AROMATERAPIE®
Karel Hadek

Vánoční novinka

Hadkovský kalendář

Ošetření tlapek

Časopis pro zdraví a krásu č. 4/2016

Pomalu se nám již zase chýlí ke konci. Ano, mám na mysli ten letošní rok. K jeho konci bývá zvykem ohlédnutí po tom, jaký ten rok byl. Asi se moc nespletu, když napíši, že v principu téměř jako každý jiný. Utekl stejně rychle jako každý jiný, i když mám subjektivní pocit, že utekl rychleji. Chladno se střídalo s teplem, sušší období s dešti. Jak již to v životě chodí, někomu přinesl radost, u jiných s tímto krásným pocitem šetřil. Také to byl zcela jistě rok extrémně důležitý z hlediska historického se vztahem k naší budoucnosti. Nejenže Evropu převálcovaly vlny migrantů, kde mnozí se domáhají „pomoci" dle jejich představ, nikoli dle jak skutečných potřeb, tak evropských možností. Vznikla kuriózní situace, kdy euroobčan musí do puntíku dodržovat zákony, proti čemuž jaksi v principu nic nemám, a např. bez občanského průkazu by neměl vylézt z domu. Co se migrantů týká, těm vlády umožnily po Evropě běhat ať již bez pasů, či dokonce s falešnými pasy. Nemohu se zbavit dojmu, že dodržování zákonů platí jen pro euroobčany, tedy daňové poplatníky. Tento rok nám přinesl i značný nárůst teroristických útoků. Počet mrtvých narůstá a já se ptám sám sebe, kolik lidí ještě musí zemřít, než politici, spíše psychopati, začnou chápat. Iluze o chápání politiků si ale nedělám. Po teroristickém útoku v Nice se hrdinný francouzský prezident obklopený hordou bodygardů nechal slyšet, že to byl zbabělý útok. Dle mého ukázka absolutně iracionálního úsudku. Na rozdíl od pana Hollanda a jemu podobných se domnívám, že i terorista, krom vymytého mozku a fanatizmu, potřebuje nikoli zbabělost, ale hodně odvahy, byť zcestné, k vraždění hlava nehlava. Občany na rozdíl od papalášů hordy bodygardů po 24 hodin denně nechrání! Německá kancléřka zase utrousila jakýsi reklamní slogan „my to zvládneme". Již jsem ale neslyšel jak, kdy, za jakou cenu (nikoli finanční) a s jakými důsledky. Když se podívám do evropské historie jen minulého století, není prvním politikem, který si myslí, že to zvládne. Škoda, že se neumí ohlédnout i ona. Nejen jak to onehdy zvládli, ale také jak to dopadlo. V minulých číslech časopisu Aromaterapie jsem věnoval pár řádků eurobyrokratům. Definice zakřivení banánů a okurek, zákaz žárovek, stanovení výkonu vysavačů, příkazy uvádět v bezpečnostních listech u éterických olejů, že jejich vdechování může mít smrtelné následky a mnohé další podobné eurohňupoviny, byly oproti dnešní situaci opravdu jen a jen vtípky mentálně retardovaných mocipánů. S rokem chýlícím se ke konci, jak jsem zmínil v úvodu, se blíží i Vánoce. Jsou to křesťanské svátky a měly by to být svátky klidu, míru a pohody. Nezbývá než je takto přát v dnešní době, abychom mohli v klidu užít onu půvabnou atmosféru jak Štědrého dne, tak i následujících svátků. Taktéž vstup do Nového roku by měl mít atmosféru radosti a očekávání jeho příjemného průběhu v následujících 365 dnech. Jako optimista chci věřit a také se domnívám, že si pro sebe, zaměstnance firmy, čtenáře časopisu Aromaterapie i ostatní spoluobčany nepřeji moc. Jen to, co neodmyslitelně patří ke standardu života v civilizované evropské zemi.

Váš Karel Hadek

Obsah

NOVINKY
Ošetření tlapek ... 1
Hadkovský kalendář ... 1
Vánoční novinka ... 1
Climafresh jako vánoční dárek ... 2
Gothea Dream ... 3
Zjednodušené nakupování ... 4

SLOVO ODBORNÍKA
Záněty ... 5
Badyánový olej ... 8

HADKOVSKÝ KALENDÁŘ ... 10

ZKUŠENOSTI A RADY
Výběr kosmetických přípravků na čištění pokožky ... 14
Profesionální aromalampa NEFERTUM ... 16
Hygge – synonymum štěstí ... 17
Je tady podzim... ... 18
Chraňtě svou pleť před sychravým a mrazivým počasí ... 19
Chladová alergie ... 20
VŮNĚ VÁNOC ... 21
Záchranář jalovec ... 21
Vážení přátelé, ... 22
Vánoční soutěž s Českou poštou ... 22
Děkuji Vám za vstřícnost ... 23
Poděkování ... 23
Buď bdělý ... 24
Plasty ... 28

PORADNA ... 27

KURZY
SPECIÁLNÍ KURZ v OSTRAVĚ ... 29
Termíny kurzů I. pololetí 2017 AROMATERAPIE Karel Hadek ... 30
Kurz Aromaterapie Slovensko ... 31

SOUTĚŽ ... 31

AROMAFLORA
Aromaflora a puklice ... 32

AROMAFAUNA
KURZ AROMATERAPIE nejen pro zvířata ... 33
STARTOVACÍ SADY AROMAFAUNA ... 34
Vánoční pamlsky pro miláčky ... 35
Ošetření tlapek ... 36
Návštěva útulku a splněný dětský sen ... 36

CENÍK ... 40

Climafresh jako vánoční dárek

Někdy přemýšlím nad tím, že bych se měl nechat naklonovat. Ne, že bych toužil být obklopen stejnými jedinci, jako jsem já (celkem hororová představa), tato myšlenka povstala na základě dotazů, které mi přichází do poradny. Firma by měla pracovat na vývoji všeho, o čem se někteří klienti firmy domnívají, že na trhu „chybí“. Dotazy se týkají výroby aromaterapeutických prášků na prádlo, tablet do myček nádobí, občas speciálních potravin, často potravinových doplňků. Výjimkou nebyl ani dotaz na aromaterapeutický šampon pro auta. Asi aby ho nesvrběla karoserie. Za vše nejspíše může skvělý **ORANGE-SANITOL,** který je sice nabízen jako univerzální čistič, ale v jeho receptuře se nachází výhradně složky používané i na výrobu kosmetiky. A tak vždy odepisuji, nejen že jeden nemůže dělat vše, ale tyto věci vykazují zcela odlišný chemizmus od kosmetiky. Pro úplnost musím uvést, že i kdyby zde nebyla ona chemická náročnost, firma by díky evropské legislativě musela koupit půlku západočeského kraje na vybudování různých výroben a skladů. Prášky na prádlo nelze dělat ve stejné laboratoři jako kosmetiku, což jeden chápe. Ale v expedičním regále nesmí být „chemikálie ze zákona“, jinými slovy éterické oleje vedle kosmetiky atd. **VITAMÍN C** sice může být receptován v krému, ale jako potravinový doplněk, stejný vitamín C nesmí být vedle krémů. Tím výčet jednotlivých eurodebilit zdaleka není vyčerpán. Jeden z dotazů, který jsem dostal, se týkal zhotovení čehosi určitě-neurčitého. Tedy něčeho, co je jako parfém, deodorant, dezinfekce a… a… a pro rychlé použití v interiéru. Pokud možno ve spreji. Trvalo nějakou dobu, než mi sepnulo, že by to nemusela být vůbec špatná věcička. A tak jsem pomalu začal vybírat vhodné éterické oleje a experimentovat. Požadavek byl celkem široký. Žádné levné syntetické napodobeniny éterických olejů, jak běžně výrobci nabízí u „záchodových vůní“. Požadavek na příjemnou vůni asi nemusím zdůrazňovat, ta by měla být samozřejmostí. Nový preparát by měl osvěžovat, mírně povzbuzovat, a aby i zdravíčku bylo učiněno zadost, měl by vykazovat silné antimikrobiální účinky, aby likvidoval patogenní mikroorganizmy běžně se nacházející ve vzduchu. Vzhledem k tomu, že preparát bude vdechován, žádoucí byly i pozitivní účinky na dýchací cesty. Dle spektra požadavků přicházely k použití i následující éterické oleje. Pomeranč, citron a citronová tráva sice vykazují antimikrobiální účinky, ale v tomto případě je jejich hlavním úkolem příjemná vůně. Tymián, borovice, máta peprná, eukalyptus a badyán mají na starosti dýchací cesty. Tymián musím jmenovat ještě jednou, společně s hřebíčkem, rozmarýnem a šalvějí, pro jejich silné antimikrobiální účinky. Nehledě na to zmíněné oleje mají ve jmenované kompozici i mírně povzbuzující účinky, aby i za dlouhých zimních večerů po krátkých náročných dnech s nedostatkem slunečního svitu zajistily duševní svěžest. Na rozdíl od běžně prováděné aromatizace prostorů odpařováním éterických olejů za pomoci aromalamp, tácků či podobných pomůcek, má tento preparát jednu specifickou výhodu. Preparát je v lahvičce s rozprašovačem, takže je dle potřeby přenosný z místa na místo, a po jeho aplikaci nastupuje okamžitý účinek. Vánoce se nám jako každý rok blíží více než rychle a tato skutečnost před nás postavila úkol přetěžký. Vybrat pro klienty firmy nějaký vhodný vánoční dárek. Nebudu čtenáře napínat, volba tohoto roku padla na novinku **CLIMAFRESH**. A tak nikoli prvních 10 objednávajících obdrží tento dárek zdarma, jak tradice praví, ale tisíce lahviček s rozprašovačem o objemu **100 ml** preparátu budou vkládány **od 11. listopadu až do 18. prosince** do „ježíškovských“ balíčků. Ono „ježíškovských“ je velice dů-

ležité. Darovat dělá radost, a tak za každých 1.000 Kč hodnoty objednávky v MC bude Ježíšek vkládat do balíčku 1 balení preparátu **CLIMAFRESH**. Nezbývá než popřát krásné, bohaté, především však klidné a pohodové svátky. Věřím, že **CLIMAFRESH** přispěje k tomu, aby byly i voňavé.

Karel Hadek

Gothea Dream

Ať již přiznaným, či nepřiznaným přáním snad každého člověka je buď nestárnout vůbec, což je nesplnitelné, nebo alespoň stárnout co nejpomaleji, což naopak možné je. Tento lidský sen je samozřejmě notoricky znám kosmetickému průmyslu, a tak se „snaží", tedy zkouší to na spotřebitele prostřednictvím dobře placených odborníků (na oblbování) v reklamních agenturách. Již po dlouhá léta jsou proklamovány stále nově objevované zázraky na vyhlazování vrásek, byť ono věčné mládí se nějak nedostavuje a ksichtíky se s přibývajícím věkem (fuj, to nezní hezky) krabatí. Všeobecně je známo celkem velké množství sice dobrých, ale nikoli zázračných látek, které v preparátu proti vráskám prostě nesmí chybět. Pro mě osobně je celkem nepochopitelné, že existují i složky, které jsou velice účinné, doslova a do písmene to nejúčinnější, co máme, ale v základech kosmetických produktů jsou téměř nepoužívané a pokud ano, jen v malém množství. Možným důvodem je jejich v jistém slova smyslu těžší zpracovatelnost, možná i nedostatečná chemická stabilita a z toho vyplývající krátká záruční doba daného výrobku. Mě osobně těší, že jsem si této složky všiml již před léty a podařilo se právě s touto složkou vyrobit preparáty s logem KH, které patří nejen k tomu nejlepšímu a nejúčinnějšímu, co se v nabídce preparátů s logem KH nachází, ale i k tomu nejlepšímu a neúčinnějšímu, co světový trh nabízí. Pokud se domníváte, že mám na mysli lecitiny (trochu odborněji fosfolipidy), domníváte se naprosto správně. Jako nejúčinnější složku fosfolipidů v kosmetice lze označit fosfatidylchlin, který je nepostradatelnou součástí každé buněčné membrány v lidském těle. Lze tedy konstatovat, že chemizmem odpovídá tělesným složkám. Dále nutno konstatovat, že fosfatidylcholin je nejen dobrým základem emulzních systémů (krémy apod.), současně je nutné jej označit i jako velice účinnou, mnohostrannou látku. Za velice důležitou považuji skutečnost, že fosfolipidy podporují fyziologii pokožky. Rád bych zde zmínil např. optimalizaci funkcí kožní bariéry, jejímž úkolem je ochrana jak před nepříznivými vlivy stále se zhoršujícího životního prostředí a hlavně před patogenními mikroorganizmy. Narušená funkce kožní bariéry pak s sebou přináší kosmetické problémy, silnější narušení se pak může projevit různými chorobami. Ze seznamu pozitivních účinků nutno jmenovat vynikající schopnost regenerace, tedy obnovování pokožky. K tomu se připojuje schopnost bránit vysychání pokožky, jakož i tvorby nadměrného rohovatění. Z tohoto pohledu i specialita pro jemnou a hebkou pokožku. Fosfolipidy jako specifické tuky jsou dále vynikajícím nosičem lipofilních účinných složek, tedy vitamínů rozpustných v tuku, jakož i éterických olejů. A tak v oblasti pěstování a regenerace pokožky si neumím představit vhodnější, lepší a všestrannější látku. I to je důvod, proč má ve vývojové laboratoři své nenahraditelné místo. A tak nově vznikající preparáty se zcela jednoduše bez lecitinu neobejdou. Po zhruba ročním vývoji a testování je připravena pěstovat a regenerovat pokožku zájemců nová doslova

lahůdka s pojmenováním **GOTHEA DREAM**. I zde se jedná o lecitinovou emulzi bez jakýchkoli chemických emulgátorů. Tuto funkci zde plně nahrazuje vysoký podíl fosfolipidů. Taktéž chemická konzervace se v **GOTHEA DREAM** stejně jako v ostatních preparátech s logem KH nenachází, rádi ji přenecháme konkurenci do jejich zaručeně „přírodní kosmetiky". Pokusní králíčci (zdůrazňuji, že výhradně dvounozí) díky excelentním regeneračním účinkům této novinky byli nadšeni. Označení „sen" bylo shledáno jako naprosto věcné. Ani **GOTHEA DREAM** věčné mládí nezajistí, ale tato jedinečná kompozice lecitinu, rostlinných olejů (např. jojoba, pšeničné klíčky, andská růže), vitamínů, éterických olejů (santál, mrkev, jalovec, rozmarýn, šalvěj), pantenolu nabízí maximum možné, dlouhodobé regenerace. Díky optimalizaci fyziologických funkcí pokožky je **GOTHEA DREAM** vhodná pro všechny typy pokožky, mimořádně ji však ocení zralá sušší pokožka obličeje. Popisovat tento preparát mi tak trochu připadá jako popisovat čerstvě upečený, voňavý švestkový koláč s mákem a máslovou drobenkou, ale neochutnat jej. Na závěr tedy nezbývá než se odvolat na tradici. I tentokráte očekává v expedici balení regeneračního preparátu **GOTHEA DREAM** jako dárek pro prvních deset, kteří o tuto novinku v objednávce projeví zájem.

Karel Hadek

GOTHEA DREAM 1972 1972 D – 50 ml – 788,60 Kč

Zjednodušené nakupování

Již od května tohoto roku jsme usilovně pracovali na lepším průběhu vašich registrací, objednávek, zapomenutých údajů, nebo dokonce na pomoci při telefonických objednávkách. Výsledek se nám viditelně dostavil koncem srpna 2016, kdy Aromaterapie Fauna dostala nový internetový obchod a jeho design jsme vytvářeli především s ohledem na jednu věc, a to jednoduchost. Přišel nový typ registrací navržený velice jednoduše, ale přesto s nejvyšší možnou ochranou vašich údajů. Přehled všech produktů jsme nastavili tak, aby vše bylo lehce dohledatelné.

Tímto ale naše práce zdaleka neskončila. Připravili jsme pro vás i nový internetový obchod naší mateřské společnosti 1. Aromaterapeutická KH a. s. V tomto internetovém obchodě vás čekají samé příjemné změny. První a nejdůležitější změnou bude nový registrační formulář stejně jako u již zmíněné Aromaterapie Fauna. Primárně jsme se zaměřili na e-mailovou adresu, která bude sloužit v tomto novém internetovém obchodě jako uživatelské jméno.

Nemáte e-mailovou adresu? Žádný strach, mysleli jsme i na toto. Objednávajícím, kteří nebudou mít možnost e-mailové adresy, bude po telefonu vytvořen účet v internetovém obchodě s naší pomocnou e-mailovou adresou. U takovýchto zákazníků bude primárním klíčem telefonní číslo.

Budu si moci objednávat po telefonu, když jsem na to zvyklý? Ano! Změní se pouze to, že vám bude vytvořen účet v našem internetovém obchodě, se kterým vám rádi pomůžeme. Poté nám stačí sdělit vaše telefonní číslo, jméno, příjmení, adresu a my si už váš účet nalezneme v našem novém systému.

Toto vše jsme pro Vás připravovali v průběhu roku 2016. Pevně věříme, že budete s našimi novinkami spokojeni a tyto změny uvítáte.

V závěru se omlouváme za vzniklé komplikace, které se mohou vyskytnout, ale věříme, že tato změna bude pouze přínosem a usnadněním pro nás všechny. V případě jakýchkoliv dotazů budou pro vás připraveni naši kolegové, kteří vás rádi nasměrují a pomohou vysvětlit nový systém objednávek a registrací jak po telefonu, tak po e-mailu.

Veselé Vánoce a šťastné vykročení do nového roku přejí spolupracující společnosti Byznysweb a společnost Simpliko.

Za marketingové oddělení Heřmanův Městec

Aleš Nohýnek

Záněty

Nejčastější dotazy, které do poradny dostávám, mají společného jmenovatele, byť naprosto rozdílné projevy. Jedná se o různé záněty. Mohou se projevovat na povrchu pokožky jako např. akné, jindy skrytě uvnitř organismu, jako je např. Crohnova choroba. Stejně jako zvýšená teplota, tedy horečka, i zánět není nic jiného než odpověď imunitního systému na napadení organizmu bakteriemi, viry, případně i chemickou intoxikaci. Principiálně bychom měli rozlišovat, zda se jedná o akutní zánětlivý proces, který je tělu prospěšný, doslova léčebný, zatímco záněty chronické mají doslova devastující účinky na organizmus postiženého člověka. Vzniká otázka, co je příčinou vzniku oněch chronických zánětů. Odpověď je v principu celkem jednoduchá. Definoval bych ji jako vzdalování a odcizování se přírodě. Každého jedince lze definovat jako značně složitou biochemickou laboratoř, jejíž schéma funkčnosti se utvářelo od prvních kroků přímého předka člověka na této planetě. Tedy nějakých 150.000 generací. Bez nároku na absolutní přesnost, nějaké ty tři miliony let. Aby ona žijící biochemická laboratoř „člověk“ fungovala, potřebuje krom jiného zdroj energie, jinými slovy stravu. Zatímco po nějakých 149.995 generací byla strava tvořena tím, co dodala příroda, zhruba posledních 5 generací je strava tvořena hlavně tím, co nám dodá nikoli příroda, ale průmyslová výroba. V mnoha případech strava denaturovaná, též chemicky modifikovaná, konzervovaná, dochucovaná, barvená. Tedy složky, na které náš organizmus není vývojově uzpůsoben, a tudíž je v mnoha případech považuje za cizorodé. Ona doba průmyslové výroby potravin s sebou přináší i změny jak na kvalitativní, tak i kvantitativní úrovni. Cukr jako důležitá složka stravy provází člověka po celou jeho existenci. Nyní však velice často slýcháme o škodlivosti cukru. Informace stejně tak pravdivá, jakož i zavádějící! To je dáno tím, že forma jeho konzumace se podstatně změnila. Zatímco prakticky po celou dobu existence člověka byl konzumován téměř výhradně jako složka z přírodních zdrojů, např. ovoce, dnes stoupá spotřeba rafinovaného cukru jako takového, nemluvě o jeho skrytých formách v průmyslově vyráběných potravinách, hlavně pak sladkostech. K tomu musíme nutně připočítat i složitější cukry v potravinách obsažených, které jsou po použití následně v organizmu štěpeny na jednoduché sacharidy. Cukr nutno označit jako nezbytnou složku stravy, jako zdroj energie, ale

i zde na 100% platí ono heslo o zlaté střední cestě. Při nadměrné konzumaci cukru dochází k vazbě bílkovin na cukr, což vede k poškozování arteriálních stěn. Takováto dlouhodobá nadměrná konzumace cukru, v dnešní době zcela běžná, vyvolává záněty v těle. A aby toho nebylo málo, nespotřebovaný cukr se pak mění v tukové zásoby. Další samostatnou kapitolu v naší stravě tvoří tuky. Mám pocit, že to, co má být prodáno, je vždy a dokonce „vědecky doloženo" zdravé. Zde bych rád zmínil různá „téměř nesmrtelnost zajišťující" rostlinná másla. Reklama pokřikuje, že neobsahují cholesterol, ale jako nejstřeženější státní tajemství utajuje, že se jedná o zčásti hydrogenované rostlinné oleje, kde právě hydrogenací z tekutého oleje vzniká ona máselná konzistence, a že hydrogenací vznikají zdraví škodlivé, tzv. transmastné kyseliny. Co způsobují tyto utajované složky? Např. zvyšují hladinu LDL cholesterolu, jehož vysoké hodnoty jsou jedním z důvodů vzniku onemocnění „kornatění tepen". Dále se podepisují na vzniku kardiovaskulárních nemocí, podporují vznik obezity, dále diabetu 2. typu, navyšují kvantitativně podíl volného tuku v krvi. Nelze opomenout, že způsobují i zvýšenou spotřebu antioxidantů. V neposlední řadě často bývají dávány do souvislosti se vznikem rakoviny.

