



AROMATERAPIE®
Karel
Hadek

Půl života s Hadkem

Studená sprcha

Aromaterapie a děti

Spokojená zvířátka

*Nechme stranou starosti,
je tu doba radostí...*

časopis pro krásu a zdraví č. 4/2011

Každé vydání časopisu Aromaterapie s sebou přinášelo otázku co napsat do jejího úvodníku. Tato otázka se samozřejmě nabízí i tentokrát. Odpověď na ni je poněkud složitější. V září, kdy se paní Hadek se svým bratrem panem rozhodli mě po nevydařeném vydírání odvolat z funkce jednatele, jsem dostával i více než stovku mailů denně, které mi vyjadřovaly podporu. Dnes přicházejí denně desítky dotazů, které se týkají obnovení výroby. Dříve než se pokusím nastínit v této věci odpověď, nemohu než citovat velice věcné německé přísloví: „Akorát idiot poráží krávu, která dává mléko“. Hlad po penězích, nic jiného ony dva povedené sourozence nezajímalo, vedlo k událostem, které jsou více než nemilé každému, koho se týkají. Zaměstnanci dostali výpověď, ale jediný společník firmy, paní Hadek, ani její arogantní bratříček se nezajímali, kde vezmou na mzdy a odstupné pro ně. A tak máme listopad a třicet rodin zůstává bez prostředků, které jim zaručuje zákon. Máme zde i mnohé podnikatele. Kosmetičky, maséry, pedikérky a další, jejichž podnikání a tím i finanční zajištění bylo úzce spjato s používáním preparátů s logem KH. Ani to ty dva tuneláře nezajímalo. V neposlední řadě je třeba zmínit klienty, kteří preparáty firmy potřebovali a dodnes potřebují pro své zdraví, či zdraví svých dětí. Problémy které způsobují druhým je nezajímají, jsou jim cizí, jejich nezřízený hlad po bezpracně získaných penězích jim zastínil mozky. Již z popisovaného je zřejmé, že peníze, po kterých toužili, sice jaksi

mají k dispozici, ale s minusovým znaménkem vpředu. Důsledkem sourozenecké hrabivosti nemohlo být nic jiného, než insolvence firmy. Tak se již stalo a návrh na insolvenční byl soudem přijat. V současné době nezbyvá než počkat na další právní úkon, na soudní jmenování insolvenčního správce. Zde pak bude možné projednat, pronajmutí budov, zařízení a odkoupení použitelných surovin a znovuzahájení výroby. Jak dlouho to bude trvat, lze předem jen těžko říci. Dle mého by to mělo být nejpozději během jednoho měsíce. Rozhodování soudu nepodléhá mým představám a tak nezbyvá než trpělivě čekat. Jedno je jisté. Jak já, tak i zaměstnanci jsme připraveni začít s výrobou okamžitě. Paní Hadek si ponese právní následky svého jednání, doufám, že její bratříček pan Kelnar bude při ní stát stejně nezištně, jako když spolu kuli plány a věřili miliony. Rád bych psal jen o letošním krásném podzimu, babím létu, které se nám letos mimořádně vydařilo, bohužel události, které byly paní Hadek a panem Kelnarem vyvolány tomu vzaly prostor. Za chvíli zde bude zima, na dveře pomalu klepou Vánoce. Přeji všem čtenářům těchto řádků, aby pro ně, nadcházející svátky vánoční byly svátky klidu, míru a pohody. Dne 21. prosince začíná zimní slunovrat. Rád bych věřil, že ten firemní „slunovrat“ přijde podstatně dříve.

Váš
Karel Hadek

Mír

Víra

Láska

Naděje

Obsah

OČIMA ZAMĚSTNANCŮ		KOUTEK PRO MAMINKY	
Očima zaměstnanců	2	Aromaterapie v Baby klubu Nekky	21
		Děti a aromaterapie	22
SLOVO ODBORNÍKA		Bylo, nebylo, kdo ví...	23
Voňavé krizové řešení	3	KURZY	
Oleje a ochrana očí	5	Kurzy aromaterapie KH na	
Jak přežít zimu pomocí Tradiční		I. pololetí 2012	24
čínské medicíny?	6	Aromaterapie Fauna	25
Rychlá úleva s produkty Karla Hadka	7	Na viděnou ve Zlíně	25
Nohy vás nosí celý život, proto si		kurzy	
zaslouží vaši pozornost!	8	AROMAFUNA	
Kosmetika začíná...	8	Nosní olej Fauna Rinis	26
Konopí a konopná mast –		Prevence a spokojená zvířátka	27
obojím se můžete léčit	10	Ptáte se...	28
Levandule v chirurgické ambulanci	11		
ZKUŠENOSTI A RADY			
Půl života s Hadkem	12		
Pochvala pro Orange Sanitol	14		
ŠKOLA AROMATERAPIE			
Opany – stále aktuální téma	16		
Studená sprcha... Proč ne?	17		
PORADNA KARLA HADKA			
Poradna Karla Hadka	18		



Očima zaměstnanců

Ráda bych napsala pár slov o situaci vzniklé ve firmě ARO-MATERAPIE Karel Hadek s.r.o. Pohled, jak to vidím já, tedy pohled očima zaměstnance. Ve firmě pracuji prakticky od samého začátku, což je více jak 2 roky. Musím říci, že práce mě nesmírně baví a naplňuje pocitem, že přispívám (i když jen okrajově) k uspokojení tisíců našich zákazníků. Preparáty pana Hadka jsou oblíbené, žádané a je velmi příjemné i milé slyšet pochvaly a především poděkování spokojených lidíček, kterým „naše aromaterapie“ pomohla vyřešit všelijaké zdravotní neduhy. Ať již u nich samotných, nebo jejich nejbližších. Prostě úžasná práce, skvělý kolektiv a šéf, jehož prioritou je bezproblémový chod firmy a 100% spokojenost zákazníků. Ano bývá přísný, ale také vždy připravený svým zaměstnancům poradit a pomoci, když to potřebují. Je to šéf, který také dokáže pobavit vtípem, nebo nás po ránu rozveselit tanečkem.

Dne 15. 9. 2011 se nečekaně ve firmě objevila paní Lenka Hadek se svým bratrem panem Kelnarem a začaly se dít věci, které byly pro nás všechny nepochopitelné.

Začalo to odvoláním „našeho“ pana Hadka z funkce jednatele. Od toho dne pracovali všichni zaměstnanci pod dohledem bezpečnostní agentury. Nálada ve firmě byla velice napjatá. Po týdně přišlo něco, co nikdo neočekával.

Dvě věty z úst pana Kelnara: „Paní Lenka Hadek se rozhodla firmu zavřít. Sbalte si své osobní věci a do 15 minut opusťte firmu.“ Tato slova vyrazila mně i všem mým skoro 30 kolegyním a kolegům dech. A najednou jsme všichni skončili, lidově řečeno, na dlažbě. Do očí se nám draly slzy. Jedinou oporou v této chvíli pro nás byl právě pan Hadek, který byl z firmy vykáván již před týdnem. Toto absurdní a nesmyslné rozhodnutí o likvidaci prosperující firmy ovlivnilo nejen životy zaměstnanců a jejich rodin, ale i životy stovek našich zákazníků, u nichž jsou „Hadkovy“ preparáty základem pro jejich podnikání.

Utřeli jsme slzičky a bylo nutné sebrat všechny síly a zahájit kroky na naši obranu. Nápomocná nám byla i média. Zde bych chtěla poděkovat jak Tachovskému deníku, tak i ČT1. Za zaměstnance jsme sepsali dopis, který vzniklou situaci popisuje. Musím podotknout, že jej nepsala paní Švorcová, jak se někteří mylně domnívají. Ta jej pouze prezentuje na svých webových stránkách, neboť naše jsou zablokovány. V současné době nám již byly doručeny výpovědi, ale zbylé osobní věci (v té rychlosti nebylo možné vše pobrat) nadále zůstávají ve firmě a do dnešního dne (26. 10.) nám nebylo umožněno si je vyzvednout, což nám bylo původně přislíbeno. Mimochodem paní Lenku Hadek jsme o vydání osobních věcí bezvýsledně žádali i písemně.

Za sebe i za všechny své spolupracovníky mohu říci, že neseďme s rukama v klíně. Podnikáme určité kroky, aby spravedlnosti bylo učiněno zadost.

Všichni věříme, že se brzy vrátíme do práce a opět budeme přispívat ke spokojenosti všech našich věrných zákazníků.

*Andrea Řezníčková
(se souhlasem ostatních zaměstnanců)*

Voňavé krizové řešení

Psát články do časopisu Aromaterapie, které by zaujaly vás čtenáře, není jednoduché za situace, kdy firma Karla Hadka funguje, natož nyní, kdy je stav, řekla bych, přímo krizový. Doporučovat preparáty vyrobené laborantkami nyní nelze, a proto jsem se rozhodla popsat pár možností, které zvládnete doma sami.

Začal nám měsíc listopad a i pokožka potřebuje jinou péči, jiné ošetření. Pokud přes letní měsíce používáte krémy, které obsahují vodu, nastal čas je vyměnit za krémy „bezvodé“. Těmi jsou regenerační oleje nebo krémy typu Sensishea, Wintershea, Body Em Roy... Vzhledem k tomu, že jste všichni dlouhodobými odběrateli preparátů Karla Hadka, jistě máte doma i nějaké éterické olejíčky, kterými si můžete vámi vyrobený krém „ovonět“.

A jak na to? **Regenerační olej** vytvoříte smícháním rostlinných olejů.

Olej z vlašských oříšků, Karité, Olej z jader hroznů budou vhodné pro ekzematickou pokožku.

Avokádový olej, Karité, Olej z jader hroznů budou vhodné pro zralou, suchou pokožku.

Olej z vlašských ořechů, Lněný olej, Olej z jader hroznů nebo **Slunečnicový olej** ocení aknézní pokožka.



Příprava

Olej z vlašských ořechů, Olej z jader hroznů a Karité na normální pokožku.

Exkluzivitu olejů podpoříte použitím **olejů Pupalkového nebo Brutnákového**. Osobně se domnívám,

že by **olej Pupalkový nebo Brutnákový** neměl chybět ani v jedné kompozici. Pokud se jej rozhodnete do směsi použít, vhodné množství je do 10 % vůči ostatním olejům. **Pupalkový i brutnákový olej** oceníte i při vnitřním používání.

Do vámi připravené kompozice olejů můžete přidat éterické oleje. Koncentrace použitého éterického oleje záleží na oleji samotném. Pokud se jedná o **Meduňku, Levanduli, Růžové dřevo, Amyris**, můžete použít 30–45 kapek na 100 ml. **Jasmín, Růže, Ylang ylang, Pačuli**, okolo 3–4 kapek, **Geranium, Mateřídouška, Kanaga, Heřmánek, Cedr, Jalovec** okolo 15–20 kapek. **Mandarin-ka, Grep, Pomeranč bez terpenů, Citron bez terpenů** – použít můžete 30–45 kapek, ale žádné slunění. Věřím, že zkusíte i kombinaci několika éterických olejů. Začněte raději s menším množstvím kapek, od nižší koncentrace. Doporučené množství éterických olejů je pouze orientační, především záleží na vašem smyslovém vnímání.

Regenerační krém tuhé konzistence vytvoříte za pomoci másla **Shea Butter** a libovolného rostlinného oleje. Poměr je okolo 15 % oleje, pokud použijete větší množství, bude krém jemnější, lépe roztíratelný. A jak na to? Ve vodní lázni rozpustíte 80 g másla **Shea Butter** a vmícháte 15–20 ml rostlinného oleje. Opět můžete přidat éterické oleje,



Tuhá hmota



Tající hmota

které vmícháte do chladnouchého základu. Preparát nalijte do dózičky a nechte otevřené tuhnout v chladné místnosti. **Bambucké máslo** – **Shea Butter** taje při teplotě 33–35 °C, proto jej zbytečně nepřehřívejte.



