

Klub zdraví

ČASOPIS KLUBU ZDRAVÍ



ZÁŘÍ 2008

SLAVÍME
10
LET KZW!

Velká martánská
soutěž!

Proenzi Hyal
pro radost z pohybu

Horká novinka:
Urinal hot drink

Vítejte v **nanoříši**

DHA – tajemství
chytrých dětí

Petr Kostka

Nechtěl bych žít jinde a jindy

Skutečná






Varixinal®

*Varixinal® to jsou čtyři léčivé
bylinky v jedné tabletě pro
Vaše krásné a svěží nohy!*

úleva pro vaše nohy!

ryze přírodní přípravek:

-  pomáhá k udržení zdravých žil a správné elasticity
-  pomáhá revitalizovat unavené nohy
-  napomáhá omezovat tvorbu otoků a zmírnit pocity těžkosti nohou
-  podporuje správný oběh krve v žilách

K dostání v tabletách a formě chladivého osvěžujícího gelu.



Doplňek stravy

Klub zdraví
WALMARK®
je s Vámi
10
let



22
Martina
Vrbová



30 Čtení pro maminky



26
Zdravá kuchyně



33 Mariánské Lázně

- | | | |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 4 Walmark se představuje
Jsme tu pro vás | 12 Setkání
Petr Kostka | 28 O čem se mluví
Nano koenzym
VesiSorb® Q10 |
| 6 Víte, že
Zajímavosti ze světa zdraví | 14 Walmark dětem
Soutěž | 29 Život v pohybu
Aby klouby nevrzaly |
| 7 Ohlasů
Walmark moji důvěru
nikdy nezklamal | 16 Klubové zprávy | 30 Čtení pro maminky
Nejlepší dárek |
| 8 Dopisů | 22 Rozhovor
Martina Vrbová | 31 Křížovka |
| 10 Pro vaše zdraví
Základní řada se rozrůstá | 25 Walmark seniorům
Aktivita není výsadou mládí | 33 Tip pro zdraví
Město v lese |
| 11 Ze života
Jak se rodí Martánci | 26 Zdravá kuchyně | 34 Horoskop
Co vás čeká a nemine |
| | 27 Knihovnička | |



Vážení a milí čtenáři,

ani se tomu nechce věřit, ale je to skutečně tak – náš Klub zdraví Walmark letos slaví desáté výročí! Když se tehdy v roce 1998 objevila myšlenka udělat něco navíc

pro stále zákazníky Walmarku, nikdo z nás netušil, jaký bude mít ohlas a kolik lidí osloví. Dnes, po deseti letech, můžeme s jistotou říct, že to byl dobrý nápad, a zároveň vás můžeme ubezpečit, že i minimálně v následujícím desetiletí se vyplatí být členem KZW. Chystáme totiž pro Vás řadu překvapení, nových dáreků ve věrnostním programu, zajímavé akce, soutěže a další výhody, jako poděkování za Vaši přízeň. Děkujeme Vám, že i v době, kdy je na trhu takové množství konkurenčních výrobků, dokážete rozeznat a ocenit kvalitu našich produktů, a slibujeme, že uděláme vše pro to, abychom Vaši důvěru nezklamali.

A co jsme pro Vás přichystali do dnešního slavnostního čísla? Jak už jste jistě poznali při pohledu na obálku, přivítali jsme u nás známého herce pana Petra Kostku. Kdo měl možnost vidět jeho výkon například v divadelní hře Smíšené pocity, kde tancuje rokenrol, nejspíš jen kroutí hlavou, kde se v něm bere vitalita, kterou by mu mohl závidět leckterý třicátník... Jsme moc rádi, že si na nás při svém nabitém programu našel chvíli času a přejeme jemu i celé rodině hodně zdraví.

Naše pozvání přijala i moderátorka Martina Vrbová, kterou znají především diváci České televize. Mimo jiné nám vyprávěla, jak si zaplavala se žralokem...

Do řady příjemných setkání patřila i schůzka s naší zákaznicí paní Miroslavou Královou, která je členkou Klubu zdraví od samého počátku. Výrobky Walmarku znala tak důkladně, až nás to samotné překvapilo, a samozřejmě moc potěšilo. V dnešním zpravodaji Vám dále přinášíme informace o nových přípravcích, mezi nimiž najdete například horkou novinku Urinal hot drink, která pomáhá řešit problémy močových cest. Také kloubní výživa Proenzi se rozšířila o jedinečný přípravek s názvem Proenzi Hyal a přírůsteky zaznamenala i tzv. základní řada. Děti čeká soutěž s oblíbenými Martánky a mohou se těšit i na nové kamarády Hvězdičky.

Věříme, že si rádi přečtete zážitky třináctiletého Prokopa Salajky, který se se svou maminkou zúčastnil exkurze do naší továrny, a že se při jeho vyprávění pobavíte stejně jako my.

Přejeme Vám poklidné babí léto a pevné zdraví.

Mgr. Pavel Olšar, ředitel pobočky Walmark ČR

Klub zdraví se stal za deset let své činnosti vyhledávanou organizací lidí, které spojuje společná myšlenka – chtějí pečovat o své zdraví a dobrou fyzickou a psychickou kondici svých blízkých a zároveň se dozvědět o novinkách v oblasti zdravé výživy. V rámci oslav jsme pro vás připravili dvě výjimečné akce, které vás jistě potěší.

Klub zdraví
WALMARK®
je s Vámi
10
let



Oslavte s námi **10. výročí** našeho klubu!

Akce I. „DVOJNÁSOBNÝ BONUS“!!!

Akce II. „SOUTĚŽ O CENY“!!!

Zdvojnásobte si hodnotu

nasbíraných Wk!

Stále více členů KZW se zapojuje do našeho věrnostního programu – zasílá nám čárové kódy a za ně si vybírá své oblíbené výrobky anebo dárky z naší nabídky. Pokud k nim ještě nepatříte, tak neváhejte a připojte se!

U příležitosti 10 let Klubu zdraví Walmart jsme pro vás připravili jedinečnou akci, díky níž můžete získat ještě více!

Za všechny zasláné čárové kódy z výrobků Walmart (zakoupených v lékárně anebo prostřednictvím zásilkového prodeje Klubu zdraví Walmart) získáte v období od 22. 9. do 15. 11. 2008 **DVOJNÁSOBNÝ POČET Wk než v běžném období.**

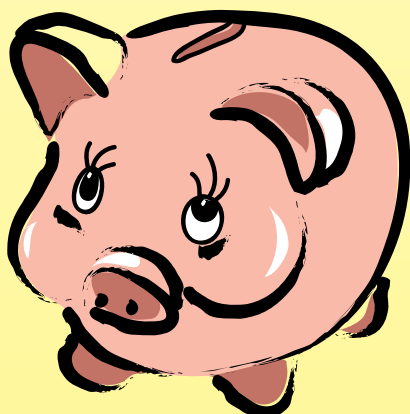
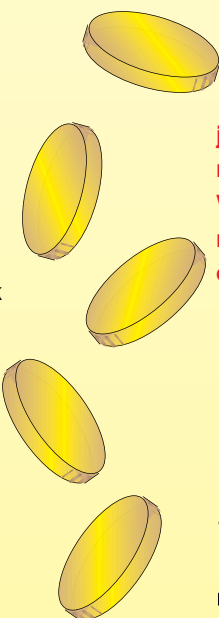
Co to pro vás znamená? Jestliže v tomto období zašlete čárový kód například z výrobků Martánci balení 100 tbl., získáte 40 Wk místo běžných 20 Wk. Všechny takto získané Wk můžete využít pro bezplatný nákup výrobků řady Walmart, Nature's Bounty nebo dárků z naší nabídky.

Nakupovat u nás se vyplatí!

Ani v našem zásilkovém prodeji jsme pro vás v rámci oslav nezapomněli připravit oblíbenou soutěž. O jakou soutěž se jedná a jak se do ní můžete zapojit? Je to velmi jednoduché! Pokud si v období od 20. 9. do 15. 11. 2008 nakoupíte prostřednictvím zásilkového prodeje Walmart a vaše objednávka dosáhne hodnoty vyšší než 1 999 Kč, budete zařazeni do slosování o hodnotné ceny. Co můžete získat?

- 1.** Peněžní poukázku CK Pressburg v hodnotě 10 000 Kč
- 2.** Balíček produktů dle vlastního výběru v hodnotě 4 000 Kč
- 3.** Balíček produktů dle vlastního výběru v hodnotě 3 000 Kč
- 4.** Balíček produktů dle vlastního výběru v hodnotě 2 000 Kč
- 5.** Balíček produktů dle vlastního výběru v hodnotě 1 000 Kč
- 6.-20.** Balíček produktů v hodnotě 500 Kč

Slosování proběhne 21. 11. 2008. Seznam vylosovaných výherců bude zveřejněn na internetových stránkách na adrese www.kzw.cz.



Jsme tu PRO VÁS!

Naše společnost zaměstnává v ČR přes 400 lidí. Ti všichni se snaží, aby spokojenost zákazníků s výrobky Walmark byla co největší. Dovolujeme si vám představit pracovníky Zákaznického servisu Walmark, kteří se mimo jiné starají o vaše telefonní i písemné objednávky a odpovídají na vaše dotazy.