Jako pozitivní, doslova léčebná skutečnost, navíc bývá prezentován vysoký obsah „polynenasycených mastných kyselin". Dle mého údaj z jistého úhlu pohledu pravdivý, ale současně i zavádějící až nebezpečný. Jedná se o kyselinu linolovou, jinak též nazývanou mastná kyselina Omega 6. A tak u tuků jako takových ale ještě chvíli zůstaneme. Dnes jsme bombardováni údaji „mastné kyseliny Omega 3, 6, 9". I zde plně platí ona moudrost o zlaté střední cestě. Začněme u zmiňované Omega 6, tedy dvojnásobně nenasycené kyseliny linolové. Velice důležitá složka tuků, která je součástí každé buněčné membrány v těle člověka. V současné době hlavně průmyslová potrava a i oleje v domácnosti používané vykazují nadměrné množství této složky. Nadbytek mastné kyseliny Omega 6 aktivuje v rámci látkové výměny vytváření látek, jež vyvolávají v organizmu záněty. V této souvislosti nutno zmínit i mastnou kyselinu Omega 3. Zde se jedná o trojnásobně nenasycenou mastnou kyselinu. Optimální vzájemný poměr konzumace zmíněných dvou mastných kyselin by měl být v poměru zhruba 3 (O6) : 1(O3). Bohužel prováděné studie dokazují, jak daleko k tomuto poměru máme. Výjimkou není ani konzumační poměr až 30 (O6) oproti 1 (O3). Z uvedeného konstatování je evidentní, že nevhodné složení olejů ve stravě může být zásadní pro vznik chronických zánětů v organizmu. V této souvislosti nutno zmínit, že je to právě mastná kyselina Omega 3, která naopak vykazuje protizánětlivé účinky. Kde ji najdeme? Poslední dobou jsou často prezentována jako bohatý zdroj Omega 3 semena španělské šalvěje (salvia hispanica), tzv. Chia semena. Jistě, obsah O3 je vysoký, ale poněkud nákladný. Jako vynikající, cenově daleko výhodnější zdroj O3 poslouží i čerstvě umleté semeno lnu. Používání často doporučovaného lněného oleje zásadně nedoporučuji pro jeho chemickou nestabilitu, tedy extrémně rychlé stárnutí/oxidaci. I to je důvod, proč mnohé firmy do lněného oleje přidávají tvrdé,

chemické, jinými slovy i toxické látky (BHT, BHA), jež žluknutí oleje podstatně zpomalují. Nehledě na to, i lněný olej, byť lisovaný za studena, nutno považovat za denaturovanou potravinu! V oleji se již nenachází vláknina, bílkoviny, slizovité složky, lignany, lecitin, tedy látky každému jedinci velice prospěšné. Lněné semeno obsahuje kolem 40% oleje, zbytek tvoří výše zmíněné složky. Lněný olej obsahuje oné O3 mastné kyseliny kolem 55%. O6 je v něm obsažena 20% a dále i O9 kolem 15%. Z dalších prospěšných látek v semenech obsažených možné zmínit vitamíny B, C, E (byť v malém množství) a také mnohé stopové prvky. Zde doporučuji používat vždy jen čerstvě namleté semeno (nedoporučuji mlít do zásoby), vhodný je např. tříštivý mlýnek na kávu. Při pravidelné, nepřetržité konzumaci lněného semene lze doporučit jednu polévkovou lžíci denně jako vynikající doplněk

stravy. V případě zánětlivých problémů v organizmu pak 2 PL. U složení lidské stravy ještě chvíli zůstaneme. Průmyslová výroba přináší používání velkého množství složek, vůči nimž a jejich následné konzumaci nutno mít zásadní námitky. Ať již se jedná o zbytky agrochemie, konzervační složky, chuťové aktivátory, naprosto zbytečná barviva a mnohá další aditiva. Jednorázové požití takovýchto látek povětšinou žádné pozorovatelné nepříjemnosti nezpůsobí, pokud zde není nějaká alergie, případně individuální nesnášenlivost. Nebezpečí spočívá v pravidelné konzumaci takovýchto látek, které se mohou v těle ukládat a permanentně oslabovat funkce jednotlivých orgánů a pomalu ale jistě vyvolávat zánětlivé procesy v organismu. Zdravá strava se bez cukru neobejde, ale zde je třeba upřednostňovat cukry v přírodní formě obsažené v ovoci, případně i zelenině. Stejně tak v oblasti spotřeby tuků doporučuji ve stravě podstatně zredukovat příjem „z titulu reklamy zdravých“ olejů, jako je slunečnicový (O6 až 70%), sójový (O6 60%), kukuřičný (O6 60%), případně i průmyslových výrobků s jejich obsahem. Z tohoto pohledu bych jako vhodné oleje doporučil oleje olivový (O6 6%) a mandlový (O6 21%). Jako zajímavost bych uvedl olej konopný. Ten sice obsahuje kolem 50% O6, ale zde je to vyváženo vysokým obsahem až 20% O3. Taktéž řepkový olej lze označit za vhodný potravinářský olej vzhledem k obsahu O6 kolem 20% a O3 kolem 10%. Při pořizování olejů bychom měli dbát na to, aby neobsahovaly konzervanty (jedůvky BHT a BHA), které jsou přidávány za účelem prodloužení trvanlivosti (a podkopávání zdraví). Z uvedeného je zřejmé, že mnohé „vědecké“ informace, nám podsouvané, nemají větší hodnotu než dezinformace a manipulace. Koneckonců k tomuto účelu jsou vytvářeny reklamními agenturami za peníze svých chlebodárců. Strava je nejen zdrojem energie pro člověka, nutno ji vnímat i jako soubory chemikálií, které ovlivňují funkčnost organizmu, tedy naše zdraví. Jsme sou-

částí přírody, a proto i v oblasti stravy návrat k přirozeným zdrojům nedenaturovaných potravin nám pro zdraví může poskytnout daleko více než ministerstvo zdravotnictví, farmaceutický průmysl a lékaři dohromady. Záněty, jak jsem již psal v úvodu, představují pro každého jedince značné riziko. Ne vždy to jsou jen viditelné kožní projevy jako např. akné. Chronické záněty uvnitř organizmu jako Crohnova choroba, arteriální záněty, plicní, jakož i další zánětlivé procesy lze označit doslova za pomalé zabijáky. V konečném zúčtování je zde široká paleta důsledků. Od onemocnění srdce až po rakovinová onemocnění. Nezbývá tedy než konstatovat, že v tomto smyslu je možné jako synonymum slova zdraví označit termín zdravý selský rozum. A zdravý selský rozum mi napovídá, že návrat ke stravě našich předků může pro naše zdraví udělat více než samotná návštěva lékaře a jím doporučená, či dokonce na receptu předepsaná „aditiva“ farmaceutického průmyslu.

Karel Hadek

Badyánový olej

Pokud budeme hledat vánoční vůně, pak mezi ně zcela jistě zařadíme jehličnany. I vánoční pečivo svými ingrediencemi vytváří svoje pro tuto dobu specifické vůně. Vanilka, kakao, med, skořice… Zapomenout nesmíme ani na badyán (Illicium verum). Díky své aromatické chuti i příjemné vůni nachází uplatnění právě ve vánočním pečivu, perníku, povidlech, kompotech. A nejen to, jako koření se běžně používá i do svařeného vína, punče i čajů apod. Jeho vůně je velice podobná, až zaměnitelná s vůní anýzu (Pimpinella anisum). To je dáno chemickým složením obsaženého éterického oleje, jehož nejdůležitější složkou je, stejně jako u anýzu, anetol. Přitom se jedná o naprosto odlišné rostliny. Zatímco anýz je jednoletá bylina, kterou lze pěstovat i u nás, badyán je strom rostoucí v subtropických a tropických oblastech. Semena anýzu jsou tak trochu podobná kmínu, badyán vytváří daleko větší zajímavé souplodí, které má formu krásné hvězdy. Právě forma tohoto souplodí je důvodem, proč v mnoha národních označeních (D, GB, I a další) je badyán pojmenován jako hvězdicový anýz. Badyán lze označit nejen jako velice příjemně vonící, velice zajímavý je též i z terapeutického hlediska. V poslední době mu byla věnována velká pozornost i farmaceutickými firmami, původně sloužil jako zdroj účinných látek při výrobě léku Tamiflu používaného na virová onemocnění. Badyánový éterický olej se získává parní destilací a taktéž v aromaterapeutických preparátech má své opodstatnění. V kosmetice bývá poslední dobou velice často používán jako vonná složka při výrobě „přírodních“ mýdel (byť vyrobených za použití tvrdé chemie), dále jako složka parfémů a díky aroma i jako chuťové korigens v některých ústních vodách. V aromaterapii pak má badyánový olej, vzhledem ke svému složení, velice široké použití. Jako první bych zmínil, že na rozdíl od mnoha dalších terapeuticky velice významných olejů má badyán i celkem příjemnou chuť, což zcela jistě uvítá každý při jeho vnitřním použití. Při nadýmání nabízí svoji pomoc hned několik éterických olejů. Rád bych zde zmínil alespoň ty nejpoužívanější: kmín, máta peprná, hřebíček, dobromysl, saturejka, anýz, fenykl. Samozřejmě, že badyán mezi nimi nesmí chybět. Pro tyto účely lze badyán použít jak vnitřně, tak i v masážním oleji. Zde mohu doporučit cca 2 % badyánového oleje v neutrálním masážním oleji, např. **LECITOL MCS-N.** Takto připravený badyánový masážní olej dáme do rukou a naneseme stejnoměrně v oblasti břišní krajiny. Masáž provádíme

jemně oběma rukama kruhovými pohyby ve směru hodinových ručiček. Známy jsou jeho spasmolytické účinky. Stejně jako při nadýmání i při křečovitých bolestech břicha může badyán nabídnout svou pomoc. Jako excelentní jej mohu označit při křečích hladkého svalstva, tedy kašli. Zde nachází uplatnění v oblíbeném preparátu **ATEMOL**. Jako bonus lze označit, že umožňuje i odkašlávání a vykazuje antibakteriální a antivirální účinky. Dobrou službu může poskytnout při bronchitidě a astmatikům. Badyánový éterický olej lze označit za „teplý" olej, stejně jako skořici, pepř, rozmarýn a tím je dáno i jeho výhodné použití v chladném ročním období, kdy nás trápí různé „studené" neduhy, jako je nastydnutí, angíny, rýma, chřipka a podobné nepříjemnosti. Když jsem již zmínil specialitu proti kašli a na zlepšení činnosti dýchacích cest **ATEMOL**, nutno zmínit další specialitu. Jedná se o směs éterických olejů s typickou vánoční vůní, její název **VÁNOČNÍ HVĚZDA** je odvozen právě od obsaženého badyánového oleje. Díky synergickým vazbám s dalšími oleji, jako je např. pomerančový, skořicový, mateřídouškový, borovicový

a další vykazuje vynikající antimikrobiální účinky, působí proti stresu a únavě, je dobrou prevencí před nastydnutím a velice příjemně, doslova vánočně provoní prostory. Badyánový olej lze aplikovat i při zánětech mandlí, zde ale dle mých zkušeností je vhodnější buď cypřišový olej, případně preparát **CANDIÖL**. Dále lze badyánový olej použít jako složku do masážních přípravků na ztuhlé či bolestivé svaly, byť i zde jsou k dispozici osvědčené preparáty jako např. **CAYATHERM**, **THERMOTON**, či **JOSHEA**. Badyánový éterický olej spolu s kmínovým a fenyklovým olejem tvoří skupinu éterických olejů, které napomáhají tvorbě mateřského mléka. Zde lze doporučit jako formu použití masážní oleje, případně i pití čajů ze zmíněných bylin. Při běžném dávkování badyánového oleje nejsou známy žádné kontraindikace. Opatrnost při použití je nutná u epileptiků. Badyánový olej lze označit jako velice aktivní, již i malé dávky jsou velmi účinné. Při vnitřním použití lze jako maximální denní dávku označit množství 10 kapek pro dospělého člověka. Jako zajímavost bych na závěr zmínil existenci japonského hvězdicového anýzu /badyánu/ (Illicium anisatum), který je na rozdíl od badyánu pravého toxický. Obsahuje neurotoxické alkaloidy shikimin a shikomotoxin. Zvracení, problémy vidění, poškození ledvin a nervového systému mohou vzniknout po jeho požití a jsou zapříčiněny další jedovatou složkou anisatinem. Vzhledem ke skutečnosti, že plody obou stromů jsou pro laika k nerozeznání, je teoreticky možná lehká záměna. V našich podmínkách ji lze prakticky vyloučit, není mi známo, že by se plody japonského hvězdicového anýzu v ČR vyskytovaly. Taktéž mohu nejen ubezpečit, ale i zaručit, že badyánový olej s logem KH se vyrábí výhradně z pravého badyánu.

Karel Hadek

HADKOVSKÝ KALENDÁŘ

A jakou slevu jsme pro Vás letos připravili?

Po dobu „Hadkovského kalendáře“ přidáme našim maloodběratelům na zmíněné přípravky ještě slevu 10% z vánoční ceny uvedené na e-shopu. Sleva bude odečtena na faktuře, ne při objednávce. Na ostatní přípravky obdržíte vánoční slevu 10% (vánoční cena).

Sleva 10% 11. 11. – 11. 12. 2016

Poslední objednávky 18. 12. 2016 24.00 hodin

Objednávky přijaté po tomto datu budou vyřizovány po 5. 1. 2017.

14. – 17. listopadu

Půjde-li husa na Martina po ledě, příští rok dlouhé léto bude. Martin a Kateřina na blátě, Vánoce na ledě.

Pro první hadkovské období jsme pro vás připravili

INTIMNÍ PŘÍPRAVKY

1202, 1203, 1211, 1205, 1204, 1212, 1205, 1206, 1208

18. – 20. listopadu

Na svatého Otmara nevidět komára. Svatá Alžběta se sněhem přilétá.

V období Otmara a Alžběty si můžete výhodně objednat

PARFÉMY + VÁNOČNÍ SMĚSI

4910, 4909, 4912, 4911, 4908, 4913

21. – 24. listopadu

Svatá Cecílie sněhem pole kryje.

Cecilka myslí na krásu našich tváří a přináší vám

REGENERAČNÍ KRÉMY

2003, 2011, 2012, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2022, 2023, 2025, 2026, 2027, 2029, 2030, 2039, 2050, 2031, 2032, 2033, 2028

SPECIÁLNÍ KRÉMY

2001, 2002, 2020, 2062

ZÁKLADNÍ KRÉMY

2301, 2302, 2303

25. – 27. listopadu

Přitrhla-li zima s Kateřinou, bývá do omrzení. Svatá Kateřina strčí housle do komína. Na svatou Kateřinu schováme se pod peřinu.

Kateřina myslí i na naše děti a přináší pohlazení v následující podobě

DĚTSKÉ PŘÍPRAVKY

1005, 1207, 1602, 2034, 2035, 2708, 2709, 2713, 2729

+ ÉTERICKÝ OLEJ AROMA BABY 4229

LECITINOVÉ REGENERAČNÍ KRÉMY

2041, 2053, 2042, 2049, 2043, 2046, 2044, 2047, 2045, 2048, 2007, 2008, 2024

28. listopadu – 1. prosince

Sníh svatého Ondřeje oziminám nepřeje.

Ondřejovské období vám nabízí

HY-OLEJE

1305, 1304, 1303, 1306, 1302, 1301, 1980

PLEŤOVÉ VODY A TONIKA

2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2500, 2509, 2513, 2514, 2516, 2517, 2518, 2522, 2520, 2521, 2510

2. – 4. prosince

Svatá Barbora vyhání dříví ze dvora.

V chladných dnech je vhodné se prohřát, a proto by neměly chybět

MASÁŽNÍ OLEJE

2714, 2710, 2711, 2712, 2717, 2720, 2722, 2724, 2716, 2719, 2721, 2735, 2723, 2736, 2737, 2727

+ DR. VOŠTĚP 2732 + LECITOLY YLJA 2736, WALO 2737,

LINDENOL 2735, ROYAL 2723

5. – 8. prosince

O svatém Mikuláši snížek často práší. Na svatého Mikuláše je zima celá naše.

Vánoční přípravy, shon…,co trochu relaxace? Pomoci mohou naše

KOUPELOVÉ OLEJE

1002, 1003, 1004, 1006, 1007, 1008, 1009, 1010, 1011, 1012, 1013, 1014, 1015, 1016, 1019, 1020, 1017, 1021, 1018, 1005

ÉTERICKÉ OLEJE SAUNA

4401, 4402, 44045, 4405, 4406, 4409, 4412, 4410

9. – 11. prosince

Svatá Lucie ukazuje svou moc, neb nám dává nejdelší noc.

Zima je dlouhá, chladná, sychravá i rýma nás potkává, a tak přinášíme

SPRCHOVÉ OLEJE

1102, 1103, 1104, 1105, 1106, 1107, 1108, 1109, 1112, 1113, 1110, 1114, 1116, 1117, 1207, 1111

NOSNÍ OLEJE

1601, 1602, 1603, 1604

AROMA BUDÍK + AROMECLIMA + ATEMOL

4220, 4202, 4219

Výběr kosmetických přípravků na čištění pokožky

Toto téma se týká volby kosmetických přípravků na očistu pokožky. Doufám, že mi dáte za pravdu, málokdo se zamýšlí nad skutečností, že pokožka je vlastně největším orgánem lidského těla. Kůže plní celou řadu velmi důležitých funkcí a její zdraví v mnohém definuje i zdraví člověka. Jak se starat o pokožku, abychom ji nepoškozovali, ale naopak ji pěstovali a vytvořili podmínky pro její normální fungování?