Tuhý krém

Jestliže nemáte žádné éterické oleje, které by mohly „ovonět“ váš regenerační bezvodý preparát, postačí sušené bylinky. Na několik dní či týdnů je necháte „naložené“ v libovolném rostlinném oleji, postavíte někam k teplu, následně zfiltrujete a olej použijete jako jednu z komponent krémo-

vého základu. Macerát můžete vyrobit i z okvětních lístků růží z vaší zahrádky. Nezapoměňte s macerátem občas zamíchat.

S náhradou za mycí oleje je to obtížné, poněvadž jejich nedílnou součástí je emulgátor. Pokud máte doma některý z preparátů **Lecitolové řady**, můžete prozatím vystačit s nimi.

Sídlo firmy Karla Hadka je sice uzavřeno, ale podařilo se zajistit základní rostlinné oleje a máslo Shea Butter, které si můžete objednat na **objednavky@aromafauna.eu**. Seznam surovin, který je neustále aktualizován, najdete na **www.aromafauna.eu**.

Michaela Švorcová
m.s@aromafauna.eu
mob.: 603 513 774



Oleje a ochrana očí

Bylo již mnoho napsáno o využití olejů na mnohé neduhy lidstva. Ať to byly éterické oleje, jejich směsi, rostlinné mace-ráty, exkluzivní oleje, či „obyčejné“ rostlinné oleje.

Ty jsou však jednou z neznámějších léčebných kúr. Používají se nejen jako nosiče vybraných éterických olejů, ale i k samo-statné péči o tělo.

Dají se z nich dělat vhodné masážní oleje, užívat vnitřně – do salátů, pečiva, k ochucení jídel, zvýšení výživné hodnoty, lepšímu trávení a využití vitamínů, které se rozpouštějí pou-ze v tukách anebo je polykat jen tak, pro lepší vzhled pleti.

Sama na sobě jsem začala pozorovat účinek **dýňového ole-je**, který má vynikající kvalitu, zajímavou barvu a zvláštní chuť. Musela jsem si na ni zvyknout, ale chtěla jsem si zlep-šit kvalitu vlasů, zubů, nehtů a samozřejmě i pleti. Velkým překvapením pro mne bylo, že se malá zlepšení začala pro-jevovat již po týdnu. Postupně zmizely bílé skvrnky na neh-tech, a ty se také přestaly lámat. Vlasy byly lesklejší a méně vypadávaly a i stav pleti se zlepšil. Ve věku 54 let je to velmi příjemné zjištění. Mí klienti si toho všimli a dotazy na „spe-ciální kosmetiku“ se opět množily. Ráda se pochlubím, že i výrobce znám osobně.

Přestože se věnuji rehabilitacím, mnohé dotazy jsou odliš-ného charakteru, a tak se nebráním studovat i novinky z ji-ných oborů.

Před časem jsem dostudovala i speciální metodu v péči o oči. Metoda mne nadchla, protože pomáhá i lidem s velkými va-dami zraku a postupným ochabováním vidění k velké úlevě, zlepšení vidění a snižování počtu dioptrií až na minimum, až se občas dokonce podaří i brýle úplně odložit.

Je to sice metoda náročnější na čas a chce důslednost i víru v dobrý výsledek, ale je v podstatě ZDARMA.

Kromě dodržování speciálních cviků, úpravy stravy a režimu dne je nezbytné v mnoha případech užívání právě zmíně-ného dýňového oleje v přesných dávkách a aplikaci **sezamové-ho oleje** v přesných dávkách do očí.

Začala jsem sama u sebe s **dýňovým olejem**, nyní pracuji se **sezamovým**. Výsledky se již dostávají, odložila jsem brýle na blízko, nyní již čtu bez nich. U své maminky postupují po-malu, ale zmírnily se ranní otoky očí, snížil se sekret i alergie na neznámý alergen je potlačena.

Samozřejmě není to všelék a nikdy nebude možno pomoci všem, ale těm osvětleným, kteří poslouchají hlas svého těla a nemoci a neduhy nepotlačují ihned farmakologickými vý-robky, může být tato informace užitečná.

Dýňový a sezamový olej od firmy Aromaterapie Karel Ha-dek jsou vynikající kvality, mohu se na ně tedy bez obav spo-lehnout a všem je doporučit.

V kurzech pana Hadka je vždy něco nového, a tak, pokud bude zájem, můžeme na pražských kurzech postupně učit i tuto metodu. Začali jsme vloni s kurzy doplňkovými – reha-bilitačními a i letos je zařazujeme. Pro ty, kteří již byli na kur-zech před časem a chtějí se dozvědět o novinkách pana Hadka a jak je co nejlépe využít, je velmi podnětný roční se-minář. Stále se obohacujeme novými informacemi, ale umět se v nich vyznat a dobře je využít ku prospěchu vlastnímu,

pro svou rodinu i v soukromé praxi, je pak opravdu velkým zadostiučiněním pro všechny, kteří kurz pro vás připravuj-jí. Zopakovat si někdy i věci známé, ale již zapomenuté, je velmi potřebné, ale nejlepší jsou osobní zkušenosti, které si na kurzech předáváme.

Přeji vám všem krásný zbytek podzimu a přeji šťastné vánoč-ní svátky. S některými z vás se těším i na shledání v kurzech pana Hadka.

Bc. Vaculová Drahomíra, Dis.



Jak přežít zimu pomocí Tradiční čínské medicíny?

Z pohledu tradiční čínské medicíny vládne zimnímu období prvek Voda. Voda má chladnou povahu a z tělesných orgánů ovládá ledviny, močový měchýř a pohlavní orgány. V zimě při zanedbání teplého oblečení a vhodné životosprávy budou zmíněné orgány velmi trpět. Vývodem ledvin jsou uši, tedy i ty je nutné chránit. Dalším orgánem jsou kosti. Většina lidí trpících bolestmi páteře má dle tradiční čínské medicíny oslabené ledviny a dokud se ledviny neposílí, páteř zůstává nemocná. Kvalita vlasů nám ukazuje správnou zásobu energie v ledvinách. Ledviny jsou naší pokladnicí energie, proto si je musíme tak dobře chránit a opečovávat...

Takže jak na to? Hlavně je nutno dbát na teplé oblečení venku, zvláště nohou, hýždí a beder, ale doma se naopak mírně otužujeme. Ideální je otírání vlhkou žínkou při ranní hygieně – tvář, krk, hrudník až do pasu po dobu asi 2 minut, postupně čas prodlužujeme až na 5–10 minut, přičemž teplota vody má postupně klesat. Tímto způsobem upevňujeme a otužujeme povrchovou energii čchi a tím zvyšujeme imunitu.

Ve stravě se vyhýbáme všemu chladnému (ledové minerálky, vody, mléko, mléčné výrobky, okurky, rajčata a vůbec syrová zelenina, také ovoce jako mandarinky a pomeranče, banány, ananas, kiwi, mango, papája, mořské řasy, plody moře – krabi, kaviár, slávky, zmrzliny). Míň solte.



Naopak vyhledáváme potraviny, které ledvinám prospívají. A které to jsou?

Vepřové maso, beran, ovce, koza, ryby: úhoř, treska, sardel, platýs,

tuňák, okoun, kapr, losos, pstruh. Na rozdíl od jiných ročních období je možné, aby v zimě byla menší část masa či ryb i v uzené a i mírně tučnější podobě. Nejdříve je příprava jídla dušením, vařením nebo napařováním, v zimě si občas dopřejme na prohřátí těla grilované maso. Luštěniny – fazole adzuki, hrášek, čočka, sójové boby, fazole mungo. Ovoce kompoty, jablka se skořicí, hruškový, olivy, švestky umeboši a miso. Na prohřátí je velmi vhodné po návratu z venku svažené víno či likér, ale pozor ať to nepřeženete. Na běžné pití horká voda, slabý zelený čaj Dračí studna, rooibos, melta, ayurvédské kafe.



Energii ledvin je vhodné rozhojňovat denně jednoduchým cvikem, při němž masírujeme oblast, v níž se nacházejí ledviny. Postavte se v klidu s mírně rozkročenýma nohama, mírně se předkloňte, ruce dejte v bok, tak, aby hřbety rukou sevřených do pěsti mířily na oblast ledvin a energicky v rychlém tempu masírujte od pasu ze shora dolů a od beder k pasu nahoru. Masáž provádějte denně asi po dobu 2 až 5 minut, dokud nepocítíte příjemné teplo. Masáž nesmí bolet!

Ledviny také nepřímo velmi dobře posílíme masáží uší. Malíčky vsuneme opatrně do zevních zvukovodů a jemně jimi chvějeme asi 100×. Pak energicky promasírujeme oba celé ušní boltce až do mírného zrudnutí uší. Tento jednoduchý cvik nás velmi příjemně a rychle nabudí a navíc preventivně působí proti poruchám sluchu a zvonění v uších.

V ledvinách sídlí naše vrozená energie, která nám s postupujícím věkem slábne. Proto, chceme-li být zdraví a předčasně nezestárnout, musíme si tuto naši pokladničku energie neustále hýčkat a chránit.

*Edita Malcová
praktik Tradiční čínské medicíny
Mariánské nám. 2371, Uherský Brod
Tel.: 732 870 370*

Rychlá úleva s produkty Karla Hadeka

Znáte to. Přejde nějaký neduh nebo bolest, úraz, a nevíte co s tím. Věřím, že pár následujících tipů vám pomůže:

Zubní olej ze 7 bylin je výtečný na čištění zubů, zklidnění paradentózy, ale také skvělé léčivo na dráždivý kašel. Doporučuji kloktat několikrát denně s troškou vody, směs částečně vyplivněte, ale i spolkněte. Velmi rychle zklidníte rozdrážděné hrdlo. Podobně vám poslouží i přípravek **Kariosan**, navíc po něm můžete použít homeopatika. Na potíže s hrdlem Drosera 30CH 5 kuliček a Ipecacuanha 30 CH 5 kuliček 3× denně, nebo před spaním, nezapíjet, jen cucat. Výborné i pro malé děti.

Na rozpraskané koutky, opary, odřeniny, lehké popáleniny, praskliny – je skvělý trochu vylepšený **Herpilan**. Do 30 ml přípravku nakapu 10 kapek **éterického oleje Levandule**

extra, 10 kapek **vitamínu E**, 5 kapek **vitamínu A**. Takto se velmi rychle urychlí proces hojení. Místo **Herpilanu** můžete použít **Calen B** nebo **Sensisheu**.

Na bolesti břicha typu nadýmání, křeče po jídle nejen u dětí pomáhá **Masážní olej fenyklový**, pro urychlení účinku doporučuji na jednu dávku nakapat do dlaně navíc 3 kapky **éterického oleje Fenyklového**, čímž se tento masážní olej stává koncentrovanější. Břicho masírujeme proti směru hodinových ručiček a hodně přitlačíme. Potřebné je masírovat boky a dolní část zad. Uleví se do 5 minut. Těmito bolestmi břicha trpí lidé, kteří mají sedavé zaměstnání. Tím, že sedí, neproudí energie v akupunkturálních drahách a vznikají blokády – bolesti. Tyto bolesti vznikají také z nepravdivé nebo chladné stravy. Ve všech případech je tato metoda velmi účinná.

*Edita Malcová
kosmetička a praktik Tradiční čínské medicíny
Mariánské nám. 2371, Uherský Brod
Tel. 732 870 370*



Nohy vás nosí celý život, proto si zaslouží vaši pozornost!

Vaše nohy jsou každý den uzavřeny v botách v průměru patnáct hodin, přičemž teplota v obuvi se může pohybovat až kolem 40 °C. Není divu, že na konci dne máte nohy natklé, bolavé a velmi unavené. Špatným výběrem bot svým chodidlům také nepomůžete, „odmění“ se vám zvýšenou potivostí, bolestmi paty a také kuřimi oky, otlaky a mnohdy i plísní.

Pravidelná domácí péče a častá návštěva pedikérky se vám rozhodně vyplatí a nohy vám budou vděčné. Navíc je návštěva profesionála i velmi příjemná, takže ji můžete považovat za druh relaxace, kdy se vám podaří na chvíli „vypnout“ a zapomenout na starosti běžného dne.