Petr Novotný, manažer zákaznického servisu Walmark

1. Do mých kompetencí spadá koordinace všech aktivit spadajících pod oddělení Zákaznického servisu a všech aktivit Klubu zdraví Walmark.
2. Za nejpříjemnější považuji přijímání "pochvalných" reakcí našich zákazníků. Jejich reakce mi dodávají energii a přesvědčení, že naše práce má smysl!
3. Nebudu přehánět, když řeknu, že moje zkušenosti s produkty Walmark jsou výborné. Mými favority jsou: Imunactiv, Guarana a z posledních novinek Salutil.



Zaměstnancům Zákaznického servisu jsme položili tři otázky:

1. Co máte ve Walmarku na starosti?
2. Kterou oblast ve spolupráci s klientem máte nejraději?
3. Jaké jsou vaše vlastní zkušenosti s výrobky Walmark?

Jana Krenželoková, referentka

1. Věnuji se přijímání hovorů na bezplatné lince, zpracování objednávek, aktivnímu telemarketingu, vyřizování reklamací a ostatních dotazů na náš klub.
3. Každá oblast práce se zákazníkem je zajímavá, nejraději však komunikuji s příjemnými lidmi.
3. Mé zkušenosti s doplňky stravy Walmark jsou velmi dobré, užívá je celá moje rodina!



Eva Drašnarová, specialista

1. Baví mě písemná i telefonická komunikace s klienty.
2. Mám naše zákazníky ráda. Těší mě, když jsou spokojeni, ale největší radost mám, když se podaří zdárně vyřešit nějaký zádrhel.
3. Produkty Walmark užívá celá rodina – mamince kupují Proenzi, oblíbili jsme si Coenzyme, Betakaroten. Já nyní nedám dopustit na Mabelle.



Daniel Czczotka, specialista

1. Mým hlavním úkolem je podílet se na správě internetových stránek KZW, potažmo Martáneků, navádění objednávek a komunikaci s klienty. Také se podílím na přípravě propagačních materiálů.
2. Zatím nevím, teprve se "rozkoukávám".
3. Výrobky Walmark doma užíváme, děti posilují svou imunitu Martánky a my dospělí doplňujeme nevyváženou stravu a rychlý životní styl multivitaminy a bylinnými přípravky. Prarodiče užívají přípravky na stárnoucí klouby.



Alena Mrakviová, referentka

1. Do mé pracovní náplně patří přijímání hovorů na zákaznické lince, zajišťování kompletace spotřebitelské soutěže a zásilek novým členům KZW.
2. Nejraději mám práci s klientem při telefonickém hovoru, ale i písemnou formu spolupráce. Vidím tak totiž zpětnou vazbu spokojeného klienta se službami KZW, které se samozřejmě snažíme stále vylepšovat.
3. Vzhledem k tomu, že ve firmě působím už řadu let, mám s výrobky Walmark mnohaleté zkušenosti. Vyzkoušela jsem produkty na posílení imunity i léčiva, která jsme začali vyrábět, například Trigrip, Septofort, Emoxen gel. Mohu je jenom doporučit, protože jejich účinek mne opravdu potěšil a mé zdravotní problémy se zlepšily. Proto i z vlastní zkušenosti ráda doporučím klientům produkty, se kterými mám dobrou osobní zkušenost.



Marie Klimánková, referentka

1. Mám na starosti zpracování korespondence, vrácených dobírek, vyřizování reklamací (těch je ale naštěstí minimálně :-)), skladové zásoby, zavádění nových produktů a hovory na bezplatné infolince.
2. Nejraději mám práci s klientem po telefonu.
3. S našimi přípravky mám velmi dobré zkušenosti, stejně tak moji známí. Těší mě, že můžu propagovat něco, co se mi osvědčilo na vlastní kůži.



Michaela Plachtová, referentka

1. Kromě vyřizování telefonních a poštovních objednávek a dotazů ohledně produktů Walmark je mým dalším úkolem rozšířit povědomí o naší firmě také do zahraničí prostřednictvím německých internetových stránek a vyřizování korespondence a telefonátů z Německa a Rakouska.
2. Těší mě, když mohu klientovi poradit k jeho spokojenosti.
3. Můj dědeček užívá už mnoho let Proenzi, taťka si chválí Varixinal a sestra nedávno otestovala novinku Urinal Akut. V naší domácí lékárnice najdete také Benosen, který tu a tam využívám především já v období zvýšeného stresu nebo ve zkušebním období.



Blanka Opletalová, referentka

1. Zabývám se vyřizováním telefonických hovorů a pošty. Například zpracovávám klientům jejich objednávky za Kč a za Wk, které získávají, pokud nám zašlou čarové kódy z produktů Walmark.
2. Baví mě především práce s klientem – konkrétně ráda poradím při výběru nejvhodnějšího produktu z portfolia naší firmy, pokud mě o to klient požádá.
3. Protože pravidelně běhám a cvičím, potřebuji dodat výživu svým kloubům. Proto užívám Proenzi 3, vyzkoušela jsem i ArthroStop Rapid a s oběma jsem byla velmi spokojena. Denoxinal je produkt na očistu těla, který užívám 2x ročně. Doporučila bych ho i lidem, kteří mají problémy s pletí.



Železné zdraví

Zásoba železa, s níž dítě přichází na svět, se začne vyčerpávat přibližně v šesti měsících. Osvědčenými zdroji železa jsou například hovězí maso, játra, vaječný žloutek a zelená zelenina. Organismus dítěte dokáže železo lépe vstřebávat za současného podávání potravin s obsahem vitamínu C. Naopak čaj snižuje množství železa vstřebávaného z potravy, proto je lepší podávat malému dítěti mezi jídly převařenou vodu.



Zázvor

Zázvor je podzemní oddenek rostliny volně rostoucí v jihovýchodní Asii a jedno z nejstarších tropických koření. Jeho vůně i chuť vám prohřeje celé tělo. Pomáhá při trávení bílkovin, takže se skvěle hodí k masu. Zázvor velmi prospívá zažívání, předchází žaludečním nevolnostem a nadýmání. Zabráňuje tvorbě krevních sraženin a podporuje krevní oběh. Při rýmě a kašli pomáhá uvolňovat hleny. Má dokonce i protizánětlivé účinky, a proto se využívá i při léčbě revmatismu.



doplňek stravy

Pro dobrou noc

Ke kvalitnímu spánku může přispět doplňek stravy Benosen®. Obsahuje rostlinné extrakty, které pomáhají odstranit stres a napětí, navozují celkovou relaxaci a napomáhají usnutí. Benosen® významně přispívá ke zlepšení celkové kvality spánku, omezuje noční probouzení, přináší pocit odpočinku a svěžesti. Všechny aktivní látky v přípravku jsou na přírodní bázi (l-theanin, kozlík, chmel) s ověřenou účinností a bez možnosti vzniku návyku. Užívají se 1-2 tablety denně půl hodiny před spaním a zapíjejí se tekutinou.

Stres okrádá o spánek

Spory, hádky a zmatky v práci škodí kvalitnímu spánku mnohem více než přesčas nebo noční směny. Toto zjištění přinesla studie lékařského týmu z Michiganské univerzity, které se po dobu 10 let zúčastnilo přibližně 2300 dospělých občanů USA. Studie sledovala stejné lidi po delší čas a ověřila tak, že pracovní podmínky silně ovlivňují spánkový vzorec. Ti, kteří se v práci často rozčilují nebo mají osobní spory s vedoucími pracovníky nebo i s kolegy, mají 1,7x větší pravděpodobnost výskytu poruch spánku.

Zdroj: www.medicalnewstoday.com



foto: www.dobry-spanek.cz

Pro ty, kteří plánují potomka, doporučujeme Permen®

Přípravek Permen® je určen mužům a obsahuje účinné látky L-arginin a Tribulus, které pozitivně ovlivňují spermatogenezi (tedy tvorbu a pohyblivost spermií), což blahodárně působí na plodnost. Permen® má zároveň pozitivní vliv na udržení sexuální kondice, podporuje erekci, mužskou potenci, libido a výkonnost.

Účinnost přípravku Permen® byla sledována. Sledování bylo provedeno u mužů s erektilní dysfunkcí a s potížemi s plodností. Muži užívali přípravek v dávkování 2 tablety denně po dobu 3 měsíců. Účinnost přípravku Permen® je možné hodnotit jako dobrou a je tedy jednoznačně vhodný jako doplňek stravy pro příznivé ovlivnění erekce. Při hodnocení množství a kvality spermií 73 % mužů dosáhlo zlepšení. Během užívání se u mužů neprojevovaly žádné subjektivní obtíže.

Kotvičnick pozemní (Tribulus terrestris) je nenápadná rostlinka se žlutými pětičetnými kvítky. Obsahuje saponiny, glykosidy, třísloviny, pryskyřice, alkaloidy, flavonoidy, tanin, sacharidy, steroidy aj. Droga působí močopudně, zvyšuje sekreci žaludečních šťáv a peristaltiku střev, pravděpodobně rozšiřuje cévy a snižuje krevní tlak. V poslední době je nazývána „rostlinnou viagrou“ pro svou schopnost zvyšovat hladinu mužského pohlavního hormonu testosteronu a anabolické účinky.



doplňek stravy

Walmart moji důvěru nikdy nezklamal



Naše zákaznice a dlouholetá členka KZW paní Miroslava Králová nám poslala dopis, po jehož přečtení jsme se shodli, že ji musíme poznat osobně. Setkání s ní pro nás bylo potěšením a ubezpečilo nás, že naše filozofie o zákazníkovi, který pozná a ocení kvalitu, opravdu funguje.

pokud jí nedodám správnou výživu zevnitř, krásnější a zdravější nebude.

