



# vitae

září 2024

Zajistěte si  
pohodový podzim

Náš cévní systém  
pod lupou

Koně jsou úžasní,  
všestranní terapeuti





## Produkty měsíce září

Po prázdninách se můžeme radovat z babího léta, počasí bývá v září příjemné a stále vybízí k pobytu venku. Podle tradiční čínské medicíny vládne element Země, a měli bychom tedy myslet na naši slezinu-slinivku i žaludek.

Právě na naše trávicí centrum blahodárně zapůsobí **QI drink** s obsahem slizovky a astragalu (kozinec blanitý), které k sobě vyloženě ladí, a jejich účinky se díky tomu násobí. QI drink je nejen terapeutickým nápojem, ale sám o sobě i dokonalou funkční potravinou s vysokým obsahem biologicky účinných látek. Jeho posilující schopnosti je však možné využít pouze tak, že je užíván dlouhodobě a systematicky. Součástí vašich denních rituálů se stane velmi snadno. Díky nim můžete pocítit energetickou vzpruhu namísto dopolední únavy. Dejte si šálek nalačno před snídaní anebo jej popíjejte při jídle.

K rituálům patří neodmyslitelně i provonění domova, například **Spironem**, který chrání před šířením infekcí a má hlavně relaxační účinek, navodí pocit klidu a pohody. Směs podmanivých silic voní tak krásně, že nelze odolat.

Věnujme pozornost i svým vlasům, které ji po létě ocení.

**Šampon Protektin** se postará o snadno se mastící vlasy, poškozeným zase navrací lesk a sílu. Kromě účinků spojených s péčí o pokožku hlavy působí přes energetický systém reflexních zón a akupunkturních bodů i na celkovou zdravotní kondici a zpracování emocí. Obsahuje bylinné extrakty, sílice a termální vodu.

Při prvních náznacích nachlazení bude účinným pomocníkem krém **Droserin**, kterým potřete hrudník, krk a dutiny – zaručeně se vám uleví.

*Přejeme všem zdravý start do začátku školních či pracovních povinností, Ing. ŠTĚPÁNKA GRUBEROVÁ*

## vitae

Magazín pro spotřebitele a dodavatele produktů Energy, číslo 9, září 2024.

Náklad 24 700 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.



# Sklízíme dary přírody

## OBSAH

Editorial	04
Užijte si podzim v pohodě	05
Vaše zkušenosti s našimi produkty	06
Všechno má svůj čas	07
Halóóó, cééévy!!!	08
Jak se projevují poruchy štítné žlázy	10
Seriál pro ženy	12
Dopřejte svému tělu péči	13
Terapeutické metody	14
Máte pevnou vůli?	16
Univerzita Energy	17
Pentagram ve světě zvířat	19
Jídelníček z naší rovnoběžky	20
Zeptejte se hvězd	22
Křížovka	22
Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla	23
Kluby a konzultační centra nabízejí	24



## EDITORIAL

### POKOUSANÍ

Jedno české úsloví říká: „Jaká matka, taká Katka.“ Všichni víme, co se tím myslí, a mohu potvrdit, že to platí nejen pro ženy. Někdy je opravdu legrace sledovat, co vše je možné po rodičích „zdědit“. Posudte sami...

V létě jsme vždy trávili dlouhý čas s našimi dětmi na chatě v Krušných horách. Manžel pracoval v rodinné stavební firmě v blízkém městečku, takže to bylo pro něj výhodnější než dojíždět každý den z Prahy. A jednou se vrátil z práce se zavázaným prstem. „Co jsi vyráběl?“ ptala jsem se se zájmem, protože vím, že je jinak manuálně zručný, a hlavou mi běžely různé stavební práce. „Kousla mě veverka,“ povídá muž. To mi přišlo jako opravdu vtipná výmluva. „Ne, vážně,“ pokračoval dál. „Když jsem jel dolů přes les, vběhla mi pod kola a byla zraněná. No, a já ji chtěl zachránit, a jak jsem ji zvedl, tak mě kousla...“ Tak to jsem se tedy pobavila. Muž pak navštívil veterináře kvůli možné nákaze vzteklinou, což se naštěstí nepotvrdilo. Takže běžel na chirurgii, kde ho sestřička před celou čekárnou hezky nahlas vyvolala: „Tak kde je ten pán, co ho pokousala veverka?“ No, historka, co vám budu povídat. A po kom že to můj muž má?

Chata patřila jeho rodičům, kteří na ni často jezdili. Bylo krásně, hospodařili jsme zrovna na zahradě a užívali si venku, když přijeli. Před zahrádkou je kamenná zídka, u které jsme se zastavili a povídali si. A dědeček, jen tak mimochodem, protože byl velmi pracovitý a nevydržel nic nedělat, začal



při hovoru plít záhonek na jejím okraji. A jak tak vytrhával trsy bejlí, zakoušl se mu do oka mravenec. Já vím, že to ní šíleně. Ale stalo se to. Pod rostlinkami měli mravenci svoje bydlení a jeden vyletěl s hlínou dědovi do oka. A jak byl asi ve stresu, zakoušl se do spojivky a už tam zůstal. Dědečka oko hodně páliło (to víte, kyselina mravenčí...), vyzkoušeli jsme všechno možné, jak ho vyndat – pinzetu, kapesníček, ale mravenec se držel statečně. Tak dědeček sedl do auta a jel do města. Později nám vyprávěl, že řídil „jednooký“ až do krajské nemocnice v Ústí nad Labem na oční, kde mu milého mravence vyndali. No, takže už víme, odkud vítr fouká, že...

*Vydejte se do přírody, o zážitky nebudete mít nouzi!*

**MUDr. KATEŘINA HIMMELOVÁ**

# SALUS

## VĚRNOSTNÍ PROGRAM

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

Když budete měsíčně po dobu 1 roku nakupovat produkty Energy v minimální hodnotě 800 Kč, za vaši věrnost vás odměníme **bonusem v hodnotě 1 150 Kč** (platí dle aktuálních podmínek).

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

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



# Užijte si podzim v pohodě

## CO PŘINÁŠÍ ELEMENT KOV

Umíte se zdravě postavit ke zpracování událostí, které se ve vašem životě staly, a nechat je v klidné rozvaze odejít? Jste známí svou vysokou osobní integritou, oceňováním krásy a zároveň i disciplinovaným, racionálním přístupem k životu? Nepořádek a chaos se vám vůbec nelíbí a máte rádi, když vám věci připadají správně strukturované? Poté jste dle tradiční čínské medicíny (TČM) klasickým obrazem elementu Kov. V TČM teorii pěti prvků (elementů) se uvádí, že Kov řídí plíce, ale také nos, hrdlo a kůži a všechny aspekty dýchání, včetně vstřebávání čchi (energie životní síly) ze vzduchu. Meridián plicních orgánů je dále zodpovědný i za zvláštní formu čchi, zvanou obranná čchi, která cirkuluje pod povrchem těla, kde pomáhá bránit se před nemocemi – podobně jako koncept imunitního systému západní medicíny. Silná obranná čchi utváří takový náš „ochranný štít“. Ve stavech nerovnováhy Kov přináší větší náchylnost k respiračním onemocněním, jako je běžné nachlazení a chřipka, nebo k mírným příznakům alergie, suché kůži či různým vyrážkám.

Z emocionálního hlediska je prvek Kov spojen s připoutaností a hranicemi. Když se nad tím zamyslíte, plíce a tlusté střevo (párový orgán plic dle principů TČM) jsou dva z našich vnitřních orgánů, které mají úzký kontakt s vnějším světem – zajišťují dýchání vnějšího vzduchu a zbavování se nepotřebných odpadů z těla. Když je náš element Kovu v rovnováze, jsme schopni se otevřít a navázat spojení s ostatními způsobem, který je dobrý pro naši pohodu. A když čas pro toto spojení skončí nebo již není prospěšné pro blaho všech, jsme schopni přiměřeně truchlit a podle potřeby se odpoutat. Mít emoce je přirozené a není to problém sám o sobě. Problém nastává pouze v případech, když nejsme schopni je pustit. To může způsobit stagnaci plicní čchi. A jak poznáme, že máme stagnaci čchi plic? Například cítíme tíseň na hrudi nebo v krku, vzdycháme nebo se snadno zadýcháme. Časem se může objevit větší sklon k pocitům smutku, obavám, pláči nebo přílišné sebekritice.

## VIRONAL A OFFTUSIN – KOMPLEXNÍ ZACÍLENÍ

Teď si třeba na chvíli představte, že procházíte rušným tržištěm plným barevných stánků a vůní koření. Vzduch



je plný energie a vy cítíte, jak se vám zvedá nálada. Najednou se zarazíte u jednoho krámků a vaše oko upoutá lahvička s tmavě hnědou tekutinou. Je to směs bylin vycházející z tisícileté tradice, která umí posílit vaši imunitu a chránit vás před nachlazením a chřipkou. Ano, řeč je o **Vironalu** obsahujícím originální kombinaci bylinných extraktů a éterických olejů, jež cíleně posilují organismus a zároveň i potlačují psychickou nepohodu a nežádoucí stavy melancholie. Bylinný koncentrát Vironal stimuluje činnost plic a pomáhá při dýchacích potížích, podporuje i činnost tlustého střeva a sleziny, pomáhá při prevenci a v průběhu virových i bakteriálních onemocnění (nemoc z nachlazení, rýma, viróza, chřipka, horečnaté stavy, kašel, záněty průdušek a žaludečně-střešní potíže), vyvolává pocení a snižuje horečku.

Je zřejmé, že Vironal sám o sobě toho dokáže opravdu mnoho! Když k němu přidáme tablety **Offtusin**, tak ještě více. Tento produkt nabízí vyváženou kombinaci nejučinnějších přírodních extraktů na posílení dýchacího systému. Hlavní ingrediencí je echinacea (třapatka nachová), známá bojovnice

proti infekcím. Pomáhá aktivovat bílé krvinky imunitního systému a díky tomu zkrátit dobu trvání nachlazení a chřipky. Kromě toho echinacea podporuje zdraví horních cest dýchacích a zmírňuje příznaky, jako je kašel či bolest v krku. K ní se v **Offtusinu** přidává černý bez – bylina s protizánětlivými a antivirovými vlastnostmi, uvolňující hlen a snižující horečku. Černý bez je také účinný při zmírňování kongesce (překrvení) dýchacích cest, a tím i zduření jejich sliznic. Dále je zde kořen muškátu s protizánětlivými a imunostimulačními účinky, břečtan popínavý – bylina usnadňující dýchání a lišejník islandský, který zklidňuje podrážděné sliznice dýchacích cest, zmírňuje kašel i bolest v krku, a navíc působí také svými blahodárnými antibakteriálními a antivirovými vlastnostmi. **Společně Vironal s Offtusinem nabízejí komplexní podporu pro imunitní systém a element Kovu. Užitečná bude jejich kombinace zejména při kašli a onemocnění dýchacích cest, Vironal podpoří i psychiku. Váš podzim tak bude nejen bez nachlazení a chřipky, ale i klidný a vyrovnaný.**

MARTA NOSKOVÁ



## Jména, křížovky a Celitin

Mojí mamince bude letos 75 let, a tak není divu, že mi řekla o svém trápení, které v poslední době má, a požádala o radu, zda bych pro ni měla něco v lékárnice. Prý, že si nemůže vzpomenout na jména některých susedů. Já osobně jsem si všimla, že křížovky, které v minulosti luštila levou zadní, jsou tak nějak napůl vyluštěné a některé dokonce vůbec nezvládla. Měla jsem obavu, aby to nebyl počínající Alzheimer nebo typ nějaké jiné demence. „Naordinovala“ jsem jí **Celitin**. Po skoro měsíci užívání, aniž bych tomu i já věřila, se luštění o hodně zlepšilo a o špatném vzpomínání na jména známých již nebyla řeč. Přeji všem bystrou mysl s Celitinem.

V. D., Příbram

## Runa dort

**Runa** – nový produkt a s mytickým názvem, stejně jako ty předchozí, **Buddha** a **Gaja**. Po vyzkoušení vzorku jsem si zakoupila celé balení, abych mohla svému okolí nabídnout tu skvělou, a hlavně zdravě vyváženou řamku.

A jednoho horkého letního dne začal můj příběh o zdravé polevě, když jsem zrovna jedla pro ochlazení bílý jogurt. Na kuchyňské lince byl vedle jogurtu i sáček s Runou. Návod na něj napsaný – do sklenice s 200 ml vody vložte 2 polévkové lžice tohoto „runového“ prášku a rozmixujte – mě sice zaujal, ale přišel mi do hlavy ještě jiný nápad...

Jelikož dcera měla mít za pár dnů narozeniny, chtěla jsem jí udělat radost dortíkem, ale už ne s nějakou čokoládovou, cukrovou, marcipánovou či jakou další přeslazenou polevou. Zkusila jsem vmíchat do jogurtu právě dvě polévkové lžice Runy... mmmm, to byla dobrota! A navíc ta hmota byla i pevná, nestékající... Tím to bylo jasné. Runa poleva na dort byla na světě!

ŠTĚPÁNKA HAMPEKOVÁ, *Nový Knín*

## Naše lékárna

**Vironal** nás překvapil svými účinky, díky němu syn ve školce vydrží a nemoci mají rychlejší, nekomplikovaný průběh. Doplnuji o **Flavocel** a **Vitamarin**. **Droserin** je vhodný u respiračních onemocnění – potírám hrudník a dutiny pro lepší dýchání. **Spirohem** dezinfikuji ovzduší, a navíc se osvědčil na nevolnost při jízdě autem. Při rýmě používáme **Grepofit nosol**. Já na mateřské beru **Fytomineral** jako svůj životabudič k doplnění minerálů a pro zlepšení kvality vlasů, nehtů. Vlasy mi, nebojím se říct, vypadávají o polovinu méně než dříve. Samozřejmě máme Energy produktů víc, ale bez těchto si nedovedu už naši lékárníčku představit.