V našem salonu se provádí metoda mokré pedikúry. Tato metoda se používá již desítky let. Já osobně ráda pracuji s přípravky firmy Karel Hadek, která má pro ošetření nohou celou řadu vynikajících krémů a olejů, vyrobených čistě na přírodní bázi. Celá procedura začíná koupelí nohou v lázni se změkčujícími přísadami. Koupel trvá přibližně

deset minut a během této doby dojde ke změkčení otlaků a mozolů, uvolnění nečistot z nehtových lůžek. Poté nohy důkladně osuším, promažu **Bambukovým máslem** pro kvalitní promaštění pokožky, z důvodu snazšího zacházení se skalpelem a začnu s odstraňováním přebytečné kůže a otlaků. Pokud má někdo problémy s nehtovou plísní, nebo má plíseň např. v meziprstních prostorech, i s tímto problémem si přípravky od pana Hadka poradí. Na nehty mohu doporučit **Mykosan N** na kůži pak **Mykosan H**, kterým se postižené místo pravidelně potírá. Následuje úprava nehtů - zastřížení, opilování, změkčení kůžiček a případně



zdobení lakem. Na závěr nohy ošetřím speciálním krémem **Pedi-derm G 10** vhodným i pro domácí použití. Lze jím provést i kratší masáž. Na masáž je v nabídce Karla Hadka určeno několik preparátů. **Masážní olej na nohy**, na potíže s lymfatickým systémem je vhodný balzám **Lympha pack**, který má zajímavou zelenou barvu a příjemně voní po jalovci. Olej **Preventy** pomůže při potížích s krevním oběhem a tokem lymfatických tekutin. Obvykle celá procedura trvá necelou hodinu a vy odcházíte s nádherně ošetřenými nohama, odpočinutí a uvolnění. Pokud si dopřejete i masáž, počítejte s relaxací nad hodinu.

Opomenout nemohu ani preparát proti nadměrnému pocení nohou **Deo Profus** a dezinfekční preparát **Thymicon**, kterým je vhodné ošetřovat boty, aby se v nich nešířily zmíněné plísně, a to i v době, kdy boty nenosíme.

Markéta Malátová

marketa.malatova@seznam.cz, mob.: 774 90 12 29

Kosmetika začíná...

Pod slovem kosmetika si povětšinou představujeme různé dózičky či lahvičky, kde úkolem jejich obsahu je starat se jak o naši krásu, tak i nestárnoucí vzhled pokožky. Málokoho napadne, že kosmetika je podstatně širší pojem a počátek kosmetického ošetření je nutno hledat někde úplně jinde. Jako základní kosmetický počin je třeba označit mytí pokožky. Není bez zajímavosti, kolik námahy a hlavně peněz věnují výrobci propagaci svých, věčné mládí slibujících, výrobků. Onen základní úkon, očista pokožky, notně pokulhává někde vzadu. V tomto pojednání vynechám očistu pokožky celého těla, tedy sprchování či koupele, a jako kosmetička se věnuji jen obličejí.



O tom, že i pokožku obličej je potřeba pravidelně a řádně mýt, nemusím zcela jistě nikoho přesvědčovat. Z praxe však vím, že i zde reklama dělá svoje. „Statistická žena“ na mytí pokožky používá to, co je

při ruce. Nějaké to tekuté mýdlo, kde už samo slovo mýdlo není na místě. Pokud se podíváme na složení, zjistíme, že se jedná o směs tenzidů v tekuté formě. I u „mýdla“ v pevné formě, tedy klasické kostky je ostražitost na místě. Většina dnešních mýdel nese toto označení jen a jen proto, že kdysi takto mýdlo vypadalo. I zde složení zcela jednoznačně potvrzuje, že se jedná o „kostkové tenzidy“. Někteří výrobci nabízí i „speciální“ směsi „jemných“ tenzidů na mytí obličej. Jako příklad bych jmenovala gely. Speciálností pak není jejich jemnost, ale jen podstatně vyšší cena. U mycích gelů se nejedná o nic jiného, než zase jen o tenzidy, které, aby nebyly řídké, jsou zahuštěny gelotvornými látkami. Na stránkách Aromaterapie už bylo vícekrát upozorňováno, že tenzidy sice mají vynikající čistící schopnosti, ale ve vztahu k pokožce je nezbytné nutné je označit jako nefyziologické, agresivní chemikálie. Díky své „dokonalosti“ smývají nejen nečistoty, ale i kyselý hydro-lipidový ochranný plášť. Důsledkem jejich dlouhodobého používání pak bývají různé kožní problémy, nejen kosmetické, ale i zdravotní. V poslední době se na trhu objevují i „přírodní mýdla“. Již sám tento termín je zavádějící. Mýdlo jako takové se v přírodě nikde

nenachází. Jde tedy o jistou formu mlžení, neboť jako přírodní, při trošce dobré vůle, lze označit pouze výchozí suroviny. Tedy např. rostlinné oleje. Technologií výroby však dochází k chemické reakci. Výsledným produktem je alkalická chemikálie, zvaná mýdlo. I zde dochází, kvůli alkalitě mýdla, k narušování fyziologie pokožky. Z uvedeného je zřejmé, že vzniká otázka, čím pokožku vlastně omývat, abychom jí současně neškodili. Pokožka obličej patří k těm citlivějším partiím. Už i to je důvod používat jemné, fyziologické preparáty. V recepturách vyvinutých panem Hadekem najdeme i speciální preparáty na omývání obličej, tzv. hydrofilní oleje. Tyto oleje obsahují emulgátory a jsou rozpustné ve vodě. Nečistoty na pokožce jsou dvojího druhu. Make-up, přebytky kožních tuků a další jsou rozpustné v tucích. Pot, soli, prach pak rozpustné ve vodě. Hydrofilní oleje na pokožce vytváří spolu s vodou emulzi, která pokožku obličej jemně zbaví nečistot. Pokožka obličej při tomto způsobu očisty není stresována jako při používání tenzidových preparátů či mýdla, neboť voda odstraní nečistoty rozpustné vodou a v tuku rozpustné nečistoty včetně make-upu odstraní olejové složky preparátu. Pleť není nadměrně zbavována tuku, není narušováno její pH, nedochází k jejímu vysoušení. Člověk je produktem přírody, na to by se nemělo zapomínat ani při mytí obličej. I základní kosmetický úkon, tedy očista pokožky, v tomto případě obličej, by neměl být svěřen „kosmetickým“ prostředkům z chemických fabrik, ale jemným fyziologickým preparátům, které akceptují pokožku jako jeden z důležitých orgánů celku, který se jmenuje člověk. Pokožka omytá hydrofilními oleji je připravena na následná ošetření. Ale o tom až někdy příště.

*Evgenia Selifanova, Jekatěrinburg
Překlad Karel Hadek*

Konopí a konopná mast – obojím se můžete léčit

Jak se stavět ke konopí? Pro některé je tato otázka předem vyřešená, možná znají pravdu a možná předem tuto rostlinu zavrhli, jiní bloudí v mediálním oparu, který tuto rostlinu zahalil tak důkladně, že pár let potrvá, než se podaří všechny bludy o konopí vyvrátit. Jedno je jasné, pokud chcete být svobodní lidé, nenechte se masově hypnotizovat pomocí mediálních prostředků, které samy rozhodují, co vám ukáží jako pravdu, a snažte se hledat si informace sami. Takže pro ty, kteří hledají informace o konopí a jejím použití, je tu tento stručný článek.

Konopí je lék

Pokud mluvíme o používání konopí, tak se jedná o netechnické, indické či seté, a v 99 % to jsou samičí rostliny. Ještě před tím, než zde uvedu použití konopí, tak bych rád upozornil na velmi důležitou věc, a to, že konopí je droga, ve velkém množství psychotropní látka, a při dlouhodobém, nepřetržitém užívání může být i návyková. Avšak v porovnání s alkoholem, který má tentýž popis (POZOR – alkohol je tvrdá droga, oproti konopí, které je měkká), je zde o mnoho delší doba vzniku návyku, a proto, pokud nejste závislí na alkoholu, nemusíte se bát ani konopí. Vše se točí pouze a jen okolo rozumného používání a vašich případných sklonů propadnout závislosti. Pokud užíváte konopí ve formě různých pochutin a nápojů, má minimální negativní vliv na váš organismus, opět oproti alkoholu, který, jak všichni dobře víme, dělá z jater železobeton. V žádném případě se vám nemůže stát, že byste druhý den ráno měli na zádech opici.

V našem těle je systém receptorů, které reagují na různé chemické látky (mediátory), a touto komunikací CNS (centrální nervová soustava) řídí celý náš organismus. Normálně si naše tělo tyto látky samo vytváří, avšak jsou drogy (kokain, heroin), které tyto přirozené látky vytlačují z receptorových míst a kompletně je nahrazují. Pro tělo jsou nepřirozené, organismus je obelhán, nedokáže se s drogou vyrovnat,

přestává tvořit vlastní mediátory a pomalu vzniká závislost. U konopí je to ale jinak. V našem těle je endocannabinoidní systém, který je připraven na vázání cannabinoidů, které si v malém množství vytvoří sám, nebo mu je dodáme. Chci jen říct, že konopí je tím pádem pro nás nejpřirozenější droga, na kterou díky našim předkům máme vyvinutý receptorový systém a která není tělu cizí, neboť cannabinoidy v těle spouštějí řadu ozdravných procesů, které ještě nejsou dokonale prozkoumány.

Léčení

Účinky konopí závisí na dávce. Při nejnižší dávce nemusíte vůbec nic pocítit, a přitom tělo se už léčí. Avšak pokud byste zůstali u nejnižšího dávkování, nebude to na těžší chorobu typu rakoviny stačit. Tělo si na dávky rychle zvyká, a proto



se většinou pomalu zvyšují až na hodnotu, kdy už pocítíte stavy euforie a lehkého omámení. Při takto závažných onemocněních se nejčastěji používají Fénixovy slzy (extrakt z velmi silného konopí), pomocí kterých je člověk schopen rakovinu porazit (samozřejmě záleží na duševním stavu, stadiu onemocnění a síle vašeho organismu).

Konopí ve formě cigarety snižuje nitrooční tlak a je preventivní, nebo lékem na již vznikající zelený zákal. Při kouření nebo přidávání do jídla zastavuje vývoj Parkinsonovy choroby, pomáhá od svalových třesů a bolestí těla. Kouření květů nebo pryskyřice (z květů) pomáhá snižovat tlak, rozšiřovat průdušky a napomáhat tak odkašlávání. Při dlouhodobějším užívání zejména u diabetiků pomáhá zlepšovat metabolismus cukrů. V malém množství působí jako velice účinné afrodiziakum.

Mast tisíce použití

Konopná mast je opravdovým všelékem. Můžete si každý druhý večer natírat obličej pro zdravější pleť (avšak nepřehánět to s množstvím, aby nebyla moc mastná), pokud trpíte opary na rtech, nebo jen tak místo jeleního loje. Mast pomáhá na lupénku, různé ekzémy, hemoroidy, tržným a špatně se hojícím ranám pomáhá srůst a čistí je, hojí popáleniny a urychluje tvorbu nové kůže, povoluje svalové křeče a tiší bolesti svalů, je vhodná na různé štípance od hmyzu, a zvláště klíšťat.

Závěrem bych vám chtěl říct, že pokud budeme poslouchat to, co nám říkají, vytvářet si předsudky o věcech, o kterých třeba ani nic nevíme, a nebudeme zkoušet nám neznámé věci, tak nejspíš zůstaneme v této době chemicko-neandrtálské navždy. Proto se nebojte a v klidu si doma sedněte u filmu, zapalte si konopnou cigaretu nebo si pochutnejte na konopných koláčcích, a uvidíte, že to vůbec nic není. Výsledek bude stejný, jako byste vypili 2 až 3 sklenky vína. Uvolníte se, stres hodíte za hlavu a ráno se probudíte, jako by se nic nedělo.