Problém se sice objeví na povrchu – třeba v podobě nevyrovnané nečisté pleti, třepících se nehtů, padajících vlasů, ale jeho podstata je vždy uvnitř našeho těla. Jsem nadšenou propagátorkou výrobků Walmart i mezi svými zákaznicemi především proto, že jsem jich většinu vyzkoušela sama na sobě. Třeba Beta karoten bereme už léta s dcerou vždycky hned zjara a opálení

Bylo mi sympatické, že se jedná o českou firmu, a líbil se mi jejich způsob prezentace.

nám vydrží až do Vánoc. S úsměvem pak vysvětluji známým, když se v listopadu ptají, jestli jsem byla někde u moře, co se skrývá za mým dlouhotrvajícím opálením. A mám vyzkoušené, že jakmile se u mě nebo u někoho z rodiny objevily problémy s pletí, mohl za to většinou nedostatek zinku. Nemůžu si vynachválit kombinaci Vápník-hořčík-zinek, kterou jsem užívala i v době, kdy jsem začala mít problémy s odvápněním kostí.

„Poprve jsem se s výrobky Walmartu setkala v Praze v roce 1997 na jednom veletrhu, výstavě věnované zdravé výživě. Vše, co se týká zdraví, mě odjakživa zajímalo, a pamatuji si, že produkty téhle firmy mě zaujaly na první pohled. Přitom v té době Walmart ještě nebyl tak známý, z reklam jsem ho neznala, ale bylo mi sympatické, že se jedná o českou firmu, a líbil se mi jejich způsob prezentace. Zástupce společnosti u výstavního stánku dovedl o produktech velmi podrobně a zasvěceně mluvit, každému zájemci vše ochotně vysvětloval. Zkrátka jsem k Walmartu pojala důvěru hned od prvního setkání. Od té doby už uběhlo více jak deset let, ale nikdy se nenašel důvod, abych musela o téhle důvěře pochybovat, naopak – jako zákazník jsem stále spokojenější.

Krásna a zdraví vycházejí zevnitř

Pracuji jako kosmetička a dobře vím, že můžu na pleť používat sebelepší a sebedražší kosmetické přípravky, ale

Berle už jsme „zahodili“

Musím říct, že mi udělalo opravdu radost, když jsem zjistila, že Walmart začal prodávat i přípravky Proenzi. Myslím, že i díky téhle kloubní výživě, kterou jsem léta poctivě užívala, jsem se dlouho úspěšně vyhýbala operaci kyčelního kloubu, i když jsem věděla, že mě jednou nemine. Ve třinácti letech jsem totiž prodělala úraz, a od té doby nade mnou tahle hrozba stále visela. V září roku 2005 už nebylo vyhnoutí, takže jsem se podrobila operaci a shodou okolností právě v té době podstoupil můj muž operaci kolena. Pajdali jsme oba o berlích, a přestože to moc legrační nebylo, když jsme se viděli, museli jsme se smát. Dcera nás tehdy vyfotila, a když jsem letos dostala z Walmartu další dárky z věrnostního programu, napadlo mě, že k poděkování přiložím i tuhle fotku. Teď už jsme zaplatpánbůh v pořádku, určitě i díky kloubní výživě, kterou bereme pravidelně dodnes. Každý poctivě zobeme svoje tobolečky a nezávidíme si je :-). Nedávno jsme oslavili společných třicet let – jsme spolu už od mých osmnácti – a věřím, že i díky Walmartu nám to spolu v pohodě a ve zdraví pošlape hezky dál.“

Výborná záležitost

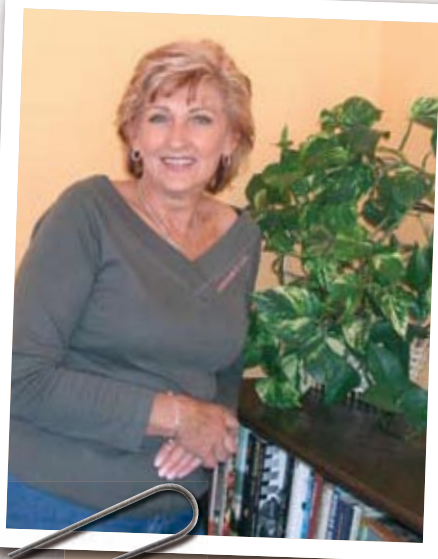
Dobrý den,
velmi ráda bych Vám alespoň touto cestou chtěla poděkovat za Vaš skvělý výrobek Viaderm. Výborná záležitost. Velmi dlouhou dobu trpím atopickým ekzémem, téměř neměnný stav, ale při užívání Viadermu je kůže alespoň ve velmi klidném stavu a docela se vylepšuje můj setrvalý stav. Zároveň mám ve výborné kondici nehty. Opravdu v případě Viadermu je jeho reklama na místě, je výborný. Hezký den.

Renata Picová (dopis přišel e-mailem)



doplňěk stravy

Vážená paní Picová, děkujeme za Vaš e-mail. Doplněk stravy Viaderm patří mezi nejoblíbenější výrobky mezi našimi zákazníky, tedy především zákaznicemi. I když je pravda, že hlavně před Vánoce mi ho kupuje mnoho mužů jako praktický dárek... Máme radost, že Viaderm pomohl i Vám, navíc při takovém nepříjemném zdravotním problému, jakým atopický ekzém bezesporu je. Přejeme Vám samé dobré zkušenosti s našimi výrobky, hodně zdraví a posíláme Viaderm do zásoby.



Dobrá zkušenost

Milí přátelé ve Walmarku, už delší dobu si říkám, že Vám napíšu, protože si opravdu zasloužíte pochvalu. Inspirovaly mě k tomu dopisy, které otiskujete v klubovém časopise. Určitě je pro Vás příjemné číst si výpovědi lidí, kterým Vaše doplňky stravy nebo léky pomohly. Já osobně mám výborné zkušenosti s Viadermem, který jsem dostala od své dcery loni k Vánocům, a samotnou mě překvapilo, jak dobře se projevilo na kvalitě mých vlasů a nehtů. Mám také velmi dobré zkušenosti s přípravky Urinal a Varixinal – ten mi pomáhal především v době, kdy jsem byla v zaměstnání od rána do večera na nohou. Teď mám v plánu vyzkoušet některý výrobek s koenzymem Q10.

Vlasta Spiessová, Jáchymov

Přeji Vám, aby se Vám práce dařila přinejmenším tak jako doposud, a abyste měli stále více spokojených zákazníků, mezi něž patřím i já.

Milá paní Spiessová,
Vaš dopis nám udělal velkou radost, a proto teď potěšíme i my Vás. Posíláme Vám úplnou novinku – přípravek VesiSorb® Q10, což je koenzym Q10 vyrobený nanotechnologií. Tento postup zaručuje, že je každá tableta VesiSorb® Q10 3x až 6x účinnější než běžné přípravky s koenzymem Q10. Více se o této převratné technologii a samotném přípravku můžete dočíst na straně 28 v tomto čísle. Přejeme Vám pevné zdraví a těšíme se na Vaše další postřehy.



doplňěk stravy



(Z důvodu omezeného prostoru stránky mohou být některé dopisy kráceny nebo jazykově upravovány. Děkujeme za pochopení. Vaše redakce)

doplňěk stravy



Úleva pro nohy

Vážená redakce časopisu, jsem členem Klubu zdraví Walmark, i když nekupuji výrobky formou objednávky, ale nakupuji je v lékárně. Chci Vám přispět se svou zkušeností s Vašimi výrobky.

Strašně mě bolely nohy, večer, ale hlavně v noci. Bolely mě svaly, nohy otékaly, jako bych ušla „100 jarních kilometrů“. Koupila jsem si na zkoušku Varixinal tablety. Již po vybrání jednoho balení jsem pocítila úlevu. Teď mám problémy se spaním, vyzkouším tedy Benosen. Děkuji Vám za přínosnou pomoc při výběru výrobků pomocí Vašeho časopisu.

Romana Šoltysová, Studénka

Vážená paní Šoltysová, děkujeme za Vaš dopis, který nás velmi potěšil. Varixinal si pochvalujeme i my tady v redakci, protože od stálého sezení u počítačů máme podobné potíže, jaké popisujete Vy. Ale pravidelné užívání Varixinalu skutečně od těchto projevů žilní nedostatečnosti rychle pomáhá. Jsme rádi, že je Vám při výběru produktů Walmark nápomocen i náš časopis, přejeme Vám hodně zdraví a spokojenosti s našimi výrobky a samozřejmě jako poděkování posíláme balení Varixinalu.



Díky za Urinal

Vážení,

chci Vám moc poděkovat za výrobek Urinal. Když se objevil a já ho začala užívat, bylo to pro mě jako zázrak. Od dospívání jsem trpěla potížemi močového měchýře. Často jsem brala antibiotika. I když jsem poctivě dodržovala rady od lékařů, potíže mě trápily pořád, a co víc – častěji. Bylo to deprimující. Vyzkoušela jsem i řadu bylinných přípravků z lékárny – nic nepomáhalo.