KAMILA ANTOŠOVÁ, *Želetava*

## Celiakie

Mé desetileté dcerce po vleklých potížích s trávením lékaři diagnostikovali celiakii. Přestože jsme hned nasadili bezlepkovou dietu, stále se necítila dobře a neprospívala. Rozhodla jsem se pro pomoc s produkty Energy. Po poradě v konzultačním centru začala užívat **Vironal** a **Stimaral** na podporu trávení a střev. Dlouhodobě bere **Imunosan** k harmonizaci imunitního systému, protože celiakie je autoimunitní onemocnění. Občas dáváme **Cytosan Inovum** k pročištění oslabeného střeva. Dcerka se teď cítí mnohem lépe, má větší chuť k jídlu i radost ze života. Děkuji za cenné rady a za vaše produkty.

RNDr. LENKA LACHNITOVÁ, *Ph.D., Olomouc*





# Všechno má svůj čas

Mít dostatek času může vypadat jako luxus, když kolem sebe často slyšíme „nemám čas“, „nestíhám“ a podobně. Všechno chceme teď hned a nemáme chuť čekat. Ale je opravdu žádoucí mít všechno, co chceme, okamžitě? Nemyslíte, že nám pak život utíká mezi prsty, a nakonec neustálým honěním se za něčím úplně ztrácíme radost?

## TRPĚLIVOST JE ZÁKLAD

Představte si rybáře, který čeká u řeky nebo rybníka, až se mu chytne na udici ryba. Ví, že trpělivost k rybaření patří, sedí u vody za sluníčka i deště, někdy v noci. Odměnou za čas strávený čekáním je moment, kdy se prut pohne. Ryba se chytne v tu správnou chvíli. Všechny události v našem životě se dějí v pravý čas, byť si to ani neuvědomujeme. S trpělivostí dojdeme dál než se spěchem.

Určitě jste to už zažili. Něco hodně chcete, a ne a ne to přijít. Pak to „pustíte“ a najednou to přijde. Prostě přestanete tlačit, být nedočkaví, a věci se pohnou. Dostanete nabídku vytouženě práce, najdete inzerát na ten správný byt, potkáte někoho, s kým si rozumíte, vyřeší se problémy v rodině atd. Některé věci nejde uspěchat. Jak praví přísloví „trpělivost růže přináší“, a něco na tom bude.

Ale pozor. Neříkám, že máme sedět s rukama v klíně a čekat. Když chceme dobré zaměstnání, aktivně je hledáme, reagujeme na inzeráty, ale nevěšme hlavu, že ho hned první týden nezískáme. Potřebujeme-li nový byt, projdeme si jich víc, ať se můžeme lépe rozhodnout, a nechme tomu trochu času. Pokud hledáme partnera, partáka nebo kamaráda, počítejme s časem na poznávání. Začínáme běhat a hned to nejde, jak si představujeme? Dejme si pauzu i na adekvátní odpočinek a kilometry přidávejme postupně. Netlačme na pilu.

## BUĎME K SOBĚ LASKAVÍ

To samé platí, i co se týče nemoci a uzdravení. Když onemocníme, chceme být co nejdřív fit a kolikrát nedáme tělu šanci pořádně zregenerovat a nabrat síly. I uzdravení chce svůj čas. Například při viróze, rýmě nebo kašli nestačí si pouze vzít **Grepofit**, **Vironal** či **Cistus** a přitom nezvolnit. Je mnohdy zapotřebí zůstat pár dní v posteli, ale hlavně si dopřát klid a odpočinek. Ke svým obvyklým činnostem, hlavně sportovním, se vracet pomalu, dle toho,

jak se cítíme. Naším cílem je přece cítit se plný sil a energie, že? Dlouhodobé přetěžování organismu se na nás vždy podepíše. Dosáhnout určité harmonie se sebou samým je běh na dlouhou trať, ale není to nereálné. Starejme se o sebe, poslouchejme své tělo, buďme k sobě laskaví a snažme se být v souladu se sebou samými. Svě zdraví a síly můžeme vždy podpořit produkty Energy. Jako prevence poslouží například **Vitaflorin**, **Fytomineral** nebo **zelené potraviny**. Hlavně si ale dopřejme dostatek času na všechno důležité!

Ing. LUDMILA BROKLOVÁ



## DOŠLO NA ADRESU REDAKCE

### ŽÍT NAPLNO

Ráda bych se s Vámi podělila o štěstí a klid v duši, který prožívám. Právě čtu časopis Vitae 6/2024, článek Terapeutické metody – Techniky relaxace, a uvědomuji si, že každý z nás má možnost v sobě nalézt a vědomě naplno prožívat více než jen pět základních smyslů – zrak, čich, hmat, sluch a chuť. Sedím pod stromem ve stínu, ze kterého křičí desítky cikád, koukám se na vlny křišťalově čistého moře, cítím vůni slané mořské vody, pochutnávám si na sladkém melounu a v ruce držím tento úžasný časopis.

Měli bychom děkovat za bohatství, které máme, a ponořit se do příjemných zážitků, jež nás nabíjejí pozitivní energií. Děkuji Vám za skvělý časopis, který obohacuje moje znalosti.

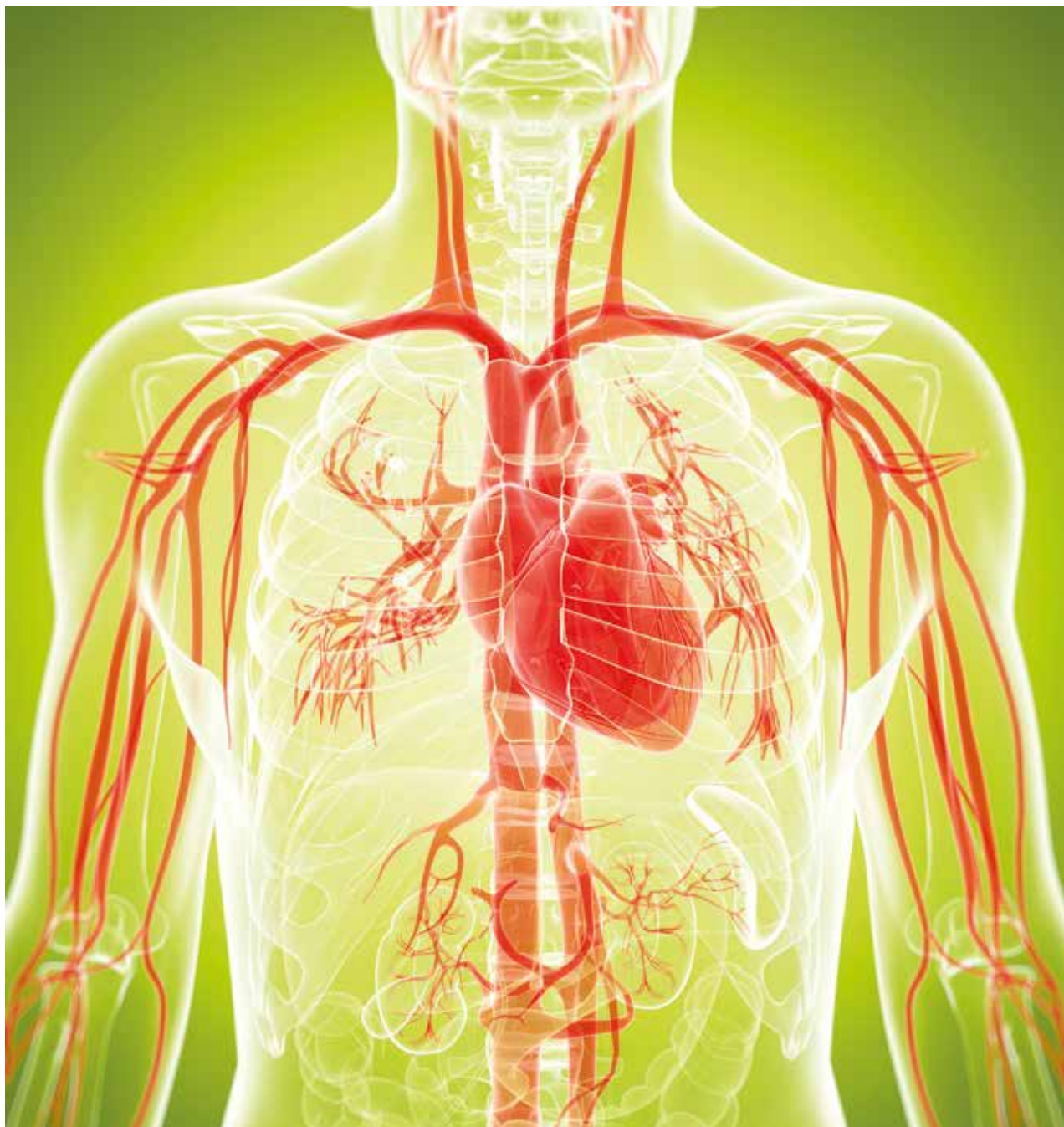
**S pozdravem PETRA PITÁKOVÁ, Blížejov**

# Halóóó, cééévy!!!

V těle máme dva druhy cév. Tepny a žíly. Rozdíl je v tom, že tepny posouvají krev od srdce, a žíly k srdci, a kromě toho tepny mají ve svojí stěně svalovinu, kterou posouvají krev aktivně. U srdce jsou tepny vsutku obří. Například taková aorta je silná jako naše dva prsty. A jak se postupuje dále do periferie, tepny se zužují a zužují, až přejdou do kapilár. Kapiláry jsou zvláštní záležitost. Jsou totiž dírkované. A navíc je před nimi svěrač, ke kterému vede nervík. Dírky jsou tak velké, aby se jimi protáhla bílá krvinka, ale nikoli červená. Také se tudy filtruje krevní plazma, ze které takto vzniká lymfa. A ta potom omývá buňky, jež si z ní mohou vzít, cokoli potřebují, a vylučují do ní výsledky svojí činnosti jako

bílkoviny, hormony, ale i odpadní látky. Takto použitá tekutina se pak sbírá do mizních – tedy lymfatických cév, putuje skrze lymfatické uzliny – kde se filtruje a zbavuje nečistot, až se ve velkých žilách přimíchává zpět do krve, aby ji ledviny a játra očistily. Takže krev, která prošla kapilárou, se na jejím žilním konci stává žilní krví a putuje k srdci. To je koncert, že?

Vše se ale může pokazit. Například tím, že se stěna cévy poněkud naruší, a pak je tělo nuceno ji zahojit. Udělá to usazováním nejprve krevních destiček a srážením krve, ale také ukládáním cholesterolu. Jako hojení prima, jako skleróza nic moc. Z toho plyne, že velmi důležitým úkolem je zabránit vnitřním





mikroporaněním cév. Díky tomu pak můžeme zlepšit průtok krve. Další, co nám může pomoci v prokrvení, je když kapilární svěrače – vzpomínáte – ty, které jsou před tou dírkovanou kapilárou – přesně reagují na potřeby těla. Jinými slovy ke tkáním se dostane dostatek krve, protože ji nic nezabrzdí.

### VITAMARIN

S tím vším souvisí **Vitamarin**. Jak? Nejprve se musíme seznámit s jeho složením. V podobě oleje z malých rybek obsahuje čisté omega-3 mastné kyseliny. Ty, které se tak těžko získávají z potravin. Kromě mořských ryb je najdeme v mořských řasách nebo avokádu a některých druzích ořechů. Jsou velmi důležité pro stavbu buněčné stěny, a tak redukuje možnost poškození buněk, nejenom cév. Posilují zdraví srdce – zajišťují jeho normální činnost a zmenšují riziko infarktu. O to jsou důležitější pro pacienty s ischemickou chorobou srdeční, u stavů s abnormálně zvýšenou hladinou triglyceridů v krvi – tzv. hypertriglyceridémie (HTG). Omega-3 kyseliny se podílejí podstatnou měrou na celkovém kardiovaskulárním zdraví, snižují krevní tlak, jsou důležité pro zdraví cév, ke zlepšení inzulínové rezistence. Upravují hladinu cholesterolu a triglyceridů v krvi, zabraňují krevním sraženinám. Kromě prevence infarktu zmírňují i riziko mozkové mrtvice. Také podporují myšlení a paměť – jsou nezastupitelné pro normální vývoj a činnost mozku, pomáhají v boji s úzkostmi a depresemi, bránit ztrátě paměti u seniorů a poškození kognitivních funkcí. Vypadá to, že omega-3 jsou téměř všelék, ale nic není na všechno. Přesto mají ještě další účinky: přispívají k udržení normálního stavu zraku, regulují záněty – působí protizánětlivě – následně ulevují od bolestí, snižují chronické záněty mj. u těchto autoimunitních onemocnění: Crohnova choroba, revmatoidní artritida, lupénka, roztroušená skleróza. Prospěšné působení omega-3 kyselin může vést k tak významnému snížení obtíží, že je poté možné ponížít dávkování klasických chemických léčiv proti zánětu a bolesti. A to zdaleka není všechno... Rybí olej, jak známo, obsahuje vitamin D. A to je velmi, velmi důležitý vitamin, který evropské populaci výrazně schází. To je nějakých účinků, že? A ještě zdaleka nejsou všechny!

