovosti a o velmi silné zážitky, které nás oba vzaly za srdce. Na téhle půdě vyrostlo naše manželství, které roste ve vířící mé divokosti, odolává přívalům mé upřímnosti a zoceluje se všemi přestálými krizemi. Krize může být velký dar.

Mgr. TEREZA VAR VIKTOROVÁ





Principy TČM uplatňované při tvorbě a výběru produktů Energy



Rádi bychom Vás pozvali na nový seminář – 25. října do Prahy. Přednáší paní doktorka Vosátková, která ve své odborné lékařské praxi propojuje klasickou a tradiční čínskou medicínu již 30 let.

Paní doktorko, máme zde nové téma, zásadní pro pochopení toho, jak jsou produkty Energy sestaveny,

koncipovány a jak fungují. Čím nás na něj nalákáte?

Budeme mluvit o tom nejdůležitějším, o základních principech. Bude určitě velmi zajímavé spojit cestou Energy světy přírodní medicíny a medicíny západní tak, jak se o to snažíme již mnoho let. Věřím, že se jako vždy ukáže celá řada témat, která bude třeba rozebrat. Cílem semináře je dokonale porozumět celostnímu pohledu na zdraví a nemoc. Je důležité mít se o co opřít při úvahách o výběru a kombinacích produktů. Pak dokážeme velmi dobře, a hlavně účinně pomoci sobě i ostatním.

Je seminář určený pro každého nebo jen odborníkům – terapeutům? Může i laik zužitkovat poznatky získané na přednášce?

Seminář není pouze pro terapeuty. Je pro všechny, kteří již užívají produkty Energy, a to klidně pouze pro sebe či svoji rodinu, a chtějí prostě vědět víc. Naučí se maximálně efektivnímu výběru produktů, díky čemuž se jim i nejlépe zúročí vynaložené prostředky.

Moc se na všechny posluchače těším a věřím, že nám spolu a s TČM bude hezky.

Děkujeme za rozhovor!

SLEDUJTE NÁŠ WEB

Přehled webinářů a školení včetně přihlášek najdete na www.energy.cz, v sekci Vzdělávání. Témata průběžně stále doplňujeme.

Můžete načíst mobilem QR kód a hned se Vám otevře nabídka.



CELODENNÍ SEMINÁŘE

- » Jak s Energy produkty podpořit léčbu ordinovanou lékařem a co můžeme s jejich pomocí zvládnout sami? – 11. 10. 2024, Brno
- » Principy TČM uplatňované při tvorbě a výběru produktů Energy – 25. 10. 2024, Praha
- » Závažné nemoci a Energy aneb Jak přistupovat k rakovině, autoimunitním a dalším onemocněním – 8. 11. 2024, Olomouc
- » Supertronic pro začátečníky – 9. a 10. 11. 2024, Hradec Králové

ONLINE WEBINÁŘE

- » Dutina ústní je zrcadlem celkového zdraví – zatínání, skřípání, chrápání – 3. 10. 2024
- » Diskuzní fórum pro terapeuty: Jak efektivně využívat diagnostiku v péči o klienty – 10. 10. 2024
- » Poruchy vědomí – 31. 10. 2024
- » Zdravá výživa v zimě: recepty, rady a tipy pro praktické použití – 7. 11. 2024
- » Autismus – pohled ze všech stran – 21. 11. 2024
- » Klinický webinář pro terapeuty – témata podle vašich kazuistik – 28. 11. 2024
- » Vánoční aromaterapie – 12. 12. 2024



PODPOŘTE REGENERACI A DETOXIKACI VAŠEHO MAZLÍČKA

CYTOVET 2SET

Členská cena balíčku: 1 006 Kč

44 bodů, 542 Kč ušetříte

SLEVA
35%
☆☆☆

CYTOVET

REGENERAČNÍ PŘÍPRAVEK
S VÝJIMEČNÝMI DETOXIKAČNÍMI
SCHOPNOSTMI A OBSAHEM
VYSOKOMOLEKULÁRNÍCH
HUMINOVÝCH KYSELIN.



Akce je určena pouze pro členy Energy.

Platnost akce od 1. do 31. 10. 2024 nebo do vyprodání zásob.

Pentagram ve světě zvířat (2)

KOV

Je podzim, a proto náš seriál o pentagramu ve světě zvířat začneme prvkem Kov, jehož energie čchi v tomto období dominuje.

Kov je o schopnostech vymezit hranice, uhlídat si je a nedovolit nikomu je překračovat. Mluvíme zde také o obranyschopnosti. Bojuje-li tělo neustále s nějakou infekcí, je potřeba posílit prvek Kov. Hranice mezi tělem a světem tvoří kůže, oslabení v prvku Kov se tedy může projevit na kůži. Z orgánů sem patří také plíce a tlusté střevo, takže nerovnováha na tomto prvku se někdy ukáže i zde. Atmosférou podzimu je **sucho**, které v tuto dobu napadá právě plíce. Mluvíme o tzv. vysychání jinových, tekutých složek v plicích, což má za následek suchý kašel, vysychání kůže, sucho v ústech a nose. U zvířat řešíme někdy suchý nos nebo suché polštářky na packách, které mohou v důsledku toho praskat, až krvácet. Doporučuji tlapky promazávat přírodní masť **Vetbalm**. Je to novinka ve veterinární nabídce Energy, typ produktu, který nám chyběl, a jsem za něj moc ráda.

Nedostatek energie na prvku Kov se může projevit například jako onemocnění kůže, těžké dýchání, dušnost, chronické záněty tlustého střeva apod.

Nadbytek energie oproti tomu poznáme jako zvýšení dechové aktivity, horečku s kašlem, zánět plic, bolestivý zánět šlach, zánět tlustého střeva s krvácením, průjem, ekzémy a vyrážky se zarudnutím a zvýšenou teplotou.

Ke Kovu náleží **emoce smutku**. Pokud je prvek oslabený, přeroste někdy smutek až v těžký žal. V důsledku toho se zvířata uzavřou do sebe, straní se společnosti. Nebo naopak jsou podrážděná a chňapavá, na pokraji svých sil, a pak někdy reagují agresivně, což je ale velmi vyčerpává.

KDO JE KOV?

Pokud bychom se zaměřili na typologii podle pentagramu, lze popsat zvířata, u nichž převažuje prvek Kov jako: nenáročná, vzhledem nepatrně pichlavá, suchá a mírně hranatá. Tato zvířata oceňují jasnou komunikaci (jasné pokyny), nenávidí nepořádek (vadí jim například nepřehledné cvičiště s mnoha překážkami, potřebují své vyhrazené místo – pelíšek, který je jen jejich a na

svém místě). Pravděpodobně je najdete přímo hned za vůdcem smečky či stáda. Jsou to přemýšliví tvorové, kteří si užívají zapojení své mysli a oceňují důslednost. Je pro ně těžké zapomenout, byli-li pokáráni nespravedlivě. Požadují, aby ostatní respektovali jejich hranice (mohou je chránit i mírně agresivně). Mají velký respekt k autoritám. Mohou trpět na astma, alergie, syndrom dráždivého střeva nebo poruchy imunitního systému. Příští díl bude věnován některým zvířatům patřícím k tomuto prvku.

VIROVET

Z veterinárních přípravků Energy prvek Kov v našem Pentagramu® zastupuje koncentrát **Virovet**. Bylinný přípravek, který poskytuje zvířeti odolnost a zlepšení bezpečného kontaktu s vnějším prostředím. Vyplatí se mít jej v domácí lékárnice, neboť je potřeba podat jej hned v počátcích onemocnění. Často se pak ani nemusí užívat dlouhodobě. Velmi dobře se kombinuje s dalšími produkty:

» **Psincový kašel, infekce dýchacího systému obecně:** neúčinnější bude, když jej začnete podávat hned od prvního dne projevu nemoci. Bývá většinou užitečné kombinovat jej s **Imunovetem**.

- » **Záněty slinivky, sleziny, žaludku:** tlumí zvýšenou sekreci žaludeční sliznice.
- » **Podzimní záněty močových cest z prochladnutí:** podporuje močení, zvyšuje celkovou odolnost, stimuluje tvorbu specifických protilátek, zejména protivirotických.
- » **Stres:** působí preventivně na stres typu smutku, mírní nadměrný strach o mládě.
- » **Falešná březost:** tlumí nadbytečnou sekreci (včetně laktace) a potlačuje přílišnou péči o mláďata. Pokud se spolu s tvorbou mléka objevují také psychické změny, přidáme k němu **Etovet**.
- » **Bradavice:** podává se společně s **Imunovetem**, zevně bradavice potírejte **Audivetem**.