V těhotenství mé problémy mírně ustoupily – prý je to běžné, a několik měsíců jsem byla bez potíží. Pak se druhý den po porodu problém opět objevil a já, stejně jako kojený syn, jsem dostala opět antibiotika. V té době přišel na trh Urinal a já jsem ho při kojení začala užívat. Od té doby jsem bez potíží a Urinal mám stále v domácí lékárničce. Užívala jsem ho i při druhém těhotenství a i teď preventivně asi 1x za 3 dny (i z finančních důvodů) si vezmu tabletu. Ještě jednou díky za něj.

Jiřina Gregorová. Křížánky



doplňek stravy

Horká NOVINKA

Velkoplodé brusinky patří mezi nejsilnější přírodní antioxidanty. Jsou bohaté na minerály, vitaminy, stopové prvky, organické kyseliny a vlákninu. Patří mezi osvědčené prostředky pro všechny, kteří si chtějí udržet zdraví močových cest.



Urinal hot drink

Doplňek stravy Urinal hot drink je kvalitním přípravkem pro zdraví močových cest ve formě horkého nápoje. Představuje velmi účinnou a kvalitní pomoc pro zdraví močových cest. Vyznačuje se výbornou chutí a příjemnou vůní. Složení přípravku je navrženo s ohledem na konkrétní specifika močového ústrojí člověka. Tekutá forma je vhodná zejména u osob, kterým činí polykání tablet problémy. Navíc zvýší tolik důležitý příjem tekutin. Urinal hot drink obsahuje aktivní látku NutriCran™, koncentrovanou sušenou šťávu, která příznivě ovlivňuje zdraví močových cest v několika úrovních.

- * Příznivě působí na množství a tvorbu moči, tím zlepšuje její průtok
- * Napomáhá doplňovat pitný režim důležitý pro navrácení správné funkce močového ústrojí.

Dávkování:
1 sáček 3x denně, zalít 200 ml horké vody, nápoj vypít teplý.
Balení: 12 sáčků



Základní řada se rozrůstá

Doplňky stravy s typickou žlutou etiketou tvoří nepřehlédnutelnou součást nabídky Walmarku. Od roku 2005 navíc mají atraktivní obal s moderním bezpečnostním víčkem pro lepší manipulaci a uchování obsahu. Do tzv. žluté řady stále přibývají nové výrobky, tentokrát vám představujeme čtyři z nich.

Vápník-hořčík-zinek Forte

Přípravek je výjimečný mimořádně vysokým obsahem tří základních prvků, nezbytných pro správné fungování lidského organismu. Vápník, hořčík a zinek patří k základním minerálním látkám, které jsou nepostradatelné pro zdravý stav kostí, zubů a kůže.

Vápník je základním stavebním kamenem pro stavbu kostí a zubů. Hořčík je nezbytný pro správnou funkci nervů a svalů, včetně srdce. Zinek

Pevné kosti

působí příznivě na kvalitu pokožky a pomáhá posilovat imunitu. Vitamin D3, obsažený v tomto přípravku, je důležitý pro vstřebávání vápníku, zlepšuje mineralizaci kostí a pomáhá posílit kostní hmotu. **Užívání:** 1-2 tablety denně, které se zapíjejí tekutinou. Děti od 3 do 12 let 1 tableta denně.



doplňek stravy



doplňek stravy

Lepší imunita

Hlíva ústřičná

Hlíva ústřičná je cizopasná houba žijící na kmenech stromů, ze kterých čerpá celou řadu zdravých prospěšných látek. Optimální harmonie těchto látek pozitivně ovlivňuje

obranyschopnost organismu. Díky antioxidantním účinkům některých obsažených látek napomáhá chránit buňky před působením volných radikálů. Hlíva ústřičná má také příznivý vliv na udržení správné hladiny cholesterolu v krvi. **Užívání:** 1 tableta denně, během jídla nebo po jídle, která se zapíjí tekutinou.



Zdravé srdce a cévy

Super Omega 3 s vysokým obsahem EPA a DHA

Přípravek je mimořádně vysokým obsahem kyseliny eikozapentae-nové (EPA) a kyseliny dokosa-hexaenové (DHA). Přírodním zdrojem těchto omega-3 nenasycených mastných kyselin je rybí olej. Tyto kyseliny plní úlohu při udržování správné hladiny tuků v krvi a jsou navíc důležité pro udržení dobrého psychického zdraví. Pravidelný přísun DHA podporuje správný vývoj a zdraví nervového systému a příznivě ovlivňuje mozkové funkce.

Užívání: 1-3 tobolek denně, které se zapíjejí tekutinou.



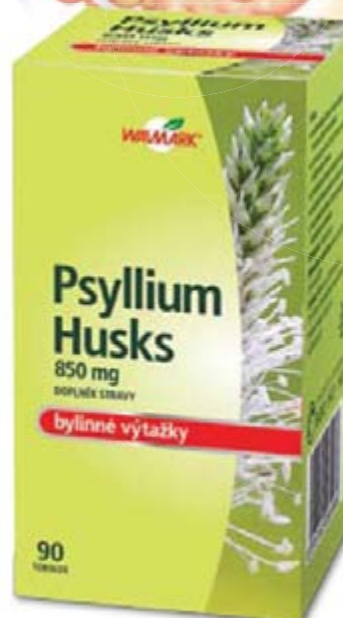
doplňek stravy

Dobré zažívání

Psyllium Husks 850 mg

Nový doplněk stravy je výjimečný významným množstvím účinné látky. Indický jitro-cel, anglicky nazývaný Psyllium Husks, je rostlina známá svým vysokým obsahem vlákniny. Rozpuštěná vláknina v trávicím traktu vstřebává vodu a několikanásobně tak zvětší svůj objem. Zvýší se pohyblivost střev a dojde k urychlení a usnadnění průchodu potravy. Opakované užívání příznivě ovlivňuje činnost zažívacího traktu. Psyllium Husks mechanicky stimuluje střevní pasáž a navozuje tak přirozený proces vyprazdňování.

Užívání: 3x denně 1-3 tobolek, které se zapíjejí větším množstvím tekutiny.



doplňek stravy

Jak se rodí Martánci

Prokop Salajka, 13 let

Nikdy jsem nebyl v továrně. Téměř všechno, co máme doma, jsme koupili nebo pořídili už hotové. Skoro jsem před cestou do podniku Walmark nemohl dospat.

Světla nízká moderní budova s několika malými okny a velikými vraty ve mně vzbuzovala neuvěřitelnou zvědavost. Vešel jsem do továrny s červeným nápisem Walmark, ve které se vyrábějí malé, kulaté, větší, oválné, bílé i barevné pilulky. Jak se vlastně léky vyrábějí? To mě tedy opravdu zajímalo.

Nejdřív jsem se dozvěděl o historii původně rodinné firmy z Třince. Za šestnáct let se toho ale podle mého moc nestalo, jen z malé továrny je továrna velká. Se svým průvodcem jsem vyrazil na prohlídku.

Oblékli mi dlouhý bílý plášť a na hlavu prapodivnou čepici na gumičku, aby ze mě nepadaly vlasy. Vešli jsme do spleti chodeb, ze kterých vedly dveře. Prosklenými stěnami jsem koukal do vývojových laboratoří. V nich se zkouší, jak nejlépe pilulky namíchat, aby se z nich stal užitečný doplněk stravy. To je něco, co se vlastně polykat nemusí, ale když se to jí, tak to dělá organizmu lidí dobře. Tak nějak jsem to pochopil.

Prošli jsme laboratořemi, kde se bílý prášek smíchaný s tekutinou promění v jakousi zvláštní hmotu. Míchá se ve veliké nádobě a masa vypadá jako hustá roztekla zmrzlina. Někdy má i takovou barvu. Rozmíchaná nateče do formiček, podle kterých mají tobolky vypadat. Když se pilulky vytvarují, chladí se ve velkém válci, aby se nezdeformovaly. V další místnosti se doplňky stra-



Tedy musím uznat, návštěva

továrny na mě udělala veliký dojem!

vy všelijak balí. Do kelímků, blistrů, do krabiček a zavírají se pomocí spousty automatických přístrojů. To jede nekonečný pás s plastovými krabičkami a do nich nějaký Chytrolín schovaný ve stroji nasype přesný počet tobolek. Sledoval jsem systém, který krabičku s menší hmotností jakoby odfoukne pryč z pásu. Nebyl jsem k odtržení od té zvláštní podívané, a tak můj průvodce vyndal z jedné krabičky příbalový leták, abych viděl, jak funguje váha. Když se krabička dostala na váhu, o čtyři gramy lehčí výrobek odpadl do koše mimo stroj. Nedalo mi to a ještě jednou jsem si podobný pokus nechal ukázat s fialovým Martánkem, to je pandulák plný vitamínů. Ti, co je právě vyráběli, chutnali po malinách. Když jednoho

mimozemšťana z krabičky vyndali, zmetek vypadl mimo stroj. Koukal jsem na obsluhu kolem balicího zařízení, ty paní si musejí za celou pracovní směnu ukrotit hlavu. Plnění ještě hlídá kamerový systém, sleduje, zda je ve všech blistrech – obalech na přípravky – správný počet tobolek. Blistry se přikrývají

hliníkovou fólií s natištěným jménem výrobku a datem, kdy má být spotřebován. Celé zabalení trvá jen chvíli, ale je to trochu jednotvárné. Já bych tam určitě celý den nevydržel.