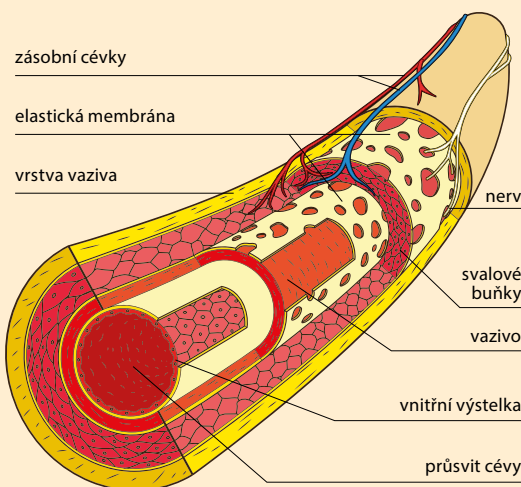
### CELITIN

Nicméně my se nyní podíváme na další produkt, který si zasluhuje naši pozornost. **Celitin**. Jedná se o extrakt z *Ginkgo biloba*. Ten je notoricky známý jako prostředek k povzbuzení mozkové činnosti a také zlepšení periferního prokrvení. Užívá se tedy všude, kde je potřeba podpořit krevní oběh. Například u zhoršeného prokrvení očí, rukou (chladné ruce), nohou (poruchy typu bérkových vředů), ale i třeba ledvin a zejména mozku. Díky tomu může zlepšit mozkovou činnost, a to natolik, že jej objevila a běžně používá i západní medicína. V Celitinu je ale navíc ještě pupečník asijský (*Centella asiatica*) – gotu cola. Také tato bylinka posiluje prokrvení mozku, myšlení, soustředění i paměť. Navíc se používá u potíží se srdcem.

Pokud tedy shrneme výše uvedené, ukazují se Vitamarin spolu s Celitinem jako dva synergické produkty u nejrůznějších srdečně-cévních onemocnění. Kromě toho se díky nim zlepšuje mozková činnost. Rozdíl je v rychlosti působení. Vitamarinu to déle trvá, ale zase je jeho účinek dlouhodobější. A právě proto je kombinace obou produktů velmi dobrou volbou.

*Přeji vám, aby vaše krev volně proudila všude tam, kde má být, a vaše dny tak byly plné štěstí a zdraví.*  
MUDr. ALEXANDRA VOSÁTKOVÁ

## ZÁKLADNÍ STRUKTURA CÉVNÍ STĚNY



## ZDRAVÍ OD A DO Z

- » **ARTERIE** – tepna. Céva, která vede krev od srdce, a to zejména ve velkém oběhu pod vysokým tlakem. Tepny v něm vycházejí z aorty, vedou okysličenou krev a umožňují tak výživu orgánů. Plicní tepna (plicnice) dopravuje neokysličenou krev pod podstatně nižším tlakem do plic. Nejčastějším onemocněním tepen je ateroskleróza, která má při zúžení průsvitu tepny těžké následky pro postižené orgány.
- » **VÉNA** – žíla. Céva vedoucí krev k srdci. S výjimkou plicních žil obsahuje neokysličenou krev. Tlak v žilách je ve srovnání s tepnami velmi nízký, proto i jejich stěna je podstatně tenčí. Mnoho žil probíhá povrchově v podkoží (například na hřbetu ruky a nohy). Při jejich poranění vytéká temně červená krev. V žilním systému těla jsou obsaženy cca 2/3 krve (proto se někdy hovoří o kapacitním řečišti). Častým onemocněním žil je žilní nedostatečnost na dolních končetinách spojená s varixy („křečovými žilami“) a s jejich komplikacemi.
- » **KAPILÁRA** – vlásečnice, nejmenší cévy (5–20 mikrometrů v průměru), tvoří v tkáních těla rozsáhlou síť o povrchu mnoha set metrů čtverečních, která umožňuje látkovou výměnu (odevzdání kyslíku a živin, odstranění oxidu uhličitého a jiných zplodin). Krev se do kapilár přivádí tepénkami (arteriolami) a odvádí žilkami (venulami).
- » **LYMFATICKÉ CÉVY** – vedou lymfu, vznikají slepě ve většině orgánů těla (mizní čili lymfatické kapiláry) a odvádějí z nich vodu, ionty a bílkoviny, jejichž hromadění by vedlo k otokům (tzv. lymfedém). V různých místech procházejí uzlinami, které slouží jako filtr a zároveň lymfu obohacují lymfocyty. Uzlinek je v těle několik set ve velikosti zhruba do 1–2 cm. Lymfatickými cévami ze stěva procházejí některé vstřebané látky (tuky). Všechny lymfatické cévy se nakonec spojují ve dva mizovody, které ústí do krve.

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

# Jak se projevují poruchy štítné žlázy

Štítná žláza je endokrinní orgán (žláza s vnitřní sekrecí), který se nachází na přední straně krku. Má motýlovitý tvar a produkuje důležité hormony, jež regulují metabolismus, jeho intenzitu, tvorbu tepla a v mládí normální vývoj a růst organismu. K jejich syntéze je zapotřebí jódu. Tkáň štítné žlázy je citlivá na různé škodliviny, jako například radiační záření, záněty, některé viry apod. Proto je velmi důležité vyvarovat se těchto vlivů, resp. důsledně vyléčit každé zánětlivé onemocnění, zvláště pokud je spojeno s horečkou a celkovými příznaky. Často se vyvine autoimunitní proces, kdy imunitní systém vyhodnotí buňky štítné žlázy jako cizí a začne proti nim vytvářet protilátky. Na jeho podkladě je pak tkáň žlázy poškozená (Hashimotova struma, Basedowova nemoc).

Onemocnění štítné žlázy s porušenou funkcí se v zásadě může projevovat dvěma protipóly – snížením její funkce čili hypofunkcí, kdy mluvíme o hypotyreóze, nebo naopak zvýšením funkce, tj. hyperfunkcí neboli hypertyreózou. Při snížené funkci, která se vyskytuje častěji, hormony štítné žlázy (zejména tyroxin a trijodtyronin) v organismu chybí, resp. jejich hladina je snížena. Při hypertyreóze jsou hladiny těchto hormonů v krvi zvýšené nad normální neboli fyziologické hodnoty.

Přesná a včasná diagnostika, jakož i adekvátní léčba, jsou pro zachování zdraví velmi důležité a spočívají v rukou odborného lékaře – endokrinologa. Zhodnotí celkový klinický obraz a funkční stav štítné žlázy vyšetřením hladin tyreoidálních hormonů. Při správně nastavené léčbě se její funkce normalizuje a nenastane poškození dalších orgánů.

## HYPOTYREÓZA

**Pokud se štítná žláza poškodí, může začít prudce klesat produkce jejích hormonů, což se projeví snížením funkce – hypotyreózou. Není to vůbec vzácný jev, postihuje zejména ženy. Zpočátku se může projevovat nenápadně. Příznaky se dostávají nejdříve s velkým časovým odstupem, i třeba do dvou let, od překonané nemoci (např. těžké virózy). Postižený je někdy ani nepostřehne, ba i ošetřující lékař je nemusí při prvním vyšetření správně vyhodnotit.**

Projevují se jen zvýšenou únavou, pocitem přepracovanosti či nevykonnosti organismu. Později se může přidružit nadměrná spavost (člověk ospává i během dne), pacient je zpomalený nejen fyzicky, ale i psychicky, více zapomíná, má pomalejší řeč. Přítomné jsou poruchy nálady, deprese, apatie. Z dalších příznaků je typická přecitlivělost na chlad, sušší, bledší a chladnější kůže, lámavost nehtů a vlasů. Zpomalená je i činnost srdce (tzv. bradykardie), časté jsou otoky víček, tváře, rukou a nohou, hrubší hlas, horší sluch, zpomalená bývá střevní pasáž (zácpa). Jelikož je celkově zbrzděný metabolismus, narůstá tělesná hmotnost a člověk „přibírá i z vody“, přesto, že přijímá normální množství potravy, resp. i menší, jelikož bývá snížena chuť k jídlu. Tělesná teplota je snížena (hypotermie), stoupají hodnoty cholesterolu a triglyceridů, častější je chudokrevnost. Bývají bolestivé, ztuhlé svaly a klouby, trnutí končetin. Ženy trpí poruchami menstruačního cyklu, muži poruchami potence, někdy se vyskytuje bolestivé zduření prsních žláz u obou pohlaví.

## HYPERTYREÓZA

O zvýšené funkci štítné žlázy mluvíme, když produkuje nadbytek hormonů, což toxicky působí na více orgánů a celkově ovlivňuje zdravotní stav organismu. Přestože hypertyreóza neboli tyreotoxikóza není v současnosti až tak častá jako hypotyreóza, je dobré vědět o jejích příznacích a včas ji léčebně podchytit. Může totiž vážně ohrozit zdraví, zvláště srdce. Také postihuje více ženy. Příčinou může být autoimunitní onemocnění – Basedowova choroba (často dědičně podmíněná), toxické uzly ve štítné žláze, nádor (karcinom), také zánět štítné žlázy, ale i některé léky. Protože jsou zvýšené hladiny tzv. tyreoidálních hormonů, které stimulují a zrychlují celkový metabolismus, projevem je nadměrná tvorba tepla. Postižení teplo špatně tolerují, více se potí, trpí zvýšeným neklidem, nervozitou, nespavostí, poruchami koncentrace, jejich řeč bývá zrychlená a vidíme jemný třes prstů rukou. Důsledkem zrychleného metabolismu je hubnutí, navzdory řádnému, až nadměrnému příjmu potravy. Nastává zvýšené vypadávání a lámavost vlasů, exoftalmus – oči jsou vypoulené, jakoby vytlačené ven z důlků. Jelikož hormony štítné žlázy působí i na srdce, zrychluje se jeho frekvence (tachykardie), která se projeví bušením (palpitacemi). Krevní oběh je zrychlený a tachykardie přetrvává i během spánku, na rozdíl od tachykardie emocionální nebo námahové, která v klidu přítomna nebývá. Někdy se mohou vyskytnout i závažnější poruchy srdečního rytmu, častěji extrasystoly, případně až nepravidelný rytmus srdce ve smyslu fibrilace síní. Pokud takový stav trvá déle, tj. dny až týdny, může vést k vyčerpání a selhání srdce. Přítomná bývá výraznější dušnost, která přetrvává i v klidu, tj. delší dobu po námaze, než je obvyklé. Z dalších příznaků se objevuje slabost, dřívější únava, někdy otoky bérců. Kůže bývá při hypertyreóze teplejší, jemná a vlhká, mohou být přítomny poruchy polykání, časté řídké až průjemové stolice. Štítná žláza bývá obvykle zvětšená. U žen se objevují poruchy menstruačního cyklu až neplodnost, někdy je přítomno bolestivé zduření prsou s bělavým výtokem. Muži mívají poruchy potence.

## PŘÍRODNÍ PŘÍPRAVKY ENERGY JSOU IDEÁLNÍ PREVENCÍ I DOPLŇKEM LÉČBY

Základem jsou bylinné koncentráty Pentagramu®. V případě poruch endokrinních orgánů je to především **Gynex**, který pomáhá zharmonizovat celý hormonální systém od hypofýzy až po periferní endokrinní orgány včetně štítné žlázy. Zároveň pomůže upravit doprovodné metabolické poruchy, nejčastěji diabetes mellitus (cukrovku) a obezitu. Zevně jeho účinek lze vhodně podpořit párovým krémem **Cytovital** aplikací do kůže v oblasti přední strany krku, kde se nachází štítná žláza. Druhý koncentrát je **Korolen**, vhodný u obou poruch, hypo- i hyperfunkce. Jestliže snižená funkce štítné žlázy trvala déle, mohlo dojít k rozvoji aterosklerotického poškození srdečně-cévního systému, který Korolen harmonizuje. U hyperfunkce podpoří více namáhané srdce. Při tachykardii podáváme **Mycocard**. K příznivému ovlivnění tzv. „studených uzlů“ (hormonálně neaktivních) poslouží **Regalen** a potírání oblasti okolí žlázy **Protektinem**.

Pokud se kombinují poruchy funkce štítné žlázy s organickým poškozením (uzly, zánět), doporučuje se nasadit **Mycopan**.



Jako nadstavba jsou prospěšné nenasycené omega-3 mastné kyseliny ve Vitamarinu a kombinovaný produkt s obsahem *Ginkgo biloba* a lecitinu – **Celitin**. Správné fungování biochemických reakcí i metabolismus jako celek podpoří koloidní roztok minerálů **Fytomineral**. Detoxikační a protizánětlivé účinky přípravků **Cytosan** a **Drags Imun** jsou také vhodnou volbou u ozdravného procesu organismu, zároveň prevencí zánětu. Potřebné jsou doplňky s obsahem přirozených antioxidantů,

vitaminů, aminokyselin, minerálů a enzymů – tzv. zelené potraviny. Z nich zejména **Hawaii Spirulina**, **Taiwan Chlorella**, **Spirulina Barley**, **Organic Sacha Inchi**, dále na stopové prvky, minerály, aminokyseliny a vitaminy bohatá **Organic Maca**. U hyperfunkce doporučuji **Acai Pure** a **Organic Sea Berry**. Z čajů je prospěšný speciální zastiňovaný japonský zelený čaj **Organic Matcha** a **Smilax officinalis** na podporu hormonálního systému.

**MUDr. JÚLIUS ŠÍPOŠ**



# Seriál pro ženy (11)

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 BESTIE

Ženy jsou obecně vnímány jako to křehčí, jemnější a citlivější pohlaví. Někteří si dokonce myslí, že ženy jsou nejen slabší, méně schopné, ale i hloupější než muži. Nechci vyvolávat žádné napětí mezi muži a ženami, toho už jsou plné dějiny, a ačkoliv srovnávání s muži se v tomto článku samosebou nevyhnu, nechci říkat, že je někdo lepší. Jen vám chci prozradit, že v ženách je toho víc, než by se na první pohled zdálo.