Přeji nám všem i našim čtyřnohým přátelům, abychom na podzim sklídili plody léta, uchovali je a přichystali se postupně na klid zimy. Mějme přitom na paměti, že příroda už nebudí, ale dozrává a utiňuje se, je proto dobré chodit spát brzy a vstávat „se slepicemi“, aby se zabezpečil duševní klid. Respektujme potřeby zvířete a nepřetěžujme je aktivitami, vidíme-li, že potřebuje odpočinek.

MVDr. MIROSLAVA MŮČKOVÁ UZLOVÁ



Vyznáte se v čerstvých sýrech?



Čerstvé sýry jsou nezbytnou součástí jak naší, tak zahraniční kuchyně. Některé z nich mají všestranné využití, jiné se používají speciálně na konkrétní pokrmy. Podívejme se na ty nejpůvodnější. Jak se vyrábějí, jaké mají chuťové vlastnosti a k čemu se v kuchyni nejlépe hodí?

CO JE ČERSTVÝ SÝR

Označují se tak sýry, které nevyžadují zrání a jsou ihned připravené ke konzumaci. Obsahují mléko, smetanu, mléčné kultury a sůl. U kvalitních druhů byste neměli ve složení najít žádnou „chemii“, protože stabilizátory nejsou pro dosažení nejlepší kvality potřeba. Základem a nositelem chuti je tuk, který sýr získá ze smetany. Mléčná bílkovina pak dodává nakyslost. Přidaná sůl v závěru výroby odlišuje čerstvé sýry od tvarohů.

PROČ JE JÍST

Mají vysoký obsah plnohodnotných bílkovin, jsou zdrojem poměrně dobře vstřebatelného vápníku, fosforu a vitamínů rozpustných v tucích A, D, E, K plus vitamínu B12. Čerstvé sýry a tvaroh jsou obecně velmi dobře stravitelné.

- » **Tvaroh – základ české kuchyně.** Tradiční mléčný výrobek s pevnou konzistencí a jemnou, nakyslou chutí. Mléko se nechá zkysnout, sráží se a následně se odstraní syrovátka. Výsledkem je hustá hmota, měkká nebo tvrdší, v závislosti na obsahu vody a tuku v sušině. Koupit můžete hladký tvaroh vhodný na přípravu slaných i sladkých pomazánek, dipů, omáček, pohárů, cheesecaku nebo do těst, pevnější tvaroh vhodný do sladkých pečených moučníků, jako jsou tvarohové koláče či náplně do buchet. Tvrdý tvaroh je vhodný k nastrouhání na ovocné knedlíky.
- » **Mascarpone – luxusní útok na naši štíhlou linii.** Mascarpone je jemný, krémový sýr s vysokým obsahem tuku, který pochází z Itálie. Vyrábí se z čerstvé smetany, která se sráží kyselinou vinnou nebo citronovou šťávou. Má chuť lehce nasládlou a máslovou. Mascarpone je nejznámější díky své hlavní roli v italském dezertu tiramisu. Lze jej však také použít do krémů v kombinaci se šlehačkou, zakysanou smetanou nebo tvarohem, na dorty, jako náplň do palačinek nebo jednoduše jako luxusní pomazánku na pečivo. Použít se dá ale i v teplé kuchyni třeba do krémových rizot.
- » **Ricotta – lehký sýr plný bílkovin.** Ricotta je další italský sýr, mnohem lehčí než mascarpone. Vyrábí se z ovčího, kravského

nebo koziho mléka, ale někdy i ze syrovátky, která zbyla po výrobě jiných sýrů. Sráží se kyselinou nebo syřidlem a má jemnou, lehce zrnitou konzistenci. V kuchyni je ricotta oblíbená pro svou lehkost a neutrální chuť. Používá se do sladkých i slaných pokrmů – od náplní do raviol, lasagní, přes další typy těstovin až po pečené dezerty, jako je tradiční italský koláč s ricottou.

- » **Cottage – jednoduchá svěžest bez kalorií.** Zrnitý jemný sýr z odstředěného mléka. Ponechává se v malých hrudkách a neodkapává se úplně všechna syrovátka. Velice často se prodává s přidávkem smetany. Je oblíbený hlavně pro svou nízkou kalorickou hodnotu a vysoký obsah bílkovin. Používá se nejčastěji jako pomazánka na pečivo nebo dip k zelenině, ale může posloužit i jako základ bezpečkového pečiva s nízkým obsahem tuku.
- » **Chèvre – kozi šampion.** Tento francouzský zázrak z koziho mléka má velmi jemnou krémovou strukturu a výraznou chuť. Hodí se skvěle do salátů, na toasty, do quiche, ale také do dezertů v kombinaci s ořechy, medem a sladkým ovocem.
- » **Feta – apeninská kráska.** Řecký čerstvý sýr z ovčího nebo koziho mléka je charakteristický svou slanou a pikantní chutí a pevnou, drobnou strukturou. Je součástí klasického řeckého salátu, ale také pomazánek nebo pečených i dušených pokrmů se zeleninou či masem.
- » **Mozzarella – buvolí je nej!** Tento pružný a jemný sýr má typický tvar hladké sněhobílé koule a prodává se uchovaný v syrovátkovém nálevu. Nejčastěji se přidává na pizzu, ale i do těstovin, na maso, do salátů. Kdo by neznal předkrm – salát caprese?
- » **Questo Fresco – mexický klasik.** Jeden z nejoblíbenějších sýrů v mexické kuchyni. Má lehkou mléčnou chuť a drobnou konzistenci. Používá se do tacos, enchiladas nebo salátů.

MŮJ POHLED

I když mléko jako takové zrovna moc nemusím, protože mi nedělá nejlíp, život bez sýrů a tvarohu si představit nedovedu. Ano, existují rostlinné alternativy, ale pro mě to prostě není ono. Takový čerstvý kozi sýr na čerstvě upečeném chlebu, citronový cheesecake nebo lahodné tiramisu a řecký salát s fetou prostě stojí za to! Experimentujte s jejich použitím a objevujte nové kombinace, které dodají vašim jídlům ten správný šmrnc.

*Krémové jemný a delikátní začátek podzimu vám přeje
ZUZANA KOMŮRKOVÁ*

TĚSTOVINY S RICOTTOU A CITRONEM

400 g těstovin (linguine, špagety apod.), 300 g čerstvé ricotty, 2 lžíce olivového oleje, 1 jemně nasekaný nebo prolisovaný stroužek česneku, kůra z 1 bio citronu, 3–4 polévkové lžíce citronové šťávy, sůl a čerstvý černý pepř dle chuti, hrst lístků čerstvého tymiánu nebo bazalky, 50 g parmazánu nebo Grana Padano

Těstoviny uvaříme podle návodu na obalu. Mezitím do velké mísy vložíme všechny ingredience a promícháme, přidáme pár lžic vody z těstovin, aby konzistence byla hezky hladká a jemná. Přidáme uvařené těstoviny, promícháme.

TUŇÁKOVÁ POMAZÁNKA ZE SÝRA COTTAGE

1 konzerva tuňáka, 1 balení sýra cottage, ½ cibule, 1 lžička citronové šťávy, sůl, černý pepř, pažitka na dozdobení

Cibuli nakrájíme najemno, přidáme ostatní suroviny a vymixujeme nebo vymícháme do konzistence pomazánky. Podáváme na tmavém pečivu.



KRÉMOVÉ HOUBOVÉ RIZOTO S MASCARPONE

2 lžíce olivového oleje, 50 g másla, 100 g šalotky, 1–2 stroužky česneku, 200 g hříbků nebo žampionů na plátky, ½ lžičky soli, 200 g rýže na rizoto, 200 g bílého suchého vína, 450–500 g zeleninového nebo drůbežního vývaru, špetka černého pepře, 80 g mascarpone, 50 g parmazánu a 1 lžíce nasekané petrželky na posypání

Na olivovém oleji a máse orestujeme nadrobno nakrájenou šalotku a česnek. Vhodíme nakrájené hříbky, jakmile změknou, přidáme rýži a vše důkladně orestujeme, osolíme, zalijeme vínem, které necháme odpařit. Přilijeme asi polovinu vývaru a vaříme pod pokličkou na mírném plameni, po dobu uvedenou na obalu rýže. Kontrolujeme, mícháme, podléváme dalším vývarem. Jakmile je rýže uvařena al dente, vmícháme mascarpone a necháme rizoto v zavřeném hrnci dojít. Servírujeme dochucené pepřem, posypané parmazánem a petrželkou.