Nejen při ošetřování pokožky, ale i při výběru přípravků na její péči, je vždy potřeba brát v úvahu její fyziologii. To hlavní, na co je třeba pamatovat, je, že na povrchu kůže se nachází ochranná vrstva, která je složená z hydro-lipidů (emulze voda-tuk). Aby kůže plnila svoji funkci, příroda ji obdarovala emulzí na principu voda v oleji (V/O). Tato emulze vykazuje mírně kyselou reakci. Takovéto prostředí je příznivé pro činnost symbiotické mikroflóry, a naopak nepříznivé pro patogenní organizmy. Právě přítomnost zdravé a životně důležité symbiotické mikroflóry určuje zdraví a imunitu pokožky. Kromě toho, hydro-lipidová vrstva činí kůži hydrofobní (nepropouštějící vodu), je pružná, a koneckonců prostě krásná. Čím déle je pokožka chráněná touto emulzí, tím déle bude její majitel/ka držitelem krásného vzhledu, a organizmus bude zdravějším.

Při výběru kosmetických přípravků, nejen na očistu pokožky, ale i na její následnou péči, je třeba respektovat fyziologii kůže. V opačném případě, při používání nefyziologických přípravků, postupně vzniknou problémy (v závislosti na „odolnosti“ samotné pokožky, u každého člověka je to individuální) problémy. Nejdříve kosmetického charakteru (suchost, podráždění, svědění, loupání) a později problémy zdravotního charakteru (ekzémy, záněty atd.).

V současné době na čištění pokožky existují 3 druhy přípravků:

1. Mýdla

2. Přípravky na bázi tenzidů (tekutá mýdla, gely, šampony, micelární vody atd.)

3. Olejové přípravky (hydrofilní oleje), které neobsahují tenzidy

Jakékoliv mýdlo má zásaditou reakci, na tomto principu funguje, a proto skvěle rozkládá tuk. Tzn., že mýdlo narušuje kyselou ochrannou vrstvu pokožky. Poslední dobou se velmi populárními stala „přírodní“ mýdla domácí výroby. Nicméně mýdla, ať již prodávaná v obchodě, či mýdla domácí výroby, neodpovídají požadavkům pokožky. Samozřejmě, že kůže je schopna obnovovat ochrannou vrstvu, ale ne donekonečna.

Prostředky na bázi tenzidů (povrchově-aktivní látky) – to jsou všechny prostředky, které pění: gely, šampóny, tekutá mýdla, zubní pasty, koupelové pěny a mnohé další, které pracují na principu odmaštění. Co se týká pokožky, jsou příliš agresivní. Tenzidy zcela smývají ochrannou vrstvu pokožky. Například po koupeli, nebo sprchování, člověk cítí suchou a stáhnutou kůži do té doby, dokud se na povrchu nevytvoří v rámci regenerace pokožky nová hydro-lipidová vrstva. Opět platí, že tato schopnost není nekonečná, v průběhu času oslabuje a někdy se zcela ztratí. Tyto látky mají skutečně škodlivý vliv pro symbiotickou mikroflóru, což jsou přesně 2 miliardy mikroorganizmů (průměrná hodnota pro kůži zdravého člověka).

Proto jak mýdlo, tak přípravky na bázi tenzidů, vymýváním přirozené ochrany pokožky napomáhají ztrátě vláčnosti, vzniku přecitlivělosti. Oslabování symbiotické mikroflóry s sebou přináší náchylnosti k infekcím.

Kosmetický průmysl nabízí také přípravky pro hloubkové čištění – peeling, který obsahuje někdy

mechanické částice k odstranění rohové vrstvy kůže, jindy je peeling prováděn i chemicky. Podle reklamy je zrohovatělá vrstva mrtvá a zbytečná. Ve skutečnosti tyto látky pro samotné čištění pokožky nemají žádný praktický význam! Jednoduše odstraňují rohovou vrstvu kůže, prosycenou hydro-lipidovou emulzí a plnící bariérovou funkci. V důsledku toho, se mladé vrstvy pokožky vystupují na povrch. Tyto vrstvy jsou hladké a růžové, podobně jako kůže dítěte. Jedná se o efekt, který je pouze krátkodobý, a cena za něj je příliš vysoká – předčasné stárnutí kůže. Peeling je možné akceptovat v oblasti medicinálního ošetření, kdy je jeho použití odůvodněno z lékařského hlediska, a navíc praktikováno pouze krátkodobě. Ve skutečnosti je rohová vrstva pokožky průzračná, tzn. nenápadná, a právě její funkčnost a dobrý stav jsou nutné k tomu, aby se vrásky a projevy stárnutí objevily co nejpozději.

Třetí skupinu přípravků na čištění pleti tvoří tzv. hydrofilní oleje, které při kontaktu s vodou vytvoří emulzi, jelikož ve svém složení mají emulgátor.

Je velmi důležité zvolit správné fyziologické prostředky, neboť na trhu je velice široká nabídka, a všechny se něčím odlišují. Důležitý je nejen druh emulgátoru, používaný v hydrofilních olejích (prostředek nesmí pěnit!), ale i celé složení **HYDROFILNÍCH OLEJŮ.**

Karel Hádek (Česká republika) vyrábí několik řad olejových čisticích prostředků s použitím fyziologického emulgátoru pouze s přírodními rostlinnými oleji, které nebyly získány chemickou extrakcí, ale metodou lisování. Výrobky s logem KH neobsahují žádné chemické konzervanty, stabilizátory, vůně a barviva. Paleta výrobků s logem KH pokrývá veškerou potřebu na čištění pleti jak pro muže, tak i pro ženy: koupelové oleje, sprchové oleje, čistící a odličovací oleje, oleje pro intimní hygienu, oleje na mytí vlasů.

Na pokožce člověka se mohou vyskytovat pouze dva typy znečištění: 1) látky rozpustné ve vodě, 2) látky rozpustné v tucích. Proto hydrofilní oleje velmi dobře čistí pokožku od nečistot, včetně naším organizmem vyměšovaných látek, ale na rozdíl od pěnících mycích prostředků, hydrofilní oleje nenarušují ochrannou vrstvu kůže, ale udržují ji a nevymývají, či chemicky neničí symbiotickou mikroflóru.

Očista pokožky rostlinnými oleji (nebo živočišným tukem) není nové know-how, ale dlouhodobě známý způsob, který byl vytěsněn úspěchy technického pokroku – průmyslová výroba mýdel a tenzidů, které jsou samozřejmě levnější, ale nemají nic společného s fyziologií kůže a jejím zdravím.

Hydrofilní oleje oceňují především lidé trpící kožními onemocněními nebo lidé s poškozením kůže (pořezání, popálení aj.). Ty také obsahují éterické oleje nejvyšší kvality, doplňují užitečné vlastnosti a nádherné, přírodní, ničím nenahraditelné vůně. Ale to už je další samostatné velké téma.

Pokud vás tato problematika zaujala, doporučují k přečtení články na dané téma na oficiálních stránkách:

1. Přírodní mýdlo ruční výroby. Autor: Karel Hádek

2. Gely, pokožka… a peníze. Autor: Karel Hádek

3. Novinka pro parkety? Autor: Eva Vaclová

Oxana Mich / distribuce Rusko

Profesionální aromalampa NEFERTUM

Aromalampa Nefertum vznikla jako přirozená reakce na neutěšené zkušenosti s různými aromalampami, které jsem denně používal při práci s čakrami. Nespokojenost s vlastnostmi aromalamp mne vedla k rozhodnutí vyrobit si svou vlastní, která bude splňovat mé potřeby.

Při návrhu jsem vycházel z jednoduchého elegantního tvaru. Prstenec okvětních lístků dotváří symboliku původu boha vůní (Neferta) podle egyptské mytologie. Tvar lístku připomíná i otvor pro svíčku. Mezi tělem aromalampy a samostatnou odnímatelnou miskou je mezera, kterou proudí teplý vzduch a strhává s sebou odpařovanou vůni éterického oleje do prostoru. K rovnoměrnému proudění teplého vzduchu napomáhají výřezy v nožce misky po celém jejím obvodu. Dno odpařovací misky je tvořeno plastickou levotočivou spirálou o sedmi závitech, aby takto vytvořená pozitivně ovlivňovala obsah misky jako tvarový zářič. Mírně konkávně prohnuté dno těla aromalampy zajišťuje dokonalou stabilitu svíčky. Při provozu dosahuje teplota těla aromalampy tak nízké hodnoty, že ji můžete v případě potřeby přenést rukou. Aromalampa je vyrobena ze slinuté kameniny vypálené nad 1230°C. Je provedena v několika barevných variantách.

Při testech aromalampa Nefertum vykazovala pozitivní vlastnosti. Zejména pozvolné a přiměřeně intenzivní uvolňování vůně je velmi příjemné. Teplota náplně v misce (130 ml) se pohybuje kolem 50°C po celou dobu provozu (při testech cca 8 hodin). Po 8 hodinách provozu svíčka dohoří a v misce zůstane ještě 10–15 ml náplně. Nedochází tak k přepálení misky.

Při vývoji aromalampy jsem spolupracoval s paní Michaelou Švorcovou, která mi pomohla poznatky ze své dlouholeté profesionální praxe. Velmi přispěly k tomu, že výsledné užitné vlastnosti splňují ty nejvyšší nároky na provoz aromalampy.

Petr Lačík

Výrobce: Petr Lačík, Bavory 2, 692 01
tel.: 604 470 104 / petr.lacik@volny.cz
www.modely-formy.cz/keramika

Hygge – synonymum štěstí

Hygge je slovo vyjadřující pocit štěstí, kterému daly vzniknout nevlídné zimy v Dánsku. Na rozdíl od Švédska a Norska je Dánsko placaté, a tak se tam v zimě nedá nic jiného dělat než hygge, tedy vytvářet pohodu. Hygge vzniká tak, že se lidé pravidelně stýkají s přáteli a rodinou, prožívají spolu chvíle radosti a pohody. Dánové tato setkání často a vědomě plánují, nakoupí na ně dobroty, čaj a kávu a společný čas si dokáží užít. Pojem hygge se stal synonymem kvality života a štěstí a získává si nejen anglické, ale i nizozemské příznivce. Není od věci zmínit, že Dánové se v tomto roce potřetí umístili na první příčce jako nejšťastnější lidé na světě, Nizozemci obsadili místo sedmé, Češi se umístili na sedmadvacáté pozici.

V Česku už začal vládnout podzim a žezlo od něho za chvíli převezme zima. Při tom vědomí mě napadá otázka, jestli my máme také něco jako Dánové hygge. Nemůžu na nic přijít. Napadá vás, čtenáře těchto řádků, nějaké slovo?

Když o tom tak přemýšlím, myslím, že by se v naší kotlině na hygge dalo ještě zapracovat, že by si lidé mohli dopřát více láskyplné péče o sebe i o druhé. Není třeba myslet na velké kroky, v maličkostech je bohatství. Musím se smát sama sobě, ale jako hodně volné synonymum pro hygge mi naskakuje slovo Hadek. Jeho výrobky jsou pro mě symbolem vědomé a srdečné péče o sebe i své blízké. Vím, žijeme v hektické době, ale je to možné. Můžeme se vědomě rozhodnout vytvořit si malé rituály, kterými zabráníme, aby nám tak zvané povinnosti uzmuly všechen volný čas a zabránily nám v kontaktu se sebou i s druhými. Vezměte si na příklad éterické oleje a jejich směsi. Když si je, svíčku i aromalampu dáte na dohled očí, určitě vás napadne zapálit ji. V místnosti se rozprostře vůně, vzduch se vyčistí a už to je přínosem pro vás samotné. Když se budete cítit unavení, rozmrzelí, můžete si dopřát voňavou lázeň, která aspoň trochu těch starostí odnese. A co třeba koupel pro unavené nohy, na kterých jste celý den stáli? **KOUPELOVÝ OLEJ NA NOHY** s éterickými oleji je prokrví a přinese jim úlevu. Za zamyšlení stojí i masáž krční páteře nebo šíje, kterou si uvolňujícím a stres zmírňujícím **LEVANDULOVÝM OLEJEM** můžete udělat sami. Nemusí vám to zabrat více než pět minut, a přesto pro sebe něco uděláte. A nejen pro sebe, to samé můžete udělat pro svého partnera, sourozence, dítě.

Pokud si péči o sebe chcete dopřát na profesionální úrovni a vnímat přitom krásné vůně éterických olejů, zvolte kosmetičku nebo masérku, která s výrobky Karla Hadka pracuje. Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že to je něco, na co se budete těšit a co si opravdu užijete. Pro vás, které se nacházíte v Nizozemsku, existuje tato možnost také. V Amsterdamu můžete zajít na masáž a lymfodrenáž k masérce Kláře Dittingerové nebo na kosmetické ošetření ke Kateřině Čtvrtlíkové, která má i speciální program pro nastávající maminky. Obě se v daných oborech pohybují dvacet let a svému „řemeslu" dobře rozumí. Sama za sebe jsem ráda, že setkání s nimi je pro mě také něco jako výše zmiňované dánské hygge – zkoušíme nové Hadkovy výrobky, mluvíme o starostech i radostech, ale hlavně se vždycky hodně nasmějeme. Smích je opravdu léčivý, z člověka jakoby všechno spadlo, jakoby ze sebe smíchem starosti setřásl.

Je pozdě večer, dopisuji tento článek a v aromalampě dohořívá svíčka. Vůně **VIROSANU** provoněla za večer celý byt. Ve vedlejším pokoji pokašlává virózou políbený člen rodiny a já si uvědomuji, že už nám opět došel **CANDIÖL** i **CAYATHERM**. Ten první je výborný na bolavý krk, ten druhý na průdušky. A tak ještě než zavřu počítač, jdu udělat objednávku. Některé výrobky pana Hadka jsou zkrátka základem naší domácí lékárničky a bez nich mám pocit, že doma něco chybí.

Na závěr vám, milí čtenáři, chci popřát pocit štěstí, aby se u vás natrvalo usadil. A nevadí, pokud pro něj nemáte jméno, hlavně aby existoval.

Milena Nováková

distributorka v Nizozemí a Belgii

Je tady podzim...

Letošní krásné léto skončilo, většinou jsme si oddechli od horka a hodně vysokých teplot. Najednou se přihlásil podzim se svými nízkými teplotami, deštěm, větrem, zkrátka nevlídným počasím, kdy na nás číhají různé podzimní neduhy, jako je kašel, rýma nachlazení…

Podzim je ale ideální čas, kdy můžeme pro své tělo mnoho udělat, a to tím, že doženeme "resty" z léta, kdy jsme si užívali krásného počasí, volna, dovolené a péče o tělo /vnější i vnitřní/ šla stranou.

Čím a jak začít? Na prvním místě bych připomněla **ELEUTHEROCOCC** na posílení imunity.

Proti podzimním neduhům je třeba zasáhnout **NOSNÍM OLEJEM** a pro děti **NOSNÍM OLEJEM BABY**. Je to první linie, kudy se nám může do těla dostat "nějaká špatnost" z venku. Dalším je **DONOSOL** nebo **LECINOS**. Každý si vybere podle své potřeby a uvážení. Také nesmíme zapomenout na **ATEMOL** či **CHINA BALZÁM** a na používání éterických olejů k desinfekci prostoru a místností, kde pobýváme nebo spíme. Zde bych využila éterický olej **EUKALYPTO-CITRONOVÝ, EUKALYPTOVÝ, EUKALYPT KOALA, AROMA BABY**… V katalogu si můžete přečíst o jejich blahodárných účincích na naše zdraví. Jimi uděláte pro své zdraví hodně

a ještě Vám budou místnosti krásně vonět. Jen připomínám všeho s mírou, protože méně je někdy více.

Jestliže se podíváme na pokožku těla, také asi utrpěla, a proto je nutné jí, pomoci, koupelovými nebo sprchovými oleji. Vhodnými jsou **KO** a **SO LEVANDULOVÝ** pro celkové zklidnění a ošetření pleti po slunění nebo **KO** a **SO MEDUŇKOVÝ**, který uklidňuje, má protizánětlivé a regenerační schopnosti. Dále je vynikající **KO** a **SO Z BOROVICOVÉHO JEHLIČÍ** – osvěžuje a skvěle účinkuje na dýchací cesty.

Obličej, krk, dekolt, ruce je nutné ošetřit např. **LECITINOVOU MASKOU**. Osvědčil se i zábal z **INTIMISSU**. Pokud jste od sluníčka "získali" pigmentové skvrny, je ideální čas na jejich zesvětlení až úplné vymizení, a to pomocí **LIPIO-SÉRA ALBIDERM**. Opravdu to funguje, jen je třeba ošetřovat postižená místa denně!!! Jak postupovat jsem popsala v časopisu Aromaterapie č. 2/2016, str. 11.

Možná to vypadá, že je toho třeba dělat hodně, ale odměnou bude prožití podzimu a zimy bez větších problémů a bolestí a pak bude i podzim krásným obdobím!!!

Vlastimila Kolarčíková

kosmetička-aromaterapeutka OSTRAVA

e-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

Mob.: 603 286 335

Chraňtě svou pleť před sychravým a mrazivým počasí

Léto skončilo, máme tu podzim, zanedlouho zimu a s nimi i sychravé a mrazivé počasí. Pokožka trpí vlivem fyzikálních vlivů, a proto je vhodné ji chránit. Do tohoto prostředí se hodí speciální bezvodý krém – **WINTERSHEA**. Použití je jednoduché, stačí namazat obličej a ruce přípravkem předtím, než jdete ven. Dále tu máme regenerační obličejové oleje. Ty neobsahují vodu a mohou se použít do zimního mrazivého počasí. Zde bych doporučila regenerační olej **AVOKADO**, který je vhodný na citlivou a zralou pleť, má regenerační účinky a navíc je bohatý na vitamíny. Díky obsaženému éterickému oleji z růžového dřeva má příjemnou vůni. Zapomenout nelze ani na olej **ARNIKA**. Vzhledem k svým regeneračním vlastnostem je vhodný pro všechny typy pleti. Pokud ale máte nějaký svůj oblíbený regenerační krém a chcete ho používat i přes zimu, nezou-

fejte, stačí jej aplikovat na pokožku 20–30 minut před odchodem ven. Dalším úskalím tohoto nepříjemného počasí jsou popraskané rty. Na ty se mi osvědčil balzám **HERPILAN**. Jakmile cítím, že se mi rty vysušují, mažu si je několikrát denně. Přípravek má příjemnou citrusovou vůni a chuť. Pokožka rtů se mi za pár dní upraví a je zase elastická. Lze jej používat jako prevenci před vysoušením rtů či proti oparům. Osvědčil se i jako ochrana očního okolí při lyžování i okolí nosního při rýmách. Prostě další multifunkční přípravek.

Sára Celundová

Chladová alergie

Už je to celkem čtyři roky, kdy mě trápí chladová alergie a procházky v zimním období se pro mě staly téměř nemožné. Neustále svědivé a oteklé ruce s obličejem se staly mou součástí, ideálním řešením byly jen silné rukavice a zakrytý obličej.

Odpověď kožního lékaře byla, že jsem prostě alergický a jedinou pomocí je snažit se vyhýbat výletům za sněhem, zbytečnému kontaktu se zimním obdobím a užívat prášky… Pro člověka, který má přes týden na starosti pejska, jsou tyto podmínky z větší části nepřijatelné.

Při neustálém hledání řešení jsem narazil na internetu na spoustu diskuzí o lécích a prevencích. Nic ale neřešilo možnost zajet s přáteli na výlet nebo vyrazit na dovolenou do hor.

Až letos v září jsem našel způsob, jak si začít užívat pro mě nedostupné možnosti. Krém **WINTERSHEA** v kombinaci s extraktem z **ELEUTHEROCOCCU** je pro mě objevený zázrak, a tak dlouho jsem tomu nechtěl věřit, až jsem si začal uvědomovat, že venku trávím více času než doma.

Krém **WINTERSHEA** se pro mě stal samozřejmostí a díky zlepšení rovnováhy imunitního a termoregulačního systému pomocí **ELEUTHEROCOCCU** konečně můžu vyrazit ven i během zimního období bez jakéhokoliv omezování.