### MĚKKÁ VENKU, TVRDÁ UVNITŘ

Z energetického hlediska je žena jinová pouze zvenku. Má tedy měkkí tělo, více tuku, méně svalové síly, bývá menší a umí se pohybovat jaksi ladhěji. To vše jsou jinové atributy. Na druhou stranu muž je jangový také pouze zvenku. Je silnější, větší, pevnější atd. Vnitřní realita je ale právě opačná. Možná to není úplně příjemné si to přiznat, ale to ženy jsou ty méně smířlivé, více zatvrzelé,

a dokonce agresivnější než muži. Muž je uvnitř jinový, je to vlastně velmi citlivý a křehký tvor, kterého ta ženská umanutost vyčerpává a mnohdy i dost zraňuje. Zranit muže uvnitř je mnohem snazší než zvenku. Na to jsme my ženy úplně expertky. O skryté jangovosti ženské povahy svědčí fakt, že brutalita v ženských věznicích se ani zdaleka nedá srovnat s tím, co se děje v těch mužských. Ženy umí být opravdu pořádné bestie. Nejjinovější, a tím pádem nejženštější ženy, jsou věřte nevěřte, trans ženy... Tedy původně muži, kteří svou jemnost rozšířili zevnitř i navenek.

### VÍC, DÁL A DÉLE

To, že se ženy dožívají vyššího věku, je obecně známá věc. Z padesáti nejstarších lidí na světě je 45 žen. Průměrně se ženy dožívají o 5–6 let déle než muži, což mě samozřejmě vede k úvaze, že pokud žena nechce strávit stáří o samotě, měla by si vybírat o 5–6 let mladšího partnera. Já si to pojistila, a protože mám v plánu dožít se nadprůměrného věku, pořídila jsem si partnera pro jistotu o 10 let mladšího. Dělán si legraci, nebyl to kalkul, prostě se to stalo, ale ujišťuji vás, dámy, že to má jen samé výhody, takže tuto životní strategii mohu vřele doporučit. Důvodů, proč se ženy dožívají vyššího věku, je víc,

ale ty nejzávažnější mají čistě genetický charakter. Ženy totiž na rozdíl od mužů (a trans žen) mají v každé buňce hned dva chromozomy X, a pokud dojde k případné mutaci genu na jednom z těchto chromozomů, druhá kopie genu na druhém chromozomu může tuto chybu kompenzovat. Muži (a trans ženy – sorry, holky) mají v každé buňce pouze jeden chromozom X, což je predisponuje k větší náchylnosti k určitým genetickým chorobám. Ženský hormon estrogen má také ochranný efekt na kardiovaskulární systém, zatímco mužský testosteron má účinky přesně opačné.

Ženy se ale nedožívají jen vyššího věku, ony i celkově víc vydrží, lépe se regenerují a také se díky menstruaci pravidelně detoxikují. Navíc umí rychle přepínat mezi pravou a levou mozkovou hemisférou a díky tomu zvládnou dělat víc věcí najednou. Vyšší ženská produktivita a výdrž je záhadou pro všechny, kteří se věnují silovému tréninku. A nejen že si trénovaná žena k poměru ke své váze dokáže naložit vyšší zátěž a zvládnout víc opakování, ona se z té námahy oklepe daleko dřív než jakýkoliv trénovaný muž. Trochu frustrující, pánové, že? Ženská prostě vydrží víc než kůň, protože má krátka vyšší práh bolesti. Nikdo přesně neví, proč mají ženy v tomto ohledu takto přidáno, ale nejspíš to tak příroda prostě zařídila, aby byla žena schopná vyčerpávajícího porodu a hned na to se o své mládě mohla zodpovědně postarat. Muž by po porodu strávil tři dny na pohovce úplně vyřízený a jeho mládě by mezitím sežrali vlci...

### JEDEN PRO DRUHÉHO

Úkolem jangu je ochraňovat jin. Silný muž má tedy ochraňovat fyzicky slabší ženu, díky tomu se cítí potřebný a užitečný. Žena má ale stejně tak ochraňovat svého muže tím, že ho posiluje psychicky, to je zas její úkol a její odpovědnost. Jedině pak tedy do sebe budeme zapadat jako klíč do zámku, vzájemně se chránit a podporovat a společně tvořit dokonalý celek. Milí muži, pokud čírou náhodou čtete tento článek, určitě mi dáte za pravdu, že není nic příjemnějšího a víc sexy než vědět, že ta bestie je na vaší straně. A vy, bestie, přestaňte fňukat, že vám něco nejde, je ve vás víc, než možná tušíte vy samy...

Mgr. TEREZA VAR VIKTOROVÁ





# Dopřejte svému tělu péči (6)

## STŘEVA, MOČOVÝ MĚCHÝŘ, LEDVINY

V minulém díle jsme opečovali orgány, které jsou převážně přijímací. Nyní se zaměříme na ty, které jsou spíše odevzdávající.

Oslabená střeva a močový měchýř souvisejí s nedostatečným uvolněním, s hromaděním, zadržováním a strnulostí. Ledviny ukazují na naše vztahy, náš postoj k nejbližším či ostatním lidem a na stav tekutin v celém těle. Tento orgán je úzce spjat také s klouby, šlachami, svaly, a dokonce i zuby.

### STŘEVA

Tento zvláštní orgán je místem, kde se zbavujeme odpadu. Považuje se za druhý mozek lidského těla, někteří ho dokonce označují za ten první. Stav našich střev dokáže ve velké míře ovlivnit kvalitu bdělého života a spánku. Sídli zde imunita, prospěšné bakterie, a pokud jsou střeva v nepořádku, mohou se objevit spánkové poruchy. Když špatně spíme, dochází někdy k nepříjemným problémům včetně oslabení střev. Tím se dostáváme do „začarovaného kruhu“. Střevům ulevíme, pokud se budeme zbavovat ve svém životě všeho, co již nepotřebujeme a držíme to jen ze zvyku či strachu.

Střeva jsou právě považována za jeden z orgánů, kde se hromadí strach a nezpracovaná životní témata. Ustrnutí a nedostatek pohybu omezují jejich činnost, cítíme se plní, unavení a někdy až demotivovaní. Dostavit se může zácpa, která poukazuje na přehlcenost a zastavení sebe samého. Průjem naopak odráží neprožívání, nezpracování a hektický život. Střevům prospívá pestrá strava, pravidelná relaxace, pouštění, odpouštění a také vyřešení případného problematického vztahu s rodiči. Z přípravků Energy doporučuji **Probiosan Inovum**, se kterým mám výborné osobní zkušenosti. Pomoci dokáže také **Taiwan Chlorella**, **Relaxin** či **Cytosan Inovum**.

### MOČOVÝ MĚCHÝŘ

Močový měchýř podobně jako střeva vylučuje z těla ven odpadní látku, a jeho stav je tedy ukazatelem naší schopnosti očistit se. Tento orgán bývá spojován přímo s mozkem a myšlenkami. Zatímco tlusté střevo má na starosti zpracovávání vzpomínek a minulosti, tenké střevo vstřebávání zkušeností a zážitků, tak močový měchýř napomáhá uvolňovat tlak



myšlenek a zbavovat se těch, které již ve svém životě nepotřebujeme. Zkušenosti některých terapeutů dokonce ukazují, že při lékařské léčbě problémů s mozkem (nádor, otok atd.) napomáhá podpora močového měchýře.

S močovým měchýřem souvisí sebeobviňování a obviňování lidí opačného pohlaví za své problémy. Jeho zdravý stav podpoří čas strávený s někým, koho máme rádi, přijetí své minulosti a ukončení myšlenek na ni. Posílíme jej také, když se večer budeme těšit na následující den namísto výčitek, co jsme dnes ještě nestihli. Zánět močového měchýře může poukazovat na to, že se příliš zabýváme včerejškem či zítřkem a na dnešek nám nezbyl čas. Z přípravků Energy pomůže měchýři **Mycoren**, **Tribulus terrestris**, **Grepofit drops** či **Balneol**.

### LEDVINY

Samotný název orgánu nám dává vědět, jaké téma se v něm ukrývá. Led a vina. Ledviny souvisejí se vztahy, schopností se rozhodnout, úrovní naší energie, ale také například s pocitem viny, citovým chladem nebo obavami. Oslabené ledviny nejčastěji poukazují na problém

se vztahy, ve kterých se nám nedaří nalézt dostatek lásky, pochopení, pokory či pohlazení. Viníme sebe i druhé za svoje nefunkční vztahy a konflikty, začínáme citově chladnout a bolest zad v jejich bederní oblasti na sebe nenechá dlouho čekat. Vytrácení energie z ledvin můžete včas vyzpozorovat skrze bolest kolen (především ze zadní strany), suchou pokožku, otoky pod očima nebo kožní obtíže.

Ledvinám ulevíme, když se naučíte filtrovat vztahy, stejně jako ledviny dokážou filtrovat krev. Odstraňte ze svého života ty, které jsou založeny na manipulaci, využívání, strachu, setrvačnosti či zvyku. Začněte tím, že zapracujete na vztahu k sobě, dávejte si dost lásky, pochopení, tepla a pohlazení. Také se pokuste propouštět problémy, které vám nepatří a jejichž vyřešení vám nic nedá, nikam vás neposune. Ledviny posílí umění vědomě se rozhodnout nebo nerozhodnout. Na jejich podporu z přípravků Energy doporučuji **Mycoren**, dále **Skeleton**, **Organic Goji** nebo čaj **Chanca Piedra**. Můžete si také opatrně nanášet pod oči krém **Artrin renove**.

*Krásné, naplňující a obohacující vztahy vám přeje ONDŘEJ VESELÝ*

# Terapeutické metody (50)

## HIPOTERAPIE



**Koně. Zvířata, která Jung viděl jako symbol fyzického těla. Koně – bytosti, které jsou na pomezí světů. Dle indiánských legend nás bílý kůň nese k duchovnosti, hnědý k pochopení zemských zákonitostí a černý do nevědomí nebo podsvětí. Oni toho umí ale o mnoho víc! Dokáží zesilovat lidské emoce, svojí extrémní empatií zrcadlí naše nejvnitřnější pocity, ale i záměry, mohou vyvažovat náš duševní nebo fyzický hendikep. A také léčí. Jsou schopni dodat sílu nejen duši, ale i tělu. S pomocí pohybu koňského hřbetu, který se hýbe všemi směry naráz, v každém okamžiku nahoru, dolů, doleva, doprava, dopředu i dozadu. K tomu ještě obrovská síla proudící z koně do člověka, který na něm sedí.**

### **PRO DĚTI I DOSPĚLÉ, PRO KAŽDÉHO**

Tak děláme terapie. Z didaktického hlediska je možné rozdělit je na léčbu těla a duše, ale pouze z didaktického! Duši od těla oddělit nelze a ani není radno to zkoušet. Jak by mohlo být spokojené dítě, které pouze leží, zatímco jeho kamarádi běhají po venku? Jak se asi cítí jeho máma, jeho táta, kteří vidí pokroky dětí stejného stáří? Děti s poruchou autistického spektra, s ADHD, děti vyloučené z kolektivu, osamocené pro svoji jinakost... Těm všem můžeme s pomocí koní usnadnit život. A pak jsou tady dospělí. Ti, kteří mají potíže s pohybem, ti, kteří mají koně jako náhradní nohy. Ano. I toto jde. Vysvětlím to na příkladu, situaci, která se doopravdy stala. Naložili jsme na koně pána, asi 30letého vozíčkáře, a jeli s ním do lesa. A tam, mezi stromy, přišla ona památná věta: „Tak tady jsem už 6 let nebyl.“ Kůň projde téměř vším, vozík projede pouze po dobře upravené cestě. Takže asi tak.

### **PARAJEZDCI**

Do hipoterapie patří i sport hendikepovaných. Tyto lidi naučíme jezdit na koni, samostatně jej zvládat, a například účastí na soutěži náš nejúspěšnější jezdec Petr Šindelář našel smysl svého života. Ale i když to nejde tak daleko, klient se naučí vydržet, máknout, a u toho vnímat a brát ohled na svého partáka. A to je nesmírně cenné. Všichni parajezdci, které znám, našli uplatnění v běžném životě. Pracují, mají rodiny a žijí tak, jak chtějí. K tomu jim dopomohli i koně.

### **REHABILITACE V SEDLE**

Jak tedy probíhá hiporehabilitační jednotka? Předem připravený (tj. vypohybovaný a osedlaný madly nebo sedlem) kůň je přiveden k rampě, ze které nasedne pacient. Při tomto rizikovém úkonu mu pomáhají pomocníci. U některých urostlých spastiků – tedy lidí, kteří jsou ochrnutí a mají křečovitě stažené svaly, je potřeba až 8 pomocníků, alespoň zpočátku. Podle toho, jak se stav zlepšuje, může jich být méně a méně. S pacientem se necvičí, veškeré „cvičení“ obstará svým pohybem kůň. Ačkoli se to nezdá, tak sedět na krácejícím koni je totiž i pro zdravého člověka zpočátku pořádná výzva. Když někteří rodiče tlačí na to, aby jejich dítě máchalo při léčbě rukama, tak je prostě na chvíli na koně posadíme, a ono je to přejde. Pacienti, kteří nezvednou vleže ani hlavu (a je jedno, jestli jim je 6 měsíců nebo 6 let), jezdí na koni vleže na bříše a jsou jistěni z obou stran. Hlavu mají na zadku koně, takže koukají přes jeho ocas, a obvykle velmi brzy začnou zvedat hlavu, protože pohyb koně stimuluje svaly kolem páteře a podporuje vertikalizaci. Pak sedí, vstanou a často nakonec i chodí... Samozřejmě, že u takto závažně postižených pacientů





není hipoterapie jedinou léčebnou metodou. Například cvičení podle Vojty nebo Bobatha mají společně s hipoterapií daleko větší efekt než samostatně. A navíc, děti koně obvykle milují.