FÍKY S KOZÍM SÝREM CHÈVRE, MEDEM A OŘECHY

8 čerstvých fíků, 1 balení čerstvého kozího sýra, 2 hrsti nasekaných vlašských ořechů, 3 polévkové lžíce medu

Fíky nakrojíme do kříže a rozevřeme. Vložíme je do zapékačké misky, dovnitř každého fíku vložíme kousek sýra, posypeme ořechy, zakápneme medem a pečeme v troubě vyhřáté na 190 °C, než vše začne karamelizovat (cca 15 minut).

CITRONOVÝ CHEESECAKE

200 g máslových sušenek, 100 g másla, 500 g plnotučného tvarohu ve vaničce, 200 g mascarpone nebo Philadelphia, 100 ml smetany ke šlehání, 200 g cukru moučka, 2 bio citrony, špetka soli, 4 vejce, 1 žloutek, máta

Dortovou formu (ideálně průměr 24 cm) vymažeme po obvodu máslem, na dno vložíme pečicí papír. Sušenky rozdrtíme buď válečkem, nebo v mixéru a smícháme s rozpuštěným máslem. Hmotu upěchujeme na dno formy – můžeme si pomoci skleničkou, a dáme na půl hodiny do lednice. Tvaroh a sýr vyšleháme v hladkou hmotu, přidáme cukr, smetanu, sůl, citronovou kůru a šťávu z 1 citronu. Postupně zašleháme vejce a žloutek (v robotu snížíme otáčky). Hmotu nalijeme na sušenkový korpus. Troubu vyhřejeme na 160 °C a na dno umístíme nádobu s vodou, aby se cheesecake při pečení příliš nevysušil. Dortovou formou před pečením několikrát udeříme o kuchyňskou linku, abychom se zbavili vzduchových bublin. Koláč pečeme 45–60 minut, podle toho, jakou máme troubu. Pozor – povrch by neměl zhnědnout! Cheesecake necháme ve vypnuté a pootevřené troubě aspoň 2 hodiny vychladnout a pak ho umístíme na pár hodin do lednice, klidně přes noc. Ozdobíme jej tenkými plátky citronu a lístky máty.



Zepete 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.

Jak se zbavit vnitřního vzteku? Mám období, kdy na mě hned ráno přichází vzteklá nálada, štvě mě úplně vše, i když není žádný důvod. Někdy jsem naopak v pohodě, ale hlava jako by záměrně podněty vyhledávala.

ZDENKA S., Vodňany

Je skvělé, že si svůj vnitřní vztek uvědomujete a hledáte způsoby, jak s ním pracovat. Z psychosomatického hlediska mává různé příčiny. Může se jednat o dlouhodobý stres, kdy je tělo v neustálém stavu pohotovosti, což ovlivňuje emoce. Nebo jsou na vině hormonální změny, narušený spánkový

rytmus, nevyvážená strava či nevyřešená traumata z minulosti. Pracujte současně na fyzickém i psychickém zdraví. Pravidelný pohyb, meditace nebo jóga vám pomohou uvolnit napětí a regulovat hormony. Na zpracování hlubších příčin vzteku využijte psychoterapii. Pomocí malby, hudby nebo tance vyjadřujte emoce a vhodná je i práce s vnitřním dialogem – změňte způsob, jakým sama k sobě mluvíte. Skvělým pomocníkem jsou aromatické esence. Vnitřní klid a psychickou stabilitu navozuje například **Lavender, Ylang Ylang** nebo **Sweet orange**.

MONIKA ŠTEJDÍŘOVÁ

LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT




V létě rádi hodně chodíme ven, proto jsme vybrali do čísla 7,8/2024 citát norského polárníka E. Kaggeho: „Chůze prodlužuje okamžiky.“ Kdo vyhrál?

- » Petra Rýdlová, Starý Jičín
- » Jindřiška Švecová, Zábobí u Blatné
- » Ludmila Černá, Rohovládova Bělá

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

Tajenku křížovky z tohoto čísla magazínu spolu se svojí adresou zašlete nejpozději do **22. 10. 2024** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7 nebo e-mail: tajenka@energy.cz

„Nevyčítej životu, co ti nedal,... (TAJENKA).“ – Lucius Annaeus Seneca

Nápověda: COUP; ICAO; YSTAD	Krychle	Zbavit se nečistot	Zkratka kusu	Obyvatel Řecka	Elektricky nabitá částice		Tanec finského původu	Název písmene N	Místo, kde se láme kámen	Jméno spisovatele Huntera	Kdo kárá		Soustava příčných nití v tkanině	Italská dáma
Kokršpaněle						Noční pták Zásah v šermu						Končetina Tlukot (bás.)		
1. část TAJENKY														
Značka bizmutu			Část svíčky Zajisté (kniž.)					Ženské jm. ital. původu Švédské město						
Spojené státy americké				Omastky Kňouří					Vědní obor Stékat po kapkách					
Pohyb táhem					Zárodek ptačího pera Nádoba u studny					Zkratka tlaku krve Hlávková zelenina			Značka pro kilokalorii	Část obličeje
	Letecká organizace Tisňový signál					Městnání krve Značka čist. prášku							Zkratka naší měny Antibloko- vací systém	
Štěnice (zast. ob.)							Soudní odvolání Latinsky „v“							
Iniciály autora Ferdý mravence			2. část TAJENKY								Kořeny se zemí			
Zvratné zájmeno			Jméno hudebníka Hlase					Ptačí citoslovce			MPZ Slovinska			



Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

KANANGA – KVĚTINA LÁSKY S VŮNÍ DOMOVA

Na ostrově Jáva v Indonésii žila kdysi krásná mladá žena Kumala, kterou měl ve vesnici každý rád pro její soucit a laskavost. Proto se do ní zamiloval princ z blízkého království, oženil se s ní a odvezl ji z vesnice do paláce. Kumala byla sice šťastná, ale brzo ochořela. Princ zakrátko pochopil, co jeho milé chybí. Domov. Nechal tedy v královské zahradě vysadit strom ylang-ylang, který roste i v rodné vesnici Kumaly. Omamná vůně ji velmi brzy vyléčila, dárek ji nejen potěšil, ale také připomněl domov. Zanedlouho si vůni oblíbilo celé království a lidé začali ylang-ylangu přezdívat „květina lásky“. Věřili, že přináší do všech domovů lásku, radost, štěstí a laskavost. Nakonec se strom stal oblíbeným po celém ostrově Jáva.

YLANG-YLANG

Kananga vonná (*Cananga odorata*, *Ylang-ylang*, *Flower of flowers*, *Ilang-ilang*) je tropický strom z řádu *Magnoliales* rodu *Cananga*. Dorůstá až 25 metrů, má štíhlý kmen s rozvětvenou, hustě olistěnou korunou. Kůra je hladká, šedohnědá. Listy bývají oválné se špičatým vrcholem, dlouhé až 25 centimetrů. Svrchní stranu mají tmavě a spodní světle zelenou. Omamně vonné květy jsou velké až 6 centimetrů a skládají se ze 6 silných okvětních lístků. Barva je nejčastěji žlutá, bílá a oranžová. Plodem kanangy jsou bobule, které obsahují až 6 semen.

KOLONIÁLNÍ POKLAD

Strom pochází z jihovýchodní Asie, kde se jeho květy používají již mnoho staletí nejen k léčení, ale také při náboženských obřadech. Do Evropy se dostal v 17. století při obchodování s kořením. Velmi rychle si získal oblibu v kosmetice a parfumerii. Poprvé komerčně ho začali pěstovat Francouzi, stal se významným vývozním zbožím z jejich kolonií v Indočíně. Popularita ylang-ylangu ještě vzrostla ve 20. století s rozvojem aromaterapie. Začal se využívat při úzkostech, nespavosti, depresích či při různých rituálech. Strom se pěstuje v mnoha tropických zemích světa a je také důležitou součástí ekosystémů. V současné době se nepovažuje za ohrožený druh, což se může

brzy změnit. Odlesňování a ničení tropického ekosystému narušuje jeho přirozené prostředí. Počet divoce rostoucích stromů klesá, a i pěstování začíná být složitější.