S poděkováním a přáním krásných dní

David Rubáš

VŮNĚ VÁNOC

Někdo si pod Vánoci představí shon, stres a velké výdaje. Já patřím mezi ty lidi, kteří Vánoce milují. Zbožňuji především vánoční atmosféru, kdy cítím vůni cukroví a vánočního stromečku a kdy koukám na pohádky. Měla jsem možnost ozkoušet vánoční směsi éterických olejů, a i když bylo léto, připadala jsem si, že je Štědrý večer a já si po štědrovečerní večeři budu rozbalovat dárky. Až takovou moc má jeden z našich smyslů – čich. A proto budou letošní Vánoce u nás v domácnosti ve znamení aromalampiček, éterických olejů a svíček.

Za naprosto vánoční směs považuji **JEŽÍŠKA**. Krásná skořicovo-pomerančová vůně s nádechem hřebíčku a citronu vystihuje vánoční atmosféru na 150%. Navodí tu pravou vánoční atmosféru bez stresu a jiných strastí Vánoc. Pro milovníky lesa bych doporučila **VÁNOČNÍ STROMEČEK.** Směs éterických olejů z různých jehličnatých stromů nejen provoní váš domov, ale také pomůže zlepšit vaší koncentraci. Navíc můžete hádat, který jehličnatý strom to asi u vás voní. Kdo holduje nasládlým vůním, je tu **VÁNOČNÍ POHÁDKA.** Příjemnou citrusovou vůni s příměsí exotických květů bych doporučila k vánočnímu úklidu. Osvěží vaši mysl, rozjasní náladu a zároveň mikrobiálně pročistí vzduch. Dále mě oslnila směs **ROMATICKÉ VÁNOCE.** Pustit si pohádky, na stolečku mít voňavé cukroví a zapálit si aromalampičku s touto směsí éterických olejů je dokonalý recept na příjemně strávené předvánoční, ale i vánoční večery. Dále tu máme **VÁNOČNÍ SEN, VÁNOČNÍ KOLEDU, VÁNOČNÍ DÁREK, VOŇAVÉ VÁNOCE,** atd. Každá vánoční směs má něco do sebe a jak už to tak bývá, každý vnímá jinak a nezbývá nic jiného než doporučit, aby si každý ozkoušel, která vůně bude pro něj ta nejlepší. Nicméně vánoční směsi éterických olejů zpříjemní předvánoční a vánoční čas, pomohou vám najít ten pravý klid Vánoc, který by měl být tím podstatným v tomto období.

Sára Celundová

Záchranář jalovec

Na přelomu května a června loňského roku jsme byli na dovolené v Chorvatsku. I když bylo nádherné teplo, někdy až úmorné, voda v moři byla stále ještě studená. Právě chladná voda mi způsobila první zánět močového měchýře. Kdo tento problém měl, ví, jak moc je to nepříjemné a bolestivé. Od té doby jsem zánět měla ještě čtyřikrát. Hlavním problémem je ovšem samotná léčba zánětu – antibiotiky.

Antibiotika sice likvidují bakterie způsobující záněty, ale také zabíjí střevní mikroflóru, která je důležitá pro správné trávení. Důsledkem špatného trávení může být průjem, který dehydratuje a tím výrazně zhoršuje zdravotní stav. Některá antibiotika mohou způsobit alergickou reakci – fotodermatitidu, což je vyrážka, která se zhoršuje při vystavení kůže slunečnímu záření. Tudíž užívání antibiotik v období, kdy slunce svítí 14 hodin denně, je velmi nepraktické.

Jsou to léky, které pomáhají v mnoha případech víc, než by uškodily. Ale při jejich častém užívání na ně můžete být rezistentní. V mém případě se jednalo o pátá antibiotika za rok a čtvrt. Tento fakt mě přinutil změnit taktiku boje proti opakovaným zánětům močového měchýře. Současně s pátými antibiotiky jsem začala pravidelně užívat éterický olej z **JALOVCE**. Jalovec podporuje činnosti ledvin, močového měchýře a močových cest. Také pitný režim jsem zvýšila na 3 litry vody denně.

Poprvé jsem si nakapala na lžičku 4 kapky. Velmi výrazná chuť a vůně jehličí mě přinutily další dávky kapat do trošky džusu. První, čeho jsem si při užívání oleje všimla, byl výrazně lehčí průběh samotného zánětu. Pálení při močení se výrazně zmírnilo.

JALOVCOVÝ ÉTERICKÝ OLEJ užívám 3x denně 4 kapky po dobu jednoho měsíce. Další měsíc ho vyměním za **ČAJOVNÍKOVÝ**, se kterým mě čeká také měsíční kúra. **JALOVCOVÝ OLEJ** však budu mít i tak doma připravený jako první pomoc.

Iva Šimonková

Vážení přátelé,

Jsme rádi, že Vám cestou časopisu Aromaterapie můžeme poděkovat za Vaši přízeň. Velmi si vážíme toho, že využíváte naše přepravní služby a těší nás i Váš zájem o výdejní místa Geis Point, která stále více využíváte. Budeme se snažit, abyste byli s našimi službami i nadále spokojeni.

Přejeme Vám klidný závěr letošního roku, krásné a spokojené Vánoce a v novém roce mnoho úspěchů a štěstí.

Váš Geis Parcel tým

Geis
Global Logistics

Vánoční soutěž s Českou poštou

Posílejte si své nákupy z e-shopů balíky s Českou poštou a vyhrajte na www.vyhrajsbalikem.cz jeden z mnoha vánočních dárků. Česká pošta i na letošek připravila tradiční Vánoční soutěž, ve které bude nadělovat výhry každý den.

Soutěž začíná 22. listopadu a až do Vánoc můžete na webové stránce www.vyhrajsbalikem.cz vyhrát třeba dárkové poukázky na vánoční nákupy. Soutěžit můžete opakovaně s každým novým číslem Balíku Na poštu nebo Balíku Do ruky, který stačí zadat na webu soutěže. Vyhrajte a splňte si svá vánoční přání i vy.

Patrik Šalamon, Česká pošta

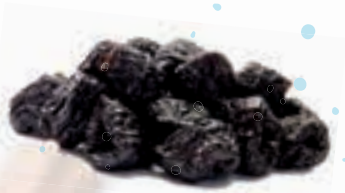
ČESKÁ POŠTA

Děkuji Vám za vstřícnost.

Dobrý den, *včera jsem zaplatila první fakturu a dnes druhou pro AKH i třetí pro AF. Ráda bych vyjádřila svou spokojenost. Nejenže miluji vaše výrobky (zatím mám zkušenost s těmi od AKH), ale také velmi oceňuji Váš přístup k zákazníkům. Za tímto jednáním se jistě skrývá silný a harmonický kolektiv a zápal pro věc. Je to poznat. Kéž by bylo více takových podniků.*

Děkuji vám za to a přeji mnoho spokojených zákazníků, jako jsem já. Srdečně,

Šárka Hurbánková



Poděkování

V době, kdy budete číst poslední letošní časopis Aromaterapie, bude měsíc listopad, ale i přesto bych chtěla poděkovat všem vám, kteří máte rádi naši kosmetiku a naše přípravky. Děkuji vám za vaši přízeň, za trpělivost, která je občas potřebná při u nás probíhajících změnách. A že jich je v tomto roce až moc. Děkuji vám i za důvěru, se kterou se na nás obracíte při řešení zdravotních potíží vašich i vašich blízkých. Děkuji vám za důvěru, se kterou naše výrobky doporučujete svým kamarádkám, kamarádům.

Naše výrobky se stávají stále více oblíbenými, a to i díky s námi spolupracujícím kosmetičkám, masérům a mnohým dalším profesionálům, kteří se aromaterapii plně věnují. S mnoha z nich se setkáváme pravidelně na kurzech. Těší mne zájem těchto odborníků, kteří na naše kurzy jezdí pravidelně, a tak se setkáváme i několikrát do roka. Svou práci dělají se srdcem na dlani a i pro své klienty chtějí rozšířit své znalosti a dopřát jim to nejlepší. Obsah kurzů není nikdy stejný, vždy záleží na partě lidí, která se zde sejde, ta napomáhá utvářet atmosféru i obsah svými dotazy. Aromaterapie je alchymie a každému profesionálovi by se měla dostat pod kůži. Pak se z něho stává aromaterapeut. Ráda je uvidím na některém dalším kurzu či setkání. Už nyní se těším. Setkávání s vámi je přínosem i pro mne. Zážitky z praktických kurzů mne provází dlouho. Je krásné vidět, jak se na setkání těšíte i jak se měníte, jak jste si jistější při míchání olejů, diagnostikování. Děkuji.

Ráda bych poděkovala i našim zaměstnancům, kteří s láskou vytváří krémy, oleje, kteří výrobky balí, kteří vám je posílají. Nemohu opomenout fakturantky, skladníky, bez kterých by naše přípravky nenašly cestu k vám domů. Poděkování patří i v letošním roce nově vzniklému marketingovému oddělení, správcům serverů, grafičce, technické podpoře v Heřmanově Městci.

Děkuji společnostem, které s námi úzce spolupracují. Doručují naše balíčky k vám domů. Tisknou etikety na lahvičky a dózy. Dodávají nám suroviny na výrobu našich úžasných přípravků. I v této skupině došlo ke změnám. S některými jsme se rozloučili rádi, s některými neradi a s některými se rozloučíme v příštím roce. Život je plný změn a já si přeji, aby tyto změny byly ku prospěchu naší společnosti a přispěly k vaší spokojenosti.

Děkuji všem klientům za důvěru, děkuji všem zaměstnancům za jejich práci a spolehlivost, děkuji Karlu Hadkovi za aromaterapeutické přípravky Karel Hadek, za jeho životní dílo.

Všem přeji krásné dny, klidné vánoční svátky a spokojený nový rok.

Michaela Švorcová

Buď bdělý

Při sychravém počasí těchto podzimních dní je nálada na čtení a pořádný hrnek čaje o trochu silnější než obvykle. Využila jsem tedy volnou sobotu a můj program byl jasný. Tentokrát jsem však nesáhla po klasické knize, nýbrž deníku. Deníku, který jsem si psala během svého pobytu na Srí Lance, kam jsem odjela meditovat, poznávat a porozumět sama sobě.

S meditacemi jsem neměla žádné zkušenosti, ale cosi uvnitř mne vybízelo, abych s nimi začala. Našla jsem si buddhistické meditační centrum uprostřed Srí Lanky v malé vesničce Nilambe, kam jsem se vydala. Když jsme po 45 minutách vyjeli tuk-tukem obrovský kopec až na samý vrchol, věděla jsem, že mé rozhodnutí bylo správné. Už jen ten výhled za to stál.

Jedním dechem pročítám řádky, které jsem během meditování napsala, prohlížím fotky a vracím se nejen myšlenkami, ale také pocity zpět na místo, které jsem si na jednu stranu zamilovala, a na tu druhou ve mne vyvolává jakési nejisté pocity, možná i bolest. Byly to chvíle, kdy člověk musel být pouze sám se sebou. Stal se svým jediným parťákem, vedl vnitřní rozhovory, kdy ta bdělejší část já ujišťovala tu ustrašenou, že každé rozhodnutí, které udělal, bylo správné a že je to zkušenost, ze které bude těžit celý život. Musel se vypořádat se svými myšlenkami. Pocity euforie střídaly pocity beznaděje z minuty na minutu.

Již tenkrát jsem nebyla zastáncem očkování, ani léků a také jsem věřila, že každý jsme strůjcem svého osudu, který si tvoříme svými myšlenkami. A dobrá zpráva – myšlenky se dají změnit. Vždy a za každé situace. Bohužel mnohokrát necháme situaci zajít tak daleko, až třeba není dostatek času či odvahy je změnit. Zastavila jsem se u jedné věty, o které jsem začala přemýšlet.

Bylo to v období, kdy jsem se do meditačního centra vracela podruhé. Každý pobyt měl totiž pouze 5 dní (vlastně 6, ale jeden den se půlil, a tak všude uvádí 5) a mezi nimi byla 10denní pauza, kdy jsme odjeli a já ji celou proležela se střevními problémy. Vypadalo to, že přestaly, a tak jsem se rozhodla do Nilambe odjet znovu. Nicméně, potíže se vrátily ihned po příjezdu a z důvodu, že tam nebyl pořádný záchod, jsem vážně přemýšlela o opuštění centra. Vlastně jsem byla rozhodnutá. Šla jsem tedy za sestrou Khemou, která nás vedla při meditacích. Budu teď přesně citovat, co jsem si do deníku napsala:

Když se mi udělalo lépe, šla jsem za sestrou Khemou. Očekávala jsem lítost a otázku: *„Tak chceš odjet pryč?“* Místo toho však přišlo něco, co mi otevřelo oči! *„Nejsi těhotná?“ „NE!“* odpověděla jsem. *„Tak výborně“*, pokračovala, *„pozoruj reakce svého těla, soustřeď se na ně, pracuj s nimi. Prostě pozoruj, buď v přítomném okamžiku! Pravděpodobně řešíš něco, kde toxiny vycházejí z těla ven touto formou. Jednoduše to přijmi…“* A odešla. Zůstala jsem stát s otevřenou pusou, žádná lítost, soucit, ale pravda!

Minulý pobyt jsem řešila své vztahy – nejen sama se sebou, ale i vztahy s ostatními. Vzpomínala, odpouštěla, rozebírala. A neustále jsem chodila na záchod.

Co to znamená? Oslabené ledviny! Co řeší ledviny? Jsou párovým orgánem s vodním elementem = řeší VZTAHY! A protože jsem toho plná, nějak to musí ven. Vybralo si to tento způsob a teď je jen na mně, zda problém utlumím tím, že si vezmu prášek, což znamená, že odstraním pouze důsledek – nikoli příčinu. Nebo to nechám plynout, budu bdělá, přijmu to a budu s tím pracovat a odstraním nejen následky, ale také příčinu. Příčinu celého problému a jako odměnu obdržím zdravé tělo. Moje tělo prostě spolupracuje!“

Toto byla první reálná zkušenost, při které jsem si začala uvědomovat, že naše tělo je chrám. Chrám, ve kterém pracují stovky těch nejúžasnějších a nejvzdělanějších „poslíčků“, kteří dohromady tvoří celek a vytváří unikátní dílo – tělo. A to je natolik inteligentní, že vám každou nerovnováhu dá určitým způsobem najevo. Pak už záleží pouze a jen na vás, zda varovné signály utlumíte nějakou zázračnou pilulkou, nebo se na něj podíváte s otevřenou myslí. Je to schránka, která nám byla dána, abychom tu mohli být. Naše bytí je ale dál. Daleko za tím! To je to, proč v této době tolik lidí mluví o spojení těla (body), mysli (mind) a duše (spirit).

I proto mi přijde naprosto fádní pohlížet na sebe jako na tělo. Nemít se rád/a za těch pár kil navíc, akné v obličeji či křečové žily u nohou. Raději vnímejte, proč tomu tak je. Co je příčinou. Pokud chcete řešit, pak pátrejte po příčině. Neutlumujte důsledek. Ono to funguje pár měsíců, možná let. Bolí nás hlava, vezmeme si prášek. Co když ale bolest hlavy znamená nedůvěru k vlastnímu já, strach a sebekritiku? Není lepší se přijmout a mít se rád/a a nechat tak bolest hlavy odeznít? A když se vrátí, je to varování, že bychom měli pokračovat, nikoli že jsme selhali a nic nefunguje.

Bohužel si v dnešní době raději vybereme tu jednodušší variantu. Nemáme přeci čas na to být nemocní a už vůbec ne na nějaké řešení problémů. A to je přesně důvod, proč vznikají nemoci daleko závažnější…

Už je to více jak rok od mé první zkušenosti s meditacemi, tento pobyt pro mě byl jedním z nejdůležitějších na mé cestě. I díky této zkušenosti jsem se začala zajímat o meridiány, čakry, sebelásku a sebepřijetí. Každý v nás má v sobě tolik lásky, ale vždy musíme začít nejprve u sebe, abychom ji mohli šířit dál. Nebojte se být sebevědomí, protože to znamená, že jste si vědomi sami sebe. Udělejte si čas pro sebe, věnujte se tomu, co máte rádi, plňte si sny. A to vše vám půjde daleko lépe, když budete zdraví.

Zaujalo vás toto téma? Spoustu informací naleznete na internetu či v knížkách. Pokud byste chtěli více, je spousta kurzů, na kterých si vyměníte názory a vyslechnete zkušenosti dalších lidí a třeba přijdete na to, že v tom, co řešíte, nejste sama a hlavně – že vždy existuje řešení.

I z tohoto důvodu vzniklo fitness-jógové studio zen & Jo v Rychnově nad Kněžnou (www.zenandjo.com) a vytvořili jsme unikátní spojení s Masérskou školou NOW (www.kurzynow.cz) a úžasnými 100% produkty Aromaterapie Karel Hadek a vy se tak můžete těšit na velice zajímavé kurzy!

Jedním z nich je například kurz Čakra jógy, během kterého se po dobu 9 lekcí věnujeme jednotlivým čakrám. Jsou to hodiny nejen praktické, ale také teoretické, kdy si říkáme disbalance a jejich projevy jak fyzické, tak i psychické. Co ovlivňují, jak fungují.

Dlouho jsem hledala, čím harmonizaci čaker ještě více podpořit, až jsem narazila na éterické olejíčky od firmy Aromaterapie Karel Hadek. Začala jsem při každé lekci používat olejíček na tu čakru, o které jsme se zrovna bavili. Někdy je přidávám jako vůni do aromatické lampy, jindy si je ženy kápnou přímo na zápěstí. Ohlasy na sebe nenechaly dlouho čekat a všechny byly pozitivní. AKH však nevyrábí pouze olejíčky, ale také parfémy, které vyzkoušíme v nejbližší době.

Čakra znamená kruh. Jedná se o energetická centra, kterými proudí životní energie. V těle jich máme mnoho, většinou ale známe sedm hlavních, které jsou umístěny po páteři nad sebou.

1. MULADHARA

kořenová čakra nás spojuje s fyzickým světem, je spojena s přežitím

disharmonie: sebezapření, nestabilita

harmonie: spojení se Zemí

vůně: Muladhara – kořenová

2. SVADHIŠTHANA

sakrální čakra je centrem sexuální energie, emocí, pocitů

disharmonie: nejistota, sexuální chlad, nedostatek sebeúcty

harmonie: přirozené splynutí s životem

vůně: Svadhišthana – sakrální

3. MANIPURA

solární čakra je sídlem emocí, mezilidských vztahů

disharmonie: hněv, strach, žárlivost, problémy s jídlem, všude cítíte problém

harmonie:pocit vyrovnanosti, úcta k sobě i druhým

vůně: Manipura – emoční

4. ANAHATA

srdeční čakra spojuje fyzické tělo s duchovním

disharmonie: závislost na ostatních, pocit „nikdo mě nemá rád“

harmonie: pocit lásky, člověk je otevřený, přátelský

vůně: Anahata – srdeční

5. VISUDDHI

krční čakra, kde se nachází centrum komunikace

disharmonie:nepochopení mezi tělem a myslí, nemoci se vyjádřit

harmonie:otevřené vyjádření svých pocitů, myšlenek a vnitřních poznatků

vůně: Visuddhi – komunikační

6. ADŽŇA

čakra třetího oka je sídlem všech duchovních sil a intuice

disharmonie: vidím pouze vnější svět, poruchy zraku

harmonie: intuice, schopnost vizualizace

vůně: Adžňa – intuiční

7. SAHASRARA

korunní čakra je centrem nejvyšší dokonalosti, porozumění vyššímu já

disharmonie: strach, pocit nenaplnění

harmonie: objevení své vlastní podstaty

vůně: Sahasrara – korunní

Přeji vám otevřenou mysl, zdraví a lásku!

NAMASTE

Johana / www.zenandjo.com

Pane Hadku,

chci se Vás zeptat na plastové lahvičky, do kterých stáčíte své přípravky. Myslíte si, že je mohu užívat opakovaně? Nebude se z nich nic škodlivého uvolňovat při skladování v ledničce či pokojové teplotě (až 27 stupňů Celsia, jako jsou teploty teď)?

Dostala jsem mail, který přidávám do přílohy. Trochu mne znepokojuje, že i po letech, kdy se o škodlivosti některých plastů začalo nahlas mluvit, se používají pro potraviny. Proto ty otázky. Z Vašich textů vím, že se velmi podrobně o zdraví zajímáte a v minulých letech jste mi poradil s mými praktickými otázkami ohledně pokožky seniora i vší.