#### **PORUCHY POZORNOSTI, ADHD, BOLEST DUŠE...**

Kůň ale umí podpořit i psychologický vývoj člověka. Například raketově startuje pozornost. Takže děti s jakoukoli poruchou pozornosti mohou s pomocí koně výrazně zlepšit svoje školní výsledky. Kromě toho se také naučit respektu k osobnímu prostoru, trénovat představitost... Například: Než dojdou k cíli, musím s koněm překročit překážku, a u toho si hlídat, aby mu někdo nevlezl do cesty, kontrolovat projevy svých emocí – a to jak hněvu, tak náklonnosti, což je velmi důležité třeba pro lidi s mentálním hendikepem. Navíc – na koni jen tak někdo nejezdí! Takže tato terapie pomůže člověku i na sociálním žebříčku. S koňmi se dá i vysloveně léčit duše. Jedná se o práci s klienty s psychiatrickými nemocemi, kde kůň pomáhá jakoby „odemknout“ zamčená místa s někdy i léta trvající bolestí u depresivních pacientů, nebo s traumaty u agresivně se projevujících lidí. V řadě dalších situací nastavuje zrcadlo, pomáhá hledat další cesty, kudy dál v životě... Psychoterapie asistovaná koněm je fascinující oblastí koňských terapií.

#### **A CO TEN SPORT?**

U nás v DORADU (spolku pro hiporehabilitaci) jezdí všichni. Je jedno, jestli mají ruce, nebo ne, jestli mají jednu nohu, nebo obě ochrnuté. Jezdí děti s ADHD, s mentálním hendikepem, i děti tzv. „divné“. Ano, právě ty, které kolektiv vytlačí, šikanuje, osočuje, právě tyto děti naši koně učí vnitřní síle, odvaze, tahu

na branku, důslednosti, sebedůvěře. Zažívají s nimi prohry i úspěchy, po pádu (tom opravdovém) musejí vyskočit a znovu nasednout a je nádherné pozorovat, jak se nám mění před očima. Z vystrašených, uplakaných dětí se postupně rodí nádherné a zocelené osobnosti. Stačí jediné. Milovat koně a toužit jezdit.

#### **PROSTĚ LÁSKA**

V naší republice existuje celá řada hiporehabilitačních pracovišť. Mnohá z nich odvádějí vynikající a velmi obětavou práci. DORADO je trochu zvláštní v tom, že už 25 let pracujeme dobrovolnický. Ano, máme potřebné kurzy, vzděláváme se, ale nikdo tam není zaměstnán. Princip, který uplatňujeme, říká: Každý DORADU věnuje všechno, co může. Čas, nápady, práci, finance, tvůrčí invenci... Co za to máme? Strašně nás to baví. Vidět výsledky práce na posunu ve zdravotním stavu našich klientů je ta největší odměna. A taky koně. Být s nimi, pracovat s nimi jako s partnery, kteří velmi dobře vědí, co dělají a proč, s partnery, kteří se vzdali svobody pro nás, lidi. My je potřebujeme. My je milujeme. A hýčkáme si je. Rehabilitační kůň je mistr ve svém oboru, je penězi nezaplacitelný.

#### **ÚKOL NA ZÁVĚR**

Až někde uvidíte, že se léčí s pomocí koní, zkuste sledovat výraz zúčastněných. Pozornost koně, jeho klid a vnitřní soustředění, radost jezdce, jeho chvění v očekávání věcí příštích, koncentraci vodiče koně a pomocníka držícího klienta, cílené myšlení i profesionalitu terapeuta, který terapii vede. Vše vypadá, jako kdyby se nic nedělo. A zatím se přesouvají galaxie.

*S úctou MUDr. ALEXANDRA VOSÁTKOVÁ*

# Máte pevnou vůli?

V naší současné společnosti se o vůli mluví ve všech možných souvislostech, při hubnutí, v práci, ve sportovním prostředí, v rodinách... Mít pevnou vůli je bráno jako základ pro dosahování svých přání a snů. Jak se říká, kde je vůle, je i cesta. Ale co když vše může být jinak, než nás učili? Co když existuje i jiný způsob?

## CO ŘÍKÁ UMĚLÁ INTELIGENCE

Dnes začnu článek jinak než obvykle, s pomocí umělé inteligence. Co nám ona říká o fenoménu jménem „vůle“? „Neexistuje jediná definice vůle, na které by se všichni shodli. Obecně se chápe jako schopnost kontrolovat své vlastní myšlenky, pocity a chování. Nadměrná snaha o kontrolu je však kontraproduktivní a vede k úzkosti, stresu a vyhoření. Vůle neznamená nutně snahu o kontrolu nad vším, ale o schopnost vědomě se rozhodovat a chovat se tak, abychom dosahovali svých cílů a žili v souladu s našimi hodnotami. Důležité je si uvědomit, co je pro nás v životě podstatné, vyrovnávat se s neúspěchem a naučit se odkládat uspokojení a pracovat na svých cílech i v momentě, kdy se nám nechce.“

Jak tedy k vůli přistoupit? Nabídnu vám tři různé pohledy a je na vás, který si vyberete, nebo jestli si vytvoříte svůj čtvrtý.

## KLASICKÝ POHLED TROCHU JINAK

Vůle je v našem industriálním světě brána jako základ. Pro dosažení cílů a úspěchu je potřeba pevná vůle, vytrvalost, disciplína a koncentrace. Jenže kde se naučit těmto „superschopnostem“? Kde brát sílu na dosažení svých cílů? Pokud je pro vás v životě pevná vůle důležitá, ale nemáte ji, je

možné ji pojmout jako dovednost a tu začít trénovat.

V první řadě je třeba vědět, co je můj cíl, záměr, sen. Stanovení si reálných, avšak zároveň odvážných cílů je základ. Bez toho vám ani sebepevnější vůle nepomůže. Je také dobré oprostít se od nereálných představ, lidé se často snaží přizpůsobit skutečnost svým očekáváním a jsou frustrováni, že to nefunguje. Mnohem lepší je naopak vycházet při svých záměrech z aktuální situace. Vůle je v tomto pojetí vlastně vnitřní síla k překonávání výzev, překážek, problémů, či jak tomu říkáte. Jít dál i přes prohry, odolávat pokušení, bojovat sám se sebou, často je s cestou ke snům spojeno odříkání a výdrž. Jeden krok provází druhý, občas uděláme několik kroků stranou, někdy máme chuť to vzdát. Pokud pojmem pevnou vůli jako dovednost, i vzdání se patří do procesu učení. Třeba jsme si na sebe vzali moc velké nebo naopak malé sousto? Velké nás udusí, malé nenasytí.

## „KOUČOVACÍ“ HRAVÝ PŘÍSTUP

Teď vám nabídnu jiný pohled na vůli, možná lehce provokativní. Podobný přístup používá velká část profesionálních koučů. Jak nám sdělila umělá inteligence, vůle je schopnost kontrolovat a nadměrná kontrola vede k frustraci. Překonávání překážek silou vůle je tedy možná funkční, ale po omezenou dobu. Tato energie se jednou vyčerpá a vy to nejen vzdáte, ale ještě si odnesete nespokojenost a pocit méněcennosti, že na to prostě nemáte. Ale zamyslete se: Co vlastně překonáváte? Co je to, s čím bojujete skrze pevnou vůli? Co když nakonec do cíle dojdete, ale vůbec jste sem nechtěli dojít? Po čem vlastně toužíte tak moc, že se nikdy nevzdáte a budete to zkoušet tak dlouho, dokud nevyhrajete?





Mnohem účinnější, než vůle samotná je to, kam tuto sílu napnu. Už jen správný záměr je polovina úspěchu. Uvedme si příklad. Dejme tomu, že chcete zhubnout. Záměr být hubenější vám ale neustále připomíná, že máte nadváhu. Zeptejte se místo toho sami sebe, v čem vám vaše aktuální postava limituje život? Najděte si svět za horizontem a k tomu směřujte. Třeba milujete koně, ale máte navíc třicet kilo. Jenže vy na něm chcete jezdit! Každé kilo dole je pak o kilo blíže ke koním. Pracujte s tím, obklopte se obrázky koňů, nechte se svým snem obejmout... A hubnutí pak půjde snadno.

Velkou sílu má také prostředí. Pokud vás nepodporuje na vaší cestě, sebesilnější vůle je vám k ničemu. Prostředí, to jsou lidé, věci, technologie, prostory, spiritualita, finance, hodnoty, přesvědčení, návyky, talenty, myšlenky atd. Opět se ptejte: Co vám bere energii ve vašem prostředí? Jak vypadá prostředí člověka, kterým se chcete jednou stát? Je často mnohem lepší napnout sílu vůle na úpravy svého prostředí tak, aby vás vedlo za vašim cílem. Pokud chcete prodávat lidem tousty a při každé objednávce budete muset dvacet minut toustovač dolovat ze skříně a dvacet minut ho zase uklízet, je snadné to vzdát. Možná si říkáte, že je to logické, proč by to někdo dělal? Zkuste si tuto metaforu zvědomit a možná budete překvapeni, kolik „toustovačů hluboko ve skříní“ máte ve svém životě.

Cítíte, jak je to hravější přístup než neustálý fokus na „už tam budem“? Užijte si cestu za sny, která je plná překvapení, nadchněte se pro život. Ano, potká vás mnoho proher, bude potřeba občas zabrat, zamakat, ale uvědomte si, že každá vteřina vašeho života je příležitost k učení.

## ČÍNSKÁ MEDICÍNA

I východní nauka má na pojem vůle svůj názor a přístup. Staří čínští lékaři chtěli, aby i běžný člověk dobře rozuměl sobě a světu okolo, nevynechali tudíž ani pojem vůle. Všeobecně známý je přístup skrze pět elementů, ke kterým se kromě jiného přiřazují orgány lidského těla. A ty mají svoje spirituální aspekty. Nejdůležitější roli hraje duch Shen a duše Shen. My se pro zjednodušení nyní podíváme jen na duši Hun (sídlící v játrech) a Zhi (v ledvinách), jež nejvíce ovlivňují naši schopnost naplnit svůj potenciál.

Staří Číňané vnímali vůli jako motivaci, šikovnost, selský rozum a krátkodobou paměť. Patří sem i schopnost sebepoznání, a tím získaná sebedůvěra. V ledvinách sídlí duše Zhi, od které se odvíjí délka a kvalita života. Ledviny oslabuje strach a nejistota. Jejich slabá energie značí, že máme nesoulad ve vztazích, nejsme rozhodní a nemáme pro co žít. Z tohoto pohledu je vůle o každodenním vědomí toho, co dělám, jaký je můj smysl života a jaké vztahy tvořím. Síla vůle je tak i o kvalitě společenství, ve kterém člověk žije.

Duch v játrech Hun je nám dán z nebes v okamžiku početí. Souvisí s kreativitou, soucitem, plánováním, řešením náhlých problémů, rozhodností, touhou zkoušet, objevovat, inspirovat, přinášet krásu a potěšení. Hun v sobě zahrnuje tři složky, zjednodušeně pojato jedna se stará o napojení na vyšší zdroj, druhá o udržení ctností a třetí nás uzemňuje a pečuje o tělesné záležitosti. Játra oslabují konflikty, násilí a sebeodmítání. Hun je pak plachý a má tendence utéct do jiných úrovní. Sami Číňané doporučují zlepšit si svoje vnější podmínky tak, aby byl Hun spokojený a nic mu nebránilo v aktivitě.

Posílení ledvin a jater nám může pomoci překonávat překážky na cestě ne skrze boj s nimi, ale tím, že je přerosteme. Využít můžeme relaxaci, introspekci, cvičení či také přípravky Energy, posilující tyto dva orgány, například **Renol**, **Regalen**, **Mycoren** či **Mycoshepar**.

ONDŘEJ VESELÝ



UNIVERZITA  
ENERGY

## CELODENNÍ SEMINÁŘE

**JAK S ENERGY PRODUKTY PODPOŘIT LÉČBU ORDINOVANOU LÉKAŘEM A CO MŮŽEME S JEJICH POMOCÍ ZVLÁDNOUT SAMI?**

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková

Termín a místo konání: 11. 10. 2024, Brno

**PRINCIPY TĚM UPLATŇOVANÉ PŘI TVORBĚ A VÝBĚRU PRODUKTŮ ENERGY**

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková

Termín a místo konání: 25. 10. 2024, Praha

**ZÁVAŽNÉ NEMOCI A ENERGY ANEB JAK PŘÍSTUPOVAT K RAKOVINĚ, AUTOIMUNITNÍM A DALŠÍM ONEMOCNĚNÍM**

Lektor: MUDr. Alexandra Vosátková

Termín a místo konání: 8. 11. 2024, Olomouc

**SUPERTRONIC PRO PROFESIONÁLNÍ TERAPEUTY**

Lektor: MUDr. Bohdan Haltmar

Termín a místo konání: 28. a 29. 9. 2024, Hradec Králové

**SUPERTRONIC PRO ZAČÁTEČNÍKY**

Lektoři: MUDr. Bohdan Haltmar, Bc. Michaela Císařová, MSc.

Termín a místo konání: 9. a 10. 11. 2024, Hradec Králové

## NOVÝ WEBINÁŘ

**DISKUZNÍ FÓRUM SUPERTRONIC PRO TERAPEUTY: JAK EFEKTIVNĚ VYUŽÍVAT DIAGNOSTIKU V PĚCI O KLIENTY**

Lektor: Bc. Michaela Císařová, MSc.