NA AKNĚ I HORMONY

Esenciální olej z květů obsahuje přes 200 látek a sloučenin, které prospívají lidskému zdraví. Mezi hlavní patří linalool podporující spánek, geranylacetát, benzylacetát, eugenol, metyleugenol či isoeugenol. Kombinace a koncentrace jednotlivých složek vytváří vzácnou synergii se širokou škálou terapeutických účinků. Pro svoji neobyčejnost je ylang-ylang, nazývaný v TČM také *gan xiang hua*, začleněn do principu jin-jang a pěti elementů. Používá se především pro odblokování a harmonizaci životní energie čchi, vyrovnání emočního stavu a podporu psychické pohody. Využití nalezne také při menstruačních potížích, jelikož přispívá k regulaci hormonální nerovnováhy a ke zdravému fungování dělohy. Extrakt z byliny má stimulační účinky na trávicí systém a používá se pro zmírnění nadýmání, nevolnosti či průjmu. Posiluje slezinu a podporuje vstřebávání živin z potravy. V čínské medicíně se používá též k posílení obranyschopnosti organismu. Protizánětlivé účinky extraktu z květů zmírňují zánět v kloubech, svalech i pokožce. Ylang-ylang pomáhá při boji s akné, je výborný pro péči o zralou pleť. Účinek na nervový systém příznivě ovlivňuje vysoký krevní tlak, bolesti hlavy, neklid, nespavost, dlouhodobý pocit smutku, vyčerpání a bezraděje.

AFRODIZIAKUM?

Ylang-ylang je využíván také pro svou pověst afrodiziaka, jehož mechanismus není objasněn. Někteří proto účinek považují za placebo. Lidé popisují, že po aromaterapii či koupeli pocítují zvýšené libido, citlivost erotogenních zón, vzrušení a potřebu intimity. Příjemná vůně navíc navozuje atmosféru a spolu se zklidňujícím účinkem na psychiku může podpořit sexuální zážitek. Popsáno je také příznivé působení při lokální aplikaci velmi zředěného esenciálního oleje přímo na pánské genitálie. Dilatační schopnosti ylang-ylangu mohou vést ke zvýšení průtoku krve, a tím ke snazšímu vzrušení. Studie afrodiziakální účinek na lidi neprokázaly. Sami si můžete působení těchto omamně vonných květů vyzkoušet v aromaterapeutické esenci **Ylang Ylang**.

ONDŘEJ VESELÝ

Zdravá a silná imunita

PREVENCE / PODPORA / REKONVALESCENCE

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Imunosan + Flavocel	850 Kč	37	95 Kč
Vironal + Flavocel	791 Kč	34	88 Kč
Drags Imun + Flavocel	832 Kč	36	93 Kč
Cistus complex + Flavocel	778 Kč	34	87 Kč
Grepofit kapsle + Flavocel	717 Kč	31	80 Kč
Grepofit drops + Flavocel	684 Kč	29	76 Kč
Grepofit kapsle + drops + spray	838 Kč	35	92 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol a. + spray	1 057 Kč	44	116 Kč
Grepofit kapsle + drops + nosol aqua	854 Kč	36	94 Kč
Grepofit kapsle + nosol aqua + spray	756 Kč	32	83 Kč
Grepofit drops + nosol aqua + spray	723 Kč	29	79 Kč



Ceny platné dle aktuálního ceníku!
Jedná se o doplňky stravy. Akce platí do vyčerpání zásob!

Cenná doporučení MUDr. Alexandry Vosátkové
si přečtete v brožuře "Zdravá a silná imunita".

Kluby a konzultační centra nabízejí

BLÍŽEJOV

Provozní doba KE Blížejev:

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

Provozní doba KC Domažlice, Srnova 76:

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

Stálá nabídka:

bezplatná poradna, prodej produktů Energy vč. veterinárních / automatická kresba / zaslání produktů Energy / měření SPT / dárkové poukazy / poradna pro bezpečnou dietu / kraniosakrální terapie, kineziologie – Ing. J. Johánek, tel.: 721 728 381

Nabídka KC – poradna, Energy produkty:

» DOMAŽLICE

– MVDr. Hynčíková Birnerová L.,
tel.: 604 489 477 (veterinář)

» DOMAŽLICE – MUDr. Budka T.,
tel.: 603 226 913

(Energy produkty v gynekologii)

» RASPENAVA (Liberecko)

– Mgr. Vondráčková D.,
tel.: 724 307 203 (Supertronic)

» SUŠICE – Ing. Adamcová J.,
tel.: 605 128 207 (konzultace)

» SVINNÁ – Birnerová I.,
tel.: 723 107 663 (masáže)

» TRNOVÁ – Mičová J.,
tel.: 723 204 672 (reflexní terapie,
poradenství)

Kontakt:

Bc. Johánková Jitka

Blížejev 124

tel.: 721 384 473

e-mail: johankova@centrum.cz

www.energyprodukty.cz

BOSKOVICE

Provozní doba – POZOR – ZMĚNA:

po–pá 8.08–18.18, so 8.08–11.11 h.

Stálá nabídka:

poradna pro produkty Energy včetně veterinárních / zaslání zboží na dobírku

Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy:

» KC BLANSKO – Sladkovského 2a
– Ing. Jitka Součková, tel.: 608 620 059

Kontakt – POZOR – ZMĚNA od 1. 10.:

Boskovice, Jiráskova 8

Zdravá výživa Na Cestě

tel.: 731 543 388

e-mail: na-ceste@seznam.cz

BRNO

Provozní doba – POZOR – ZMĚNA:

po, st 10–12, 14–17.30, út 13–17.30,
pá 9–12 h.

Stálá nabídka:

poradna, prodej a zaslání produktů Energy, vč. veterinárních / měření SPT – V. Komoňová, Z. Erbenová, Ing. K. Karmazínová / masáže, Dornova metoda – H. Šobáňová / kineziologické testování vhodnosti přípravků Energy, zhotovení aurogramu, poradna – H. Hosová / masáže klasické, lymfatické, andělské terapie – R. Zavřelová, zaroma@seznam.cz, členové Energy sleva 10 % / Access Bars – tel.: 723 726 230, miri.aberlova@seznam.cz / měření SPT – Z. Erbenová, tel.: 603 596 812 /

Kluby a konzultační centra nabízejí

výživové poradenství – Ing. K. Karmazínová, tel.: 530 500 422 / regenerační a relaxační masáže celého těla krémy Energy – M. Srnská, tel.: 773 735 330

Nabídka KC – měření SPT:

» BRNO – Husovice, U ZLATÉ ručičKY, Kaloudova 21, pí. Erbenová, tel.: 603 596 812
» JEVÍČKO – Třebovská 839, prodejna Harmonie, pí. Komoňová, tel.: 602 347 037

» KUŘIM – Studio zdraví Harmonie, pí. Hrnčířová, tel.: 732 764 533 (měření EAV)

» NOVÉ MĚSTO NA MORAVĚ – Hornická 970, Ing. Brettová, tel.: 608 338 991, 724 037 437

» ŽIDLOCHOVICE – Nám. Míru 29, celostní poradna MUDr. Nezvalové a pí. Janáčková – www.energyzidlochovice.cz; ošetření pleti pomocí kosmetiky Energy, obj. na tel.: 603 811 428, pí. Janáčková

Kontakt:

Brno, Sukova 4

tel.: 530 500 422, 737 479 120

e-mail: info@brnoenergy.cz

www.brnoenergy.cz, www.clenenergy.cz

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

ČESKÁ TŘEBOVÁ

Provozní doba:

lichý týden po–čt 8–13, sudý týden po–čt 13–18 h., dále dle dohody

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy vč. veterinárních / měření SPT / masáže, baňkování, lymfodrenáž / jóga, SM systém / ochutnávky čajů a zelených potravin

Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy včetně veterinárních:

» NOVÉ: LITOMYŠL – Salon Martina, Smetanovo nám. 15 (2. p.) – Jiřelová Martina, tel.: 793 068 820 – kosmetika, měření SPT, dle obj.

» ČESKÁ TŘEBOVÁ – Spížirna u Magdaleny, Na splavě 56

» ČESKÁ TŘEBOVÁ – Centrum zdravého životního stylu, Hýblova 67

» DLOUHÁ TŘEBOVÁ – Hašková Ilona, tel.: 733 586 758 – kosmetika

» LITOMYŠL – J. E. Purkyně 1218, Lustyková Pavlína, tel.: 778 154 810 – kineziologie, biorezonance Bicom

» LUBNÁ 31 – Blažková Lenka, tel.: 725 907 191 – masáže

» NEPOLISY 75 – Masáže s Markétou, tel.: 737 703 919 – měření SPT, masáže a cvičení

» NYMBURK – U Moničky, Jičínská 1240, tel.: 723 307 318 – měření SPT, kosmetika
» POLIČKA – Keramika Paprsek, Pálená 123 – Ostatková Dagmar, tel.: 603 841 051

Kontakt:

Česká Třebová, Moravská 218

tel.: 737 331 071

e-mail: energy.ceskatrebova@seznam.cz

www.avmasaze.cz

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Provozní doba:

út–čt 9–12.30, 13.30–17,

pá 9–12.30, 13.30–15 h.