Děkuji za odpověď a přeji klidné dny.

Ester Ch.

Milá paní Ester,

i tentokráte děkuji za Váš mail i zaslaný dotaz.

Bohužel jako všude i zde je k dispozici obrovské množství informací, které si velice často protiřečí a v konečném kontextu daleko více slouží celkově jako dezinformace. To se týká samozřejmě i plastů. Hned na počátku konstatuji, že jsou náhražkou za sklo a vždy budou jen a jen náhražka, neboť z pohledu chemika je sklo chemicky daleko stabilnější.

Na druhou stranu, ne vždy je sklo použitelné z hlediska praktického. Neumím si představit např. sprchovací oleje ve skleněných lahvičkách. Stejně tak krémy ve skleněných dózách, koupelové či masážní přípravky ve skleněných lahvích a mnohé další výrobky nejsou většinou zákazníky ve skleněném obalu akceptovány. Důvodem není lhostejnost k ekologii, ale občasné vyklouznutí z rukou. Rozbité umývadlo, poškozená vana, prasklé dlaždice jsou nepříjemným a drahým důsledkem. Nutno zmínit i možná poranění při rozbití skla. Je zde ještě jeden více než pádný důvod. Tím je přeprava k zákazníkovi. Když v začátcích byla ještě část produkce ve skle, značný počet balíčků nedorazil k zákazníkovi, ale zpět k firmě s rozbitým obsahem. To je důvod, proč jsou plastové obaly v kosmetice tak široce používány.

Vůči tabulce specifikace plastů, kterou jste mi zaslala, mohu říci, že je v pořádku. Z uvedené legendy k dané tabulce je evidentní, že autor textu měl k chemii stejně tak blízko jako Jan Žižka z Trocnova k pochopení funkce jaderného reaktoru v Temelíně. Jeho „propouštění antimonu těžkých kovů“ je absurdní formulace. Samotný antimon je chemický prvek spadající do kategorie těžkých kovů. Co je EPA asi netuší, dle mého, ani autor sám. Ale strašidýlko pustil do světa… EPA může být zkratka anglického označení „Environmental Protection Agency“, volně přeloženo „Agentura ochrany životního prostředí“. Případně i v rybím tuku obsažená kyselina eikosapentaneová, ta má též zkratku EPA. Tato pětinásobně nenasycená (omega-3) mastná kyselina ale hormonální činnost velice pozitivně ovlivňuje, nikoli narušuje.

Samotná molekula PETu se skládá pouze a výhradně ze tří prvků. Z vodíku, kyslíku a uhlíku. Při výrobě tohoto plastu se však používá jako katalyzátor chemických procesů kysličník antimonitý. Nelze tedy vyloučit jeho stopové množství i ve výsledném produktu a jeho následné uvolňování např. do nápoje. Z tohoto pohledu však při tak malém množství žádné nebezpečí nehrozí. Jen pro dokreslení uvádím, že kysličníku antimonitého se ročně ve světě vyrobí více než 130.000 tun! Hlavně se používá tam, kde je požadavek snížení hořlavosti. Tedy plasty, elektro výrobky, textil, kůže, nátěry a podobně. Daleko větší nebezpečí při vícenásobném používání PEToových obalů se dle mého názoru skrývá v možné mikrobiální kontaminaci nápojů a jejich následném rychlém množení.

Zásadně tedy nejde jen o samotný plast, ale také látku, která je v něm naplněna a čistotu (mikrobiální). Dále pak i o zacházení

s plastem a teploty, kterým jsou plastové obaly vystaveny.

V době, kdy dochází k doslova katastrofickému znečišťování životního prostředí, ať již plynnými či pevnými exhaláty, k znečištění moří na té úrovni, že jeden má již strach pojídat „zdravé“ (toxickým odpadem vypouštěným do moří a oceánů kontaminované) ryby, k chemizaci výroby potravin, pak by ideálním řešením bylo nejíst, nepít a samozřejmě i nedýchat. Z tohoto pohledu považuji PETové obaly za daleko menší, doslova okrajové, zlo než konzervaci v potravinách a kosmetice, než barviva, chemické postřiky a další vymoženosti našeho pokroku, jež nás na cestě životem ve stále větší míře permanentně provází.

A tak na Vaši otázku mohu jen odpovědět, že pokud lahvičky nejsou poškozené, řádně je vymyjete, vydezinfikujete např. Thymiconem, necháte vyschnout a nebudete je vystavovat vysokým teplotám, jejich vícenásobné použití bude naprosto bezpečné a bezproblémové.

Budu rád, pokud Vám i tato moje odpověď bude užitečná.

Karel Hadek

Plasty

Kontrolujte označení na plastových lahvích a obalech. Určitě i vy stále narážíte na ulici na pobíhající lidi držící v ruce plastové lahve s vodou. Tyto lahve však nejednou obsahují velké množství škodlivých chemikálií.

Ty mohou snadno převážit přínosy správné hydratace. Měli byste proto věnovat náležitou pozornost trojúhelníkům na spodku plastových lahví, které používáte.

Zvláště se zaměřte na číslo uprostřed trojúhelníků. Každé takové číslo totiž představuje jiný druh chemické látky, ze které je daná láhev vyrobena. Určitě jste ho už nejednou i zaregistrovali, ale nekladli mu žádný speciální význam. Nicméně, měli byste!

1) PET (Polyethylentereftalát)

Tyto lahve jsou určeny pouze na jedno použití. Je to kvůli tomu, že mohou propouštět antimon těžkých kovů. Tyto chemické substance, označované i značkou EPA, narušují činnost vaší hormonální soustavy.

2) HDPE (Polyethylen vysoké hustoty)

Jde o takzvaný „dobrý“ plast. Má totiž nejnižší pravděpodobnost průsaku škodlivých látek do tekutiny, která se v něm uskladňuje.

3) PVC (Polyvinylchlorid)

Nedoporučuje se používat lahve vyrobené z tohoto materiálu. PVC může do vody uvolňovat látky narušující činnost hormonů.

4) LDPE (Polyethylen nízké hustoty)

Tento druh plastu je relativně bezpečný. Při správném používání a mechanickém nenamáhání by z něj do vody neměly prosakovat škodlivé látky. Uvedený materiál se často používá i při výrobě plastových tašek.

5) PP (Polypropylen)

Jde opět o relativně bezpečný plast. Za předpokladu, že ho nevystavujeme vyšším teplotám a mechanickému namáhání, by do nápojů a jídel neměl uvolňovat žádné nežádoucí substance. V praxi se z něj obvykle vyrábějí jogurtové kelímky a některé druhy lahví na vodu.

6) PS (Polystyren)

Pozor, jde o karcinogenní uvolňující chemickou látku. Polystyren byste v žádném případě neměli používat pro uschování nápojů ani jídel. V případě přenosných chladniček je třeba mít jídlo v nich spolehlivě oddělené od stěn.

7) PC (Polykarbonát)

Pro uskladnění potravin a vody je to úplně nejhorší materiál. Důvodem je uvolňování, BPA (Bisfenolu A). Lahvím nebo jiným nádobám vyrobeným z polykarbonátu se proto za všech okolností vyhýbejte!

Pošlete všem, na kom vám záleží.

SPECIÁLNÍ KURZ v OSTRAVĚ

Kdy: 18. 3. 2017 9–13 hodin

13–16 hodin individuální poradenství a konzultace

Kde: Slezská Ostrava, Bernátkova 1543/10

Maximální počet míst: 8

Náplň kurzu:

– Aromaterapeutické ošetření, uvolnění a aktivace orgánových drah

– Čištění a povzbuzení lymfatických cest a uzlin pomocí ÉO a výrobků Karel Hadek

– Ovlivnění vnitřních orgánů pomocí bodů na celém těle

– Štětečková metoda – zklidnění a uvolnění napětí v obličeji

– Ukázka individuálního ošetření bolestivých míst

K probíraným tématům dostanete potřebné materiály

Kurzem Vás provede

Kolarčíková Vlastimila, kosmetička – aromaterapeutka

Kontakt, přihlášení na kurz a dotazy:

vlastimilakolarcikova@seznam.cz / 603 286 335

Termíny kurzů I. pololetí 2017 AROMATERAPIE Karel Hadek

3. – 5. 3. 2017 Základní kurz Brno
Karel Hadek, Michaela Švorcová
Organizátor: Pavel Vozdek
Mobil: +420 776 077 314
E-mail: info@kurzynow.cz
vozdek@umeni-masaze.cz
www.kurzynow.cz

24. – 25. 3. 2017 Aromaterapie v praxi Brno - I. část
Michaela Švorcová, Kateřina Cermanová
Organizátor: Pavel Vozdek
Mobil: +420 776 077 314
E-mail: info@kurzynow.cz
vozdek@umeni-masaze.cz
www.kurzynow.cz

24. – 26. 3. 2017 Základní kurz Ostrava
Karel Hadek, Vlastimila Kolarčíková
Organizátor: Vlastimila Kolarčíková
Mobil: 603 286 335
E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

31. 3. – 2. 4. 2017 Základní kurz Praha
Karel Hadek, Michaela Švorcová
Organizátor: Hana Martínková
Mobil: 774 272 992
E-mail: kurzypraha@seznam.cz
Drahomíra Vaculová
Mobil: 737 312 571 – pouze večer
E-mail: vaculovadrahomira@seznam.cz
www.zdravvuska.webnode.cz

12. – 13. 5. 2017 Aromaterapie v praxi Brno - II. část
Michaela Švorcová, Kateřina Cermanová
Organizátor: Pavel Vozdek
Mobil: +420 776 077 314
E-mail: info@kurzynow.cz
vozdek@umeni-masaze.cz
www.kurzynow.cz

26. – 28. 5. 2017 Základní kurz Hradec Králové
Karel Hadek, Michaela Švorcová
Organizátor: Pavel Vozdek
Mobil: +420 776 077 314
E-mail: info@kurzynow.cz
vozdek@umeni-masaze.cz
www.kurzynow.cz

Kurz Aromaterapie Slovensko

9. – 11. 3. 2017 Základní kurz Bratislava, Slovensko
Karel Hadek, Michaela Švorcová
Organizátor: Mgr. Monika Mannová
Tel: +421 911 55 77 56
E-mail: m.mannova@gmail.com
www.aromaterapie.sk

12. – 13. 3. 2017 Pokračovací kurz Bratislava, Slovensko
Karel Hadek, Michaela Švorcová
Organizátor: Mgr. Monika Mannová
Tel: +421 911 55 77 56
E-mail: m.mannova@gmail.com

AROMATERAPIE FAUNA

10. 2. 2017 Aromaterapie nejen pro zvířata Praha
Michaela Švorcová, Bc. Kateřina Plačková
Organizátor: Bc. Kateřina Plačková
Mobil: +420 605 284 125
E-mail: plackova@physiodog.cz
www.physiodogacademy.cz

Znalostní soutěž

Svatá Barbora vyhání dříví ze dvora.
Kdo se dřívím pomůže?

a) LECIDERMA SHEA LEVANDULE

b) Koupelový olej MANDARINKA

c) DR. VOŠTĚP

Odpovědi posílejte jako vždy na e-mailovou adresu:
akh-soutez@email.cz
Uzávěrka proběhne **2. 12. 2016 ve 24.00 hodin**

1. cena:	odběr zboží v hodnotě 1 000 Kč
2. cena:	odběr zboží v hodnotě 800 Kč
3. cena:	odběr zboží v hodnotě 600 Kč
4.–5. cena:	odběr zboží v hodnotě 400 Kč
6.–10. cena:	odběr zboží v hodnotě 200 Kč

Aromaflora a puklice

Puklice či štítenky si nejčastěji přineseme domů ze skleníků, které nejsou dostatečně ošetřovány zahrádkáři, anebo si napadenou rostlinu koupíme v květinářství apod.

Puklice a štítenky patří mezi poměrně hojně rozšířené škůdce. Puklice mají šedavá nebo hnědá plochá tělíčka o průměru 3–7 mm a ochranný štítek pevně srostlý s tělem. Štítenky také mají tělíčko kryté voskovitým štítem, ten s ním ale není pevně spojen a lze ho jednoduše odstranit. Tento okrouhlý štítek má krémovou, okrovou nebo hnědou barvu. Oba škůdci jsou na povrchu rostlin jakoby nalepení, nijak zvlášť se nepohybují. Tito přisátí škůdci se pod štítkem rychle rozmnožují – samička si vyhledá místo na kmeni, nabodne kůru a začne sát. Nejčastěji se setkáme s puklicí švestkovou (Eulecanium corni) a štítenkou zhoubnou.

Jak škodí?

Puklice i štítenky sají šťávu z listů, na nichž vznikají šedé skvrny. Povrch listů je lepkavý. Rostliny zbrzdí svůj růst, jsou na nich světle zelená až žlutá místa, začnou opadávat spodní listy, mladé vrcholy a čerstvé výhony rostlin jsou deformované. U jehličnatých rostlin začnou zasychat špičky jednotlivých jehlic, případně zcela opadají. Tito škůdci rostliny sáním šťávy oslabují tak dlouho, až napadená květina uhyne.

Jak se jich zbavit?

Nejprve napadené rostliny izolujeme od zdravých. Chemie je k hubení těchto škůdců málo platná. Puklice a štítenky mají totiž ochranné povlaky, které zamezují průniku pesticidních látek do jejich těl. Ideální jsou proto olejové přípravky jako **INSECT-STOP** a **FUNGHI-STOP**. Připravíme si roztok přípravku **INSECT-STOP** (10 – 20 ml/l vody), kterým rostlinu ošetříme. Tuto kúru bude třeba několikrát zopakovat zhruba asi po týdnu, aby se zlikvidovala všechna vývojová stádia. Rozhodně bude vhodné rostlině vyměnit substrát (starý zlikvidovat – mohou v něm být vajíčka). Pokud se budou puklice držet zuby nehty, můžeme vzít nůž a opatrně odloupnout štítek. Připravíme si roztok 30 ml/l a tampónem aplikujeme přímo na škůdce.

Prevence

Ideálním preventivním opatřením je použití přípravku **PLANT PROTECTOR.** Koupenou sterilní hlínu smícháme s přípravkem (15 g/l hlíny) a rostlinu následně zasadíme. **PLANT PROTECTOR** obsahuje látky, které se postupně uvolňují do substrátu, rostlina je následně přijímá kořeny a ukládá do svých buněk. Tyto aktivní látky nejsou pro teplokrevného živočicha toxické, účinkují pouze na hmyz, kterému upravují metabolismus, a ten není schopen se dále vyvíjet. Tento přípravek účinkuje na většinu hmyzích škůdců, se kterými se v domácnosti běžně setkáme, mšice, puklice, červce, svilušky, třásněnky, molice, dokonce má i významný vliv na smutnice.

Michael Švorc

KURZ AROMATERAPIE nejen pro zvířata

V pátek 7. října 2016 se v pražském centru PhysioDOG Academy u Katky Plačkové konal pokračovací kurz Aromaterapie FAUNA, kde se účastníci seznámili s aromaterapií zase o něco víc.

Kurz vedla paní Michaela Švorcová, zakladatelka aromaterapie pro zvířata. V první řadě posluchačkám připomněla, co vlastně aromaterapie znamená a jak důležitá dokáže být v boji proti různým neduhům. Poté se přednáška přenesla k rostlinným olejům. Je důležité si uvědomit, na co vlastně chcete olej použít. Jestli ho použijete do salátu nebo pro naředění s éterickými oleji.

Jak už jsem zmínila, rostlinné oleje se dají využít samotné nebo jako základ pro přípravu směsí éterických olejů. Éterické oleje jsou vhodné pro přípravky k péči o pokožku i srst. Aplikovat je můžete na kůži, ale nikdy ve 100% koncentraci. Kdybyste si dali čistý éterický olej přímo na kůži, mohlo by dojít k nepříjemnému podráždění. Skvělým rostlinným olejem k ředění „éteráků" pro zvířata je například olej jojobový, u lidí je vhodný třeba mandlový nebo oříškový. Po rozhodnutí si už jen volíte koncentraci. Důkladně si promyslete, na kterou část těla chcete směs použít! Na tělo může být až 10% koncentrace, ale na obličej stačí i půlprocentní (záleží i na typu ÉO). Při řešení zdravotních obtíží platí, že se na akutní problém dává vyšší koncentrace a na chronický nízká.

Zmíněné éterické oleje jsou velice zajímavé a některé i velmi voňavé. Každý z nich má i své účinky. Podle toho se taky oleje dělí do skupin.

Uklidňující (meduňka, levandule, mandarinka…)

Prokrvující (skořice, pepř, rozmarýn…)

Osvěžující (borovice, citrusy…)

Pokud Vás teď na podzim zebou nohy a ruce, nemažte si je mátovou směsí – budou Vás zábst ještě víc. A platí to i u zvířat. Pokud jste se psem na výstavě, kde je spousta fen a Váš čtyřnohý parťák jim věnuje víc pozornosti než výstavě, vetřete mu pár kapek mátového „éteráku" do srsti (ne na pokožku!). Peprmintová vůně přebije vůni fen a Váš pejsek se zase bude chovat mravně.

Na závěr kurzu si všichni mohli namíchat vlastní variace éterických olejů podle potíží nebo vůní do základního krému a neutrálního masážního oleje. Kreativitě se meze nekladou, a tak vznikaly zajímavé směsi vůní s rozličnými účinky. Sama jsem si zkusila smíchat základní krém s éterickým olejem ze skořice, mandarinky a pomerančového listí. Nádherná teplá vůně krému ve mně evokuje vánoční náladu a navíc díky skořici pěkně prohřívá.

Snad se i ostatním na kurzech líbilo tak jako mně. Bylo to velmi přínosné jak z hlediska rozdělení olejů, tak jejich použití v praxi. Aromaterapie je složitá, člověk se ji nenaučí používat během jednoho kurzu nebo přečtením článku. Ať už ji chcete uplatnit na sobě nebo Vašem mazlíčkovi, vždy přemýšlejte, jestli chcete jen zpříjemnit daný okamžik nebo řešit nějaký problém.

Každopádně kurzy vřele doporučuji těm, kteří se o Aromaterapii zajímají a chtějí ji pochopit!

Iva Šimonková

STARTOVACÍ SADY AROMAFAUNA

S rostoucí popularitou přípravků AROMAFAUNA se množí dotazy ohledně aplikace, používání a snášenlivostí jednotlivých produktů.

Tato skutečnost nás přivedla na myšlenku vyrobit malá 20mililitrová balení AROMAFAUNA, seskupit je do smysluplných sad a jako bonus pro naše klienty zvýhodnit cenu oproti nákupu jednotlivých výrobků.

Na trh jsou nově uvedeny čtyři startovací sady AROMAFAUNA: FAUNABABY, MINIE, MAX A BELLA.

• AROMAFAUNA SADA FAUNABABY

je kombinovaná preventivní sada pro štěňata, koťata a malá zvířata určená k na prevenci proti vnějším, vnitřním parazitům a sanitaci.

Složení sady: **HY PUPPY, FAUNA SPOT, PAPENDO, FAUNA DESINF, AROMA SANITOL**

• AROMAFAUNA MINIE

je preventivní sada vhodná pro péči o našeho miláčka, pokud se u něho vyskytují blechy. Sada je určená pro malé psy do 6 kg živé váhy a kočky. Sada je vhodná pro prvotní ochranu proti vnějším, vnitřním parazitům a sanitaci.

Složení sady: **HY FLEA, HY-INSI, PAPENDO, FAUNA DESINF, AROMA SANITOL**

• AROMAFAUNA MAX

je kombinovaná preventivní sada zaměřená na blechy v kožichu, určená pro psy nad 6 kg živé váhy. Sada je vhodná i při ochraně proti vnějším, vnitřním parazitům a sanitace je samozřejmostí.