Po prohlídce balicí linky jsem se konečně vysvlékl z ochranného obalu proti špíně. Za dalšími vraty jsem objevil regály plné krabic. Sklad výrobků jednoho z nejmodernějších farmaceutických závodů v naší republice je ohromná hala rozdělená do drátěných klecí. Asi čtyři patra polic, mezi kterými jezdí vysokozdvíhací vozíky, stovky různě polepených a popsaných krabic s různými doplňky stravy. Tak tady na severu Moravy svým výrobkům říkají. Tedy musím uznat, návštěva továrny na mě udělala veliký dojem!

Nechtěl



Petr Kostka (70) patří k významným osobnostem naší divadelní i filmové scény. Díky svému všestrannému talentu dokáže zahrát složitou dramatickou postavu a vzápětí překvapí v komické roli. Od 70. let působil v Národním divadle, dnes je jeho domovskou scénou Divadlo na Vinohradech. Mezi významné role v divadle patří například profesor Brackish ve hře I. Horovitzze "Chvilé pravdy". Je rovněž znám z mnoha filmů a televizních inscenací a seriálů. Nedávno se s ním diváci mohli setkat na obrazovce v Četnických humoreskách. Petr Kostka dostal za své divadelní umění cenu Thálie za rok 2003.

bych žít jinde a jindy...

■ **Vyrůstal jste v herecké rodině, přesto jste šel studovat vyšší hospodářskou školu. Co vás k tomu vedlo? Hodily se vám někdy vědomosti, které jste tu získal?**

Bylo mi asi tak těch 15 let. Zajímala mne astronomie, grafologie, fysiognomie, telepatie, a náhle se objevila škola, kde byl jakýsi těsnopis. Řekl jsem si: „Vida, to se udělá klikyhák a nikdo to nepřečte, jenom já sám. Tak na tu školu půjdu.“ A bylo. A víte, že se mi ty vědomosti hodily? A stále někdy hodí. Mám-li si zapamatovat v textu nějaké obtížné slovo nebo jméno, napíši si je v myslu těsnopisně a pak při hraní si ten „klikyhák“ prostě vybavím a přečtu.

■ **Kterou svoji roli v divadle nebo ve filmu jste si nejvíc užil?**

Samozřejmě bylo jich více a jejich názvy by čtenářům už dnes nic neřekly, ale byly to hry, které se povedly nám všem společně a hlavně měly žádoucí odezvu u publika.

■ **Kde vás mohou diváci vidět v současné době a co zajímavého připravujete?**

Tak to se svěřím rád, protože to bude reklama věru dobrých věcí a dobré zábavy. Diváky bych rád pozval do Prahy do Divadla na Vinohradech na představení „Famílie“ a „Chvilé pravdy“, do Divadla u Hasičů a do Branického divadla na hru „Smíšené pocity“ a v divadle Ungelt hrajeme komedii „Ledňáček“. Skvělých kolegů je v těch představeních celá řada! No řekněte sami – Jiřina Jirásková, Jana Hlaváčová, Alena Vránová, Dagmar Havlová, Ilja Racek, Jaroslav Satoranský, František Němec... Přijďte!

■ **Často hostujete v oblastních divadlech. Neunavuje vás „kočovní život“?**

Unavuje. Jak to víte? Ale nejenom penzi živ je člověk! Z toho cestování v autě je už často tělo rozlámané, jak se patří, ale kupodivu na jevišti mě to vždycky přejde. Vlastně na tom jevišti se cítím dobře. Zatím. Kéž by to vydrželo!

■ **Váš kolega pan Zdeněk Svěrák nám v rozhovoru prozradil, že dělá třicet kliků denně. Jak jste na tom s „kondičkou“ vy?**

Klikům nefandím. Kvůli vám jsem to zkusil, udělal jsem tři... Já jsem vůbec po této stránce dost líný. Běhání z divadla do divadla mi úplně stačí. Ráno posnídám své prášky na tlak, krevní oběh, všechny „supermultivitaminy“ a hotovo. No a na ten pohyb mi pomáhá Proenzi. Byl jsem požádán udělat na něj dokonce reklamu. Udělal jsem to rád, protože Proenzi už dva roky užívám, a kdo ví, jak bych vypadal bez něho? Takže dáte-li vy liknavější na mou radu – kliky ne, Proenzi ano.

■ **Jste otcem čtyř dcer. Nebylo vám z té ženské přesily někdy úzko?**

Nebylo. Ani mi to ale nepřipomínejte, je to už pryč a stýská se mi.

■ **V Africe máte další dceru, holčičku Shamim, kterou jste adoptoval v rámci projektu Adopce bez hranic. Prý jste ji byl dokonce navštívit? Jak na vás setkání zapůsobilo?**

To by bylo na dlouhé povídání. Ale tou návštěvou jsem se znovu přesvědčil, že my tady v Evropě nevíme, co máme. Jak báječně si žijeme a žel, často si toho nevážíme. Platit tomu děvčátku školné je nepatrná kapička pomoci, zoufale nepatrná, ale snad bude mít tam někde daleko jeden človíček, když už nic jiného, tak lehčí dětství. A dozví se i něco o světě.

■ **Kdybyste si mohl vybrat, žil byste raději tady, nebo v Africe?**

Říká se „Ševče, drž se svého kopyta“. A já k tomu dodávám:

„...a své hroudy“. Nechovám v sobě představy, že jinde a jindy bych na tom byl lépe. Ne, nechtěl bych žít jinde. Ani nikdy jindy.

Proenzi 3

Obľiba Proenzi mezi spotřebiteli plyne zejména z jeho účinnosti, která je dána obsahem tří vědecky ověřených látek – glukosamin sulfát, chondroitin sulfát a MSM.

Proč zvolit Proenzi, když jsou na trhu desítky preparátů nabízejících pomoc při bolestech kloubů?

* Proenzi 3, to jsou 3 neúčinnější látky využívané pro udržení zdraví kloubů.

* Komplexní péče pro namáhané klouby i páteř: každá z obsažených látek působí jiným mechanismem, vzájemně se doplňují a mají tak širší spektrum účinků na kloubní chrupavku.

* Poskytuje výživu kloubům a má pozitivní vliv na pohyblivost.

* Dlouhodobá účinnost: efekt přetrvává 2-3 měsíce po dokončení užívání.

* Ověřeno na tisících spokojených uživatelů, kteří důvěřují značce Proenzi.



doplňek stravy



Pozor, **velká** **soutěž** pro šikovné děti!

Martánek – můj kamarád

Pro všechny kreativní děti, které si oblíbily multivitaminy Martánky, jsme připravili soutěž, ve které mohou vyhrát spoustu báječných cen.

Martánci jsou bezpochyby už řadu let nejoblíbenějším multivitaminem našich dětí. Usměvavé zelené postavičky, které dětem přinášejí nejen zdraví, ale i mnoho zábavy.

Martánci přivázejí spoustu novinek!

Jednou z nich je dlouho žádané balení MIX příchutí.

Rozhodli jsme se tedy namíchat nejoblíbenější jahodové a pomerančové Martánky. Ty navíc obsahují unikátní komplex Imunactiv™ speciálně vyvinutý pro posílení dětského organismu. Již se nemusíte bát častých paragrafů v práci nebo užívání antibiotik u svých dětí.



doplňek stravy

Milí kamarádi,

v nové soutěži, kterou pro vás Walmark přichystal, můžete vyhrát **pravý martanský iPod, mikiny** či **hrníčky s obrázky Martánků!** A co pro to musíte udělat?

Vaším úkolem je ztvárnit kamaráda Martánka tak, jak si ho představujete ve své fantazii. Můžete použít jakékoliv výtvarné prostředky, například pastelky, fixy nebo vodovky. A nemusíte jen kreslit a malovat na papír. Pokud máte chuť a dostatek nápadů, klidně můžete použít látku, Martánka ušít nebo zhotovit jeho masku. Pak poproste rodiče nebo starší sourozence, aby vaše soutěžní dílo vyfotili, případně naskenovali do počítače, a fotografii v elektronické podobě nebo v klasické poštovní obálce pošlete k nám do Walmarku. Podaří-li se vám vytvořit několik podob kamaráda Martánka, budou do soutěže zařazeny všechny, a vaše šance na výhru tak ještě stoupá! Soutěž probíhá od prvního září do konce prosince a v jejím průběhu si můžete své maskoty prohlížet na stránkách www.martanci.cz, kde také najdete podrobnější informace.

Co můžete vyhrát?

- | | |
|-----------------------|------|
| 1. hlavní cena | 5x |
| 2. cena | 50x |
| 3. cena | 100x |

pravý martanský iPod
martanská mikina
martanský hrníček

Na každého tvůrce čeká

hezký martanský dárek!

Podrobná pravidla najdete na příbalovém letáku v každém 100tbl balení Martánků.



Klub zdraví
WALMARK®
Je s Vámi
10
let

Pokud patříte ke střední nebo starší generaci, určitě si vybavíte, jak jste v dětství dostávali od maminky nebo v ordinaci rybí tuk na lžici. Dnešní děti to mají mnohem jednodušší – rozžvýkají tobolku vonící po pomerančích a ještě si přitom užijí spoustu zábavy.