Stálá nabídka:

poradna, prodej a zaslání produktů Energy / diagnostika SPT / automatická kresba a Osho Zen Tarot / práce a působení polodrahokamů / měření krevního tlaku / e-shop: www.energyuklarky.cz / ochutnávky zelených potravin, vyzkoušení kosmetiky Energy

Mimořádná nabídka KE:

» 12. 10. – 9–17 h. – Rodinné konstelace – L. Zvolánek – Purkyňova 1085, Tábor, obj. na tel.: 776 454 874 nebo obchod.uklarky@seznam.cz

Nabídka KC – měření SPT, prodej produktů:

» ČESKÉ BUDĚJOVICE – Regenerační studio od SRDCE, Stavouinon, Žižkova 12, Ing. Milan Morávek, tel.: 731 827 169

» ČESKÝ KRUMLOV – Tadykytky, Plešivecká 142, tel.: 608 404 442

» PÍSEK – Lumen, Tř. Nár. svobody 25, Radka Dušková, tel.: 737 099 656

» VYŠŠÍ BROD – Zdravej kráček, Míru 407, Jindřich Hanzlíček, tel.: 739 429 935

» ZAHOŘANKY-PŘÍDOLÍ 23 – Ing. Karla Strejčková, tel.: 775 166 535, www.esoterickyobchudek.cz, poradenství a e-shop

Kontakt:

České Budějovice, Na Mlýnské stoce 6

tel.: 776 454 874

e-mail: energycb@seznam.cz

www.energyuklarky.cz

ČESKÝ TĚŠÍN

Provozní doba:

po 16–20 h. a dle dohody

Stálá nabídka:

měření SPT – E. Matlochová, T. Byrtusová, A. Heřman, P. Ammerling – tel.: 736 284 711 / měření SPT, rehabilitace, konzultace – MUDr. B. Rošková / prodej produktů

Energy, lymfodrenáž pro zdraví a krásu, klasické masáže, lávové kameny – M. Němčíková, tel.: 608 428 332 / prodej produktů Energy – V. Látková, tel.: 734 540 156, Havířov;

B. Gluzová, tel.: 777 019 050, Třinec

Nabídka KC – měření SPT,

prodej Energy produktů:

» JABLUNKOV – Velebnovského 164, Terezie Byrtusová, tel.: 608 581 799

» TŘINEC – 1. Máje 276, Eva Matlochová, tel.: 774 766 213

Kontakt:

Český Těšín, Mezi Lány 271

tel.: 777 293 601

e-mail: 21@symbols.cz

DOLNÍ BŘEŽANY

Provozní doba: POZOR – ZMĚNA:

po 9–12, 13–17, út 9–12, 13–17,

st 9–12, 13–17, čt 9–12 h.

pá dle tel. dohody,

mimo pracovní dobu vyzvednutí produktů na recepci 24/7

Stálá nabídka:

prodej, poradenství a zaslání produktů Energy vč. veterinárních / diagnostika SPT a Pedikom (počítačové vyšetření chodidel) – K. Kochová, tel.: 739 902 134 / e-shop: www.vitalityinlife.cz/poradame/

Nabídka KC (poradny SPT):

» JESENICE U PRAHY – BB-Studio, Říčanská 16 – kosmetické ošetření Energy, M. Baloušová, tel.: 603 589 497

» KRÁLUPY NAD VLTAVOU

– Přemyslova 347, Kosmetický salon – kosmetické ošetření produkty Energy, H. Kubinová, tel.: 777 248 500

» MNÍŠEK POD BRDY – Zelený kráček, Pražská 24, J. Pokorná, tel.: 607 886 279

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



- » PRAHA 3 – Ateliér Pod Schody, Biskupcova 74 – J. Koldová, tel.: 730 553 298
- » PRAHA 10 (Uhlíněves), Kašovická 870/5, Kosmetický salon – A. Škorpil, tel.: 774 070 394

Kontakt:

Dolní Břežany, Pražská 636
tel.: 739 902 134
e-mail: info@vitalityinlife.cz
www.vitalityinlife.cz
www.facebook.com/energy.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Provozní doba:

po–pá 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika SPT / masáže – pí. Slušítková, tel.: 776 488 848 / kosmetická péče s Beauty Energy – pí. Schubertová, tel.: 731 260 690 / veterinární poradna – MVDr. Martinová, tel.: 732 512 181 / e-shop: www.babkabylinarka.cz

Veterinární poradna:

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

Mimořádná nabídka KC

– poradny SPT:

- » KE HRADEC KRÁLOVÉ – 10. a 24. 10. – 10–17 h., tel.: 736 765 477, 495 534 715
- » CHOCEŇ – každé pondělí nebo dle dohody – pí. Smrčková, tel.: 775 060 535
- » KOSTELEČ NAD ORLÍČÍ – každé pondělí – pí. Mlejnková, tel.: 737 178 816
- » NOVÝ BYDŽOV – na objednání – pí. Rakouská, tel.: 776 614 046
- » OPOČNO – 24. 10. – pí. Králíčková, tel.: 739 379 435

- » SMÍŘICE – každý čtvrtek nebo dle dohody – PharmDr. Svobodová, tel.: 602 141 184
- » TRUTNOV – pí. Blahovská, tel.: 605 283 465 a pí. Pokorná, tel.: 603 576 457
- » ZDICE – Nad Cihelnou 943, Ing. Eva Zápotočná, tel.: 723 919 338, e-mail: eva@zapotocna.cz

Kontakt:

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

CHEB

Provozní doba:

po, čt 14–18, út 14–17, st 10–12 a 14–17 h., pá a v době mimo otevírací dobu volejte na telefonny uvedené níže v kontaktech

Stálá nabídka:

po, čt na objednávku – testování produktů SPT, Quantum – M. Svobodová, tel.: 603 486 331 / út a dle dohody – testování SPT, Quantum, výživové poradenství – A. Chmelová, tel.: 724 965 773 / výklad karet na vztahy i zdraví, dále chiromantie, numerologie – N. Reithel, tel.: 603 787 821

Mimořádná nabídka KE:

- » Jak podpořit imunitu – poradna + nabídka rychlotestu SPT pro výběr vhodného produktu

Nabídka KC + poradny Energy:

- » AŠ – Okružní 25, Mgr. D. Rejsková, tel.: 774 342 903
- » SOKOLOV – Studio Vesna + testování SPT na objednávku, K. H. Borovského 377 – J. Malušková, tel.: 604 790 940, e-mail: malus@seznam.cz
- » STRÍBRO (hirudoterapie, Acces Bars, produkty Energy) – Mánesova 1522, Ing. Z. Sladká, tel.: 737 616 051, sladka-pijavice@email.cz
- » TACHOV – J. Petráková, tel.: 739 464 473
- » TRSTĚNICE U MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ – Ing. K. Jandová, tel.: 775 916 666, zooiguana@seznam.cz – poradenství veterinární i humánní

Kontakt:

Cheb, Kostelní schody 1
tel.: 354 432 771, 354 422 355
603 486 331
www.energy-cheb.cz

KARLOVY VARY

Provozní doba:

po 8.30–17, út, st 8.30–15.30, čt 8.30–16 h., pá 8.30–14 h.