Složení sady: **HY FLEA, HY-INSI, ENDOPARAZIN, FAUNA DESINF, AROMA SANITOL**

• AROMAFAUNA BELLA

je kondiční sada, spektrum složení sady umožňuje denní péči o naše psí a kočičí kamarády, obsahuje přípravky na citlivou a suchou pokožkou, srst a tlapky, dále také k prevenci před vnějšími parazity.

Složení sady: **HY DERMAL, HY-INSI, FELLEOL, FELL-TONKUM, FAUNA PADS**

Sady byly pro naše klienty vytvořeny jako vstupní brána do jiné péče o zvířata, než je dnes a denně předkládána výrobci „neškodných“ komerčních produktů.

V novém roce 2017 bychom pro Vás rádi připravili novinky pro péči o koně a hospodářská zvířata v malých chovech.

Jaroslav Rejman / j.r@aromafauna.eu

Vánoční pamlsky pro miláčky

Vánoce přicházejí. Chcete-li udělat radost svému psímu kamarádovi, upečte mu lahodné vánoční cukroví. Zde je několik typů na psí cukroví a na sušenky, které váš pes ocení nejen na Vánoce, ale i během celého roku. Pes se bude olizovat až za ušima a vy budete mít pod stoprocentní kontrolou, na čem si váš kamarád pochutnává. Celé vás to pak vyjde za zlomek ceny prodávaných psích laskomin. Zde nabízím několik vyzkoušených tipů.

SÝROVÉ SUŠENKY

4 vejce

¼ litru vody

½ hrnku oleje nebo rozehřátého tuku

1 hrnek tvrdého nastrouhaného sýra

hladká mouka

V misce rozkvedláme 4 vejce a dolijeme 1/4 litru vody. Přilijeme půl hrnku tuku či oleje. V jiné misce smícháme nastrouhaný sýr s jedním až dvěma hrnky hladké mouky tak, aby vznikla drobenka. Do této směsi můžeme přidat i další přísady, třeba slaninu apod., ale hodně jemně nakrájenou, aby těsto drželo. Sušenky však budou chutnat i bez masa. Drobenku nasypeme k vajíčkové směsi a promícháme v řidší těsto. Postupně přidáváme další mouku, aby vzniklo tužší vláčné těsto (jako na cukroví). Necháme přikryté asi 20 minut odležet.

Těsto rozválíme a vykrajujeme sušenky.

TUŇÁKOVÉ SUŠENKY

1 šálek kukuřičné mouky

1 šálek ovesných vloček

¼ čajové lžičky prášku do pečiva

½ čajové lžičky sušeného česneku

1 malý tuňák ve vlastní šťávě nebo oleji

½ šálku vody

Ovesné vločky rozdrtíme na hrubší mouku, přidáme tuňáka i s nálevem, vodu a ostatní ingredience. Vzniklé tužší těsto vyválíme asi na 1 cm silnou placku a vykrajujeme tvary. Dáme na pečicí papír a necháme asi 3 minuty odpočinout, poté pečeme v troubě na 200 °C asi 20 minut, dokud nezískají zlatavou barvu.

MASOVÉ PLACKY:

250 g mletého masa

1 vejce

1 hrnek ovesných vloček

bylinky (nemusí být)

Vše smícháme, uděláme placičky
a pečeme na pečicím papíře při 180 °C asi 20 minut.

JÁTROVÉ SUŠENKY

Do mixéru vložíme:

500 g kuřecích jater

500 g ovesných vloček

3 vejce

3-4 stroužky česneku

Rozmixujeme a hmotu rozetřeme na plech s pečicím papírem. Pečeme cca 20 minut na 200 °C. Hned po upečení nakrájíme na malé kousky. Část můžeme schovat do mrazáku.

Jitka Vojtěchová

Ošetření tlapek

S příchodem chladného počasí je třeba mít na paměti skutečnost, že péče o psy a kočky vyžaduje zvýšenou pozornost.

Psí tlapky je vhodné před vycházkou zkontrolovat. Pokud srst mezi prsty prorůstá nebo plstnatí, ostříháme ji, případně oholíme strojkem. Předejdeme nabalování sněhu či bláta na tlapky, pohyb je pro pejsky pak mnohem příjemnější. Při intenzivnější zátěži je možné použít speciální boty pro psy.

Velice důležitá je prevence. Tlapky před vycházkou, případně dalšími aktivitami ošetřujeme pravidelně **AROMAFAUNA** zátěžovou mastí na tlapky **FAUNA PADS**, chráníme pokožku proti posypové soli, ledovým zmrazkům a sněhu. Přípravek se osvědčil při intenzivní sportovní činnosti jako je skijöring.

Po vycházce a ukončení sportovních aktivit omyjeme tlapky vlažnou vodou a aplikujeme **AROMAFAUNA** jemný mycí olej **HY-WASH PADS,** můžeme jej použít také na břicho a spodní partie těla.

Jaroslav Rejman / j.r@aromafauna.eu

Návštěva útulku a splněný dětský sen

Sen snad každého dítěte je mít psa. Tento sen nám rodiče většinou rozmlouvali se slovy „až budeš velký“. Tak jsme se dočkali a jsme velcí, ale i tak si nemůžeme splnit sen o čtyřnohém kamarádovi. Mnohdy proto, že dlouho pracujeme a neměli bychom dostatek času se svému parťákovi věnovat. Nebo z prostorových důvodů – málokdo má dům se zahradou, kde by mělo psisko volné pole působnosti. Tento problém řeším i já… Psy miluji a ráda bych se jednou domů vracela natěšená, že mě bude vítat čtyřnohý chlupáč s hračkou v tlamě. Bohužel, zatím je splnění tohoto snu v nedohlednu, a tak se zrodila myšlenka návštěvy útulku.

Naštěstí mám v AROMATERAPII FAUNA skvělé kolegy, kteří tuhle myšlenku nezavrhli, naopak ji podpořili nákupem dek, piškotů a granulí. Takto vybaveni jsme vyrazili do útulku v Heřmanově Městci. Útulky většinou nabízí možnost ven-

čení svých chráněnců a platí to i zde. A tradá! Řešení mého dětského snu je na světě! Nemám tolik volného času, ani nemám velkou zahradu, přesto můžu trávit volné chvíle se psím štěstím!

Mou pozornost upoutal Ben – dvouletý kříženec loveckého psa. Byl ho doslova plný kotec. Poskakoval, štěkal a dožadoval se pořádné procházky. Musím uznat, začátek naší společné toulky byl hodně divoký a obzvlášť, když jsme potkali jiného psíka. Ale kousek od útulku jsou rozlehlé louky, na kterých byl Ben jako doma. Najednou jsem si užívala svůj dětský sen… Byla jsem venku se čtyřnohým kamarádem, jehož němá společnost byla jako balzám na duši. Možná si říkáte, jak jít do útulku a neodcházet s těžkým srdcem, že si žádného chráněnce neodnesete? Já to beru z té druhé stránky, kdybychom tam nešli, nezpříjemnili bychom zdejším psíkům jejich čekání na nový domov o deky, pamlsky a především o pořádné procházky. S kolegyní se do útulku v nejbližší době vrátíme a já se už teď nemůžu dočkat.

Rada pro Vás? Pokud máte stejný sen jako já a nemáte zrovna možnost rozdávat finance, granule nebo deky, nevadí. Důležité je si nezvykat na jednoho pejska, protože se může stát, že další den už bude mít jiný domov. V útulku jsou další psi, kteří Vám budou vděční za každou chvíli Vaší pozornosti.

Tímto bych ráda poděkovala celému kolektivu a především jeho vedení, že podpořili tento nápad!

Iva Šimonková

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

Maloobchodní ceny vč. DPH

AROMAFAUNA												
Kód zboží	10% sleva	Kč										
		5 ml	10 ml	20 ml	30 ml	50 ml	100 ml	150 ml	200 ml	250 ml	500 ml	1000 ml
F0001	HY-NEUTRAL						425,49		635,44		1 270,77	2 212,55
F0002	HY-INSI			119,16			448,16		669,44		1 338,89	2 331,71
F0003	FELLEOL			119,16			476,55		714,78		1 429,66	2 496,22
F0004	FELL-TONIKUM						175,83		295,00		589,99	
F0006	FELL BALZÁM NEUTRAL				158,89		465,22			924,72	1 475,00	
F0007	FELL BALZÁM ANTIPARAZIN				192,89		487,89			975,78	1 560,16	
F0008	HY-PUPPY						504,94		760,22		1 520,43	2 643,76
F0009	HY-DERMAL						465,22		692,11		1 384,22	2 422,49
F0011	HY-FLEA			127,10			533,32		746,56		1 492,05	2 387,32
F0020	FAUNA ORAL			96,50			374,45		629,72			
F0021	FAUNA DENTOL			96,50			374,45		629,72			
F0030	FAUNA RINIS		312,05	499,22								
F0031	FAUNA OTIS		312,05	499,22		1 004,17						
F0040	URINSTOP SPRAY						295,00		499,22		998,44	
F0041	FAUNA CELIBAT SPRAY						300,72		511,15		1 022,31	1 776,99
F0042	FAUNA SPOT		249,66	397,11		794,22						
F0050	FAUNA DESINF SPRAY							136,11			306,33	453,89
F0051	AROMA SANITOL							198,60			476,55	782,89
F0060	INSI-SPRAY						243,95		414,16		828,33	1 440,99
F0070	ANTIPARAZIN		175,83	283,66		561,61						
F0071	INSEKTIN		232,60	365,53		743,17						
F0072	ENDOPARAZIN	217,71	332,29	532,81		1 065,52	1832,69					
F0073	FAUNA HAPPY		238,23	374,45		748,88						
F0080	FAUNA PADS					561,61						
F0081	HY-WASCH PADS						238,23		351,78		703,45	1 259,44
F0087	MULTIF BALZÁM					198,60						
F0088	MYCOS BALZÁM					431,22						
F0089	HELP BALZÁM					555,99						
F0090	JOJOBOVÝ OLEJ – SPRAY						465,22					
F0091	PUPÁLKOVÝ OLEJ – SPRAY						487,91					
F0092	SHEA BUTTER A, E						198,60					
F0101	FAUNA PARROT						641,05					
F0201	PAPENDO			219,13		427,98	736,13					
F0103	FAUNA THERMOL						510,56		765,94			
F0200	IMUNO FAUNA					295,00	442,55				1 713,32	
F0104	FAUNA LECITOL-N masážní olej neutr.						130,50		226,89		419,78	584,38

AROMAFLORA		
Kód zboží	10% sleva	Kč
		100 ml– E
R1001	INSECT-STOP	273,13
R1002	FUNGHI-STOP	455

AROMAFLORA			
Kód zboží	10% sleva	Kč	Kč
		500 g – I	1000 g – J
R2001	PLANT-PROTECTOR	75,74	129,85

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

AROMATERAPIE® Karel Hadek

KOUPELOVÉ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč			
		20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P
1002	BOROVICOVÝ	63,01	264,64	370,51	741,03
1003	CITRONOVO-KAFROVÝ	66,56	279,51	391,33	
1004	EUKALYPTO-TYMIÁNOVÝ	73,99	310,76	456,84	870,17
1006	JALOVCOVÝ	82,95	348,38	487,73	975,44
1007	LEVANDULOVÝ	63,25	265,62	371,85	743,72
1008	MANDARINKOVÝ	53,64	225,24	315,34	630,69
1009	MEDUŇKOVÝ	60,83	255,48	357,65	715,34
1010	PELARGÓNIOVÝ	121,15	512,05	716,87	
1011	ROZMARÝNOVÝ	80,79	339,33	475,06	
1012	TYMIÁNOVÝ	69,23	290,76	407,05	
1013	YLANG-YLANG	106,37	446,74	625,46	
1014	Z CITRONOVÉ RŮŽE	70,78	297,33	416,28	
1015	PAČULIOVÝ	70,76	297,26	416,15	
1016	Z RŮŽOVÉHO DŘEVA	73,48	308,56	431,99	
1019	ŠALVĚJOVÝ	76,15	319,8	447,72	895,45
1020	GRAPEFRUITOVÝ	72,51	304,57	426,38	
1017	NEUTRÁLNÍ	51,45	216,08	302,53	605,03
1021	JEŽÍŠEK		322,85	451,97	
1018C	SADA KOUPELOVÝCH OLEJŮ	18 × 20 ml 609,05			

HY-OLEJE NA OMÝVÁNÍ OBLIČEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P	1000 ml J
1305	HY-OLEJ Z RŮŽOVÉHO DŘEVA	66,03	277,34	416,01	832,02	
1304	HY-OLEJ YLANGOVÝ	69,84	293,38	440,06	880,1	
1303	HY-OLEJ SANTÁLOVÝ	72,62	305,02	457,53	915,05	
1306	HY-OLEJ NEUTRÁLNÍ	61,44	258,05	387,08	774,15	1238,64
1302	HY-OLEJ NA ODSTR. MAKE-UPU	61,44	258,05	387,08	774,15	1238,64
1301	HY-OLEJ NA HOLENÍ	64,56	271,11	406,66	813,32	
1980	LIPIO KARLOFF		306,2	458,13		

SPRCHOVACÍ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč			
		20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P
1102	BOROVICOVÝ	61,36	258,18	361,46	722,94
1103	CITRONOVÝ	63,59	267,03	373,85	747,68
1104	FRISCH	61,47	258,17	361,44	722,87
1105	LEVANDULOVÝ	62,61	262,99	368,17	736,38
1106	ROZMARÝNOVÝ	70,99	298,09	417,32	834,6
1107	SANTÁLOVÝ	67,7	284,38	398,12	796,24
1108	Z CITRONOVÉ RŮŽE	60,83	255,48	357,65	715,34
1109	ČAJOVNÍKOVÝ	58,65	246,31	344,83	692,24
1112	ŠALVĚJOVÝ	61,75	259,39	363,16	726,32
1113	GRAPEFRUITOVÝ	59,76	251,04	351,44	677,76
1110	NEUTRÁLNÍ	51,45	216,08	302,53	605,03
1114	MEDUŇKOVÝ	59,87	251,45	352,03	704,02
1116	JALOVCOVÝ	62,08	260,71	364,99	730
1117	HVĚZDA		246,73		
1111C	SADA SPRCHOVACÍCH OLEJŮ	12 × 20 ml: 540,93			

PŘÍPRAVKY NA INTIMNÍ HYGIENU

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P	
	OLEJE					
1202	HY-INTIMA (pro ženy)	53,94	226,52	317,11	634,22	
1203	HY-INTIM H (pro muže)	53,94	226,52	317,11	634,22	
1205	HY-INTIM SET	2 × 100 ml 438,61; 2 × 200 ml 570,21				
1209	SADA INTIM	541,14				
	KRÉMY					
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	
1204	INTIMISS	46,64	349,75	594,55	1119,2	
1206	FEMISHEA	54,33	407,44	692,64	1303,83	
1211	GENISAN	58,33	436,02	741,24		
1212	PRESHEA	61,28	459,59	781,29		
	DEODORANTY					
		50 ml D	115 ml U	215 ml V	500 ml P	1000 ml J
1208	HAPPY-DEO	137,9	245,25	392,39	784,77	
4222	ANTIINSEKT SPRAY		203,16	325,07	650,12	1170,23

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

PŘÍPRAVKY NA OŠETŘENÍ ZUBŮ A ÚSTNÍ DUTINY

Kód zboží	6% sleva	Kč					
		5 ml A	20 ml C	30 ml Z	100 ml E	200 ml G	500 ml P
1501	HERPILAN	152,27		517,73			
1502	LIPPEA SPF	151,19		514,07			
1503	DENTAROM					258	516,01
1504	ZUBNÍ OLEJ		58,25		244,74	367,09	709,73
1505	HALITOSAN		50,23			331,5	663,01
1506	KARIOSAN		43,07		180,91	271,38	524,65
1507	BABY-DENT		58,26		246,41	369,63	
1508	TANALIP	147,05		499,93			

PŘÍPRAVKY NA OŠETŘENÍ NOHOU

Kód zboží	10% sleva	Kč							
		20 ml C	50 ml D	100 ml E	115 ml U	200 ml G	215 ml V	500 ml P	1000 ml J
1804	KOUPELOVÝ OLEJ NA NOHY	74,13		259,39		363,16		726,32	1271,08
1805	MASÁŽNÍ OLEJ NA NOHY	103,31		361,6		506,23			
2728	PREVENTY	93,01		387,8		542,93		1085,85	
1806	MYKOSAN-N	258,18		852,05					
1803	MYKOSAN-H plíseň pokožky		233,13						
1801	DEOPROFUSS	33,91			155,95		249,55	467,92	748,65
1811	DEOBOTAS				205,4		328,64	617,84	
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P		1000 ml J	
1808	LYMPHA-PACK W/O	37,91	284,23	397,94	710,62	1193,83			
1802	PEDI-DERM G10	18,68	140,12	196,17	266,23	364,31		714,6	

OŠETŘENÍ VLASŮ A POKOŽKY HLAVY

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		5 ml A	20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P
1404	VLASOVÝ MYCÍ OLEJ (mast./norm.)		67,34	282,82	424,24	848,47
1405	VLASOVÝ MYCÍ OLEJ (suché/norm.)		67,34	282,82	424,24	848,47
1401	VLASOVÉ TONIKUM KOMONICOVÉ				192,6	385,17
1406	HAARETOL		70,37	295,56	472,87	945,78
1421	SEBOËL		69,17	290,48	406,67	813,31
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P
1403	LUPISAN	16,85		205,61		
1402	HAARETTE Q	50,92		774,15		
1420	SEBOSAN	30,9	231,72	324,41	648,81	
		115 ml – U			215 ml – V	
2801	APILINE	229,92			367,87	

NOSNÍ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč		
		10 ml B	20 ml C	50 ml D
1601	NOSNÍ OLEJ	202,97	324,77	
1602	NOSNÍ OLEJ BABY	206,87	331,03	662
1603	DONOSOL			336,65
1604	LECINOS			348,88

REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč	
		30 ml Z	100 ml E
1907	LEVANDULOVO-MRKVOVÝ	315,82	
1908	LEVANDULOVO-MRKVOVÝ SPF 6	351,11	
1910	YLANG-YLANG	323,64	
1919	AVOKÁDO	254,26	
1904	AVOKÁDO SPF 6	288,63	
1901	ALOE VERA	264,64	
1920	ALOE VERA SPF 6	298,94	
1902	ARNIKA	257,57	
1903	ARNIKA SPF 6	291,63	
1916	ALIPIA	382,55	
1909	GERADERM	297,75	
1911	NEUTRÁLNÍ	259,59	726,84

EXKLUZIVNÍ REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE BPJ

Kód zboží	10% sleva	Kč
		30 ml Z
1917	ROSEA BPJ	920,26
1912	HEŘMÁNKOVÝ BPJ	933,77
1913	NEROLIOVÝ BPJ	1045,51
1914	SANTÁLOVÝ BPJ	1037,64
1915	NEUTRÁLNÍ BPJ	622,65
1921	JASMÍN BPJ	509,94
1922	JASMÍN SPF 6	542,65

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč			
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H
2003	CITRONOVO-MRKVOVÝ	39,92	299,32	478,93	
2011	SANTALIA	34,41	258,05	438,69	799,98
2012	SANTALIA SPF 6	38,14	286,14	486,44	
2014	LEVANDULOVÝ	41,02	307,51	461,26	922,51
2015	LEVANDULOVÝ SPF 6	41,81	321,11	496,3	
2016	MATEŘÍDOUŠKOVÝ/QUENDEL	39,47	296,03	473,64	917,69
2017	APISAN	45,84	356,37	499,18	898,74
2018	OLIVOVÝ	32,84	246,18	393,89	763,18
2019	OLIVOVÝ SPF 6	40,79	305,98	458,54	
2022	ROSEANA	55,62	417,21	625,8	1126,44
2023	ROSEANA SPF 6	61,28	459,69	689,53	
2025	AKNETTE	37,9	284,17	454,66	880,91
2026	AKNETTE SPF 6	41,4	310,52	470,3	
2027	CITROSE	39,12	293,44	469,48	
2029	TEA TREE	24,83	186,04	279,05	558,11
2030	TEA TREE SPF 6	26,92	201,76	309,18	
2039	NEROLI	50,11	375,86	601,35	
2050	SENSISHEA	23,94	179,47	287,17	502,57
2031	ALOE VERA	47,17	358,98	555,5	
2032	TAMANU-DERM	76,14	602,29	947,51	1895,01
2033	SHEA-MELLISEA	41,48	311,09	466,64	
2028	TANADERM	28,6	214,41	343,07	