DHA – tajemství chytrých dětí

MUDr. Vladimír Škudera
Ordinace pro děti a dorost
v Praze 4-Podolí



Vzpomínáte, jak člověk musel otevřít pusu a raději zavřít oči, aby masnotu zavánějící rybinou spolknul a měl tuhle nepříjemnou povinnost rychle za sebou? Rybí pachut', která se mnohým z nás vybaví i teď po letech, už dnešní děti trápit nemusí. Ne že by se něco změnilo v požadavcích na dětskou výživu – všichni dobře víme, jak je rybí tuk, jehož základ tvoří především kyselina dokosaheptaenová (DHA), důležitý hlavně pro vývoj lidského mozku. Jen metody a možnosti jsou už jiné. Dnešní děti užívají potřebné látky mnohem elegantněji než my před léty, a navíc je to baví. Moderní doplňky stravy s DHA, jako jsou Hvězdíci, mají výborné pomerančové aroma, takže dětem chutnají, a ještě si s nimi užijí plno zábavy.

Jak působí DHA

„Stále rozšířenější průzkumy podporují myšlenku důležité role, kterou kyselina dokosaheptaenová hraje při vývoji mozku. Zjistilo se například, že doplňování DHA už během těhotenství příznivě ovlivňuje vývoj nervové soustavy plodu a kojence (mozek, mícha), zvláště schopnost poznávání a soustředění se, i celkovou inteligenci,“ říká dětský lékař MUDr. Vladimír Škudera. „Kyselina dokosaheptaenová (DHA) se nachází ve vysoké koncentraci v mozkové tkáni, kde tvoří až 20 % šedé kůry mozkové, a je tak nejhojněji zastoupenou kyselinou z celého komplexu omega-3 v mozku. Lidské tělo však neumí tuto látku samo vyrobit, proto je potřeba zajistit její pří-

jem ve vhodné stravě. Nejbohatším přírodním zdrojem DHA je rybí tuk. V naší dětské populaci je příjem tučných ryb nedostatečný, a proto je vhodné dodávat ho formou doplňků stravy.“

S chutí pomerančů

Novinkou určenou dětem jsou Hvězdíci – želatinové žvýkácké tobolky, které obsahují omega-3 nenasycenou mastnou kyselinu DHA, jež má zcela zásadní vliv na správný vývoj mozku a mentálních funkcí dítěte a zároveň pozitivně působí na činnost srdečně cévního systému a vývoj zraku. Jedna tobolka Hvězdíků denně zajistí dítěti potřebný příjem DHA. Dostatečný přísun DHA a patřičných vitamínů má prokazatelně pozitivní účinky na růst a vývoj centrální nervové soustavy a na rozvoj mozkových funkcí dítěte. Hvězdíci navíc dětem chutnají, protože mají skvělou pomerančovou chuť s pastovou náplní, nikoliv olejovou, a tudíž odpadají potíže s konzumací rybího tuku v jeho izolované formě.

Způsob užívání

Dětem se podává 1 tobolka denně, nejlépe po jídle. Tobolku je možné spolknout celou nebo ji rozžvýkat v ústech. Želatinový obal není zdrojem DHA, a proto je možné jej v případě potřeby po důkladném rozžvýkání a konzumaci obsahu vyplivnout. Jsou vhodné pro děti od tří let, a to i k dlouhodobému užívání.

Jak Hvězdíci pomáhají

- * příznivě podporují správný růst a vývoj mozku dítěte
- * pozitivně působí na rozvoj mentálních funkcí dítěte
- * podporují soustředění, paměť a proces učení
- * pomáhají udržovat psychickou vyrovnanost
- * příznivě ovlivňují příznaky související s hyperaktivitou

Jedna tobolka Hvězdíků denně zajistí

dítěti potřebný příjem DHA.



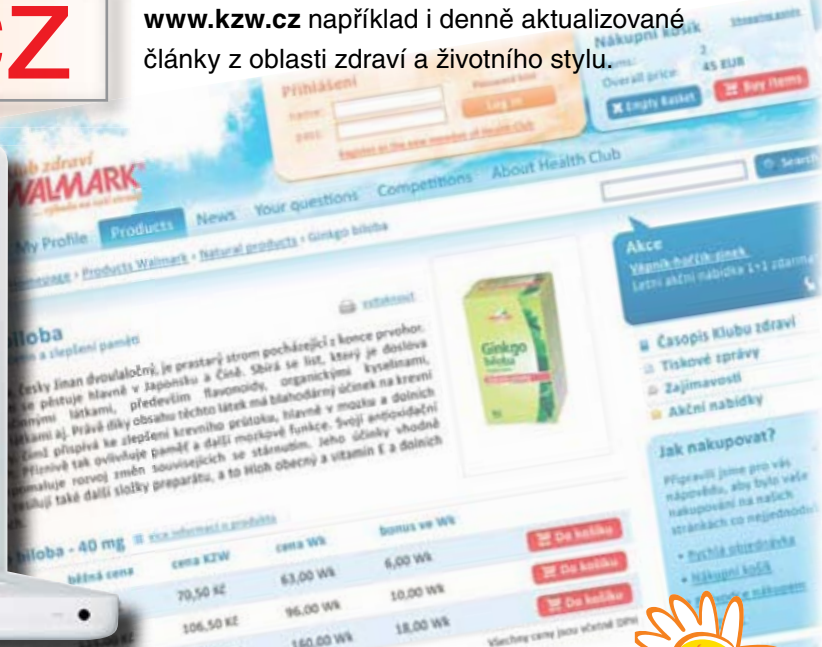
doplňek stravy



Jste na dobré adrese:

www.kzw.cz

Vážení a milí zákazníci, zveme vás k virtuální návštěvě našich nových webových stránek, které jsme připravili s cílem zpříjemnit, zpřehlednit a zjednodušit vám práci s internetem. Kromě klubových a produktových informací najdete na adrese **www.kzw.cz** například i denně aktualizované články z oblasti zdraví a životního stylu.



Rozmazlujte své...

Krásné vlasy, pevné nehty a hebká pleť jsou touhou snad každé z nás. Patříte mezi ty ženy, které trápí vlasy bez objemu, lámou se jim nehty a mají pleť bez života?

Pěkné, pevné, lesklé...

Abyste docílila pevných a krásných nehtů, nemusíte si zrovna nechat nalepit ty umělé. Pokud hledáte dlouhodobý a znatelný efekt, vsadte na vnitřní výživu. Zvlášť velký význam mají pro kvalitu nehtů biotin a zinek.

2 Nehty...

Znáte dobře bílé skvrny na svých nehtech? Jsou vaše nehty roztržené, lámavé a měkké? Ruce jsou vaší vizitkou. Příčinou může být nešetrné zacházení, působení vody a chemikálií či nesprávná manikúra.

3 Pleť...

Na naší pokožce vidíme všechny změny a výkyvy počasí, špatné stravovací návyky i nedostatek některých vitamínů a minerálů. Stejně tak ji zatěžuje i dekorativní kosmetika.

1 Vlasy...

Máte také vlasy bez lesku, více padají a lámou se? Jedním z důvodů mohou být hormonální změny (dospívání, těhotenství, menopauza atd.). Ženy namáhají své vlasy především chemickými zásahy jako například trvalá ondulace, barvení, časté mytí vlasů nebo používáním oblíbené žehličky na vlasy.

Tobolky **Viaderm** vyživují kořínky vlasů, zlepšují jejich strukturu a dodávají přirozený lesk. **Napomáhají k udržení pružné a hydratované pokožky**, omezují tvorbu pigmentových skvrn, vrásek kolem očí a koutků úst. **Zpevňují nehty**, zmírňují jejich lámavost, třepení a tvorbu bílých skvrn.



Balení:
30 a 50
tobolek

Doplánek stravy

Žádejte ve své lékárně nebo na bezplatné infolince: 800 141 141. Walmark, a.s., Třinec, Česká republika
e-mail: farmainfo@walmark.cz, www.walmark.cz



Klub zdraví WALMARK®

... výhoda na vaší straně

Přesvědčte se, že náš klub má skutečně co nabídnout i vám



1. ČLENSKÉ VÝHODY

Klubový časopis a pravidelné informativní zásilky

Dvakrát v roce přinášíme zajímavé čtení o zdravém životním stylu, informace o nových produktech, rady a doporučení lékařů, rozhovory s osobnostmi, soutěže o hezké ceny a spoustu dalšího zajímavého čtení. Zásilka obsahuje i aktuální katalogy produktů a věrnostního programu a další zajímavé informační materiály.

ZDARMA AŽ
DO SCHRÁNKY
AKTIVNÍM ČLENŮM

2. VĚRNOSTNÍ PROGRAM

Všechny výrobky zakoupené v lékárně nebo formou zásilkového prodeje mají na etiketě nebo na krabici čárový kód. Zasláním čárových kódů z výrobků Walmark na naši adresu Zákaznického servisu získáte adekvátní počet Walmark korun (Wk), za které si můžete objednat výrobky a dárky z našeho věrnostního programu ZDARMA! Tabulku bonusů s přehledem dárek naleznete na str. 19 - 20 tohoto časopisu, v katalogu věrnostního programu a na internetových stránkách www.kzw.cz.

ZA ZASLANÉ
ČÁROVÉ KÓDY Z NAŠICH
PRODUKTŮ MŮŽETE
ZDARMA ZÍSKAT NAŠE
VÝROBKY NEBO
ATRAKTIVNÍ DÁRKY

3. ČLENSKOU SLEVOU A ZVÝHODNĚNÉ KLUBOVÉ NABÍDKY

12% ČLENSKOU
SLEVOU
A MIMOŘÁDNÉ
PRODUKTOVÉ
NABÍDKY

Jen pro vás, členy Klubu zdraví, pravidelně připravujeme akční produktové nabídky se slevou nebo dárkem zdarma. Tyto nabídky můžete nakoupit prostřednictvím naší zásilkové služby. Zásilku obdržíte nejpozději do 3 dnů od doručení objednávky.