*BioDoctor
BioDoctor@email.cz*

Levandule v chirurgické ambulanci

Rád bych se s vámi podělil o zkušenost s levandulovým ÉO. Přišla za mnou známá s měsíc starým miminkem, které mělo potíže s palečky na obou nožkách. Jednalo se o zánětlivé postižení okolí nehtů (paronychium). Zánět byl ve stadiu „hnisavá retence pod nehtem“, okraj postižené kůže přerůstal přes úroveň nehtu. Kdyby šlo o dospělého pacienta, ošetřil bych prst snesením části nehtu s odstraněním okolní infikované tkáně. Ale řezat do takového malého palečku? Doporučil jsem mast s antibiotikem a časnou kontrolu. V myšlenkách jsem však již dumal, jak to co nejlépe vyřešit, hlavně pro dobro malého pacienta. Při kontrole jsem zjistil, že nedošlo, naštěstí, ke zhoršení, ale ani k nějakému viditelnému zlepšení. Kdyby infekce postupovala, musel bych problém vyřešit operativně, ale nyní to ještě nebylo nutné. Zkusil jsem zhodnotit znalosti z aromaterapie. Další léčba byla voňavá, 2× denně koupat v heřmánku a 3–5× denně kapku levandulového olejíčku na postižená místa. Lehce jsem ztenčil nehet po celé délce cca ve středu, aby více nezarůstal. Za další dva dny došlo k překvapivému zlepšení a po týdnu již nebylo nejmenších pochyb, že skalpel nebudu muset použít. Po 14 dnech nebylo po nemoci ani památky.

Co říci závěrem? Výše popsanou léčbu jsem si mohl dovolit hlavně proto, že jsem si byl jistý, že pokud by se infekce zhoršovala, maminka by to rychle poznala. Jednalo se o maminku, které alternativní způsob nevadí.

Nemyslím si, že by tak šla léčit všechna zánětlivá postižení na prstech, ale příklad ukazuje, že je dobré i na tuto možnost nezapomenout.

P. V.

Půl života s Hadkem

Jak to tak v životě bývá, vždy, když se blíží nějaká významná životní událost, člověk bilancuje. A to postihlo i mě. Blíží se mi kulaté narozeniny a k tomu ještě narození prvního dítěte. Jak si tak přemýšlím, co bylo a bude, zjistila jsem neuvěřitelnou věc. Už polovinu života sdílím s jedním mužem! S Hadkem! Tedy pardon, aby nedošlo k nedorozumění, s jeho preparáty. ☺

Měla jsem to štěstí – teď už vím, že to bylo štěstí – že jsem se jako nefalšovaný puberták měla možnost seznámit s výrobky p. Hadka. Vzhledem k tomu, že jeho „kosmetika“ nebyla ještě tolik známá, byla úplně jiná než vše ostatní na trhu a ještě voněla jako nic jiného, byla to pro mě jasná volba. Vždyť který puberták nechce mít něco zajímavého, originálního, odlišného a ještě když to tak voní... Nechte si své AVONY, já mám Hadka! Proto byly **SO Flirt**, **levandulová pleťová voda** a **Lippea** jasnou volbou.

Postupem času se mi začal do života vracet dávno zapomenutý atopický ekzém. Samozřejmě, že jsem nejprve vyrazila ke kožní lékařce. Ať byla jakkoli milá a zkoušela mi pomoci různými mastmi (kortikoidy počínaje a „přírodními“... konče), výsledek se nedostavil a ekzém vyhrával 1:0. Suchá, rozpraskaná a svědicí kůže není nic příjemného pro nikoho, natož pro dospívající slečnu. Proto jsem začala pátrat na vlastní pěst. **SO Flirt** jsem vyměnila za **SO levandulový** a suchá místa promazávala (tenkrát ještě Indulonou). Na chvíli to zabralo. Možná vlivem hormonálních změn, stresu s nástupem na VŠ a ne úplně zdravým životním stylem se mi moje obtíže začaly čím dál více zhoršovat.

Začala jsem testovat cokoliv, co se jen trochu tvářilo, že mi pomůže. Těch vyhozených peněz si nedovedete představit! A tak když mi kamarádka nabídla, jestli se nechci zúčastnit základního kurzu aromaterapie, řekla jsem si, že není co ztratit.

A tam se to stalo, láska na první „pohled“. Kurz mi otevřel oči a já začala o svém ekzému a kosmetice celkově přemýšlet úplně jinak. Suchá místa jsem promazávala **Bambuckým**

máslem, na ruce používala **Sheaderm**, **AtopDerm** nebo **Saltii**. A světe div se, výsledek lepší než po kortikoidech. A tak se mi doma začaly množit bílo zelené lahvičky. **Zubní olej**, **Intimiss**, **Hy-Intima**, **Leciderma**... Ty přípravky už z naší domácnosti nikdy nevymizí.

Čím více se mi potvrdovalo, že jdu tou správnou cestou, tím více jsem začala přitvrzovat. Chtěla jsem se ekzému zbavit úplně! Přešla jsem na zdravou stravu a zkoušela na sobě všechny detoxikační metody. Pro posílení imunity jsem do sebe lila **Eleutherococc** a vnitřně užívala **Candiol**. Musím říci, že toto období se dalo nazvat jedním slovem očistec! A to doslova. Nejen, že se moje tělo snažilo vypudit všechny nahromaděné jedy přes kůži ven, ale toto jeho snažení bylo doprovázeno neskutečným svěděním. Nemít po ruce lahvičku s **éterickým olejem levandulovým**, který jsem si lila přímo do ran v rozpraskané kůži a půlkilovým balením krému **BodyEm Roy**, neustále po ruce, asi bych to období nepřežila.

Celé dny se točily jen kolem škrábání, mazání a zase škrábání. Dospěla jsem do stadia, že mi z podpaží vytékala páchnoucí lepkavá tekutina a červené fleky jsem měla snad i na chodidlech. Sice jsem stále věřila, že to, co dělám, je správné a musí to někdy skončit, ale už mi opravdu docházely síly. A tak jsem se jednoho krásného rána celá namazala **Candiolem** (neředěným), vyhodila všechny čisticí tinktury, antikoncepční pilulky, a čekala, až to přijde. Myslela jsem si, že mi stoprocentně sleze kůže z celého těla. A nestalo se.

Od té doby se můj stav začal zlepšit. Nevím, jestli to bylo tím **Candiolem**, který všechna ta rozškrábaná místa „vydezinfikoval“ nebo vyhozenou antikoncepcí, která dráždila už tak rozdrážděná játra, nebo se stal zázrak, ale od té doby jsem bez ekzému. Dnes (po dvou letech) mám kůži po celém těle absolutně zdravou a na období s ekzémem mi zbylo jen pár pigmentových skvrn na ruce, jako vzpomínka.

Posílena tímto vítězstvím jsem absolvovala pokračovací kurz aromaterapie a od té doby jsem v tom až po uši.

Masážní lecitolový olej Dr. Voštěp (přejmenovali jsme ho na Dřevorubec) pro mého muže, neboť topíme dřevem, takže proto ta přezdívka. A někdy to také přežene s cyklistikou, a potom mu je olejíček také dobrý.

Třezalkový olej a EO levandulový zachránil tchýni od nehezských jizev po popálenině od oleje.

Orange Sanitol svojí vůní a hlavně silou medvědí ohromil celou ženskou část naší rodiny, neboť jsme s ním vcelku bez námahy vyčistili všechna okna od ochranných samolepek v novostavbě mého bratra.

S **Donosolem** mám také jenom vynikající zkušenosti. „Bohužel“ na zastydlou rýmu netrpím, ale mými testovacími králíky se staly dvě kolegyně z práce, kterým pomohl uvolnit dutiny, a tím je zachránil před punkcemi, které běžně alespoň 1× za zimu absolvují. Brrrr...

Preparáty na intimní hygienu **HY-Intima** a **Intimiss** se staly v podstatě už rodinným inventářem. **Intimiss** v současné době používám na masáž hráze před porodem a nezapomenu si ho přibalit s sebou i do porodnice. Dost si ho oblíbil i můj muž, který se po něm, jen co zhasneme lampičku, často shání... ☺

I náš kocour už v tom lítá se mnou. Musím říci, že je o dost šťastnější, když mu kápneme pár kapek **Fauna Spotu** do kožichu, než když jsme ho „deratizovali“ spreji z lékárny. Nejen, že má pokoj od klíšťat, ale jak voní, fešák!

U nás doma má svoji bílozelenou lahvičku prostě každý. Vlastně už i naše nenarozená dcerka má výbavičku v podobě **testovací baby sady** připravenou v koupelně. A já věřím, že si Hádko zamiluje na celý život stejně jako já (myslím preparáty p. Hadka ☺).

Ódy bych mohla pět na další a další preparáty, ale vzhledem k tomu, že zkušenost je nepřenositelná, nechám vám prostor, abyste si mohli o jejich účincích udělat vlastní úsudek.

Už dávno nejsem puberták a vím, že hlavní devizou této „kosmetiky“ není jen její krásná vůně. Každý den z těch patnácti let, co se známe, si stále dokola potvrzuji, že jsem udělala dobře. **Patnáct let s jedním chlapem** je už docela pěkný výkon, že? Prostě stará láska nerezaví!!!

Ing. Lenka Rigová, Chrudim



Pochvala pro Orange Sanitol

Vážení a milí,
opět se Vám připomínám se svými názory na výrobky pana Karla Hadka.

Je to již šestnáct let, co se známe, a intenzivně spolupracujeme pět let. Neustále mne udivuje, že má stále chuť se pouštět do nových kombinací a vývinu a výzkumu novinek pro nás, kteří mají chuť nejen používat vynikající kvalitu, ale hlavně výrobky, které šetří pokožku a nezatěžují v žádném případě životní prostředí, protože jsou 100% odbouratelné. Píši proto, že jeho věhlas se rozšiřuje nejen v ČR, ale i v zahraničí, kde jsou daleko přísnější kritéria pro kvalitu, distribuci a hlavně reklamu.

Nejsem tak znalá světa, ale v okolních zemích jsem se již několikrát setkala s tím, že když jsem měla výrobky pana Hadka s sebou, věděla o nich i pokojská.

Jejich úsměv a souhlas, že používám kvalitu, mi byl několikrát připomenut zdviženým palcem OK. Tak jsem s hrdoostí nabídla loni v Řecku, pak i na Krétě, kde jsem dělala rehabilitační pobyty, i Orange-SANITOL.

Mám ho s sebou pro potřeby dezinfekce a mytí, čištění apod.

Jaká byla odezva, se nedá popsat. Pokojská ve městečku Tollo, která trpí na alergické projevy a má i lupenku (bohužel si nemůže moc vybírat práci), se nadchla, protože nejen, že neměla začervenání pokožky, ale při stlaní postelí jí tak nedráždil prach, když před tím umyla všechny podlahy a stolky. Jaké bylo překvapení pana majitele hotelu, že to voní po pomerančích, kterých tam mají dost, a v podstatě je to jejich milované ovoce. Jsou velice citliví na ekologii, protože nechtějí do moře posílat potrubím ani toaletní papír a k likvidaci bakterií mají nejraději přírodní produkty. Savo nepoužili ani do bazénu.

Kréta byla pro mne další inspirací. Již vybavena velkou dávkou v podobě litrového balení, jsem odlétala s 50 pacienty. Největší radostí pro mne bylo i to, že nám umožnili cestovat

s asistenčními psy. Protože jsem chtěla i v tomto hotelu zachovat maximální čistotu pro zúčastněné, nabídla jsem opět vedení hotelu tuto možnost.

Děkování neznalo mezí. Má jazyková výbava není sice dokonalá, ale lámanou česko-anglicko-řečtinou s pomocí delegáta splnila své.

Jaká byla má radost, když se o tento výrobek začala zajímat má sestra v Anglii, když mi vyhubovala, proč jsem jí ho zatajila, když to sama propaguji.

Mám invalidní 15letou neteř na vozíku po DMO (dětské mozkové obrně). Je nutno neustále něco otírat, dezinfikovat, a hlavně!!!!!!!!!!!!, nepůsobit asistenčnímu pejskovi alergii na pacinkách při dezinfekci podlah.

Je to právě 5 dní, co sestra odjela autem do Velké Británie a vezla si s sebou 4 litry tohoto zázraku. Mají totiž kama-rády ze spolku asistenčních psů, a ti se již nemohli dočkat. No a tak jsem se rozhodla nyní, kdy je podzim a začnou veletrhy s různou tematikou, přinést letáky i na výstavy.

Vím, že je to opačný systém, ale lidé se mají obohacovat o znalosti a pak i nabyté zkušenosti.