SPECIÁLNÍ KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P
2001	MONTANA	30,9	231,72	347,56	671,98	
2002	ATOP-DERM	36,14	271,11	406,64	813,3	1274,17
2020	ARADEA	24,9		387,8	767,73	
2062	BODY SALVIA	45,33	241,01	385,61	771,21	

LECITINOVÉ KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč			
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H
2041	LECIDERMA SHEA SUPRA	48,33	364,87	550,96	1102,28
2053	LECIDERMA SHEA SUPRA SPF 6	48,94	399,51	627,25	1254,5
2042	LECIDERMA SHEA NEUTRAL	45,4	342,52	514,49	1028,98
2049	LECIDERMA SHEA NEUTRAL SPF 6	49,53	376,92	583,27	
2043	LECIDERMA SHEA LAVENDEL	53,82	407,85	611,75	1223,49
2046	LECIDERMA SHEA LAVENDEL SPF 6	58,05	443,23	682,56	
2044	LECIDERNA SHEA ROSE	71,18	550,53	825,8	1651,58
2047	LECIDERNA SHEA ROSE SPF 6	77,51	590,07	904,91	
2045	LECIDERMA SHEA SANTAL	64,93	502,18	753,29	
2048	LECIDERMA SHEA SANTAL SPF 6	69,26	538,26	825,44	
2007	ELEUTHEROCOCC	44,49	333,65	507,13	1014,24
2008	ELEUTHEROCOCC SPF 6	50,92	381,97	580,6	
2024	GELEE ROYALE – s mateří kašičkou	51,35	385,09	585,32	1170,65

LIPIO-SÉRA

Kód zboží	10% sleva	Kč	
		35 ml S	100 ml E
1950	NEUTRÁLNÍ	311,81	720,57
1960	NEUTRÁLNÍ SPF 6	347,71	
1951	RŮŽE	653,88	
1961	RŮŽE SPF 6	690,15	
1952	SANTÁLOVÉ DŘEVO	530,43	
1962	SANTÁLOVÉ DŘEVO SPF 6	569,82	
1953	HEŘMÁNEK	422,89	
1954	RŮŽOVÉ DŘEVO	353,66	
1955	LEVANDULE	358,71	
1965	LEVANDULE SPF 6	399,96	
1956	CEDR ATLAS	362,82	
1966	CEDR ATLAS SPF 6	398,43	
1957	ALBIDERM	453,37	
1958	LMP	337,55	
1968	LMP SPF 6	381,11	

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

FLUID – GOTHEA

Kód zboží	10% sleva	Kč 30 ml Z
1970	GOTHEA AMO	1343,41
1971	GOTHEA ROY	1508,38

ZÁKLADNÍ KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P	1000 ml J
2301	DERMISOFT	20,8	155,91	210,49	294,68	412,55	577,57
2302	NATURALIA	27,11	203,27	284,57	569,12	939,06	
2303	SHEA BUTTER	33,04	247,76	346,91	693,78	1165,55	1970,34

PROGRAM SALTIA

Kód zboží	6% sleva	Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H
2036	SALTIA	27,42		205,61	370,1
2037	SALTIA BN	41,39	310,4	527,68	
2404	SALTIA W/O	32,65	244,95	342,92	587,88

OČNÍ KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč 15 ml T	50 ml D
2201	SHEA-CARRE R	335,6	
2202	SHEA-CARRE N	297,14	
2203	LECI-CARRE	332,33	830,82

TĚLOVÉ KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	200 ml G	250 ml H	500 ml P
2060	BODYEM NEUTRAL	24,1	180,81	271,19		524,32	891,32
2061	BODYEM ROY	27,07	202,92	304,38		588,48	1000,43
2070	LECITINIA BODY BALM				286,35		572,71
2071	LECITINIA BODY MONTANA				314,64		629,28

BYLINNÉ PLEŤOVÉ VODY A TONIKA

Kód zboží	10% sleva	Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P	1000 ml J
2501	CITRONOVÁ Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2502	HŘEBÍČKOVÁ Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2503	JALOVCOVÁ Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2504	LEVANDULOVÁ Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2505	ROZMARÝNOVÁ Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2506	RŮŽOVÁ Pleťová voda	23,83		176,24	405,33	652,08
2507	YLANG Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2508	ČAJOVNÍKOVÁ Pleťová voda	14,91		110,37	253,83	408,33
2500	VRATIČOVÁ Pleťová voda			139,59	277,02	470,94
2509	CITRONOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2513	HŘEBÍČKOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2514	JALOVCOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2516	LEVANDULOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2517	MĚSÍČKOVÉ Pleťové tonikum	21,84		165,99	348,6	597,58
2518	ROZMARÝNOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2522	RŮŽOVÉ Pleťové tonikum	25,11		190,9	400,88	687,21
2520	YLANGOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2521	ČAJOVNÍKOVÉ Pleťové tonikum	16,75		127,32	267,36	458,31
2510	ELEUTHEROCOCC-PROPOLISOVÉ Pleťové tonikum, 70% alkoholu	40,73	171,07	239,48	513,19	

PŘÍPRAVKY NA OŠETŘENÍ RUKOU

Kód zboží	6% sleva	Kč 5 ml A	10 ml B	30 ml Z	50 ml D	100 ml E	115 ml U	215 ml V	250 ml H	500 ml P	1000 ml J
1701	ELASTOSAN – olej na nehty		167,17	417,9							
1702	REA	23,94			179,45	251,24			448,67		
1703	MYRHEA	24,64			184,73	258,59			461,82	701,94	
1704	SHEADERM TH	47,15				353,66			636,57	1096,31	1697,5
1705	BALNARU TH	37,03				277,63			499,73	860,64	
1710	LECIO-MAJO				221,79		443,5	580,41		1079,84	
9502	TERMORUKAVICE + 100 ml SHEADERM TH + 100 ml BALNARU TH + 100 ks sáčky									1014,11 (BEZ SLEVY)	

	10% sleva	20 ml C	500 ml P
1706	CITRIO Mycí olej	17,04	356,35
1707	DESINFI Mycí olej	18,66	387,75
1708	SENSITIV Mycí olej	24,19	486,23

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

AROMATERAPIE® Karel Hadek

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

ANTICELULITIDOVÁ SÉRIE „CELLU-THERAP“

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P	1000 ml J
1001	CELLU-THERAP Koupelový olej	101,67	427,02	597,83		
1101	CELLU-THERAP Sprchovací olej	79,25	332,85	465,98		
2707	CELLU-THERAP Masážní olej	73,87	310,2	434,26	868,53	1488,92
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P
2702	CELLU-THERAP Masážní krém	39,28	294,64	471,43	942,83	1591,03
2730c	SADA CELLU-THERAP testery 4 ks	271,73				

OPALOVACÍ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč		
		20 ml C	100 ml E	200 ml G
2601	SPECIÁLNÍ TĚLOVÝ OLEJ SPF 4	55,55	216,64	368,29
2602	OPALOVACÍ OLEJ SPF 6	78,19	336,23	537,97
2603	OPALOVACÍ OLEJ SPF 10	84,26	362,32	579,72
2604	OPALOVACÍ OLEJ SPF 15	96,23	413,77	662,05
			115 ml U	215 ml V
2610	LECISON		290,54	464,86

DĚTSKÁ SÉRIE

Kód zboží	10% sleva	Kč							
		5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E	200 ml G	250 ml H	500 ml P
1005	HEŘMÁNKOVÝ Dětský koupelový olej			60,73		255,06	357,04		714,1
1207	MANDLOVÝ umývací olej			56,77		238,44	333,82		667,64
1602	NOSNÍ OLEJ BABY		206,87	331,03	662				
2034	BABY K heřmánkový	25,87			194,19	271,83		485,43	
2035	BABY L levandulový	24,83			186,23	260,73		465,59	
2708	DĚTSKÝ masážní olej			50,85		213,53	320,31		640,59
2709	FENYKLOVÝ masážní olej			61,39		257,85	438,32		
2713	MUTTISOFT			64,78		272,14	462,66		979,78
2729c	SADA BABY - testovací 8 ks	426,61							

SPECIÁLNÍ PROGRAM COUPEROSE

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		5 ml A	30 ml Z	50 ml D	100 ml E	250 ml H
2004	ALTHEA Regenerační krém	51,7		387,65	581,49	1162,98
2005	ALTHEA SPF 6 Regenerační krém	55,9		419,14		
1905	ALTHEA Regenerační olej		336,71			
1906	ALTHEA SPF 6 Regenerační olej		370,65			

REGENERAČNÍ PLEŤOVÉ MASKY

Kód zboží	10% sleva	Kč					
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P	1000 ml J
2401	JOJOBA	29,35	220,02	308,02	528,06	902,08	1584,16
2402	LECITHIN W/O	36,04	270,45	378,64	649,07	1108,83	1920,15
2403	NATURALIA W/O	34,22	256,66	359,33	616		
2405	AKTIDERMA LY	37,09	278,02	417,02	750,65		

MASÁŽNÍ OLEJE, KRÉMY A BALZÁMY

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P	1000 ml J
2714	CAYATHERM	92,34	387,8	659,26	1318,54	2210,48
2710	LEVANDULOVÝ	58,73	246,73	419,44	838,87	1406,35
2711	MANDLOVO-TŘEZALKOVÝ	56,13	235,75	400,81	801,56	1343,8
2712	THERMOTON	109,41	459,52	781,21	1562,37	
2717	PMS (uklidňující)	115,15	483,63	870,53		
2720	SKOŘICOVÝ	56,73	238,23	404,97	809,97	
2722	COSETTE	128,53	539,77	917,61		
2724	NEUTRÁLNÍ	49,29	207,02	351,93	703,9	1180,08
2716	LECITOL NEUTRAL Z	39,62	166,47	299,62	582,61	982,08
2719	LECITOL NEUTRAL SUPER	57,65	242,14	435,88	847,52	1428,66
2721	LECITOL MCS-N			142,93	271,57	457,35
2735	LECITOL LINDENOL	55,21	231,84	394,09	788,19	
2723	LECITOL ROYALE	67,69	284,32	483,36	966,72	
2736	LECITOL YLJA	70,78	297,33	505,46	1010,96	
2737	LECITOL WALO	64,26	269,85	458,74	917,49	
2732	DR. VOŠTĚP	91,72	382,55	613,14	1226,28	
2727	SADA MASÁŽNÍCH OLEJŮ 12×20	717,97				
		5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	
2701	CALEN B	24,04		358,19		
2704	CALEN K	25,95		386,71		
2705	TENARENE AKUT	32,29	242,22			
2706	TENARENE SUPER	51,87	389			
2731	SCHOKO PACK	29,43		335,4	670,81	
2739	BORO-BORO balzám	30,01	225,13	360,22	720,44	

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

SÉRIE MENOTON

Kód zboží	10% sleva	Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G
1038	MENOTON Koupelový olej	82,95	348,38	487,73
1138	MENOTON Sprchovací olej	64,56	271,13	379,59
2738	MENOTON Tělový olej	87,65	368,11	515,33

SPECIÁLNÍ PŘÍPRAVKY

Kód zboží	10% sleva	Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml P		
1809	DEPILOL	58,31	244,99	391,97	832,94		
2733	NARBENOL	108,74	452,00				
2803	HEMOSAN	61,14	256,8	410,89	821,76		
1810	DEKUBITOL Spec. těl. olej	105,41	442,47	752,2	1504,42		
2830	ATOSAN-LECI	94,57	397,21	556,09	1112,17		
		5 ml A	30 ml Z	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml P
2725	CHINA BALSAM	73,92	310,43	403,58			
2726	THERMO-BALSAM	19,64			284,79	569,57	1025,23
2802	WINTERSHEA	45,47		250,08	400,12		
2804	MOLUSAN	39,74		222,54	356,07		
2807	PROATEM balzám	46,64		349,75	594,55		
2808	SALTERICA	18,62		139,57	209,35	418,72	
2740	JOSHEA			372,62	596,18	1192,39	
2809	OLEOSOL BAL			81,57	114,19	228,38	
2810	OLEOSOL JAGR			93,83	131,32	262,77	
2811	OLEOSOL CELLU			102,63	143,65	287,31	
2812	OLEOSOL PEDI			101,8	142,46	284,93	
2821	ATOPINAL	38,1		285,71	399,99	799,98	
2822	SHEA VITA			111,32	155,84	311,69	514,29

DOPLŇKY STRAVY

Kód zboží	Bez slevy	Kč 100 ml E	250 ml H	500 ml P	1000 ml J
3011	ELEUTHEROCOCC extrakt	230,93	531,11	1009,13	1937,54
		100 g E	250 g H	500 g I	1000 g J
3002	ELEUTHEROCOCC KOŘEN	98,65	167,68	295,95	453,75
5105	VITAMÍN C v prášku – 130 g	171,08			
		115 ml U	215 ml V	500 ml P	1000 ml J
3003	ALOE VERA GEL – šťáva		133,07	214,54	364,68
3004	ALOE VERA KONCENTRÁT –10×	298,93	479,06	965,34	1641,04

ÉTERICKÉ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	Kč 5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
4001	AMYRIS		199,45	319,12	638,24	1096,97
4002	BADYÁN		137,75	220,4	440,79	757,61
4108	BAZALKA		217,01	347,19	694,43	1193,53
4004	BENZOE ABSOLUE PRYSKYŘICE		329,86	527,75	1055,5	1814,14
4005*	BERGAMOT		266,53	426,47	852,92	1467,02
4006	BOROVICE-JEHLIČÍ		147,13	235,4	470,8	809,77
4003	CEDROVÉ DŘEVO ATLAS		116,01	185,6	371,22	638,02
4007	CEDROVÉ DŘEVO		123,88	198,19	396,36	681,78
4009	CELER-SEMENA		263,82	422,08	844,22	1450,97
4010*	CITRON		175,98	281,56	563,13	967,88
4011*	CITRON BEZ TERPENU		292,36	467,79	935,56	1608,01
4012*	CITRON EXTRA		200,21	320,32	640,65	1101,11
4013	CITRONELA		122,82	196,52	393,06	675,56
4014	CITRONOVÁ RŮŽE		188,95	302,33	604,63	1039,23
4015	CITRONOVÁ TRÁVA		147,52	236,02	472,05	811,95
4016	CYPŘIŠ		204,62	327,39	654,77	1125,4
4076	ČAJOVNÍK		162,8	260,48	520,95	895,4
4017	ČESNEK		262,83	420,54	841,08	1445,58
4054	DOBROMYSL-OREGÁNO		253,12	404,97	809,96	1392,12
4018	ELEMI		300,2	480,32	960,64	1651,09
4019	ESTRAGON		326,78	522,82	1045,66	1797,21
4020	EUKALYPTUS		116,75	186,8	373,59	642,11
4096	EUKALYPTOVO-CITRONOVÝ		133,28	213,27	426,57	733,68
4021	EUKALYPTUS KOALA				102,92	185,25
4022	FENYKL		152,1	243,38	486,74	836,59
4023*	GRAPEFRUIT		164,19	262,7	525,39	903,68
4024	HEŘMÁNEK ŽLUTÝ	630,99	1009,58	1615,33	3230,66	5552,7
4025	HŘEBÍČEK		109,79	175,68	351,33	603,87
4101	JALOVEC EXTRA		343,43	549,48	1098,96	1888,85
4027	JEDLE-ŠIŠKY		211,52	338,45	676,89	1163,41
4028	KADIDLOVNÍK	382,7	575,42	920,67	1841,32	3164,75
4029	KAFR		96,19	153,89	307,76	528,97
4030	KAFR PŘÍRODNÍ - KRYSTALY		111,69	178,69	357,38	614,23
4031	KAJEPUT		150,73	241,16	482,33	829,61
4032	KANANGA		246,53	394,45	788,9	1355,91
4103	KARDAMOM		402,13	683,34	1366,70	2323,13
4033	BOROVICE-KLEČ		211,51	338,42	676,85	1163,35
4034	KMÍN		215,55	344,85	689,71	1185,43

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

Kód zboží	10% sleva	5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
4035	KOPR		311,06	497,7	995,38	1710,82
4036	KORIANDR		481,57	770,51	1541	2650,54
4038	LAVANDIN		169,11	270,58	541,17	930,13
4039	LEVANDULE EXTRA		247,2	395,53	791,06	1359,65
4097*	LITSEA CUBEBA		122,4	195,84	391,69	673,20
4040	MAJORÁNKA		322,33	515,71	1031,43	1772,76
4041*	MANDARINKA ČERVENÁ		234,65	375,44	750,91	1291,55
4098*	MANDARINKA ZELENÁ		230,22	368,36	736,73	1266,23
4042	MÁTA KADEŘAVÁ		264,99	423,99	847,98	1457,46
4043	MÁTA PEPRNÁ		257,24	411,59	823,18	1415,88
4044	MATEŘÍDOUŠKA		283,28	453,27	906,53	1558,1
4046	MEDUŇKA INDICUM		114,52	183,21	366,42	629,81
4047	MENTOL PŘÍRODNÍ KRYSTALY		151,87	243	486,01	835,32
4048	MRKVOVÁ SEMENA		466,32	746,12	1492,22	2566,61
4049	MUŠKÁTOVÝ KVĚT		329,3	526,87	1053,73	1811,12
4050	MUŠKÁTOVÝ OŘECH		367,41	587,83	1175,68	2020,69
4051	MYRHA	322,6	516,16	825,86	1651,71	2840,94
4052	MYRTA		334,73	535,58	1071,16	1842,42
4053	NIAOULI		199,66	319,41	638,84	1098
4055	PAČULI		258,31	413,29	826,57	1421,72
4057	PEPŘ ČERNÝ		505,89	809,42	1618,83	2784,38
4099	PELARGÓNIE		327,85	524,57	1049,11	1803,16
4058	PETRŽEL		382,64	612,23	1224,48	2104,54
4059	PIMETOVNÍK		260,03	416,05	832,1	1430,17
4060*	POMERANČ		91,63	146,6	293,19	504,29
4061*	POMERANČ BEZ TERPENU		199,62	319,38	638,77	1097,88
4062*	POMERANČ EXTRA		104,46	167,15	334,3	574,57
4063	POMERANČOVÉ LISTÍ		211,1	337,76	675,56	1161,1
4064	PUŠKVOREC		372,44	595,92	1191,84	2048,49
4065	ROZMARÝN EXTRA		166,95	267,11	534,25	918,88
4100	ROZMARÝN SPA		166,95	267,11	534,25	918,88
4067	RŮŽOVÉ DŘEVO		198,52	317,63	635,28	1091,88
4066	RŮŽOVÁ PALMA		210,05	336,09	672,18	1156,16
4069	SATUREJKA HORSKÁ	221,82	332,74	532,37	1064,73	1830
4070	SKOŘICE - KŮRA		386,58	618,54	1237,05	2126,19
4072	SMRK - JEHLIČÍ		164,65	263,44	526,86	906,2
4073	SPAJK		242,37	387,79	775,57	1333,99
4074	ŠALVĚJ		207,92	332,66	665,36	1143,57
4075	ŠALVĚJ MUŠKÁTOVÁ		467,69	748,28	1496,53	2572,18
4077	TÚJE		186,88	298,97	597,95	1027,75

Kód zboží	10% sleva	5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
4078	TYMIÁN ČERVENÝ		343,8	550,81	1101,6	1893,4
4079	TYMIÁN SVĚTLÝ		141,21	225,93	451,85	776,62
4080	VAVŘÍN		272,12	435,42	870,8	1496,68
4081	VETIVER		320,3	512,48	1024,96	1731,12
4082	YLANG - YLANG		233,92	374,26	748,52	1286,51
4083	YZOP		553,07	884,91	1769,83	3041,89
4084	ZÁZVOR		469,9	751,87	1503,72	2586,41
9412	TESTOVACÍ KUFŘÍK S EO	3476,34 **(BEZ SLEVY)**				

EXKLUZIVNÍ ÉTERICKÉ OLEJE

Kód zboží	Bez slevy	Kč				
		1 ml M	5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D
4085	ANGELIKA	256,68	1012,61	1619,65	2591,18	5181,06
4086	HEŘMÁNEK MODRÝ	155,19	620,76	993,19	1589,11	3178,23
4087	JASMÍN ABSOLUE	521,07	2085,68	3336,22	5337,98	10675,91
4037	KOZLÍK	132,05	529,40	847,06	1355,53	2711,06
4088	MEDUŇKA OFFICINALIS	470,38	1881,59	3010,81	4817,55	9633,82
4089	MIMÓZA	232,67	932,02	1491,48	2386,86	4774,01
4090	NEROLI	542,95	2171,81	3474,88	5559,81	11119,64
4091	RŮŽE	1174,01	4696,02	7513,66	12021,83	24043,66
4092	ŘEBŘÍČEK	368,38	1473,53	2357,64	3772,23	7544,41
4068	SANTÁLOVÉ DŘEVO	279,56	1118,22	1789,16	2862,65	5725,30
4093	SLAMĚNKA	309,02	1237,6	1979,57	3166,99	6332,41
4094	VANILKA ABSOLUE	219,00	878,28	1405,42	2248,69	4497,42
4045	MED	425,01	1700,03	2720,05	4116,38	8232,75

*Jedná se o skupinu olejů, které mají oproti ostatním sníženou trvanlivost. Proto u nich vyznačujeme záruční lhůtu 1 rok. Tyto éterické oleje je nutné skladovat v chladu.