Při tomto virtuálním setkání budete mít možnost vzájemně konzultovat všechno, co vás o diagnostice zajímá. Společně se zaměříme na tyto oblasti:

- kdy je vyšetření Supertronicem nejvíce přínosné
- jak zvolit pořadí testování produktů a jejich vzájemných kombinací
- měření dětí, seniorů, zvířat
- jak postupovat, když nelze bod změřit
- aplikace SPT na iPadu – rady a triky
- co dělat, když technika zlobí
- další důležitá témata z praxe

Tento webinář má za cíl vytvořit prostor pro terapeuty, kteří používají Supertronic, aby mohli sdílet své zkušenosti, získávat nové poznatky a zlepšovat své profesionální dovednosti.

Termín: 10. 10. 2024 od 19 hod.

Témata webinářů průběžně doplňujeme, sledujte sekci **Vzdělávání** na [www.energy.cz](http://www.energy.cz). Naleznete zde také přihlášky na školení a semináře.



# VÝHODNÝ PODZIMNÍ BALÍČEK PRO SILNOU IMUNITU A ZDRAVOU KŮŽI

Členská cena balíčku: 522 Kč  
22 bodů, 92 Kč ušetříte

## VIROVET

ZASTAVUJE INFEKCI V POČÁTEČNÍM STADIU A URYCHLUJE TVORBU PROTILÁTEK. LZE JEJ POUŽÍVAT I JAKO PREVENCI PŘED NACHLAZENÍM.

## AUDIVET

UPRAVUJE pH POKOŽKY A SLIZNIC, TLUMÍ ZÁNĚTLIVÉ STAVY ZPŮSOBENÉ VIRY, BAKTERIEMI A PLÍSNĚMI.



Akce je určena pouze pro členy Energy.

Platnost akce od 1. do 30. 9. 2024 nebo do vyprodání zásob.



# Pentagram ve světě zvířat (1)

## ZÁKONITOSTI KOLOBĚHU ENERGIE V PŘÍRODĚ

### OHLÉDNUTÍ DO HISTORIE

Růžice pěti prvků vepsaná do kruhu – to je pentagram – starobylý symbol rovnováhy a dokonalého zdraví. Většina z nás jej má spojený s tradiční čínskou medicínou, která učení o pěti elementech sesbírala a utřídila s prací vskutku mravenčí. Avšak první zmínky o něm jsou mnohem starší než čínská kultura: pentagram a zákonitosti koloběhu energie v přírodě znali a využívali již Keltové a Vikingové, což jen dokládá jeho univerzálnost a jedno-duchost. Jazykem posvátné geometrie k nám promlouvá Vesmír, neboť planeta Venuše opíše při své cestě oblohou dráhu pěticípé hvězdy, a to za 8 let. Osmička naležato pak znázorňuje nekonečno, a chcete-li, také monádu jin-jang. S motivem pentagramu se lze historicky potkat i u Leonardova vitruviánského muže, kde da Vinci znázornil dokonalost proporcí lidského těla jeho vkreslením do kruhu. V době křesťanství se pak obrácená pentagramová růžice stala nechvalně proslulým symbolem satanismu. S pentagramem dodnes „čaruje“ astrologie devíti planet, novopohanské náboženství wicca, svobodné zednářství, ale také například koncepce celostního přístupu ke zdraví MUDr. Klímové. Zkrátka, jak je vidět, jsme s tímto symbolem jako lidstvo mnohokrát propojeni a ve výsledku úzce spjatí.

### VETERINÁRNÍ PENTAGRAM®

Filozofie Energy je založená na pentagramu a principech, jež představuje, takže i ve veterinární sekci s nimi pracujeme. Z pohledu zdraví a medicíny nás zajímají hlavně fyzické charakteristiky – orgány, orgánové soustavy a tkáně, ale také funkce, vlastnosti a emoce typické pro každý element. Díky znalosti pěti elementů a energetických vztahů mezi nimi pak na základě symptomů určíme kondici jednotlivých prvků osobního pentagramu zvířete a nerovnováhu v jeho těle či psychice. Následně hledáme cesty, jak celý systém opět do rovnováhy vrátit – především s využitím bylinných koncentrátů Energy, ale i způsoby dalšími. Aby však nedošlo k mýlce, že pentagram se týká jen zdraví, nemoci a odborných medicínských termínů! Jelikož tradiční čínská medicína roztřídila vše, co si na světě umíte jen představit, do pěti

skupin, znamená to, že i každý zvířecí druh je možné přiřadit k některému z elementů. Že i každé psí plemeno, a dokonce i každá kočičí osobnost patří k některému z prvků. A na to žádné lékařské vzdělání nepotřebujeme – jen dětskou hravost, fantazii a elementární znalosti o elementech... Také už přemýšlíte, kam patří vaše zvířátko?

### CO MI PŘINESLO STUDIUM PĚTI PRVKŮ

Když se budete pentagramem zabývat dostatečně dlouho a důkladně, bude vám jasných více a více souvislostí. Naučíte se ho vidět všude. V ročních dobách, denním rytmu, počasí... fázích života i psychických pochodech. Začnete chápat, že jste určitý převažující prvek, přičemž zároveň obsahujete prvky všechny. Ucíťte energii a její proměny. Začnete tak vidět i svoji rodinu – rodiče, partnery, děti, psy, kočky, morčata... Pochopíte, čemu jste se přišli učit, a jaké dary i překážky jste k tomu dostali. Dojde vám například, proč je pro vás tak důležitá akce, ale pro vašeho psiho parťáka harmonie, a jak to funkčně skloubit. Přestanete sebe i druhé vinit za

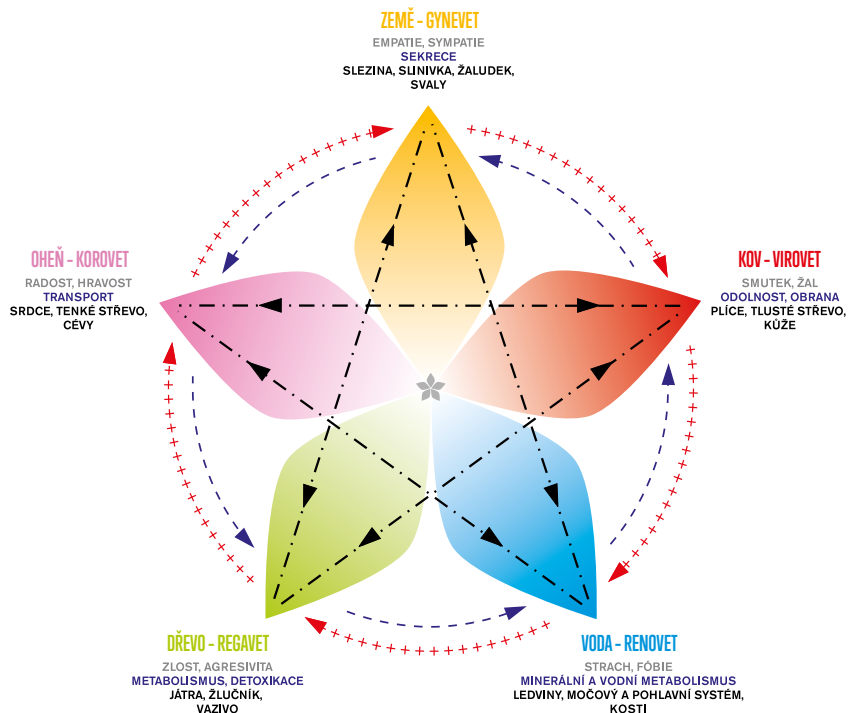
některé vlastnosti – vždyť je to jen projev nerovnováhy určitých elementů (a ta má nějakou příčinu v dosavadním způsobu života), a je tedy nasnadě vycentrovat se. Díky studiu orgánových hodin přestanete (večer) pít alkohol a začnete chodit spát před půlnocí (když zrovna nehoří deadline článku do Vitae 😊) a také se naučíte diagnostikovat své pacienty na základě anamnézy a časového maxima jejich obtíží. Propojíte si opakovaně záněty zvukovodu u fenky s oslabením dráhy jejich ledvin nedávnou kastrací, trávící obtíže domácí kočky s chronickým stresem majitelky či epileptický záchvat pejska po rozchodu páničků a nastavení střídavé péče. Stanete se bláznem a šarlatánem pro jednu a čarodějkou a borcem pro druhé.

### NOVÝ SERIÁL

Psát o pentagramu by se dalo dále – více do hloubky i šíře. Proto jsme pro vás, milí čtenáři, připravili nový seriál, ve kterém vás budeme v průběhu ročních období seznamovat s jednotlivými elementy pentagramu a zajímavostmi ze světa zvířat i veterinární medicíny.

MVDr. MILENA MARTINCOVÁ

### PENTAGRAM® – SYMBOL ROVNOVÁHY A DOKONALÉHO ZDRAVÍ



# Olivy – už jste k nim dorostli?

O olivách se tvrdí, že jejich chuť většinou oceníte až s přibývajícím věkem. Nevím, jak vy, ale já je miluju už od mládí. Znáám i pár hodně malých dětí, které se dokáží ládovat olivami hlava nehlava. A zároveň znám jedince se sedmi křížky na krku, co se jim stále vyhýbají.

## CO JSOU ZAČ

Olivy jsou plody stálezeleného stromu olivovníku evropského, malé peckovice velikosti článku prstu mají uvnitř nejedlou pecku a kolem ní hutnou dužinu. Z botanického pohledu je možná překvapivě řadíme k ovoci. O olivách je zmínka už v Bibli a jejich historie je opravdu dlouhá. Olivovník pochází původně z oblasti Sýrie a Palestiny, kde byl poprvé vyšlechtěn a odkud se pomalu rozšířil po oblastech kolem Středozemního moře. I dnes se zde olivy stále pěstují nejvíce.

## ZELENÉ NEBO ČERNÉ?

Někdo by si mohl chybně myslet, že jde o dva rozdílné druhy oliv. Ale není tomu tak. Jsou to jedny a tytéž plody, pouze zelené olivy byly sklizeny ještě nedozrálé, i když v plné velikosti, a olivy fialové až černé barvy se sbírají zralé.

## PROČ JE JÍST

Hlavním přínosem oliv je vysoký obsah nenasycených mastných kyselin. Jsou bohaté na vitaminy A a E, plné antioxidantů, vlákniny, železa, vápníku, mědi, draslíku a hořčíku. Mají pozitivní účinky na funkce srdce, mozku a cév, podílejí se na snižování tvorby špatného cholesterolu, redukují oxidační stres a působí protizánětlivě. Přispívají ke správnému fungování střev. Říká se, že konzumace oliv zajistí vitalitu a dlouhověkost.

## ÚPRAVA PO SKLIZNI

Nejprve dochází k třídění plodů podle velikosti, kvality a způsobu čištění. Olivy nejsou samy o sobě ihned po sklizení konzumovatelné. Jsou příliš hořké. Jejich chuť se vylepšuje pomocí fermentace nebo moření v solném roztoku. Moření může trvat i několik měsíců podle druhu a požadovaného chuťového výsledku. Následně se olivy mohou i třeba plnit mandlemi, papričkami, česnekem a podobně.

## OLIVOVÝ OLEJ A JEHO DRUHY

Pro extra panenský olej se olivy často sbírají ručně, aby se minimalizovalo poškození plodů. Očištěné olivy se nejprve drtí na pastu, tradičně v kamenném mlýně, dnes již většinou v moderních nerezových drtičkách. Olivová pasta se pomalu míchá při teplotách do 27 °C, čímž se uvolní kapky oleje. Teplota je důležitá pro zachování nutričních hodnot i chuti. V centrifuze se oddělí olej od pevných částí, dříve se k tomu používala lisovací plátina. Pak dochází většinou k filtraci, aby se odstranily zbylé pevné částice a sediment. Ovšem některé tradiční oleje se prodávají i nefiltrované. Extra panenský a panenský olivový olej se vyrábějí čistě mechanickými metodami bez použití chemických úprav. Jde o ty nejkvalitnější oleje výrazné chuti. Extra panenský má nižší kyselost do 0,8 %, panenský maximálně 2 %. Oba se používají na studenou kuchyni a dochucování pokrmů.

Rafinovaný olivový olej se zpracovává chemickým čištěním panenského oleje, má neutrální chuť a je vhodný pro smažení při vysokých teplotách, běžně se prodává ve směsi s olejem panenským. Nejméně kvalitní a nejlevnější je olej z tzv. **pokrutin** (výlisků po prvním lisování panenského oleje).

## REGIONÁLNÍ TYPICKÁ JÍDLA

Každá země i region, kde se pěstují olivy, má s nimi svá tradiční jídla. V Turecku se z nich vyrábí tapenáda a najdete je zde v předkrmu meze, jsou součástí malých jídel (španělské tapas) či salátů (řecký choriatiiki, libanonský tabbouleh, francouzský niçoise), hodí se na pizzu (Napoletana, Siciliana) i k italským těstovinám (puttanesca). Dají se kombinovat s masem, rybami a mořskými plody, zeleninou (španělská paella) či přidávat do těsta na chléb, který je tradicí v Itálii (ciabatta, focaccia). Zkrátka všude po světě najdete spoustu úžasného jídla, ve kterém olivy nesmějí chybět!

## NA CO SI DÁT POZOR

Obecně jsou olivy typickým příkladem naprosto zdravé potraviny. Jako vždy ale platí – všeho s mírou! Pozor na přílišnou konzumaci marinovaných a hodně slaných oliv by si měli dát lidé s vysokým krevním tlakem. Také při histaminové intoleranci či ledvinových kamenech a osoby, které mají problém s trávením velkého množství tuku.