Pro seniory, zdravotně postižené osoby, školky, školy, domovy důchodců, lázně, útulky pro zvířátka, také však pro mne a mé klienty to bude výrobek č. 1 ve volbě pro čistotu a desinfekci. Mnoho prodejců se holedbá hypoalergenními preparáty, to ovšem pro mne znamená, že v překladu to je jen „alergie v menší míře“. A tedy nevhodné. Mám více jak 100 klientů, kteří mne v průběhu roku navštívili. Nikdo si nestěžoval na krásnou vůni, nikdo nedostal alergickou reakci, např. kýchání, nikdo nebyl podrážděn.

Vím, že má činnost tak nezatěžuje přírodu, jako kdybych bez váhání použila dle odhadu či reklamy např. Savo, ale když použiji ORANGE-SANITOL, správně naředím, ještě ušetřím.

Před nedávnem jsem potřebovala odstranit z podlahy i oděvu přilepenou žvýkačku. Šlo to snadno. Díky za to, byly



to mé oblíbené šaty a tento dárek jsem si donesla z metra.

Zanedlouho navštívím Kypr se svými pacienty, kamarády a klienty. Hádejte, co si kromě základní výbavy na opalování, odhánění hmyzu a lahviček první pomoci s éterickými oleji vezu. Kdo to nečetl, tak opět ORANGE-SANITOL.

No a protože mám ráda i svou vlast, tak jako správný patriot používám jeho schopnosti a vynikající odbouratelnost v přírodě i k mytí nádobí na své chaloupce.

Přeji vám všem krásný zbytek léta, a pokud to budete číst až v pod-

zimním čase, neváhejte, nakupte pro vánoční úklid. Není třeba pálit „františky“, stačí něco umýt.

Zdraví a na setkání na kurzech pana Hadka se těší

Bc. Vaculová Drahomíra, Dis.

Milý pane Hadku,

opět se ozývám, protože na Vás s láskou myslím, v tom dobrem samozřejmě. Dělalí jsme v domečku velký úklid a opravdu, Orange nám vystačil ve všem, téměř celý litr je pryč.

Okna – nestačila jsem se dívat, jak jsou čistá, až jsem se lekla, podlahy nemluvě, sprchové kouty – nádhera, obklady, dlažba standard. Kromě WC čističe již vlastně nic jiného už nepotřebuji, úžas, úžas, úžas.

Mám prosbu – pokud by to bylo možné a věřím, že ano, nešlo by vymyslet něco na nádobí, event. i čistič WC, a co koberce, myslím, co jsou ty pěnové, ne na skvrny. Jinak jsem taky chtěla poděkovat za Sheaderm na ruce – opět vše, co je psáno, se plní – totálně rozpraskané ruce po zimě, teď jsem si dávala

do pořádku jeden ekzém po černé masti – výborný, výborný, výborný.

Mnohokrát děkuji za vše, jsem ráda, při tom všem, co se prodává, nyní už to nemohu ani číst, vše jsem vyhodila, protože to je opravdu smrad smradový, hrůza. Zůstal mi jenom čistič na WC a ta sranda, co se dává do mísy, aby to pěnilo.

Jenom pro zasmání, jedná známá pedikérka docela kritizovala, že zařazujete Orange do nabídky, že to tam nepatří atd. Dnes na něj nedá dopustit, říkála jsem jí, zkuste to a nekritizujte, má to taky své místo, jen to vyzkoušejte, a vidíte, stalo se.

Přeji Vám krásné léto, děkuji ještě jednou za kvalitu výrobků a zkuste prosím vykoumat něco po nadcházejících dlouhých zimních večerech.

S úctou

Anna Olléová



Opary – stále aktuální téma

K často se vyskytujícím chorobám patří i opary. Jedná se o onemocnění virového původu projevující se skupinkami puchýřků na kterékoli části těla nebo sliznic. Mezi tato nakažlivá onemocnění patří „obyčejný opar“ (herpes simplex) i „pásový opar“ (herpes zoster).

Virová infekce způsobující „obyčejný opar“ je přenášena přímým stykem s nemocným nebo nepřímo kapénkovou infekcí, např. při kýchání, při hovoru. Virus vstupuje nejčastěji do organismu v dětském věku kolem dvou let. Odhaduje se, že je takto postiženo až 20 procent populace. Při oslabení organismu např. horečnatým onemocněním, po nadměrném slunění, následkem stresových situací, nebo i při hormonálních změnách (např. menstruace), se opary objevují opakovaně. Nejčastěji bývá opar na rtech nebo v okolí úst, ale může se objevit i na genitáliích.

Po počátečním pnutí, svědění a pálení kůže v postiženém místě zčervená a na jejím povrchu se objeví skupinka čírych puchýřků, které se hnisavě zkalí, praskají a vznikají bolestivé vřídky, které jsou pokryty stroupky. Léčení běžně trvá 7–14 dnů. Co se však stane po zahojení oparu? Virus z těla nezmizí, stahuje se do kořenů nervů příslušné oblasti těla a zde v tzv. „dřímajícím“ stavu přežívá.

„Pásový opar“ je způsoben taktéž virem, který je však odlišný od viru vyvolávajícího „běžný opar“. V tomto případě jde o virus, který je zodpovědný za vznik planých neštovic. Je důležité zdůraznit, že pásovým oparem se nemůžeme nakazit od člověka již takto nemocného. Avšak v případě, že nemáme protilátky proti planým neštovicím, mohli bychom onemocnět právě jimi.



Mezi nejčastější projevy pásového oparu patří změněná citlivost kůže, bolest po délce postiženého nervu. Poněvadž je virus schopen napadnout libovolný nerv, může být pásový opar na kterékoliv části těla. Počátek onemocnění, vzniku pásového oparu, můžeme zaměnit například za zánět pohrudnice, podrážděný žlučník nebo zánět slepého střeva. Bolesti způsobené postižením nervu mohou být velmi kruté a mohou přetrvávat i několik týdnů po zhojení kožních projevů.

Aromaterapie není v léčbě oparů všemocná, vždyť ani klasická medicína nedokáže virus z těla natrvalo odstranit. Ale je velmi důležité, abychom se zaměřili na prevenci a účinné léčení projevů. V případě onemocnění hlavně na posílení imunitního systému a úlevu od bolesti.

K ochraně proti oparům je určen preparát **Herpilan**. Účinné látky obsažené v preparátu vykazují nejen vynikající účinnost proti tomuto viru, ale také zvyšují elasticitu rtů či pokožky, a tím zabraňují bolestivému popraskání oparu při jeho vysychání. Preparát **Herpilan** velmi usnadní a urychlí hojení oparu. Při preventivním používání **Herpilanu** dochází ke snížení frekvence výskytu oparů a díky svým antivirálním účinkům jejich vzniku v některých případech i zabrání. Je velmi důležité, aby rodiče malých dětí, pokud sami trpí na opary, dodržovali hygienické zásady. Preparát **Herpilan** se osvědčil i u herpesových onemocnění pohlavních orgánů. V případě bolestivého pásového oparu je vhodné použít masážní olej **Cayatherm**, který má díky své kompozici obsažených éterických olejů vlastnost účinně tlumit bolest.

Na podporu oslabeného organismu doporučuji užívání preparátu **Eleutherococc extrakt**, a to až v trojnásobně zvýšených dávkách.

Bc. Eva Wastlová
profesionální kosmetička

Studená sprcha... Proč ne?

Patříš také mezi lidi, co nemají nadbytek energie? Mezi lidi, kteří jsou často unaveni, jen tak proplouvají dnem a nemají chuť či spíše sílu, ze svých cílů a plánů něco realizovat? Kolegové v práci ti energie moc nepřidají a na děti doma moc trpělivosti nemáš? Třeba ti pomůže právě „STUDENÁ SPRCHA“!

Ok, já vím, říkáš si: „Brrr, to tedy určitě. Do té mě nikdo nedostane!“ Ranní tma, zima, možná i poletující sněh nás do studené sprchy moc nelákají... Přečtěte si ale alespoň pár řádků popisujících spoustu výhod, proč právě do ní skočit! A to zrovna poránu! Přes noc se tělo regeneruje a očisťuje od různých toxinů a negativních energií. Ranní studená sprcha nám vše krásně smyje, a to nejen z těla.

Z holistického pohledu jsou zima a voda JING, tudíž studená sprcha nám dává dvojitý efekt JING. Studená voda omývá tělo hmotné i nehmotné – auru. Čakry jsou energetická centra, proudí jimi energie a každá čakra souvisí s určitou endokrinní žlázou v lidském těle. Mají schopnost přijímat energii, určitým způsobem ji přetvářet a opět vyzařovat. Čakry nestojí samostatně, ale jsou propojeny sítí „kanálů“, takže kvalita fungování jedné z čaker se odrazí i na ostatních.

Studená sprcha špatné energie uvolňuje a smývá, naopak teplá sprcha tyto energie vtahuje hlouběji do těla. Z tohoto důvodu je důležité studenou sprchou začít!! Jestli si teď říkáš: „To svému tělíčku, které je zvyklé stát aspoň půl hodiny pod horkou vodou udělat nemůžu!“, tak ti na oplátku můžu z vlastní zkušenosti říct, že své tělo připravuješ o spoustu pozitivních účinků, které by mu jenom prospěly!

Studená sprcha uvolňuje napětí v těle, které během života sbíráme do „batůžku na zadech“. Ať už je to stres nebo negativní emoce, vše se nám v těle ukládá a po určité době chce ven. Proto občas onemocníme, aby se naše tělo pěkně pročistilo a dalo nám najevo, že zase není vše tak úplně v pořádku.

Další velikou výhodou studené sprchy je zlepšení krevního oběhu, posílení imunitního systému, zdravější pokožka,

méně toxických látek v těle, prevence proti celulitidě, křečovým žilám. Studená sprcha také redukuje krevní tlak, který působí na vnitřní orgány. Studenou sprchou se posiluje nervový systém i svalovina, která se stahuje a vylučuje škodlivé látky z těla. Posilovány jsou i sliznice, což má blahodárný účinek hlavně při nachlazení, kašli, ale i alergiích a senné rýmě.

Já osobně „studenou sprchu“ provozuji již delší dobu, a to jak poránu, tak i večer pravidelně, a někdy i přes den. Pracuji s dospělými i dětmi a během dne se na mě „chyta“ spousta negativní energie. Po ránu mě sprcha probere, osvěží a pozitivně nastartuje do nového dne. Pokud se cítím nervózní a ve stresu nebo mě děti zlobí, a že to někdy umí, tak místo toho, abych, jak se říká „vypěnila“, dám si dvě minutky v koupelně a je mi fajn! No a večer znovu před spaním, neboť mě uvolní, a hned se lépe spí. Na studené sprše jsem se stala zavislá a tělo se bez ní nemůže obejít. Něco jako droga. Zkuste to i vy, a uvidíte, o čem mluvím!

No a v kombinaci s aromaterapií to prostě může být jen lepší! **Rozmarýnový olej** po ránu na probuzení, **jalovcový** nejen během dne na rozprouštění, a třeba **levandule**, **meduňka** nebo **růžové dřevo** na večer dělají uplné zázraky! V horkých dnech kombinace studené sprchy spolu s **olejem z máty**, prostě osvěžení na celý den. Olejíčky aplikované po studené sprše lépe působí. Blahodárně působí na pokožku, rychleji se dostanou do krevního řečiště a intenzivněji lahodí nosu. Den se stává voňavější, usměvavější, pozitivnější. S úsměvem se vykročí do nového dne lépe.

Přeji vám všem krásné studené zážitky, spoustu pozitivní energie, splnění plánů či cílů a hlavně hodně pevné zdraví!