Stálá nabídka:

e-shop: www.energykv.cz / poradna online: fb skupina "Klub Energy Karlovy Vary" nebo whatsapp 775 947 793 / diagnostika EAV přístrojem, objednávka nutná na tel.: 606 020 012 / diagnostika tělesných hodnot na IN BODY / výhodně – masáže, kosmetika, pedikúra při praktickém vyučování studentů / rekvalifikační kurzy a odborné kurzy pro maséry / dárkové poukazy na masáže a Energy produkty

Veterinární poradna s produkty Energy:

- » DALOVICE – Botanická 256, I. Vidímová, tel.: 605 191 837 – komplexní regenerace zvířat, metamorfni technika pro zvířata, problémové chování koček aj.
- » KRÁSNO – MVDr. Cincibusová, tel.: 773 657 288

Nabídka KC – poradna a prodej

za členské ceny:

- » KLATOVY – Apatyka Pampeliška, Čs. legií 116, H. Matějková, tel.: 728 450 538 – poradenství v oboru čínské medicíny, irisdiagnostika, Bachova květová terapie aj.
- » MARIÁNSKÉ LÁZNĚ – A. Tatarinová, tel.: 702 420 654

Kontakt:

Karlovy Vary, Varšavská 1168/13
2. patro, agentura RAFAEL, s. r. o.
tel.: 775 947 793, 606 020 012
e-mail: info@agenturarafael.cz
www.energykv.cz

LIBEREC

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

bezplatná poradna, produkty Energy – měření SPT, kineziologické testování / individuální konstelace / kineziologie One Brain / EFT / tělové svíce / arteterapie, mandaly, enkaustika / ochutnávka 3 druhů zelených superpotravin Energy / dárkové poukazy na produkty / masáže, terapie – Galina Veselá / zaslání zboží na dobírku / kosmetické ošetření pomocí Beauty Energy a dalších produktů – Blanka Chlumská, nutno obj. na tel.: 725 515 068 / nutriční terapeut Jana Janská, pouze čtvrtky, tel.: 777 624 569

Mimořádná nabídka KE:

- » pá–ne 11.–13. 10. – Neurografika pro začátečníky. Všechny informace a podrobnosti zašleme na vyžádání: e-mail: inka.vesela@seznam.cz

Kluby a konzultační centra nabízejí

» st 23. 10. – 16 h. – Pentagram a imunitní systém s ochutnávkou superpotravin Energy – přednáška G. Veselé

» Biorezonance – Bicom II. generace – MUDr. Zuzana Baumannová, info na tel.: 777 624 569

Kontakt:

Liberec 1, Moskevská 637/6
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 domluvě

Stálá nabídka:

poradna celostní medicíny, produkty Energy / měření SPT / zásilková služba již od 0 Kč / ochutnávka vybraných produktů / testování kosmetiky

Další nabídka na objednání:

- » E. Karská – měření SPT, poradna – tel.: 720 289 092, Klub Energy
- » MVDr. M. Můčková Uzlová, Radějov 109 – Veterinární ordinace a poradna, tel.: 518 322 880, m.uzlova@seznam.cz
- » Mgr. P. Chromá – fyzioterapie – DNS dle prof. Pavla Koláře, metoda Ludmily Mojžíšové, Brugerův koncept, reflexologie dle Patakyho – tel.: 774 093 625, Slunná 827, Luhačovice
- » J. Struškova – kosmetická poradna a ošetření pleti produkty Energy – tel.: 604 897 909, kosmetikajennys.cz

Kontakt:

Luhačovice, Solné 804

tel.: 577 011 922, 702 041 015

e-mail: energy.luh@centrum.cz

www.energyluha.cz

OLOMOUČ

Provozní doba:

po, st 9–12.30, 13.30–18,
út, čt 9–12.30, 13.30–16, 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 SPT, astrologická poradna, bodyterapie, psychosomatická poradna – Mgr. M. Maňásková, tel.: 602 583 091

Mimořádná nabídka KE:

- » 12. 10. – Bylinná poradna Jiřího Čerkla, tel.: 732 256 115

» 19.–20. 10. – Rodinné konstelace – Libor Zvolánek, tel.: 731 692 823

Kontakt:

Olomouc, Dolní náměstí 16

tel.: 585 224 641, 602 583 091

e-mail: energy.olomouc@seznam.cz

www.energycentrum.cz

OSTRAVA

Provozní doba:

po 9–15, út 9–12, 13–16.30, st 12–18,
čt 9–12, 13–18, pá 9–14 h.

Stálá nabídka:

bezplatné konzultace, produkty Energy vč. veterinárních / diagnostika SPT – tel.: 777 804 730 / ošetření pleti s Beauty Energy, bezplatné vyzkoušení / kraniosakrální terapie / psychologická poradna – PhDr. Sýkora, tel.: 604 603 949, www.psycholog-sykora.cz / zboží na dobírku i přes zásilkovnu

Nabídka KC – poradna,

Energy produkty:

- » BÍLOVEC – Tkalcovská 47, Pavla Jarošová Bartková, tel.: 605 290 940
- » ZBYSLAVICE – Vrchpolí 122, Pavlína Klimešová, tel.: 774 912 703

Kontakt:

Ostrava, Českobratrská 15

zvonek č. 3, první patro

tel.: 602 404 934, 777 804 730

e-mail: vstrachotova@seznam.cz,

energyostrava@seznam.cz

www.klubenergyostrava.cz

PARDUBICE

Provozní doba:

po–čt 9–12, 13–17 h.

Stálá nabídka – jen na objednávku:

Pedikom – počítačové vyšetření chodidel – Š. Urbanová, tel.: 607 817 123 / konstelace, kineziologie, reiki – L. Hajníková, hajnikovalenka@seznam.cz, tel.: 722 934 746 / výživová a laktační poradna – Ing. M. Čejková, tel.: 733 121 930, marketacejkova@zdravimazelenou.com, www.zdravimazelenou.com / zaslání zboží + e-shop: www.vitalityinlife.cz / dárkové poukazy na Pedikom nebo měření SPT

Nabídka KC – poradny SPT:

- » KOLÍN – Karlovo nám. – E. Petříčková, tel.: 604 174 498
- » KUTNÁ HORA – D. Kuželová, tel.: 724 324 071
- » KUTNÁ HORA – L. Živnůstkova, tel.: 739 840 336

» KE PARDUBICE – T. Křišťůvková, tel.: 777 177 610

» VRCHLABÍ – D. Dobešová, tel.: 737 333 020

Kontakt:

Pardubice, Tř. 17. listopadu 216

tel.: 607 817 123

e-mail: sarka.urbanova@energy.cz

www.vitalityinlife.cz

PLZEŇ

Provozní doba:

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

Stálá nabídka:

bezplatná poradna, prodej produktů Energy / měření SPT / nutriční poradenství / zásilková služba / prodej drahých kamenů a terapeutických svící

Na objednání:

- » Kraniosakrální terapie – MUDr. L. Sobotková, tel.: 737 220 488

Kontakt:

Plzeň, Dominikánská 14 (Mestlův dům)

tel.: 775 415 480, 777 225 406 (L. Panýrková)

e-mail: obchod@energyplzen.cz

energyplzen@email.cz

www.energy-plzen.cz

PRAHA 2

Provozní doba:

po, út, čt, pá 9–17, st 8–19 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / diagnostika SPT / kosmetika / masáže / EFT / kraniosakrální osteopatie / regresní terapie / vědomé léčení / TČM / homeopatie / detoxikační a energetické zábaly / reflexní terapie / kvantové opravy / individuální a skupinové lekce



Kluby a konzultační centra nabízejí

jógy / veterinární online poradna:
energyvetpraha1@seznam.cz

Další aktuální program:

<https://www.facebook.com/EnergyklubPraha>,

<https://energy-manesova.cz/>

Kontakt:

Praha 2, Mánesova 11

tel.: 224 934 642, 737 403 334

e-mail: regina@energy-manesova.cz

www.energy-manesova.cz

PRAHA 4

Provozní doba:

po, st 9–19, út, čt, pá 9–17 h.

Stálá nabídka na objednávku:

poradna Energy / měření SPT

– M. Bednářová, tel.: 777 797 012 / měření

SPT, EFT terapie – I. Jandová Bendová,

tel.: 774 700 005, www.eft-jandova.cz/

veterinární poradna – V. Šašková,

tel.: 606 451 325, www.poradna.mzf.cz/

shiatsu – B. Šimečková, tel.: 703 662 907,

www.shiatsu-bara.cz

Nabídka KC – poradenství

a prodej produktů Energy:

» DVŮR KRÁLOVÉ – Revoluční 62

– výklad karet, tel.: 737 609 655

» Kladno – Bylinky a koření,

K Nemocnici 2814/4 – aromaterapie,

drahé kameny – tel.: 778 008 381

» KLATOVY – Oáza zdraví, Vídeňská 9

– měření SPT, regrese, automatická

kresba, tel.: 777 268 114

» PLZEŇ – Dům U Slunce, Na Roudné 105/1

– masáže, tel.: 777 573 004

» PSÁRY – Čarovné Bylinky, Na Vysoké 306

– výklad karet, tel.: 602 714 101

Kontakt:

Praha 4, Budějovická 601/128

(u metra Kačerov)

tel.: 244 472 762, 776 009 733

e-mail: energy-praha@centrum.cz

www.energy-praha.cz

PRAHA 7

Provozní doba:

po 9–13, 14–18, út–čt 9–13, 14–17, pá 9–14,

so 10–13 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy /

měření krevního tlaku / testy Beauty

kosmetiky / ochutnávka zelených

potravin, čajů

Stálá nabídka na objednávku:

H. Garguláková, tel.: 705 635 255 /

měření SPT (Supertronicem) – R. Skrčená,

tel.: 723 932 640 / Diacom – frekvenční

lечение – A. M. Tůmová, tel.: 775 046 115,

a.m.tumova@gmail.com /

veterinární poradce

Nabídka KC – poradenství

a prodej produktů Energy:

» NOVĚ: HOVORČOVICE (Praha – východ)

– Revoluční 644, Veronika Jacková,

tel.: 608 900 737,

e-mail: energyprodejna@gmail.com

Kontakt:

Praha 7, Dělnická 1633

(obchodní pasáž mezi drogerií Teta

a prodejnou Lidl)

tel.: 705 635 255

e-mail: energyprodejna@gmail.com

www.energypraha.cz

www.facebook.com/Energyvetpraha3

e-shop: www.eshop-csp.cz

PROSTĚJOV

Provozní doba:

po 9–13, 13.30–16, út 12–16,

st 10–13, 13.30–17, čt 13–16, pá – zavřeno

Stálá nabídka:

poradenství a prodej produktů Energy,

vč. veterinárních / zaslání produktů /

ochutnávka zelených potravin, čajů /

testy tělové a Beauty kosmetiky,

aroma esencí / diagnostika Oberon /

poradna Energy, osobní konzultace

– H. Kaplánková, tel.: 603 167 328 /

numerologický rozbor – A. Hanáková,

tel.: 603 844 833,

e-mail: hanakova.anna@seznam.cz

Nabídka KC – prodej produktů,

poradenství:

» DRŽOVICE – Olomoucká 266

– út 14–17 h. – Mgr. V. Leitnerová,

tel.: 737 717 385 (kineziologie,
automatická kresba)

» KONICE – 9. května 480,

Regenerační centrum Harmonie

– Mgr. L. Vévodová, tel.: 773 706 719

(Oberon – diagnostika)

» SLAVKOV U BRNA – Koláčkovo nám. 727,

Salon Ivka – I. Klučková, tel.: 607 628 101

» VYŠKOV – Komenského 9,

Energiel centrum zdraví, masáže

– Mgr. P. Nedomová, tel.: 724 080 016

(kraniosakrální uvolnění, kineziotaping);

N. Drbalová, tel.: 604 337 834

(Dornova metoda)

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, pá 9–12.30, 13–16 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy,

vč. veterinárních / diagnostika SPT /

masáže / kosmetické ošetření Beauty

Energy / Feng Shui / TČM / cesta

sebezpoznaní – fobie, strachy, alergie,

hubnutí / výklad run a Osho tarot /

Bachova terapie / rodinné konstelace /

výživové poradenství / numerologie /

koučink / e-shop: energy-pribram.cz

Nabídka KC – produkty Energy,

poradenství:

» DOBRŘÍŠ – U Anděla strážce, Pražská 27,

tel.: 602 335 755

» NOVÝ KNÍN-SUDOVICE – Salon

Štěpánka Hampeková, tel.: 602 229 694

» PŘÍBRAM – Renata Placáková – kosmetika

Energy, masáže, tel.: 606 904 880

» ROKYCANY – Studio Floop,

Klostermannova 635/III, tel.: 604 271 895

» SEDLČANY – Ul. 28. října, Iveta Barešová

– masáže, tel.: 603 446 020

Kontakt:

Příbram, Nám. T. G. Masaryka 100/101

tel.: 731 173 340, 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, 13–17 h.



Kluby a konzultační centra nabízejí

Stálá nabídka:

poradna Energy, zdravý životní styl, prevence / měření SPT / poradna celostní medicíny MUDr. B. Haltmara – gynekologie, tel.: 731 236 549, 737 015 470 / zásilková služba zboží a přístrojů (www.prirodniprodukty.cz) / masáže: Spinal Touch, manuální lymfatická, protimigrénová, reflexní, Breussova masáž, Dornova metoda, reflexologie, baňkování, kinesiotaaping, práce s energetikou těla a harmonizace čaker – pí. Pleyerová, tel.: 723 913 283, Shiatsu – p. Dohnal, tel.: 774 236 191 / měření na přístroji F-SCANT – terapie pomocí plazmového generátoru RPZ 14, tel.: 731 737 545

Kontakt:

Šumperk, Hlavní tř. 13/3

tel.: 731 737 545

e-mail: klubenergy@seznam.cz

www.klubenergy.cz

TÁBOR

Provozní doba:

po, čt 10–15, út, st 13–18 h.,

Stálá nabídka:

poradna Energy – A. Truhlář – alan.truhlar@seznam.cz / měření SPT – H. Košťálová, obj. Klára Synek Kloubová, tel.: 607 143 908 / rodinné konstelace – L. Zvolánek, www.systemicke-konstelace.info – obj.: R. Sekyrová, tel.: 776 214 706

Mimořádná nabídka KE:

- » 11. 10. – 18.30 h. – Psychosomatika ve veterinární medicíně – lektorská přednáška MVDr. Mileny Martinové – Tišnov, Studio Terapie, Brněnská 792, obj. Klára Synek Kloubová, tel.: 608 411 353
- » 12. 10. – 9–17 h. – Skupinový seminář rodinných konstelací + 13. 10. – Individuální rodinné konstelace – obojí lektor Libor Zvolánek

NEPŘEHLÉDNĚTE

KE TÁBOR

Nové KC:

» Petřvald u Karviné

Družstevní 1905

Alexandra Flašarová, tel.: 725 494 825

e-mail: alexflasarova13@gmail.com

dle tel. dohody – poradenství, měření SPT, prodej produktů Energy, terapie dotekem

– Klub Energy, obj. Radka Sekyrová, tel.: 776 214 706

Na akce je nutno objednat se předem, kapacita míst je omezená.

Nabídka KC – poradna a prodej produktů Energy:

- » BRNO – Třída Kpt. Jaroše 1943/30 – Jarmila Pondikasová, tel.: 775 984 407, e-mail: jarmila.pondikasova@volny.cz, dle tel. dohody – poradenství, měření SPT
- » PACOV – Harmonie – zdravá výživa, Jana Autengrubera 167 – Martina Fialová, tel.: 775 145 813, e-mail: Martina1Fialova@seznam.cz
- » TÁBOR – Zdravá výživa Oříšek, Purkyňova 2961 – Eva Berková, tel.: 732 816 095, e-mail: berkaeva.sluzby@centrum.cz
- » TIŠNOV – Studio Terapie, Brněnská 792 – Klára Synek Kloubová, tel.: 608 411 353, e-mail: studioterapie@seznam.cz, www.studioterapie.cz – kvantová terapie, automatická kresba, Bowenova technika, konzultace, kyvadlo, práce s lidmi i zvířaty
- » VIMPERK – Štítkov 1, Mgr. Jana Hlinková, e-mail: janahlinkova91@gmail.com, tel.: 728 915 380, dle tel. dohody 13–18 h.

Kontakt:

Tábor, Purkyňova 1085

tel.: 607 143 908, 776 214 706, 381 251 041

e-mail: objednavky-energy@seznam.cz

www.energy-tabor.cz

TŘEBÍČ

Provozní doba:

po, čt 9–12, 13–16, út, st 11–12, 13–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / měření SPT / dietetika / reflexní terapie, masáže, baňkování / e-shop pro členy Energy – www.energytcm.cz

Ordinace celostní medicíny:

» MUDr. Alexandra Vosátková – V. Nezvala 11, Třebíč, tel.: 725 125 289

Nabídka KC – poradny EAV a TČM:

- » BRNO-MEDLÁNKY – M. Pavlíčková, Salon Vista, Hudcova 72, tel.: 728 276 629 – konzultace 1. 10.
- » JIHLAVA – Mgr. P. Drejšková – TČM, SPT – Fyton, Mrštíkova 1, tel.: 739 049 203; Dům zdraví, Vrchlického 57, tel.: 739 040 821 – konzultace 7. 10.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – M. Palová, Janáčkova 1497, tel.: 605 554 456 – konzultace 8. 10.
- » NÁMĚŠT NAD OSLAVOU – R. Dufková, Zdravěnka, Masarykovo nám. 517, tel.: 739 026 531 – konzultace 3. 10.