## MŮJ POHLED

Olivy mám ráda! Moc! Přidávám je do kynutého slaného pečiva, k těstovinám nebo jen tak na mlsání na párty či doma u televize. Nejradši mám sušené výrazné černé olivy Kalamata z řeckého ostrova Thassos. No a kvalitní olivový olej kupuji zásadně přímo v Řecku nebo od Řeků. A to tak lahodný, že si ho klidně dám po ránu ve štamprlátku jako lék. Tento článek píšu – kde jinde než v Řecku, a mám pocit, že se píše úplně sám... Takže Jamas!

*Krásné pozdní léto,  
pikantní jako olivy, vám přeje  
ZUZANA KOMŮRKOVÁ*







## TAGINE S KUŘETEM (Maroko)

5 lžic olivového oleje, 1 celé kuře nasekané na větší kusy nebo 8 kuřecích stehen, 1 velká cibule, 2–4 stroužky česneku, 2 lžice marockého koření, 2 velká rajčata nebo drcená rajčata z plechovky, 1 lžice medu, 750 ml kuřecího vývaru, 2 malé nakládané citrony, 1 lžice červeného vinného octa, 2 hrsti zelených oliv, 1 čerstvý citron, sůl, svazek čerstvé máty

Pokud nemáme speciální kuželovitý hliněný hrnec tagine, použijeme buď hlubokou pánev vhodnou do trouby, nebo litinový hrnec či pekáč. Kuře i s kůží naporcujeme na větší kusy, osolíme a zprudka důkladně opečeme na 2 lžících olivového oleje. Dáme stranou. Troubu vyhřejeme na 150 °C horkovzduch. Mezitím nasekáme cibuli nahrubo, česnek na tenké plátky. Nakládané citrony oloupeme, nejmenno pokrájíme jejich slupku a polovinu čerstvého citronu na tenká kolečka. Omytá rajčata nakrájíme na kousky. Do pánve nebo pekáče, kde jsme opékali kuřecí stehna, přidáme další 2 lžice olivového oleje. Nejprve na něm orestujeme 2 minuty cibuli, přidáme česnek a marocké koření. Důkladně mícháme. Pak přidáme nasekanou kůru nakládaných citronů, rajčata, zchladlý vývar, med a vinný ocet. Přivedeme k varu. Nahoru položíme opečené kuřecí maso, přikryjeme poklicí a pečeme 1 hodinu v troubě. Po hodině odkryjeme, přisypeme olivy, poklademe plátky čerstvého citronu a pokapeme olivovým olejem. Vratíme do trouby a pečeme odkryté dalších zhruba 20–30 minut. Podáváme na načechráném uvařeném kuskusu posypané nasekanými listy máty.

## TAPENÁDA Z ČERNÝCH OLIV (Řecko)

200 g černých oliv bez pecek, 100 g kaparů, 100 g ančoviček v oleji, 2–4 stroužky česneku, 250 ml olivového oleje v kvalitě extra virgin, šťáva z půlky citronu, černý pepř

Olivy, kapary, ančovičky a česnek rozmixujeme na hrubší strukturu, přitom postupně přidáváme olej a citron. Dochutíme pepřem. Podáváme na toustu z bílého pečiva jako předkrm. Můžeme tapenádu také nabídnout k pečenému či grilovanému masu nebo zelenině. Využit se dá při pečení jako marináda nebo náplň, dochutí těstoviny. Pokud chcete pomazánku, vmícháte ji do čerstvého syra. Tapenádu zalitou olivovým olejem lze uchovávat ve skleničce.

## SALÁT NIÇOISE (Francie)

500 g drobných nových brambor, 200 g čerstvých zelených fazolek, 1 lžice olivového oleje, 1 stroužek česneku, 1 hlávka římského salátu, 150 g cherry rajčat, 1 jarní cibulka, 200 g konzervovaného tuňáka, 4 ks ančoviček, 1–2 hrsti černých oliv, 4 vejce

**Na zálivku:** 3 lžice olivového oleje, 1 lžice bílého vinného octa, 2 lžice citronové šťávy, 1 lžička dijonské hořčice, sůl, černý pepř

Brambory uvaříme ve slupce a nakrájíme na plátky nebo čtvrtky. Vejce uvaříme natvrdo. Fazolky krátce povaříme ve slané vodě, pak prudce zchladíme proudem ledové vody a necháme okapat. Následně je můžeme krátce orestovat na pánvi na trošce olivového oleje. Do salátové mísy prolisujeme česnek a potřeme jím stěny mísy. Do mísy natrháme listy salátu. Připravíme si zálivku z oleje, octa, citronové šťávy a hořčice tak, že ve vhodné nádobě vše důkladně prošleháme metličkou a dochutíme solí a pepřem. Částí zálivky zakapeme listy salátu. Přidáme nakrájené brambory, fazolky, rajčátka, jarní cibulku na kolečka, kousky okapaného tuňáka, nasekané ančovičky a olivy. Přelijeme zbývající zálivkou a dozdobíme vejci nakrájenými na čtvrtky. Podáváme s bagetou.

## FOCACCIA (Itálie)

500 g hladké mouky (ideální je Manitoba), 20 g čerstvého droždí, 360 ml vody, 40 g olivového oleje + trochu navíc, 2 lžičky soli, na ozdobu: červená cibule na kolečka, černé olivy, cherry rajčata napůl, čerstvý rozmarýn

Do nádoby robota nebo velké mísy vložíme mouku, droždí, nalijeme vodu a uhněteme hladké těsto. To necháme v nádobě kynout asi 40 minut. Pak přidáme olivový olej a sůl, opět hněteme do hladka. Hmotu vložíme do olejem vymazané mísy, přikryjeme utěrkou nebo igelitem a necháme dál kynout, asi 1 hodinu, dokud nezdvoujnásobí svůj objem. Vysoký plech nebo pečicí plochou kameninovou mísu vymažeme olejem, vykynuté těsto v ní rozprostřeme na placku. Prsty do něj vytvoříme po celé ploše důlky, ozdobíme dle fantazie. Přikryjeme a necháme ještě 20 minut kynout. Troubu vyhřejeme na 230 °C. Focacciu pokapeme pořádně olejem a pečeme asi 25 minut.



# Zepete se hvězd

Monika Štejdřiová ([www.centrumarael.cz](http://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 přihlednutím 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](mailto:centrumarael@seznam.cz).

*Vzhledem k začínajícímu školnímu roku mě napadá myšlenka, jak to u nás zase bude probíhat. Můj syn (7 let) má problém s novými začátky týkajícími se hlavně školy, dříve i školky. Hůře snáší i sebemenší stresovou zátěž, je přecitlivělý a mám pocit, že právě z toho bývá často nemocný.*

DANIELA O., Slabčice

Nemusi za tím stát pouze školní prostředí, ale často také jiné pečující osoby, které svými emocemi nebo malou empatií poznamenávají prožívání dítěte, byť nevědomě. Netyká se to jen dětí, ale také mnoha dospělých – emocionální

precitlivlost je v současné společnosti velmi rozšířená. Někteří špatně snášejí i minimální stres, a pokud je stav trvalejší, oslabuje se imunitní systém, který je nezbytný pro správné fungování mozku. Stres vede ke zvýšení produkce kortizonu a jeho zvýšená hladina brzdí imunitní systém. Z toho důvodu jsou lidé při stresu nebo úzkosti mnohem náchylnější k nachlazením a různým zánětům. Doporučuji dlouhodobě **Vironal**, který si dokáže poradit jak s emoční stránkou, tak s posílením imunity. Pomůže zpracovat sevřenost, strach a posílí jistotu.

MONIKA ŠTEJDŘIOVÁ

## LUŠTĚTE S NÁMI, MŮŽETE VYHRÁT



Červnové vydání Vitae přineslo tajenku: „Každý vidí, jakým se zdáte být, ale málokdo vycítí, jakým opravdu jste.“ Radost z poukázky tentokrát čeká na tyto výherce:

- » **Vratislava Dvořáčková**, Čeperka
- » **Zdenka Havlová**, Milovice
- » **Lenka Kobylková**, Újezd

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. 9. 2024** na adresu redakce: Energy Czech Republic, a.s. Trojská 39/201, 171 00 Praha 7 nebo e-mail: [tajenka@energy.cz](mailto:tajenka@energy.cz)

## „Je to tvoje mysl, která... (TAJENKA).“ – Buddha

Nápověda: STY; TAUS	Vymřelý pták Didus ineptus	Virové kožní onemocnění	1. část TAJENKY	Olina	Nářečně „hle“	Zdravotně postižený	Německý název Domažlice		Mít chuť	Třebaže	Rejstřík informací o výsledcích (zkr.)	Jihoevropan	2. část TAJENKY	Alou
Dát k něčemu svolení								Dobročinnost						
Oploďná pylem								Pedagog Obyvatel Recka						
Údaje					Uzenina Kořenová zelenina					Koupací nádoba Pocházející z Oseka				
Osvědčení o registraci vozidla				Skládáno v záhyby Přítakání						St.SPZ Litoměřic Angl. „výtv. umění“				Nepořádky
	Opět	Kainův bratr Stromořadí					Pokladna Pouzdro na šípy					Povzdech Syndrom získaného selh.imunity		
Začlenit								Obytná střecha Středočeská energ. sp.						
Arabské mužské jméno				Někdo (bás.) Inic. hereč. Kínské					Co se čte (hovor.) Latinsky „V“					
Zvrátané zájmeno			Nečinit nátlak								Grůza			
Zavýsknutí			Lkaní								Anglicky „ječné zrna“ (na oku)			





# Není na světě bylina, aby k něčemu nebyla

## PELARGONIE MÁ PATENT NA ZDRAVÍ

Legenda praví, že před dávnými časy žila v jižní Africe hlavní kmenová žena Nomzamo. Onemocněla těžkou infekcí dýchacích cest a nikdo nevěděl, jak ji zachránit. Nemocí vyčerpaná se však nevzdala a v lese instinktivně snědla jakousi bylinu. K překvapení všech se její stav zlepšil a infekce při užívání byliny postupně vymizela. Tou bylinou byla pelargonie sidonská, která se stala nepostradatelnou léčivkou v lokálních komunitách.

Netrvalo dlouho a věhlas byliny se rozšířil po celé jižní Africe, v 18. století si této léčivky všimli misionáři z Evropy. V roce 1897 navštívil Afriku Charles Henry Stevens na doporučení svého lékaře, aby si zde vyléčil tuberkulózu. Místní léčitel mu podával odvar z kořene pelargonie a za tři měsíce byl Stevens vyléčený. Britská lékařská asociace však jeho léčbu odsoudila jako šarlatánství. Až později klinické studie dokázaly, že bylina má skutečně příznivé účinky na respirační onemocnění, a nejen na ně. V roce 1991 se extrakt z pelargonie začal v Evropě používat k léčbě nachlazení a od té doby byla registrována řada patentů.

## MUŠKÁT, KTERÝ NENÍ ZA OKNO

Pelargonie sidonská (*Pelargonium sidoides*, *umckaloabo*, *African geranium*) je vytrvalá bylina z čeledi kakostovitých, příbuzná muškátů, které měly všechny naše babičky za oknem. Dorůstá do výšky 30 až 60 cm a vyskytuje se především v horských a pobřežních oblastech jižní Afriky. Tmavě zelené listy jsou oválného až kopinatého tvaru, s vroubkovaným okrajem. Vzpřímené a na dotek mírně drsné stvolky nesou drobné růžové či fialové květy, uspořádané na jejich vrcholcích. Plody mají tvar tobolky, která se po dozrání rozdělí na tři části a uvolní semena. Nejcennější částí rostliny je kořen, silný a dřevnatý, který obsahuje mnoho látek s léčivými účinky. Při sběru byliny je potřeba opatrnost, existuje mnoho velmi podobných druhů pelargonie, některé i prudce jedovaté.

Příroda namíchala pelargonii účtyhodný koktejl: geraniny, kumariny, triterpeny, dále flavonoidy, saponiny a taniny.

Koncentrace léčivých látek se velmi liší v závislosti na místě sběru, nejvíce jich obsahuje divoká forma, méně pěstovaná. Právě způsob pěstování a následného zpracování u této byliny bývá často nekvalitní, je dobré si přípravky z pelargonie kupovat od renomovaných výrobců.

## Z AFRICKÉHO JIHU

V této části se většinou věnujeme využití v čínské medicíně, tentokrát tomu však bude jinak. Do Číny se pelargonie dostala až v 19. století, není tedy zmíněna ve starých textech a v čínské medicíně se prakticky nepoužívá. Má však své nezastupitelné místo v africkém léčitelství, především na jihu kontinentu. Domorodé kmeny ji zde po staletí využívají k léčbě respiračních infekcí, jako je například chřipka, nachlazení či zánět dýchacích cest. Pomáhá také při průjmu, nevolnosti a bolestech břicha. Hojí drobné rány na kůži, vředy, akné či ekzémy. Dále pozitivně působí při léčbě artritidy, revmatu, chronické únavy a malárie. Afričané využívají především její kořen, ale také čerstvé či sušené listy. Z čerstvých popíjejí čaj, sušené používají do koupele, na žvýkání proti bolesti v krku a smíchané s vodou jako obklad na rány či štípance.