*Katerina Petersen
masérka, kosmetoložka
a zástupkyně aromaterapie v Dánsku*

Poradna

*Dobrý den,
chtěl bych se na Vás obrátit s prosbou o radu, související s potížemi, které zažívá moje matka.
Četl jsem si spoustu Vašich rad a doporučení, tak pevně věřím, že i na tento problém mi určitě dokážete doporučit nějaký vhodný preparát! Jedná se o to, že zažívá bolesti bederní páteře (ploténky), a následně se jí ta bolest přesouvá do pravé dolní končetiny, tudíž nevládá ujít delší vzdálenostní úseky nebo při práci, při které je potřeba stát, cítí obrovské bolesti. Absolvovala pár návštěv u fyzioterapeuta, na chvíli nastalo zlepšení, ale poté se vše vrátilo do původního stavu. Proto bych rád objevil nějaký vhodný přípravek, který by jí dokázal průběžně pomoci, aniž by musela neustále navštěvovat nějakého odborníka, prostě aby nebyla závislá na péči někoho jiného, ale mohla si bolest utiřit nějakým způsobem sama, tedy pokud je to vůbec možné. Děkuji Vám za Váš osobní názor a pevně doufám, že díky němu dojde ke zlepšení tohoto zdravotního problému.*

S pozdravem Libor K.

Vážený pane Libore,
děkuji Vám za Váš mail i Vámi zasláný dotaz. Bez nároku na správnost své odpovědi usuzuji, že problém Vaší matky spočívá v uvolnění svalového korzetu bederní páteře. Lidé zralejšího věku bývají pohodlnější než mladí, a snížená pohyblivost je pak důvodem, proč dochází k ochabnutí svalstva v partii bederní páteře. Vnímáním důsledkem pak jsou právě bolesti v této oblasti. Stupeň ochabnutí svalstva je, dalo by se říci, přímo úměrný pocitům bolestivosti. Z mého pohledu zde vzniká začarovaný kruh. Čím větší bolestivost, tím menší touha po pohybu, jakož i sama schopnost se aktivněji pohybovat. Čím méně pohybu, tím větší progresse uvolňování svalového korzetu a s tím spojená zvyšující se bolestivost.

Protibolestivé přípravky jakéhokoli charakteru, tedy až již tablety, či např. protibolestivé masážní oleje považují za vhodné jen jako pomocnou berličku, nikoli jako řešení. Tablety proti bolestem bych Vaší matce v žádném případě nedoporučoval. Sice krátkodobě pomáhají potlačit vnímání bolesti, ale absolutně nic neřeší, nehledě na to, že svými vedlejšími účinky negativně ovlivňují funkčnost dalších životně důležitých orgánů. Jako přechodné řešení bych doporučil masážní olej Cayatherm, na odstranění akutních bolestivých stavů. Nelze ale nezmínit, že se zase jedná jen a jen o protibolestivý přípravek a masáž jako taková je sice velice vhodná, ale zůstává jen pasivní činností, která uleví, ale na stavu svalového korzetu sama o sobě nic nezmění. Zde je nezbytně nutné ve spolupráci s fyzioterapeutem vypracovat plán speciálních cvičení na posílení svalového korzetu a tato cvičení pak pravidelně provádět. Ze svých zkušeností vím, že vynikající terapeutickou hodnotu má pohyb na běžkách, kdy není třeba sjíždět svahy, či štrachat se do kopců, ale prostě za jejich pomoci se pohybovat po rovině.

Právě tento specifický pohyb chůze na běžkách je schopen posilovat partie svalového korzetu v oblasti bederní páteře.

Zima se nám za chvíli přihlásí, takže příležitost „běžkování“ je pomalu přede dveřmi.

Pokud se ohlédnete v oblasti fitness přístrojů, jistě i zde se najde nějaký výrobce, který nabízí simulátor běžek pro domácí použití.

Nejdřív ale bude nutné zjistit pravý původ bolestí Vaší matky.



Váš Karel Hádek



Dobrý den, pane Hadku, zajímal by mne Váš názor na použití přípravku Thymicon. Slyšela jsem, že se dá velice dobře použít při lokální léčbě akné a různých zánětlivých záležitostech na pokožce obličeje. V žádných materiálech ani na webu jsem tuto možnost ale nenašla, tak se raději ptám, co si o tomto použití myslíte. Předem moc děkuji za odpověď. S pozdravem

Martina S.

Milá paní Martino, děkuji Vám za Váš mail i Vámi zasláný dotaz. Odpověď na Váš dotaz není vůbec jednoduchá.

Preparát Thymicon je určen k desinfekci bot, ponožek a mnohých dalších věcí. Toto pak určuje i jeho běžné použití.

Z hlediska složení se jedná o vysokoprocenní lihový preparát s éterickými oleji. Vysoké procento lihu může vést při dlouhodobém používání k zvýšené produkci mazových žláz, tedy „maštění pleti“. Při krátkodobém použití bych Thymicon definoval jako „menší zlo“, než zánětlivé procesy na pokožce, či neúčinné preparáty.

Zde pak lze, v případě, že se jedná o krátkodobé používání, preparát pro Vámi zmíněné účely akceptovat. Vy sama zmiňuje jeho lokální použití. Zde nelze mít námitek.

Jiné nebezpečí vyplývající z jeho používání nehrozí, pokud tedy není někdo individuálně alergický na nějakou jeho složku. Do dnešního dne jsem se s tím však u nikoho nesetkal.

Rád bych zmínil ještě jedno „nouzové“ použití, které se osvědčilo. Thymicon působí velice dobře i jako repelent. Objevitelé této možnosti aplikace jej taktéž nanášeli na nekruté plochy pokožky.

Váš Karel Hadek

AROMATERAPIE®
Karel
Hadek

Dobrý deň prajem pán Hadek, možno mám pre Vás námet na produkt alebo len poprosím o radu.

Začala som používať zubný čistiaci olej, zuby sú skvele vyčistené ako po zásahu u zubára. Mám však veľmi citlivé zuby a problém sa začal prejavovať (predtým som používala pasty na citlivé zuby). Ak mi môžete poradiť, akú zložku ešte pridať do oleja na potlačenie citlivosti (prípadne aj koncentráciu). Resp. problém vraj trápí 40% populácie, tak by sa možno oplátil samostatný produkt... Želám pekný deň

Kovářová

Milá paní Kovářová, Hy-Zubní olej nabízí „normálnímu“ člověku dostatečnou ochranu. Jak ale sama píšete, je zde dost těch, kteří trpí na zvýšenou citlivost. Zde bych Vám mohl doporučit přidání hřebíčkového oleje do oleje zubního. Odpovídající množství by bylo 15 až 30 kapek na 100ml.



Váš Karel Hadek

Vážený pane Hadku, Vaši kosmetiku používám již delší dobu a ani na okamžik jsem nikdy nepomyslela něčím ji nahradit. Jen se chci podělit o poslední čerstvou zkušenost, která mě doslova šokovala. Intenzivní vypadávaní vlasů trápí jistě mnoho žen. Mě postihlo také. Nasadila jsem Váš krém Haarette Q – intenzivní kúru. Víím, že léčba je vždy běh na dlouhou trať. Je až neuvěřitelné, s jakým výsledkem jsem se setkala již po 14 dnech. Považuji



to za malý zázrak. Víím, že pro udržení dosaženého výsledku a další regeneraci budu alespoň 1 × týdně vlasům dopřávat Haarette Q. Žádná jiná kosmetická nabídka se mu nevyrovná. S pozdravem

Marie H.

Milá paní Marie, děkuji Vám za Váš milý mail i Vámi vyslovenou pochvalu. Jak sama píšete, víím že Haarette Q je výborný preparát. Dokonce bych s troškou hořkosti v srdci napsal doslova dámský preparát, neboť díky svému složení působí při vlasových problémech tam, kde se jedná o zhoršenou látkovou výměnu ve vlasové pokožce a takto způsobené, ať již řídnutí vlasů, či jejich podstatně zhoršenou kvalitu.

S hořkostí píši proto, že jsem jej vlastně v dobách, kdy mi silně začaly vypadávat vlasy, vyvíjel sám pro sebe. Bohužel moje vypadávání vlasů bylo dáno mojí genetickou výbavou a zde je, byť sebelepší výrobek, dle mého, předurčen k neúspěchu. Pravidelná a dlouhodobá aplikace Haarette Q i u mě vypadávání vlasů zbrzdila, ale nezastavila. Já jsem od něj žádal více, než bylo v jeho silách.

Problémy vlasové pokožky, na úrovni látkové výměny, jsou u žen daleko častější, lépe ovlivnitelné. Za ironii osudu považuji, že z preparátu, který byl vyvíjen jako pomoc pro muže, se nakonec stal, dá se říci, vyloženě dámský preparát.

A tak nezbyvá než smutně pokukovat po pochvalných řádcích od žen a smířit se s „pánským“ osudem.

Váš Karel Hádek

Milý pane Hádku, posílám Vám velké díky za preparát Candisan, který mi pomohl v problémech s gynekologickými výtoky, které mě téměř pokaždé provázely ve spojení s virózou či koupáním na koupališti. Dosud mi žádný jiný přípravek pomoci nedokázal, ať již od lékaře, nebo zakoupený „přírodní“ v lékárně. Děkuji za Vaše přírodní preparáty a přeji krásný zbytek slunečného léta.

D. M.

Dobrý den pane Hádku, chtěla bych v prvé řadě poděkovat za služby. Kosmetiku KH jsem si doposud objednávala prostřednictvím mamčiny kosmetičky, jenže to jsem se načekala... Teď jsem potřebovala akutně Nosní olej (a další věci), tak jsem se rozhodla objednat na vlastní pěst přes e-shop a příště už nebudu jinak! Doručení za méně než 24 hodin (jsem na opačném konci republiky!), pečlivě balené zboží, čerstvě namíchané přípravky, žádný meziklad a – vidím dobře? – platba předem není vyžadována?! Patřím k internetové generaci, na e-shopech nakupuji často, ale s takovým vstřícným přístupem jsem se setkala poprvé! Děkuji!

Eva



Aromaterapie v Baby klubu Nekky

V baby klubu Nekky nabízíme rodičům, kromě kurzů plavání a cvičení, také kurz masáží miminek a dětí. Program probíhá ve speciálně upraveném prostoru pro miminka, je doprovázen příjemnou relaxační hudbou s minimálním počtem dětí ve skupince. Cílem našeho kurzu je naučit rodiče správnou techniku masáží, prožít příjemné chvíle, popovídat si o výběru přírodních olejů pro děti a také o využití aromaterapie. Masáže v kombinaci se správně zvoleným olejíčkem, jak masážním tak éterickým, mají obrovský význam. Samotný fyzický kontakt mezi rodičem a dítětem prohlubuje vzájemný vztah, zlepšuje jejich komunikaci a vzájemné porozumění.

Často se na kurzech setkávám se situací, kdy rodiče zahrnují své děti spoustou hraček, nejrůznějšími aktivitami, ale zapomínají na to, že jejich dítě nejvíce potřebuje pohlázení a čas rodiče, čímž mám na mysli opravdu chvíle, kdy jsou spolu jen rodič a dítě, nejsou rušeni žádnými okolními podněty jako je televize nebo rádio a dopřávají si krásnou chvíli plnou doteku, pohlázení v naprostém klidu a užívají si toho nádherného pocitu, že mají jeden druhého. Běžné jsou i situace, že dnešní děti jsou přepodnětované a masáže jim dopřejí potřebné zklidnění a uvolnění.

Pravidelnou masáží dětí lze zlepšit jejich spánkový rytmus, dýchání, krevní oběh, podpořit správnou činnost všech vnitřních orgánů a odstranit poporodní trauma. Fyzický kontakt celkově podporuje zdravý psychický vývoj dítěte, tyto děti se lépe a rychleji vyvíjejí. Můžeme se setkat také s příznivým vlivem na trávící obtíže. Budeme-li masáž provádět pomaleji, můžeme tak u dětí snížit svalové napětí, naopak budeme-li masáž provádět rychleji, můžeme svalové napětí zase zvýšit. Je dokázáno, že děti, které neměly během dětství dostatek fyzického kontaktu, jsou v dospělosti náchylnější ke stresu, necítí se dobře ve svém těle, což souvisí i se špatným držetím těla.