- » OSTRAVA – Ing. P. Kovalská, Vítkovická 3276/2a, tel.: 604 741 725, www.petrakovalska.cz – konzultace 2. 10. – 12.30–15.30 h.
- » PELHŘIMOV – I. E. Razimová, Vegetariánská jídelna, Svatovítské nám. 159, tel.: 776 766 971 – konzultace 2. 10. – 14–16 h.
- » TASOV – D. Švestková, Tasov 69, www.revite.cz, tel.: 605 938 299 – konzultace 8. 10.
- » VELKÉ MEZIŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43, tel.: 724 763 689 – konzultace 1. 10.
- » ZNOJMO – Biocentrum – R. Režňáková, Zámečnická 13, tel.: 515 224 684 – konzultace 8. 10.
- » ŽDÁR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková, Libušinská 36, tel.: 728 141 949 – konzultace 2. 10. – 14. 10. – 17 h. – Problémy opěrného a pohybového aparátu – lektorská přednáška MUDr. Alexandry Vosátkové, Restaurace Rebel Na Farských, Zahradní 387/2

Kontakt:

Třebíč

V. Nezvala 22

PaedDr. Alena Molíková

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

Kluby a konzultační centra nabízejí

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / e-shop – zaslání produktů pro členy Energy / měření SPT / metoda EFT / psychowalkman / masáže – lymfatické, baňkování, medová, relaxační, Breussova, lávovými kameny, thajská masáž, aromaterapeutická relaxační masáž celého těla – 1,5 h. / dárkové poukazy na masáže a služby / prenatální výukový program Baby plus – konzultace a možnost zapůjčení

Nabídka KC – poradny EAV, produkty Energy:

- » ČESKÁ LÍPA – J. Novotná, tel.: 725 753 651 (masáže, Access Bars, taneční meditace)
- » DVŮR KRÁLOVÉ NAD LABEM – R. Plášilová, tel.: 603 534 254 (masáže, kosmetika, pedikúra)
- » JIČÍN – J. Veselá, tel.: 732 534 895 (poradna pro úspěšné učení, EFT, Biofeedback)
- » JILEMNICE – L. Riegerová, tel.: 603 533 013 (masáže, TČM)
- » MNICHOVO HRADIŠTĚ – E. Rajtrová, tel.: 602 626 275 (reflexní masáže, EFT), st 12.30–17 h. + dle tel. domluvy

Kontakt:

Turnov

Čsl. dobrovolců 1713

tel.: 733 760 522

e-mail: energyturnov@seznam.cz

www.energyturnov.cz

UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Provozní doba:

po–čt 9–17 h.

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / J. Schmuttermeierová – SPT, Access Bars, tel.: 773 678 164, Š. Čechová – SPT, tel.: 604 185 940 / P. Trčková – SPT, tel.: 776 712 816 / S. Obdržálková – kosmetické ošetření s Beauty Energy, tel.: 737 622 994

Veterinární a homeopatická poradna:

» poradenství a prodej produktů Energy – MVDr. K. Hlačíková, tel.: 723 446 021, e-mail: hlaclikova@seznam.cz

Nabídka KC – poradna, produkty Energy:

- » BRNO – Bc. Helena Sladká, IBC, Příkop 4, obchodní pasáž, tel.: 608 888 453, www.helenasladka.cz (Access Bars, TČM, SPT, výživové poradenství)
- » BRNO (LÍŠEŇ) – MUDr. Linda Švendová – poliklinika, Horníkova 34, tel.: 728 586 133, www.svendova.cz (akupunktura, hypnóza)

Kontakt:

Uherské Hradiště, Zelný trh 1249

tel.: 605 778 740

e-mail: mila.energy@seznam.cz

www.uh-energy.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Provozní doba:

po–pá 9–17 h. nebo dle dohody

Stálá nabídka:

poradna a prodej produktů Energy / veterinární poradna / zaslání zboží na dobírku / akupresura a tělové svíce, měření SPT – H. Červenková, tel.: 475 209 367, 737 148 606

Nabídka KC:

- » LOUNY – bylinkový obchůdek MateříDouška, Beneš z Loun 39 – měření SPT a poradna, tel.: 604 969 645
- » TEPLICE – Zdravíčko, OC Galerie – měření SPT a poradna, tel.: 776 321 400

Kontakt:

Ústí nad Labem, Pařížská 14

tel.: 475 209 367, 602 345 999

e-mail: energyclub-usti@seznam.cz

www.klubenergyusti.cz

VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Provozní doba:

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

út, pá – výdej produktů v obchůdku Ametyst, Náměstí 8, tel.: 739 524 170

Stálá nabídka:

poradenství a obchodní spolupráce – Eva Macíčková, DiS., tel.: 723 976 814 / diagnostika SPT, Bicom poradenství pro zvířata – Katarína Bestr, tel.: 723 976 814 / párová a individuální psychoterapie, NOVINKA: kurzy Mindfulness – Mgr. Miroslava Jančová, tel.: 732 114 491

Nabídka KC:

- » NOVĚ: UHERSKÉ HRADIŠTĚ – Energy Bicom centrum, Dům u Bílého jelena (1. p.) – Katarína Bestr, SPT, Bicom, prodej produktů, tel.: 739 738 890
- » BRNO – Manna – zdravá výživa, Křížová 8 – J. Kocmanová, tel.: 776 714 705
- » FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ – Snozina 191, Veterinární centrum přírodní medicíny – MVDr. P. Domesová, tel.: 776 792 394
- » FULNEK – Fučíkova 4, P. Hofříková, tel.: 774 220 383 – prodej, poradenství, masáže, výdej produktů – čt 8–12 h., měření SPT – st 12–16 h.
- » JABLŮNKA NAD BEČVOU – PharmDr. V. Martinková, tel.: 725 675 005 – měření SPT, reflexní terapie, kurzy
- » KOPŘIVNICE – Elixír života, Záhumenní 352 – A. Tomšejová, tel.: 705 127 811, měření SPT, výdejní doba po–pá 9.30–17, so 8.30–12 h.
- » STŘÍTEŽ – M. Zátorská, tel.: 737 628 732, masáže
- » VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ – obchůdek Ametyst, Náměstí 8/6 – M. Bohačíková, tel.: 739 524 170
- » VSETÍN – Zelená lékárna, Smetanova 1462 – L. Tyralíková, tel.: 725 116 009

Kontakt:

Valašské Meziříčí

Polášková 78

tel.: 571 161 545, 723 976 814

e-mail: info@energy-valmez.cz

www.energy-valmez.cz

LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

ŘÍJEN 2024

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Tišnov	Studio Terapie, Brněnská 792	11. 10. – 18.30 h.	Psychosomatika ve veterinární medicíně – MVDr. M. Martincová	Tábor
Žďár nad Sázavou	Restaurace Rebel Na Farských, Zahradní 387/2	14. 10. – 17 h.	Problémy opěrného a pohybového aparátu – MUDr. A. Vosátková	Třebíč

Voňavé podzimní potěšení

- » aromaterapeutické esence
- » harmonizační účinky na tělo, duši a psychiku
- » kosmetické využití

SLEVA 20 %

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Lavender + Geranium	576 Kč	24	144 Kč
Lavender + Ylang Ylang	583 Kč	24	146 Kč
Lavender + Mint	560 Kč	23	140 Kč
Lavender + Sweet orange	467 Kč	19	117 Kč
Lavender + Lavender	566 Kč	23	142 Kč
Geranium + Ylang Ylang	593 Kč	24	148 Kč
Geranium + Mint	570 Kč	24	142 Kč
Geranium + Sweet orange	477 Kč	20	119 Kč
Geranium + Geranium	586 Kč	24	146 Kč
Ylang Ylang + Mint	577 Kč	24	144 Kč
Ylang Ylang + Sweet orange	484 Kč	20	121 Kč
Ylang Ylang + Ylang Ylang	600 Kč	25	150 Kč
Mint + Sweet orange	461 Kč	19	115 Kč
Mint + Mint	554 Kč	23	138 Kč
Sweet orange + Sweet orange	368 Kč	15	92 Kč

Vyčisti své tělo!

Poděkuje ti.

www.energy.cz



Při nákupu 2 stejných produktů z humátové řady získáte **SLEVU 35 %**

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Cytosan 2set	1 013 Kč	45	545 Kč
Cytosan Inovum 2set	1 013 Kč	45	545 Kč
Cytosan + Cytosan Inovum	1 013 Kč	45	545 Kč
Cytosan Fomentum gel 2set	447 Kč	18	241 Kč
Balneol 2set	428 Kč	18	230 Kč
Cytosan šampon 2set	300 Kč	12	162 Kč
Cytosan mýdlo 2set	179 Kč	7	97 Kč



Každý akční set je možno koupit pouze 10x od každé kombinace na 1 registrační číslo. Akce platí do vyčerpání zásob. Jedná se o doplňky stravy a kosmetiku.