## KARIÉRA STOUPÁ

V našich končinách si pelargonie své místo teprve hledá, výzkumy jsou v začátcích, stejně jako klinické studie. Nejčastěji se v západní medicíně bylina využívá na respirační infekce ve formě tinktur, kapslí, tablet či pastilek. Některé studie poukazují na pozitivní vliv na imunitní systém a u zánětu močových cest. Prokázány jsou i další protizánětlivé a antivirové vlastnosti. Triterpeny vykazují antioxidační účinky, které chrání buňky před poškozením. Užívání doplňků stravy s pelargonii zkrátilo délku trvání nachlazení (o 21 %), byl zaznamenán příznivý vliv při léčbě zánětu středního ucha u dětí a ukazuje se, že bylina by mohla být účinnou prevencí proti infekcím u pacientů s chronickou obstrukční plicní nemocí. V přípravcích Energy naleznete pelargonii jako součást „velké pětky“ bylin v přípravku **Offtusin**, který podporuje zdraví dýchacích cest a imunitu.

ONDŘEJ VESELÝ

## Esence pro vaše srdce

- » prevence kardiovaskulárních a civilizačních chorob
- » podpora mozkových funkcí, periferního prokrvení a paměti

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Vitamarin + Celitin	462 Kč	21	154 Kč

EXKLUZIVNÍ  
SLEVA | 25 %



Doplňky stravy. Akce platí 1.–30. 9. 2024 do vyprodání zásob. V rámci EXKLUZIVNÍ SLEVY je možno nakoupit pouze 1 balíček na 1 registraci číslo.

## 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

**POZOR: KE Blížejev a KC Domažlice 4.–13. 9. – ZAVŘENO**

#### Stálá nabídka:

bezplatná poradna, prodej produktů Energy vč. veterinárních / automatická kresba / zaslání produktů Energy / měření SPT / dárkové poukazy / poradna pro bezlepkovou 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 (veterina)

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

(Energy produkty v gynekologii)

##### » RASPEŇAVA (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 – Míčová 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:

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

#### Stálá nabídka:

poradna pro produkty Energy včetně veterinárních / zaslání zboží na dobírku / rekondiční masáže – Mgr. Eva Kocmanová, tel.: 605 896 184

#### Poradny Energy:

» KE BOSKOVICE – 2., 9., 16., 23. a 30. 9.

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

» KC BOSKOVICE – Zdravá výživa „Na cestě“ – Václav Stoupal, tel.: 731 543 388

» KC LETOVICE – areál Nemocnice, Filip Jirout – masér a chiropraktik, tel.: 739 764 854

#### Kontakt:

**Boskovice, Krátká 16**

**tel.: 720 529 424, 605 896 184**

**e-mail: kocmanovaenergy@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



# Kluby a konzultační centra nabízejí

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 / manuální lymfodrenáže, reflexní a ájurvédské masáže – Z. Erbenová, tel.: 603 596 812 / 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
- » KUŘÍM – 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. Janáčkové – 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 – Spižirna 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 zasilání 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

### Nabídka KC – měření SPT, prodej produktů:

- » NOVÉ: VYŠŠÍ BROD – Zdravé krámké, Míru 407, Jindřich Hanzlíček, tel.: 739 429 935
  - » 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
  - » ZAHOŘANKY-PŘÍDOLÍ 23 – Ing. Karla Strojčková, 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 OD 1. 9.:

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 zasilání 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

## 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](http://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



Mníšek pod Brdy

- » KRALUPY 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
- » PRAHA 3 – Ateliér Pod Schody, Biskupcova 74 – J. Koldová, tel.: 730 553 298
- » PRAHA 10 (Uhřetěves), 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](mailto:info@vitalityinlife.cz)  
[www.vitalityinlife.cz](http://www.vitalityinlife.cz)  
[www.facebook.com/energy.cz](https://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](http://www.babkabylinarka.cz)

#### Veterinární poradna:

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

#### Mimořádná nabídka KC

##### – poradny SPT:

- » KE HRADEC KRÁLOVÉ – 5. a 19. 9. – 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 – 19. 9. – 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](mailto:eva@zapotocna.cz)

#### Kontakt:

*Hradec Králové*  
*Letců 1001*  
tel.: 495 534 715, 736 765 477  
e-mail: [babkabylinarka.cz@seznam.cz](mailto:babkabylinarka.cz@seznam.cz)

## CHEB

#### Provozní doba:

po, čt 14–18, út 14–17, st 10–12, 14–17 h., pá a mimo otevírací dobu volejte na telefony uvedené níže v kontaktech  
**POZOR: 16.–20. 9. otevřeno út, čt 14–17 h., ostatní dny v tomto týdnu prodej po domluvě na tel.: 724 965 773, pí. Chmelová**

#### 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 napravit letní prohřešky – návrat nejen kůže zpět do kondice, vzorky, ochutnávky a poradenství – rychlost na SPT

#### 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](mailto:malus@seznam.cz)
- » STRÍBRO (hirudoterapie, Acces Bars, produkty Energy) – Mánesova 1522, Ing. Z. Sladká, tel.: 737 616 051, [sladka-pijavice@email.cz](mailto: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](mailto: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](http://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](http://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.
- » KRÁSNŮ – MVDr. Cincibusová, tel.: 773 657 288

## NEPŘEHLÉDNĚTE

### KE ČESKÁ TŘEBOVÁ

#### Nové KC:

##### » Litomyšl

Salon Martina, Smetanovo n. 15 (2. p.)  
Jiřelová Martina, tel.: 793 068 820  
kosmetika, měření SPT, dle obj.

### KE ČESKÉ BUDĚJOVICE

#### Nové KC:

##### » Vyšší Brod

Zdravej kráček, Míru 407  
Jindřich Hanzlíček, tel.: 739 429 935

### KE VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

#### Nové KC:

##### » Uherské Hradiště

Energy Bicom centrum,  
Dům u Bílého jelena (1. p.)  
Katarína Bestr, tel.: 739 738 890  
prodej produktů, SPT, Bicom  
25. 9. – Den otevřených dveří:  
seznámení s možnostmi  
diagnostiky a terapie, ochutnávky  
terapeutických nápojů



# Kluby a konzultační centra nabízejí

## 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 116/13*

*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 / NOVĚ: nutriční terapeut Jana Janská, pouze čtvrtky, tel.: 777 624 569

### Mimořádná nabídka KE:

- » st 18. 9. – 16 h. – Beseda s Helenou Polomskou o reflexní terapii
- » 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. Strušková – 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:

- » 14. 9. – Bylinná poradna Jiřího Čerkla, tel.: 732 256 115
- » 21.–22. 9., 27.–29. 9. – Šamanské semináře Samuela Kaviho, www.samani.cz

### 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. Živnůstková, tel.: 739 840 336



# Kluby a konzultační centra nabízejí

» 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 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](http://www.eft-jandova.cz) / veterinární poradna – V. Šašková, tel.: 606 451 325, [www.poradna.mzf.cz](http://www.poradna.mzf.cz) / shiatsu – B. Šimečková, tel.: 703 662 907, [www.shiatsu-bara.cz](http://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  
léčení – A. M. Tůmová, tel.: 775 046 115,  
a.m.tumova@gmail.com /  
veterinární poradce

**Nabídka KC – poradenství a prodej produktů Energy:**

» NOVÉ: 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  
Aktuální informace o dovolené na webu:  
[www.energyprostějov.cz](http://www.energyprostějov.cz)

**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)





# Kluby a konzultační centra nabízejí

## Kontakt:

Prostějov, Atrium – Hlaváčkovo nám. 1 (2. p.)  
tel.: 603 167 328  
e-mail: [energyprostejov@email.cz](mailto:energyprostejov@email.cz)  
[www.energyprostejov.cz](http://www.energyprostejov.cz)  
[www.facebook.com/energyprostejov](https://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  
sebezpoznání – fobie, strachy, alergie,  
hubnutí / výklad run a Osho tarot /  
Bachova terapie / rodinné konstelace /  
výživové poradenství / numerologie /  
koučink / e-shop: [energy-pribram.cz](http://energy-pribram.cz)

### Nabídka KC – produkty Energy,

#### poradenství:

- » DOBŘÍŠ – 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 Floow,  
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](mailto:energypribram@gmail.com)  
[www.energy-pribram.cz](http://www.energy-pribram.cz)  
[www.facebook.com/EnergyPribram](https://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.

### 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](http://www.prirodniprodukty.cz)) /  
masáže: Spinal Touch, manuální  
lymfatická, protimigrénová, reflexní,  
Bressova 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](mailto:klubenergy@seznam.cz)  
[www.klubenergy.cz](http://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. na tel.: 607 143 908 / rodinné  
konstelace – L. Zvolánek,  
[www.systemicke-konstelace.info](http://www.systemicke-konstelace.info)  
– obj.: R. Sekyrová, tel.: 776 214 706

### Mimořádná nabídka:

- » 19. 9. – 18 h. – Psychosomatika ve  
veterinární medicíně – lektorská  
přednáška MVDr. Mileny Martinové
- » 24. 9. – 18 h. – Voda a sůl jako hlavní  
pilíře našeho zdraví – Kvido Kuželka  
Na přednášky 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](mailto: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](mailto:Martina1Fialova@seznam.cz)
- » TÁBOR – Zdravá výživa Oříšek,  
Purkyňova 2961 – Eva Berková,  
tel.: 732 816 095,  
e-mail: [berkaeva.sluzby@centrum.cz](mailto:berkaeva.sluzby@centrum.cz)
- » TIŠNOV – Studio Terapie, Brněnská 792  
– Klára Synek Kloubová, tel.: 608 411 353,  
e-mail: [studioterapie@seznam.cz](mailto:studioterapie@seznam.cz),  
[www.studioterapie.cz](http://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](mailto: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](mailto:objednavky-energy@seznam.cz)  
[www.energy-tabor.cz](http://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](http://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 9. 9.
- » JIHLAVA – Mgr. P. Drejková – TČM, SPT  
– Fyton, Mrštíkova 1, tel.: 739 049 203;  
Dům zdraví, Vrchlického 57,  
tel.: 739 040 821 – konzultace 2. 9.
- » MORAVSKÉ BUDĚJOVICE – M. Palová,  
Janáčkova 1497, tel.: 605 554 456  
– konzultace 3. 9.
- » NÁMĚŠŤ NAD OSLAVOU – R. Dufková,  
Zdravěnka, Masarykovo nám. 517,  
tel.: 739 026 531 – konzultace 12. 9.
- » OSTRAVA – Ing. P. Kovalská,  
Vítkovická 3276/2a, tel.: 604 741 725,  
[www.petrakovalska.cz](http://www.petrakovalska.cz)  
– konzultace 4. 9. – 14–16 h.
- » PELHŘIMOV – I. E. Razimová,  
Vegetariánská jídelna,  
Svatovítské nám. 159, tel.: 776 766 971  
– konzultace 4. 9. – 14–16 h.
- » TASOV – D. Švestková, Tasov 69,  
[www.revite.cz](http://www.revite.cz), tel.: 605 938 299  
– konzultace 3. 9.
- » VELKÉ MEZÍŘÍČÍ – H. Paulová, Mírová 43,  
tel.: 724 763 689 – konzultace 2. 9.
- » ZNOJMO – Biocentrum – R. Režňáková,  
Zámečnická 13, tel.: 515 224 684  
– konzultace 11. 9.

# Kluby a konzultační centra nabízejí

» ŽDÁR NAD SÁZAVOU – H. Bulíčková,  
Libušínská 36, tel.: 728 141 949  
– konzultace 4. 9.

## 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

### 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.: 605 778 740 / K. Bestr – SPT, motýlí  
masáže, tělové svíce, hirudoterapie (léčba  
píjavicemi) u lidí i zvířat, vyšetření kapky  
krve, tel.: 739 738 890 / 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: hlacikova@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, Beneše 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 – Mgr. Miroslava Jančová,  
tel.: 732 114 491

### Mimořádná nabídka KE:

» 26. 9. – 17 h. – Biorezonance

– dobrodružná cesta mezi buňkami těla

– přednáška Kataríny Bestr, vstupné

150 Kč, rezervace míst předem

### Nabídka KC:

» NOVÉ: UHERSKÉ HRADIŠTĚ – Energy  
Bicom centrum, Dům u Bílého jelena (1. p.)

– Katarína Bestr, SPT, Bicom,

prodej produktů, tel.: 739 738 890

» FRENŠTÁT POD RADHOŠTĚM – Zdravá

výživa Šafrán, F. Palackého 1870

– Anna Holubová, tel.: 607 916 400

» ODRY – salón Slunečnice, Potoční 99

– Marie Jünová, tel.: 739 693 753

(masáže)

» ROŽNOV POD RADHOŠTĚM – Petra

Dobešová, U Vílenky, Palackého 195,

tel.: 603 225 729

» ROŽNOV POD RADHOŠTĚM

– Mgr. Hana Štěpánková,

tel.: 739 208 896 (diagnostika SPT,

speciálně pedagogické poradenství)

## Kontakt:

*Valašské Meziříčí, Polášková 78*

tel.: 571 161 545, 723 976 814

e-mail: info@energy-valmez.cz

www.energy-valmez.cz

## LEKTORSKÉ PŘEDNÁŠKY

ZÁŘÍ 2024

místo konání	adresa	termín	téma a přednášející	pořádající klub
Tábor	Klub Energy	19. 9. – 18 h.	Psychosomatika ve veterinární medicíně – MVDr. M. Martincová	Tábor



# Vaše pojistka na bezstarostný podzim

- byliny pro zdraví dýchacích cest
- rychlá pomoc při dráždivém kašli
- podpora imunity a prevence před infekcí

BALÍČEK PRODUKTŮ	ČLEN ENERGY		
	cena	body	sleva
Vironal + Offtusin	639 Kč	29	113 Kč

Doplňky stravy. Akce platí 1.–30. 9. 2024 do vyprodání zásob.  
Na 1 registrační číslo lze zakoupit 10 akčních balíčků.



# Nový prostor, nové zážitky

Energy klub Praha 7 / Dělnická 1633



Přijďte, těšíme se na Vás!