Během lekcí s rodiči probereme, které oleje jsou pro dětskou pokožku nejvhodnější a které pomáhají při léčbě nejčastějších

dětských nemocí. Oleje, které používáme a doporučujeme, jsou od firmy Aromaterapie Karel Hadek. Nejvíce ohlasů má mandlový olej a olej z meruňkových jader, který je vhodný na pokožku podrážděnou z plen a také pupalkový olej obsahující kyselinu GLA, která je součástí mateřského mléka. Také velmi oblíbený je baby dětský masážní olej na běžné denní použití s obsahem všech potřebných vitamínů pro dětskou pokožku. Dále maminkám doporučujeme levandulový olej pro celkové zklidnění dětí a navození harmonického spánku a fenýklový olej pro děti trpící zažívacími obtížemi a k podpoření laktace u kojících maminek. Z řady éterických olejíčků pracujeme s citrusovými vůněmi, které mají děti nejraději, protože uklidňují, osvěžují a také posilují spánek. Při nachlazeních, chřipkách atd. využíváme eukalyptový olej, meduňkový, a také z borovicového jehličí. Všechny jmenované produkty je možné zakoupit v obou centrech Baby klubu Nekky ve Zlíně.



S Hadkem od narození, mamka jen od puberty...

je, protože uklidňují, osvěžují a také posilují spánek. Při nachlazeních, chřipkách atd. využíváme eukalyptový olej, meduňkový, a také z borovicového jehličí. Všechny jmenované produkty je možné zakoupit v obou centrech Baby klubu Nekky ve Zlíně.

Masáže dětí jsou u nás v dnešní době velmi vyhledávanou a oblíbenou činností. Pro každé miminko čeká na závěr kurzu malé překvapení.

Krásné a pohodové Vánoce přeje za celý tým Baby klubu Nekky

Eva Garguláková
info@nekky.cz,

tel.: +420 736 520 409

Děti a aromaterapie

Skutečnost, že výrobky Karla Hadka pomáhají při rozličných zdravotních potížích i nemocech všude tam, kde se běžně podávají léky mající mnoho vedlejších účinků, jistě potvrdí všichni, kteří se někdy s těmito výrobky setkali. Dospělí jsou již jistým způsobem „zatíženi“ klasickou léčbou. Pokud se však začnou zajímat o své zdraví a využijí i možnosti aromaterapie, bývají mnohdy po krátké době velice mile překvapeni rychlým vyřešením letitých zdravotních potíží. Nemoc se zvládá snadněji a ještě se dostaví vylepšení pleti, navrátí se hybnost kloubů i chut do života...

U dětí jde vše mnohem snadněji, obzvláště pokud se maminka začne o aromaterapii zajímat již před narozením



Chci mít čisté zoubky, a hlavně budu zdravá.

miminka. Aromaterapie je skvělým pomocníkem ihned po porodu, ale hlavně pak v průběhu celého života. Příkladem je moje dcera a má 2,5letá vnučka, která je od narození hýčkána aromaterapií, a podotýkám, že skvěle hýčkána!!! Jakmile se vyskytne nějaký zdravotní problém, spíše problémek, dcera volá o radu. Dříve jsem jí radila, co má použít a jak. Nyní se situace změnila, jen řekne: „Malá trochu kašlíkuje. Prosím mami, pošli mi...“ a už jen napíše, co jim v aromaterapeutické lékárníчке došlo.

A co taková lélárníčka obsahuje? Základem je **Eleutherococc extrakt**, posiluje imunitu a je velice účinný proti různým potížím a nemocem. Vždy musí „být přítomen“ nikoli Hliník, který se odstěhoval do Humpolce, ale **Nosní olej Baby**, **Donosol**, **China balzám**, **éterický olej z Máty peprné**, **Levandule** – na různá poranění, odřeninky. Na osvěžení a dezinfekci prostoru éterický olej **Citronový**, **Eukalyptový**, **Pomerančový** i krásně vonící **Litsea Cubeba**, uklidňující **Meduňka**.

Samozřejmě, že úspěch slaví směs éterických olejů **Ježíšek**, a to nejen o Vánocích. Dávkování éterických olejů je individuální, ale doporučuji 1 kapku na 5 m².

Velice účinný je i prostředek **Orange Sanitol**, nejenže skvěle čistí vše, kde se použije, ale i nádherně voní. Jistě se osvědčil všem, kteří ho vyzkoušeli!

Nyní je v „kurzu“ **HY-Zubní olej**. Vnučka jej vyžaduje 3× denně a zoubky čistí tak důkladně, jako by je měla opravdu hodně ušpiněné. I přestože moc nemluví, upozorní na přání čistit si zoubky velice srozumitelně. Běží do koupelny, vezme si kartáček a řekne: „Zuby, olej.“ A mamince je jasné, co se bude dít. O spokojenosti nemůže být pochyb, její výraz na obrázku vyjadřuje vše!

O prospěšnosti zubního oleje ví pocitově. Má tak veliký předstih před mnohými dospělými, kteří nebyli na kurzu pana Hadka, a proto většinou neví, proč je mnohem

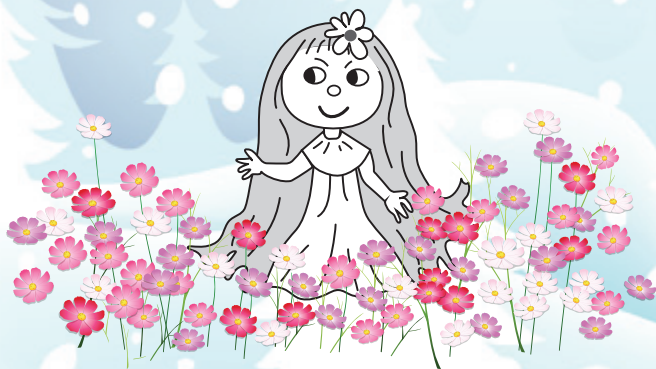
zdravější používání *Hy-Zubního oleje* místo nabízených a doporučených zubních past.

Věřím, že vy, kteří čtete tento článek, už to víte!

O působení aromaterapeutických preparátů mám velice kladné zpětné vazby od maminek, které mě požádaly o radu při různých potížích svých ratolestí. Moc mě těší, když mi maminky sdělí své zkušenosti a poznatky s výrobky, které jsou dle katalogu určeny pro nějaký problém, a ony zjistí, že preparát pomáhá i při jiných potížích.

Zkušenosti maminek předávám dalším maminkám a mám velkou radost, jak je taková komunikace úžasná a prospěšná pro všechny, pro otrlé aromaterapeuty i pro začínající a tápající uživatele.

*Vlastimila Kolarčíková,
kosmetička-aromaterapeutka, Ostrava
E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz
Mob.: 603 286 335*



Bylo, nebylo, kdo ví...



*Před nemnoha lety, snad šedesáti pěti,
přiletěla jednoho prosincového dne
do městečka Semily vrána a zanechala
manželům Hádkovým v kolébce chlapečka,
kterého pojmenovali Kája.
Rychle odrostl plenkám i dětským botičkám.
Průšvihům neunikl, každá klukovina si ho našla.
Byl zvědavý jak opička,
velký vliv na něho měla bylinková babička.
Pilně studoval život i chemii,
aby mohl být otcem aromaterapii.
Vztah otec a dcera se vydařil.
Aromaterapie vzkvétá
a Kájovi přejeme další dlouhá, dlouhá léta...*

Kurzy aromaterapie KH na I. pololetí 2012

13.–14. 1. 2012 Pokračovací kurz Klatovy*

Ing. Jana Aschenbrennerová

Mobil: 777 688 091

E-mail: aschenbrennerova@jhprojekt.cz

15. 1. 2012 Aromaterapie a masáž hlavy Klatovy +

Ing. Jana Aschenbrennerová

Mobil: 777 688 091

E-mail: aschenbrennerova@jhprojekt.cz

27.–29. 1. 2012 Základní kurz Jihlava*

Bc. Eva Wastlová

Mobil: 605 400 784

E-mail: wastlova.eva@seznam.cz

Kristina Fréharová

Mobil: 737 559 125

E-mail: k.freharova@email.cz

www.aromakosmetika.kvalitne.cz

Kurz je určen i pro neslyšící



Stále je co povídat, stále co říct...

10.–12. 2. 2012 Základní kurz

Mladá Boleslav*

Milena Králová

Mobil: 777 618 416

E-mail: kralova.milena@seznam.cz

www.klubjantar.net

25.–26. 2. 2012 Pokračovací

kurz Ostrava*

Vlastimila Kolarčíková

Mobil: 603 286 335

E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

9.–11. 3. 2012 Základní kurz Brno*

Vladimír Němeček

Roviny 2, 643 00 Brno-Chrlice

E-mail: nemecek@umeni-masaze.cz

Mobil: 777 218 161

www.umeni-masaze.cz

23.–25. 3. 2012 Základní kurz Praha*

Veronika Pěkná

Mobil: 775 235 592

E-mail: pekna.v@seznam.cz

Drahomíra Vaculová

Mob.: 737 312 571 – pouze večer

E-mail: vaculovadrahomira@seznam.cz

www.zdravvaska.webnode.cz

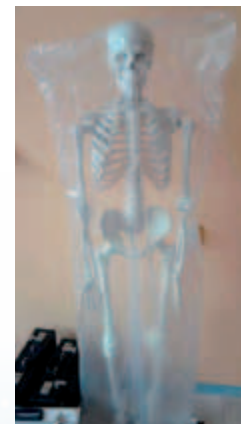
21.–22. 4. 2012 Pokračovací kurz České Budějovice*

Šárka Dominová

Mobil: 725 684 868

E-mail: slunecnice-cb@volny.cz

www.slunecnice-cb.cz



Kostěj nesmrtelný

28.–30. 4. 2012 Základní kurz Račí údolí***Martina Weberová**

Mobil: 777 946 373, 725 785 566

E-mail: raciudoli.mw@seznam.cz

www.raciudoli.cz

12.–13. 5. 2012 Pokračovací kurz Zlín***Renata Bilavčíková**

Mobil: 605 521 143

E-mail: rekvalifikacezlin@seznam.cz

www.kurzyzlin.cz

* přednáší pan Karel Hadek

+ přednáší Michaela Švorcová

Pro velký zájem účastníků kurzů byly přidány doplňující kurzy, které však budou bez účasti pana Karla Hadka. O náplni kurzů se více dovíte v časopise Aromaterapie 2011/2 nebo u pořadatele kurzu. Případné dotazy pište na akce@karelhadek.eu nebo volejte mob. 603 513 774, Michaela Švorcová

Aromaterapie Fauna

10.–11. 12. 2011 Praha Aromaterapie nejen pro zvířata**Mgr. Marika Papežová**

vzdelavani@svopap.cz

www.svopap.cz

Náplní kurzu je seznámení se s obecnou aromaterapií

Co to vlastně aromaterapie je?

- Jak se aromaterapeutické preparáty aplikují?
- Seznámení se s produkty řady AromaFauna

Závěrem semináře obdrží účastníci certifikát vystavený firmou Aromaterapie Fauna



Na viděnou ve Zlíně

Bude tomu brzy rok, co se ve Zlíně otevřelo Rekvalifikační a školicí centrum. Prvotní myšlenka byla směřována jen na masáže, základní vzdělání s možností doškolovacích kurzů. Nic podobného ve Zlíně neexistovalo a vzhledem k tomu, že nejbližší možnost absolvování kurzů byla jen v Brně nebo Olomouci, brzy se začaly kurzy naplňovat a rozšiřovat o nové. Asi největší zájem je o kurzy aromaterapie. I když se jedná o kurz vícedenní, vždy jej navštěvují velmi příjemní lidé různých profesí, z různých koutů republiky. K bezvadné atmosféře přispívá zcela určitě přítomnost pana Hadka a paní Švorcové. S úžasem sleduji jejich znalosti a přehled a obdivuji styl, jakým svoje vědomosti a znalosti předávají dál. Koncem listopadu letošního roku je vypsán další kurz Aromaterapie I s možností pokračujícího kurzu „Aromaterapie AHK a praxe“. Všechny zájemce srdečně zvou do Zlína a moc se těším na milé setkání.

*Renata Bilavčíková
Rekvalifikační a školicí centrum Zlín
www.kurzyzlin.cz*

Nosní olej Fauna Rinis

Naši dvouleté fence shih-tzu jsme se rozhodli pořídit kamarádku z vlastního chovu. Po nakrytí jsme netrpělivě očekávali příchod štěňátek. V srpnu nás obdařila šesti krásnými, zdravými štěňátky. Porod byl rychlý, bezproblémový, tři kluci a tři holčičky měli shodně váhu okolo 200g. Jesika se projevila jako starostlivá a milující máma výborně zvládající péči o štěňátka. Takto v poklidu vše plynulo až do pátého týdne věku štěňat.