SMĚSI ÉO SAUNA

Kód zboží	10% sleva	Kč		
		10 ml B	20 ml C	50 ml D
4401	ČÍNSKÁ SAUNA	312	499,21	998,39
4402	FINSKÁ SAUNA	252,03	403,22	806,44
4404	HORSKÁ SAUNA	287,66	460,27	920,52
4405	JAPONSKÁ SAUNA	270,71	433,1	866,22
4406	LESNÍ SAUNA	246,64	394,62	789,27
4409	POLÁRNÍ SAUNA	354,46	567,13	1134,23
4412	RUSKÁ SAUNA	270,16	432,25	864,51
4410	SAUNA RELAX	271,31	434,07	868,15

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ

Kód zboží	10% sleva	Kč			
		10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
4201	AFRODIZIAKÁLNÍ	202,81	324,47	648,97	
4206	ANTIINSTEKT	171,03	273,65	547,28	
4207	ANTINIKOTIN		346,88		
4208	ANTIRAUCH	188,42	301,48	602,95	
4205	ANTICHRAPIN	204,82	327,71	655,43	
4202	AROMECLIMA	163,13	261	522,03	
4203	HARMONIE	230,83	369,32	738,64	
4204	NOC LÁSKY	347,76	556,39	1112,81	
4210	THYMION	247,15	391,1	774,95	
4211	DOBRÝ DEN	144,63	231,4	462,84	
4212	RELAXAČNÍ	421,07	672,32	1347,47	
4213	SENNÉ KVĚTY	135,44	216,68	433,38	
4215	UVOLŇUJÍCÍ	163,23	261,16	522,34	
4214	UŠLECHTILÉ DŘEVO	213,93	342,3	684,61	
4216	INSEKTOL	166,73	266,75	533,52	
4217	NELINOL	246,43	394,32	788,63	
4218	VIROSAN	220,84	353,35	706,71	
4219	ATEMOL	217,75	348,39	696,79	
4220	AROMA-BUDÍK	209,48	335,15	670,31	
4221	CHINA	183,69	293,90	587,79	
4223	MOLUNOL		385,08	801,97	
4229	AROMA BABY		232,15	464,27	

		10 ml B	20 ml C	30 ml Z	50 ml D	100 ml E
1201	CANDISAN	259,54	415,24		830,51	1427,44
2805	PROAPINOL			241,37		699,95
4209	CANDIÖL	244,57	391,29		782,6	1100,55
4224	ANTIOXI		400,67		801,35	1362,28

PENTAGRAMOVÉ SMĚSI

Kód zboží	10% sleva	Kč		
		1 ml M	5 ml A	10 ml B
4851	DŘEVO – SOUCITNOST	210,05	829,65	1327,45
4852	OHEŇ – LÁSKA	207,42	819,29	1310,85
4853	ZEMĚ – EMPATIE	221,64	875,53	1400,84
4854	KOV – ÚCTA	107,83	426,00	681,58
4855	VODA – MOUDROST	123,43	487,54	780,06

ČAKROVÉ SMĚSI

Kód zboží	10% sleva	Kč				
		1 ml M	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
4801	č. 1 MULADHARA-KOŘENOVÁ	26,6	221,74	354,78	709,57	1220,49
4802	č. 2 SVADHIŠTHANA-SAKRÁLNÍ	41,91	349,25	558,8	1117,61	1922,27
4803	č. 3 MANIPURA-EMOČNÍ	59,44	495,04	792,06	1627,48	2724,72
4804	č. 4 ANAHATA-SRDEČNÍ	86,95	750,7	1201,1	2402,19	4131,78
4805	č. 5 VIŠUDDHI-KOMUNIKAČNÍ	48,42	400,44	640,67	1281,37	2203,92
4806	č. 6 ADŽŇA-INTUIČNÍ	63,41	528,39	845,43	1690,87	2908,29
4807	č. 7 SAHASRARA-KORUNNÍ	44,47	313,67	594,9	1189,81	2046,47

SADY ČAKROVÝCH SMĚSÍ

Kód zboží	10% sleva	Kč
4800M	SADA ČAKROVÝCH SMĚSÍ 7 × 1 ml	358,15
4800 B	SADA ČAKROVÝCH SMĚSÍ 7 × 10 ml	2674,96

PŘÍRODNÍ PARFÉMY – ČAKROVÉ

Kód zboží	10% sleva	Kč	
		2,5 ml Q	50 ml D
4901	č. 1 MULADHARA-KOŘENOVÁ	35,25	262,74
4902	č. 2 SVADHIŠTHANA-SAKRÁLNÍ	45,15	415,87
4903	č. 3 MANIPURA-EMOČNÍ	57,58	608,13
4904	č. 4 ANAHATA-SRDEČNÍ	59,93	816,8
4905	č. 5 VIŠUDDHI-KOMUNIKAČNÍ	49,48	476,97
4906	č. 6 ADŽŇA-INTUIČNÍ	59,61	630,68
4907	č. 7 SAHASRARA-KORUNNÍ	46,77	442,94

PARFÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč	
		2,5 ml Q	50 ml D
4908	VALENTINE – Unisex parfém	42,71	356,35
4909	KLEOPATRA – Dámský parfém	46,04	389,37
4910	FARAO – Pánský parfém	31,1	240
4911	MAGIC – Dámský parfém	46,95	398,78
4912	LILIEN – Dámský parfém	40,37	333,05
4913	VIOLA – Dámský parfém	54,7	476,3

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

SADY PENTAGRAMOVÝCH SMĚSÍ

Kód zboží	10% sleva	Kč
4850 m	SADA PENTAGRAMOVÝCH SMĚSÍ 5 × 1 ml	780,52
4850a	SADA PENTAGRAMOVÝCH SMĚSÍ 5 × 5 ml	3083,01

PŘÍRODNÍ PARFÉMY – PENTAGRAM

Kód zboží	10% sleva	Kč	
		2,5 ml Q	50 ml D
4951	DŘEVO – SOUCITNOST	102,25	1362,85
4952	OHEŇ – LÁSKA	101	1346,61
4953	ZEMĚ – EMPATIE	103,22	1436,6
4954	KOV – ÚCTA	53,69	716,31
4955	VODA – MOUDROST	102,25	1362,85

ROSTLINNÉ OLEJOVÉ MACERÁTY

Kód zboží	Bez slevy	Kč			
		115 ml U	215 ml V	500 ml P	1000 ml J
5201	ARNIKOVÝ	336,89	539,04	1010,67	1684,47
5202	KAŠTANOVÝ	203,38	325,42	610,16	1016,93
5203	MĚSÍČKOVÝ	233,32	373,32	699,98	1166,64
5204	TŘEZALKOVÝ S10	213,55	341,7	640,66	1067,78
5205	TŘEZALKOVÝ W10	488,69	781,87	1466,04	2443,38
5207	TŘEZALKOVÝ O10	222,4	355,83	667,18	1111,95
5208	TŘEZALKOVÝ C10	213,55	341,7	640,66	1067,78
5211	TŘEZALKOVÝ M10	229,33	366,91	687,97	1169,54
5209	ALOE VERA	244,56	381,5	724,82	1232,18

KOSMETICKÁ MÁSLA

Kód zboží	Bez slevy	Kč			
		100 ml E	250 ml H	500 ml P	1000 ml J
5025	MANGOVÉ MÁSLO	248,3	496,6	844,23	
5026	KAKAOVÉ MÁSLO	162,19	324,36	551,42	
5029	BAMBUCKÉ MÁSLO	97,59	195,15	331,75	593,14

VITAMÍNY

Kód zboží	Bez slevy	Kč			
		20 ml C	50 ml D	115 ml U	215 ml V
5101	LECITIN SUPER	205,88	411,77		
5102	PANTHENOL – provitamin B5	60,88	121,79	243,55	377,52
5103	VITAMÍN A	200,87	401,76		
5104	VITAMÍN E	173,44	346,88	693,74	1075,32

ROSTLINNÉ OLEJE

Kód zboží	Bez slevy	Kč			
		115 ml U	215 ml V	500 ml P	1000 ml J
5040	AMARANTOVÝ OLEJ LZS	1512,42	2372,45	4549,39	7733,94
5041	ARGANOVÝ OLEJ LZS	369,41	591,05	1111,19	1851,99
5002	AVOKÁDOVÝ OLEJ	77,66	124,25	233,6	397,1
5003	BRUTNÁKOVÝ OLEJ LZS	342,89	548,61	1031,42	1753,4
5004	DÝŇOVÝ OLEJ LZS	203,57	325,7	612,3	1040,93
5005	JOJOBOVÝ OLEJ LZS (DPH 21%)	378,58	605,71	1138,72	1935,84
5042	KOKOSOVÝ OLEJ LZS	142,97	228,74	430,07	731,11
5031	KONOPNÝ OLEJ LZS	132,19	211,52	397,67	676,03
5006	LNĚNÝ OLEJ LZS	62,3	99,66	187,41	318,58
5007	MAKADAMIOVÝ LZS	88,87	142,19	267,28	454,4
5009	MANDLOVÝ OLEJ LZT	47,96	76,73	144,26	245,23
5039	MANDLOVÝ OLEJ LZS	135,23	216,37	406,76	691,48
5010	OLIVOVÝ OLEJ LZS	81,28	130,07	244,49	415,64
5011	PUPÁLKOVÝ OLEJ LZS	327,79	524,48	986,03	1676,23
5012	RICINOVÝ OLEJ LZS (DPH 21%)	66,52	106,43	200,08	340,14
5014	SEZAMOVÝ OLEJ LZT	71,22	113,97	214,26	364,27
5015	SLUNEČNICOVÝ OLEJ LZS	56,26	90,01	169,24	287,7
5035	SLUNEČNICOVÝ OLEJ LZT	26,66	42,63	80,16	136,26
5016	SOJOVÝ OLEJ LZT	15,47	24,76	46,52	79,12
5017	Z JADER HROZNŮ LZT	69,41	111,02	208,76	354,88
5019	Z MERUŇ. PECEK LZS	174,58	279,34	525,15	892,75
5020	Z PŠENIČNÝCH KLÍČKŮ LZS	168,08	268,91	505,54	859,41
5021	Z VLAŠSKÝCH OŘECHŮ LZS	327,79	524,48	986,03	1676,23
5023	Z VLAŠSKÝCH OŘECHŮ LZT	35,12	56,2	105,68	179,68
5043	Z VLAŠSKÝCH OŘECHŮ PRA	133,61	213,78	401,89	683,22
5022	Z JADER ANDSKÉ RŮŽE LZS	636,83	1018,93	1915,59	3256,49
5013	Z RÝŽOVÝCH KLÍČKŮ LZS	71,71	114,77	215,72	366,73
5024	KARITÉ (SHEA OLEJ)	80,26	128,42	241,44	410,44
5018	Z ČERNÉHO KMÍNU LZS	378,99	606,39	1139,95	1937,95

DEZINFEKČNÍ PŘÍPRAVEK

Kód zboží	Bez slevy	150 ml F	500 ml I	1000 ml J
1807	THYMICON	117,05	242,28	358,93

ČISTICÍ PROSTŘEDKY

Kód zboží	Bez slevy	140 g K	500 g I
5501	SAMEA	106,05 včetně aplikároru	67,77

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

10% sleva se týká všech označených přípravků a platí od 11. 11. 2016 do 11. 12. 2016 do 24.00 hodin.

VÁNOČNÍ SMĚSI ÉO

Kód zboží	10% sleva	Kč 10 ml B	Kč 20 ml C	Kč 50 ml D
4301	VÁNOČNÍ ČAS	153,47	245,57	491,1
4302	VÁNOČNÍ DÁREK	158,99	254,39	508,75
4303	VÁNOČNÍ KOLEDA	202,12	323,43	646,84
4304	VÁNOČNÍ POHÁDKA	280,74	449,2	898,38
4305	VÁNOČNÍ SEN	185,91	297,45	594,91
4306	VÁNOČNÍ VEČER	159,8	255,72	511,42
4307	VÁNOČNÍ VŮNĚ	166,31	266,09	532,16
4308	VÁNOČNÍ STROMEČEK	154,73	247,55	495,09
4309	JEŽÍŠEK	184,53	295,24	590,48
4310	VÁNOČNÍ HVĚZDA	121,13	193,79	387,56
4311	VÁNOČNÍ NÁLADA	153,47	245,57	491,1
4312	VOŇAVÉ VÁNOCE	183,42	293,45	586,87
4313	ROMANTICKÉ VÁNOCE	207,06	331,29	662,58

AUTOPARFÉMY

Kód zboží	10% sleva	Kč 115 ml U	Kč 215 ml V	Kč 500 ml I
7001	VANILOU	288,77	447,57	
7002	LOVE STORY	260,79	404,24	
7003	FLAVOUR	265,65	411,75	766,03
7004	FLIRT	345,35	535,31	
7005	ANTI-TABAK	396,95	615,26	
7006	FRUIT-LINE	534,69	811,49	

UNIVERZÁLNÍ POMERANČOVÝ ČISTIČ

Kód zboží	Bez slevy	Kč 150 ml F	Kč 500 ml I	Kč 1000 ml J
5500	ORANGE-SANITOL	164,96	379,39	607,05

DOPLŇKOVÝ SORTIMENT

Kód zboží	Bez slevy	Kč					
9416	PILNÍK SKLENĚNÝ	52,96					
9504	ŽELATINOVÉ TOBOLKY V1, bal. 100 ks	39,28					
6000	OCHRANNÁ ROUŠKA, bal. 5 ks	10,78					
		S	M	L	XL	XS	XXL
9500	TRIČKO AKH pracovní	95,38	95,38	95,38	95,38	95,38	95,38
6001	KOSMETICKÁ ČEPICE, balení 10 ks	23,11					
9503	SÁČKY K TERMORUKAVICÍM 100 ks	57,08					
9501	TERMOPODLOŽKA MASÉRSKÁ 150×60	1059,84					
9506	AROMATÁCKY, balení 10 ks	25,44					

série Emotion

SPRCHOVACÍ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	100 ml E	200 ml G
8203	FLIRT SO	258,52	387,77

KRÉMY

Kód zboží	10% sleva	50 ml D	100 ml E
8404	ETERICA RK	195,94	323,29

PARFÉMOVÉ OLEJE

Kód zboží	10% sleva	10 ml B	20 ml C	50 ml D
8501	AMBRA	106,07	169,71	339,42
8502	ANANAS	104,83	167,71	335,43
8503	AVOKÁDO	190,12	304,21	608,39
8504	BROSKEV	175,78	281,24	562,46
8505	KONVALINKA	115,28	184,09	368,89
8506	ČOKOLÁDA	117,64	188,22	376,44
8507	FIALKA	117,64	188,22	376,44
8509	JASMÍN	132,2	211,51	423,01
8510	KARAMEL	111,67	178,67	357,31
8511	KOKOS	103,27	165,23	330,47
8512	MED	117,64	188,22	376,44
8513	MEDOVÝ MELOUN	103,39	165,41	330,81
8514	MELOUN	117,64	188,22	376,44
8515	TABÁK	140,22	224,35	448,71
8516	VANILKA	116,5	186,41	372,83

VŮNĚ DO VYSAVAČŮ

Kód zboží	10% sleva	Kč 50 ml D	Kč 100 ml E
5600	AROMISAN	235,8	358,64

PŘEVODNÍ TABULKA OBJEMŮ NA PÍSMENOVÝ KÓD

A	5 ml	E	100 ml	I	500 ml	K	140 g
B	10 ml	F	150 ml	P	dávkovač 500 ml	T	15 ml
C	20 ml	G	200 ml	J	1000 ml	U	115 ml
D	50 ml	H	250 ml	M	1 ml	V	215 ml
Q	2,5 ml	R	25 ml	S	35 ml	Z	30 ml

Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen jako informativní. Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

Tento ceník nabývá platnosti dne 1. 11. 2016.
Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti.
Další vydání časopisu – 10. 2. 2017

AROMATERAPIE

časopis pro zdraví a krásu č. 4/2016

DALŠÍ VYDÁNÍ – 10.2. 2017

VYDAVATEL A ADRESA REDAKCE:

1. Aromaterapeutická KH a. s.
Kšice 11
349 01 Stříbro-Kšice

REDAKCE:

Karel Hadek, Michaela Švorcová, Ing. Michael Švorc,
Jana Pokorná, Mgr. Milena Petržílková, Iva Šimonková,
Sára Celundová, Mgr. Eva Bočková
E-mail: info@karelhadek.eu

SOUTĚŽ:

akh-soutez@email.cz

PŘEDTISKOVÁ PŘÍPRAVA:

Mgr. art. Aneta Jelínek, jelinek@karelhadek.eu

PŘÍJEM OBJEDNÁVEK:

Po–Čt: 7.00–15.30, Pá: 7.00–14.00
eshop.karelhadek.eu

Tel.: +420 371 140 900
Vodafone: +420 777 274 059
O2: +420 722 458 765
T-Mobile: +420 731 336 475
Časopis, reklamace: info@karelhadek.eu
Skype: Aromaterapie Karel Hadek

Ostatní kontakty:

Poradna – tel.: +420 371 140 900
(poradna i na mobilních číslech)
E-mail: poradna@karelhadek.eu
Reklamace: info@karelhadek.eu
Skype: karelhadek
www.karelhadek.eu
www.facebook.com/AromaterapieKarelHadek

ISSN 2464-8051

Obsah článků uveřejněných v časopise Aromaterapie vyjadřuje subjektivní názory a postoje jejich jednotlivých tvůrců. Vydavatel neodpovídá za obsah sdělení v článcích uvedených. V případě, že máte jakékoliv dotazy k jednotlivým tématům, kontaktujte prosím příslušné autory.

Všechny články, fotografie a kresby otištěné v tomto vydání časopisu Aromaterapie byly poskytnuty firmě 1. Aromaterapeutická KH a. s., sekce AROMATERAPIE Karel Hadek.
Jejich další používání a šíření, byť jen jejich části, bez svolení vydavatele není povoleno.
Nevyžádané příspěvky a fotografie se nevracejí.

AROMATERAPIE® Karel Hadek

PF 2017

1. Aromaterapeutická KH a. s.
Kšice 11
349 01 Stříbro-Kšice

www.karelhadek.eu