O víkendu, za krásného počasí, jsme vzali naše miminka na zahradu, a to byla asi chyba. V pondělí jeden klučina lapal po dechu a nemohl dýchat nosánkem. Okamžitě jsme navštívili naši veterinární lékařku, která konstatovala virózu a píchla antibiotika. S velkou nadějí na zlepšení jsme se vrátili domů. Bohužel stav štěně se nelepšil, přestal pít, neboť nemohl udýchat při sání mléka. Začala jsem krmit mlékem pomocí lahvičky, ale stav se stále nelepšil. Ve středu jsme se opět s velkou nadějí upnuli na další návštěvu lékařky. Paní doktorka konstatovala, že srdce a plíce jsou v pořádku, ale proč se stav nelepší... mohlo by se jednat o vrozenou vadu, a zde nás čekalo velké rozčarování. Dostali jsme na výběr dvě možnosti. První znamenala nákladné vyšetření a léčení s nejistým výsledkem a druhá ukončit trápení štěňátka. Nevolili jsme ani jednu možnost, tudíž dostalo další antibiotika, a jeli jsme domů.

Úplně zoufalá jsem volala kamarádce Daniele Čermákové, která se stará o úpravu naší fenky. Díky Daniele jsme se seznámili i s aromaterapií a začali ji úspěšně používat.

Vysvětlila jsem jí co se děje. Obětavě a urychleně příběhla, bylo na ní vidět, že se přímo zhrozila, jak klučina vypadá. Okamžitě telefonovala paní Michaele Švorcové a dle její rady jsme nosánek štěnda prokapali nosním olejem Fauna Rinis, hrudníček potřeli pár kapkami Atemolu a pár kapkami prokapali pelíšek. Nosní olej štěňátku krásně pročistil nosánek a nastalo okamžité zlepšení dýchání. Úžasné bylo pozorovat jak čumáček dává do míst, kde byl nakapán Atemol a díky

tomu se uchýlilo k odpočinku. Do té doby neustále lapalo po dechu a nemohlo si ani lehnout. Bylo to opravdu viditelné zlepšení. Asi po třech hodinách se probudil a hlásil se k jídlu. Hltavě vypil 60ml mléka a opět usnul. Další den jsme kapali 3× denně a již v pátek běhal s ostatními a pil od maminky. Dle doporučení jsme nasadili také 1 kapku Imunofauny na posílení imunity. V podávání bylinek jsme pokračovali nadále a během pár dnů se jeho stav upravil do normálu. Krásně dohnal úbytek na váze a dnes je z něho veselý, hravý klučina, který již dělá radost svým novým majitelům. Chtěla bych moc poděkovat kamarádce Daniele Čermákové za rychlou pomoc a přísun „bylinek“. Paní Michaele Švorcové za rady, za její čas, neboť jsme telefonovali a radili se i v pozdních večerních hodinách, a především za to, že tak úžasnou kosmetiku a vynikající bylinkové preparáty pro zvířecí miláčky vytvořila.

*Moc děkuji
Dagmar Robotková*



Poznáte, který z nás byl nemocný?

Prevence a spokojená zvířátka

Představte si Zoo obchod o 300 m². Trvale je zde velké množství různých druhů zvířat. Akvária s různobarevnými rybami, hadi, želvy, leguáni, morčata, křečci, králíci, myšky, opice, psouni, drobné exotické ptactvo. Velké exotické ptactvo je zastoupeno milou, mazlivou Kačkou /Cacatua sanguinea/, urážlivou, ukřičenou Laurou /Ara ararauna/, Oskarem /Papoušek šedý/. Při tomto množství zvířat na relativně malém prostoru se zvyšují hygienicko-epidemiologická nákladová rizika. Celá léta jsme se s tímto problémem více či méně úspěšně potýkali, tedy po pravdě řečeno spíše neúspěšně. Používali jsme různé chemické prostředky, měnili jsme dodavatele zvířat, ale problémy se naprosto nepravdělně a neočekávaně vracely. Po použití mycích prostředků se u některých zvířat objevily dýchací potíže, rýma.

V létě loňského roku jsme začali pravidelně používat preparáty AromaFauna. K našemu překvapení se spousta potíží vyřešila. Nezabráníme sice nechtěnému nákupu infikovaného zvířete, ale používáním preparátů AromaFauna si dokážeme se spoustou problémů poradit.

S aromaterapeutickými preparáty jsme v první řadě vsadili na prevenci. Při každodenním ranním vytírání podlahy používáme **Aroma Sanitol**. Jednak tím lépe a rychleji prostory umyjeme, ale zároveň celoplošně vydezinfikujeme od bakterií, virů, plísní a parazitů. A to nemluvím o úžasné provoněném prostoru prodejen, což bývá v prodejnách se zvířaty nezvyklé. Pro lokální dezinfekci terárií, kotců, výběhů hlodavců a dokonce i krycích skel akvárií začala děvčata používat **Fauna Desinf**. Oba preparáty využíváme i při pravidelné výměně podestýlky. Na 1 m čtvereční plochy postačí denně aplikovat 1–2 stisknutí dávkovací pumpičkou. Po aplikaci chvilku počkají, nasypou novou podestýlku a po chvíli umístí i zvířátka. Stejně tak se nám osvědčilo preparátem **Fauna Desinf** prostříknout spodky klecí. Velcí papoušci vyházejí na dno klece 70–80% podané potravy, a pak tam ovoce a zelenina zahnívá, důsledky jsou asi všeobecně jasné...



Levandule mne uspala, málem jsem spadla z bidýlka...

způsobem vytrhl celý drápek z lůžka, po použití **levandulového éterického oleje** krvácení ihned ustalo. Kakadu Kačka si způsobila zobákem krvavé poranění na křídle. Použitý **levandulový éterický olej** krvácení velmi rychle zastavil, poranění vydezinfikoval a zkrátil hojení rány. Na papoušky preventivně aplikujeme 2–3× týdně preparát **Fauna Parrot**, abychom předešli šhubání peří u velkých papoušků. Od té doby nemáme s tímto nešvarem problém. Stejně tak nám velmi pomáhá **Mycos Balzám**. V teplém a velmi vlhkém prostředí terárií je logicky ideální prostředí pro množení plísní a kvasinek, což se také občas projevuje. **Mycos Balzám** aplikujeme na ještěrky 1–2× týdně a od té doby nemáme s těmito potvůrkami problém. Do terárií každý den ráno kápneme kapku **borovicového** nebo **cypřišového éterického oleje** pro navození přírodního klimatu a zároveň pro přirozenou a voňavou dezinfekci. Všem zvířátkům, vyjma akvariálních rybiček, přidáváme do pití preparát na podporu imunitního systému **ImunoFauna**.

František Vostřý
Super Zoo Hradec Králové a Pardubice
www.zooexpert.cz

Ptáte se...

Chtěla bych se vás zeptat ohledně aromaterapie pro pejsky. Mám fenečku shih-tzu a prezentace těchto preparátů na Vašich stránkách mě velmi zaujala. Ráda bych je i vyzkoušela, jen si nejsem jistá, jestli jsem vše dobře pochopila. Stačí, když si zakoupím mycí olej + rozčesávače na srst. A pak použiji na koupání mycí olej a po něm buď Felleol, pokud budu chtít, aby byla srst mastnější, anebo Felletonik? Mám trochu strach, aby mi šla srst rozčesat. Vaše holčičky vypadají úžasně, tak proto se ptám, jestli by to takto stačilo.

Na koupání stačí mycí olej a přidávám asi 5 kapek panthenolu. Nic víc bych nedala, vykoupala a vyfenovala. Nebojte se, srst jde krásně rozčesat a i rychleji uschne. Pokud máte delší srst a jste zacuchaní, až dredy, tak před koupáním použijte neředěný Felleol a rozčešte. Potom vykoupejte v mycím oleji. Tím bych začala...

Zkušenost...

Předem bych Vás chtěla co nejsrdečněji pozdravit a poděkovat za Vaši ochotu při radách s aromakosmetikou.

Píši Vám první zážitky. Měla jsem trochu obavy, ale byly zbytečné, koupání v oleji nebylo tak složité. Je pravda, že nezvyk je, že olej nepění, a taky jsem se bála, že moc nevybělí srst na nožičkách, která bývá hodně špinavá, protože bydlíme ve městě na sídlišti a chodníky jsou pokryté špinou. Ale když jsem viděla, kolik špíny teče ze srsti při mytí, tak jsem už tušila, že to bude v pořádku. A taky bylo. Srst je nádherně běloučká, a to bez vybělovacího šamponu, mám fakt radost. A taky je srst velice jemná, snadno se rozčesávala, a opravdu i rychleji u fénování uschla. Jsem velice nadšená. Ani jsem nečekala na poprvé takový zázrak!!

Holčičku mám nádherně vykoupanou, srst je lesklá, netřepí se, fakt super!!!! Určitě u aromakosmetiky zůstanu. A co je fakt, že ani nepotřebuji tolik přípravků, což oceňuji, a věřím, že i moje holčička Šejlí.

Michaela O., Brno

Dotaz...

Zajímalo by mě, jestli je na klišтата lepší použít výrobek Fauna Spot, anebo Insektin spray? Moc nechápu, jaký je mezi nimi rozdíl.

Rozdíl: Insektin-spray aplikujeme do srsti před každou vycházkou na louku, do lesa... Vynikající i pro vás i děti místo chemického repelentu. Fauna spot se kape kolem krčku a k ocásku a vydrží až 3 týdny, tudíž není potřeba přestříkávat před vycházkami nebo běháním v trávě, na což kolikrát není čas anebo si nevzpomeneme. Aplikuji v tomto ročním období po koupání dle velikosti pejska. Oba preparáty výborně chrání proti parazitům. Po aplikaci nemusíme mít strach z otravy, tudíž se pejsek může olizovat, můžeme na něho sahat, nemusíme ho izolovat od dětí a ostatních pejsků. Bylinky nejen že působí proti parazitům, ale navíc podporují funkci imunitního systému.

*Daniela Čermáková
www.danetta.cz*



Opravdu jsem úžasná, konečně to někdo vidí...

AROMATERAPIE

časopis pro zdraví a krásu č. 4/2011

AROMATERAPIE®
Karel
Hadek

info

VYDAVATEL A ADRESA REDAKCE:

Service Karel Hadek s. r. o

Kšice 11

CZ-349 01 Stříbro – Kšice

Tel.: +420 374 625 384

E-mail: karelhadek@aromafauna.cz

Skype: karelhadek

www.karelhadek.eu

REDAKČNÍ RADA:

Karel Hadek, Michaela Švorcová, Vlasta Kolarčíková, Jitka Potužáková, Mgr. Lucie Hanigerová

PŘÍJEM ČLÁNKŮ:

e-mail: karelhadek@aromafauna.cz

INZERCE:

karelhadek@aromafauna.cz

GRAFIKA, SAZBA:

Grafické studio VLADO, www.vlado.cz

**Velice špatné pokrytí vykazují v našem novém působišti operátoři Vodafone a T-Mobile.
Proto se k nám občas v těchto sítích nedovoláte. Tento nedostatek se snažíme aktivně vyřešit.**

Publikované články nemusí vyjadřovat názor či stanovisko vydavatele časopisu.

Za obsah otištěných článků plně odpovídají jejich autoři.

Všechny články, fotografie a kresby otištěné v tomto vydání časopisu Aromaterapie Karel Hadek

jsou majetkem firmy Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.

Jejich další používání a šíření, byť jen jejich částí, bez svolení vydavatele není povoleno.

Nevyžádané příspěvky a fotografie se nevracejí.

V případě zájmu o bezplatnou nekomerční inzerci v časopise  zasílejte své inzeráty na adresu firmy.

www.karelhadek.eu

OP

P.P.

982307-1589/2009

349 01 Stříbro



AROMATERAPIE®
Karel
Hadek

Service Karel Hadek s. r. o

Kšice 11

349 01 Stříbro – Kšice