A ještě něco navíc!

- **Členskou klubovou kartu**, kterou využijete pro uplatnění slev na zajímavé výrobky a služby u našich smluvních partnerů.
- **Přístup na osobní internetové stránky**, kde naleznete aktuální stav svého osobního konta věrnostního programu, nové informace o produktech, speciální akce pro členy klubu anebo i neveřejnou lékařskou poradnu s naším odborníkem.
- **Bezplatnou zákaznickou linku** na tel. číslo 800 141 141, v pracovních dnech v době od 7.00 do 19.00 hod.
- Členství v Klubu zdraví Walmark je **zcela zdarma** a k ničemu vás nezavazuje.





NAKUPUJTE POHODLNĚ A RYCHLE!

Zásilkový prodej Klubu zdraví Walmark se těší stále větší oblibě u našich zákazníků. Členové klubu u nás nakoupí navíc s 12% slevou, a to v klidu, z pohodlí svého domova. Současně s výrobky si mohou objednat produkty nebo dárky za nastřádané Wk.

Objednat produkty je tak snadné...

- On-line na internetové adrese www.kzw.cz. Při této objednávce si můžete vybrat formu platby (převodním příkazem, platební kartou nebo dobírkou)
- Telefonicky na **bezplatné lince 800 141 141** v pracovních dnech od 7.00 do 19.00
- Písemně, vyplněním objednávky na dobírkovém ceníku a zasláním na adresu: Walmark, a. s., zákaznický servis, Nová tovární 1940, 737 01 Český Těšín
- Elektronickou poštou na adrese farmainfo@walmark.cz

Dodací lhůty, poštovné a balné:

Zboží vám dodáme nejpozději do 3 dnů od přijetí objednávky.

Balné a poštovné ve výši 85 Kč bude účtováno objednávkám nižším než 590 Kč. Při objednávce nad 590 Kč hradí výdaje spojené s balným a poštovným společnost Walmark.

**ZÍSKEJTE ZDARMA
DÁREK NAVÍC!**

● Při objednávce v celkové ceně produktů **nad 1 999 Kč** získáte **originální skleněný pilník**

● Při objednávce **nad 2 999 Kč** získáte **značkovou aluminiovou lahev (1l)** se šroubovým uzávěrem v neoprenovém obalu

● Při objednávce v celkové ceně produktů **nad 4 999 Kč** obdržíte **luxusní wellness sadu v dárkovém balení**



**TELEFONICKÁ
LÉKAŘSKÁ
PORADNA**

Neváhejte se obrátit na MUDr. Lucynu Škňouřilovou s dotazy na své zdravotní problémy, s konzultací na vhodnost užívání, s jakými přípravky můžete produkty Walmark kombinovat, anebo kdy je naopak nesmíte užívat. Kvalifikované rady vám jistě pomohou při řešení vašeho problému. Přesvědčili se o tom už mnozí naši členové, kteří tuto nadstandardní službu využili.

MUDr. Lucyna Škňouřilová
ráda odpoví na vaše
dotazy každé úterý
od 15.00 do 16.30 na
**bezplatné lince Klubu
zdraví na čísle 800 141 141**



SMLUVNÍ PARTNEŘI KLUBU ZDRAVÍ WALMARK

Všechny potřebné informace pro využívání výhod členské karty Klubu zdraví Walmark získáte na bezplatné zákaznické lince 800 141 141 nebo na internetové stránce www.kzw.cz



TREKKINGSHOP,
internetový prodejce s vybavením pro turistiku, trekking, volný čas a cestování, poskytnete členům Klubu zdraví Walmark 10% slevu. Více informací naleznete na internetových stránkách www.trekkingshop.cz.

CK PRESSBURG, specialista na lázeňské, relaxační a wellness pobyty, poskytnete členům Klubu zdraví Walmark slevu 5% z katalogové nabídky lázeňských pobytů.



HUDYSport, největší obchodní síť s vybavením pro turistiku, horolezectví a pobyt v přírodě, vám doporučí nejvhodnější a nejspolehlivější výstroj. Naším členům nabízí slevu 5% na veškeré

produkty a služby. Více informací o společnosti HUDYSport naleznete na internetových stránkách www.hudy.cz



JAK ZASLAT ČÁROVÉ KÓDY?

Čárové kódy nalepujte na objednávací kartu našeho věrnostního programu, kterou si můžete vytisknout z internetových stránek nebo vyžádat v zákaznickém servisu KZW. Nemáte-li objednávací kartu, použijte pro nalepení kódů jakýkoli papír. Objednávací karta je určena jak pro nalepování čárových kódů, tak i pro samotné objednání dárků nebo produktů ve věrnostním programu.

Pozn.: Nedosáhne-li výše objednávky 150 Wk, musíte k ceně připočítat dalších 30 Wk poštovného.

Provozovatel (Walmark, a. s.) má právo vyžádat si doklady o koupi produktů při zaslání nestandardně vysokého počtu čárových kódů do věrnostního programu. Pokud EAN kódy nebude možné doložit dokladem o nákupu, body nebudou načteny. Stanovy Klubu zdraví Walmark jsou k dispozici na internetových stránkách www.kzw.cz

- Jak zjistit množství získaných Wk?
- Svůj aktuální stav WK zjistíte po přihlášení na našich internetových stránkách www.kzw.cz nebo na bezplatné zákaznické lince 800 141 141.
- Máte již ustřižený čárový kód, ale neznáte jeho hodnotu?

Nezoufejte! Na internetových stránkách www.kzw.cz/produkty.asp si hodnotu kódu můžete ověřit. Zadaním posledního čtyřčísli nebo celého čísla čárového (EAN) kódu se vám zobrazí typ produktu a hodnota kódu ve Wk.



SHRNUTO:

Vystříhnete čárové kódy z našich výrobků.



Nalepte tyto čárové kódy na zadní stranu karty.

Do části Objednávka vepište objednávací číslo nebo čísla zvolených odměn a jejich počty.



Odešlete kartu na naši adresu zákaznického servisu Walmark, Nová tovární 1940, 737 01 Český Těšín (nejlépe formou doporučené zásilky).



**POZOR! V období od 22.9. do 15.11.
AKCE DVOJNÁSOBNÝ BONUS!!!**

DÁRKY VĚRNOSTNÍHO PROGRAMU KLUBU ZDRAVÍ

				
Sportovní peněženka Husky 130 Wk	Rehabilitační míč 169 Wk	Marfanská peněženka 190 Wk	Kniha - Nová vitaminová bible 220 Wk	Dva froté ručníky Walmark 210 Wk
				
Velká froté osuška 210 Wk	Koupelová sada 320 Wk	Manikúra Solingen 220 Wk	Spací pytel GAP by HUSKY 345 Wk	Teleskopické trekking. hole 495 Wk
				
Sportovní taška HUSKY Attack 390 Wk	Batoh do města a do školy HUSKY Walker 450 Wk	Samonafukovací karimatka HUSKY Flab 560 Wk	Turistický batoh HUSKY Granger 750 Wk	Taška na kolečkách HUSKYRoller 825 Wk

TABULKA PRODUKTŮ VĚRNOSTNÍHO PROGRAMU KLUBU ZDRAVÍ WALMARK

ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ WALMARK	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS ZA VÝROBEK	CENA VE Wk
ABC Spektrum	60 tablet	3956	18	174
Acerola 500 mg	30 tablet	3604	6	60
Alicin 1000 mg	30 tobolek	3383	4	40
Antioxidant	30 tablet	3260	5	55
Arthrostop krém	100 ml	6315	6	78
Arthrostop Plus	100 tablet	6131	36	328
Arthrostop Rapid	90 tablet	0197	41	371
Arthrostop Rapid	180 tablet	0203	72	616
Benosen	20 tablet	1521	11	119
Benosen	40 tablet	3785	20	202
Beta karoten 10000 I.U.	30 tobolek	3376	5	51
Beta karoten 10000 I.U.	60 tobolek	5370	8	85
Beta karoten 10000 I.U.	100 tobolek	3406	11	113
Betabronz	30 tablet	1781	16	147
Betabronz	60 tablet	1774	28	267
B-Komplex + vitamin C	30 tablet	3345	3	34
B-Komplex + vitamin C	100 tablet	3109	8	89
Brontíci - vitamin C 100 mg	30 tablet	3581	5	47
Brontíci - vitamin C 100 mg	100 tablet	4014	11	113
Brutnák lékařský	30 tobolek	3307	6	78
Céčko višň 100 mg 40 tbl.	40 tablet	6179	2	22
Céčko višň 100 mg	100 tablet	6353	4	42
Clarinol 1000 mg CLA	30 tobolek	0401	26	248
Coenzyme Q 10 + carnitine	30 tobolek	5004	18	164
Coenzyme Q10 10 mg	30 tobolek	4687	6	63
Coenzyme Q10 10 mg	60 tobolek	4731	12	120
Coenzyme Q10 15 mg	30 tobolek	3284	8	87
Coenzyme Q10 15 mg	60 tobolek	4564	18	160
Coenzyme Q10 30 mg	30 tobolek	5776	10	104
Coenzyme Q10 30 mg	60 tobolek	5998	20	196
Coenzyme Q10 60 mg	30 tobolek	1286	19	184
Denoxinal	30 tablet	3990	18	162
Denoxinal	60 tablet	4003	32	294
Dialevel	30 tablet	1941	14	137
Dialevel	60 tablet	3938	26	253
Dolomit Natural	70 tablet	3321	4	51

ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ WALMARK	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS ZA VÝROBEK	CENA VE Wk
Echinacea	60 tablet	4393	10	100
Echiňáčci bubble gum	30 tablet	4540	5	55
Echiňáčci bubble gum	100 tablet	4038	15	142
Echiňáčci černý rybíz	30 tablet	3574	5	55
Echiňáčci černý rybíz	100 tablet	4007	15	142
Energy Spektrum	30 tablet	4908	12	120
EPA marine	30 tablet	4816	6	64
EPA marine	100 tablet	5226	18	171
Ginkgo biloba 40 mg	30 tablet	2238	6	63
Ginkgo biloba 40 mg	60 tablet	2245	10	96
Ginkgo biloba 40 mg	100 tablet	2719	18	160
Ginkgo biloba - Pupalka dvouletá	30 tobolek	4298	10	104
Ginkgo biloba - Pupalka dvouletá	60 tobolek	5202	19	188
GinkoPrim 40 mg	30 tablet	0425	12	124
GinkoPrim 40 mg	60 tablet	0470	23	225
GinkoPrim 40 mg	90 tablet	0982	29	276
GinkoPrim MAX	30 tablet	2191	13	133
GinkoPrim MAX	60 tablet	2610	24	234
Ginkostim	30 tablet	4618	11	116
Guarana 800 mg	30 tablet	3390	6	60
Guarana 800 mg	100 tablet	3949	18	164
Hořčík 200 mg	30 tablet	5790	4	41
Hořčík 200 mg	100 tablet	5899	11	109
Hvězdicí	30 tablet	5598	17	156
Chróm 0,200 mg	30 tablet	6223	11	116
Chróm	30 tablet	6230	5	46
Chromdiet	30 tablet	4809	8	85
Chromdiet	100 tablet	4892	23	230
Imunactiv	30 tablet	2276	26	320
Kelp - 0,15 mg jódu	50 tablet	3444	5	56
Kelp - 0,15 mg jódu	100 tablet	5219	8	102
Lecithin 1200 mg	30 tobolek	6384	5	55
Lecithin 1200 mg	80 tobolek	6476	10	105
Mabelle	30 tablet	1767	21	214
Mabelle	60 tablet	3914	32	377
Marfánci IMUNO jahoda	30 tablet	0128	7	76

Bonusy za výrobky jsou uvedené bez dvojnásobného bonusu.

TABULKA VĚRNOSTNÍHO PROGRAMU KLUBU ZDRAVÍ WALMARK – pokračování

ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ WALMARK	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS ZA VÝROBEK	CENA VE Wk	ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ WALMARK	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS ZA VÝROBEK	CENA VE Wk
Martánci IMUNO jahoda	100 tablet	7363	22	216	Santoin zubní pasta	65 g	3048	4	44
Martánci IMUNO pomeranč	30 tablet	0111	7	76	Santoin Excellent zubní pasta	65 g	6032	4	47
Martánci IMUNO pomeranč	100 tablet	7349	22	216	Selen	30 tablet	6052	4	42
Martánci MIX	100 tablet	7387	22	216	Selen	100 tablet	6069	11	109
Martánci s oligosacharidy lesní plody	30 tablet	0135	7	76	Selezin ACE	30 tablet	0654	7	73
Martánci s oligosacharidy lesní plody	100 tablet	7370	22	216	Senior Spektrum	30 tobolek	3543	13	131
Martánci s oligo. zelené jablko	30 tablet	3501	7	76	Spektrum s imunactivem	30 tablet	1613	9	116
Martánci s oligo. zelené jablko	100 tablet	7356	22	216	Spektrum s imunactivem	90 tablet	1668	22	276
Megacéčko 600 mg - vit. C jahoda	30 tablet	4946	6	57	Stresvit	30 tablet	3161	10	98
Megacéčko 600 mg - vit. C jahoda	100 tablet	2702	16	143	Urinal	30 tobolek	5943	16	143
Megacéčko 600 mg - vit. C pomeranč	30 tablet	3475	6	57	Urinal	60 tobolek	4051	28	263
Megacéčko 600 mg - vit. C pomeranč	100 tablet	2696	16	143	Urinal	90 tobolek	0623	40	363
Megacéčko Aktiv - vit. C 600 mg	30 tablet	6094	6	64	Urinal Akut	10 tablet	5758	19	156
Megacéčko Aktiv - vit. C 600 mg	100 tablet	1118	11	116	Vápník - Hořčík - Zinek	30 tablet	3369	5	48
MemoPlus	30 tablet	3413	10	98	Vápník - Hořčík - Zinek	100 tablet	3925	10	104
Omega 3-6-9	30 tobolek	6250	7	69	Vápník s rybím olejem	30 tobolek	4939	7	67
Permen	60 tobolek	4089	67	574	Varixinal	30 tablet	1347	12	126
Pregnum	60 tobolek	3907	32	301	Varixinal	90 tablet	4786	35	324
Prostenal	30 tobolek	5745	18	165	Varixinal gel	75 ml	0630	7	94
Prostenal	90 tablet	0692	40	360	Vesisorb Q10	30 tablet	8032	19	176
Prostenal s Perfect complexem	30 tobolek	0951	19	184	Viaderm	30 tobolek	1309	18	162
Prostenal s Perfect complexem	60 tobolek	1064	39	353	Viaderm	50 tobolek	1279	28	262
Psyllium Husks	100 tablet	6274	10	97	Vialong	30 tablet	4539	21	261
Pumpkin	30 tobolek	3314	7	74	Vialong	90 tablet	4768	58	638
Pupalka + vitamin E	30 tobolek	4304	7	84	Vitamin A 6000 I.U.	30 tobolek	3659	4	43
Pupalka dvouletá	30 tobolek	3291	7	67	Vitamin E 100 I.U.	30 tobolek	3642	4	44
Pupalka dvouletá	100 tobolek	3888	20	192	Vitavision	30 tablet	2344	11	114
Pupalka dvouletá + vitamin E	30 tablet	4304	7	84	Vláknina	30 tablet	4625	6	62
Reghaar šampon	175 ml	3079	5	60	Yuca	30 tobolek	4212	8	85
Reghaar vlasový aktivátor	50 ml	3062	4	46	Zinek 15 mg	30 tablet	6076	3	34
Reghaar vlasový stimulátor	30 tablet	3086	8	84	Zinek 15 mg	100 tablet	6083	8	88
Salutil	30 tablet	5123	18	173	Zenšen korejský	30 tobolek	3952	11	115
Santoin ústní voda	200 ml	3055	5	68	Žraločí chrupavka 740 mg	30 tobolek	4083	14	139
Santoin zubní pasta	120 g	4045	6	75	ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ NATURE'S BOUNTY				
ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ NATURE'S BOUNTY	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS VE Wk	CENA VE Wk	ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ NATURE'S BOUNTY	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS VE Wk	CENA VE Wk
ABC Plus	100 tablet	NB0706	15	212	Mega-lecithin 1325 mg	200 tobolek	NB6571	24	329
Acerola C 100 mg	100 tablet	NB0000	8	119	Omefor 3-6-9	30 tobolek	NB8217	11	158
Acidophilus & Pectin	50 tobolek	NB5427	9	122	Omefor 3-6-9	60 tobolek	NB1519	19	272
Acidophilus	100 tobolek	NB6102	10	137	Prenatal vitaminy – pro těhotné a kojící ženy	100 tablet	NB7009	14	198
Aloe Vera 25 mg	30 tobolek	NB6812	9	121	Rutin 50 mg	250 tablet	NB7538	8	119
Beta karoten 10000 m.j.	100 tobolek	NB5205	9	127	Selen 0,050 mg	100 tablet	NB1206	7	95
Biotin 0,300 mg	100 tablet	NB7604	7	100	Silymax	30 tobolek	NB8562	12	166
B-komplex	100 tablet	NB4708	9	126	Silymax	60 tobolek	NB1842	20	283
Brusinky s vitaminy	30 tablet	NB3659	10	136	Vápník - Hořčík - Zinek	100 tablet	NB2904	10	138
Calcerin	100 tobolek	NB2728	14	191	Vápník - Hořčík - Zinek	200 tablet	NB2726	16	218
EPA 1000 mg	50 tobolek	NB8303	9	124	Vitamin A+D 5000 m.j.	100 tobolek	NB3017	6	90
FS - Doplněk výživy pro ženy	60 tablet	NB5803	13	176	Vitamin B-12 0,100 mg	100 tablet	NB1702	5	75
Garlic Oil	100 tobolek	NB9707	5	74	Vitamin B-12 0,500 mg	100 tablet	NB3706	8	105
Hair Booster (vlasový stimulátor)	60 tablet	NB1C08	12	166	Vitamin E - 100 m.j. přírodní	100 tobolek	NB2601	11	157
Herba Vision	60 tobalek	NB7558	15	203	Vitamin E - 100 m.j.	100 tobalek	NB7506	8	114
Hořčík	100 tablet	NB8301	8	118	XTreme trim Phase2	30 tablet	NB3336	26	369
Koenzym Q10 10 mg	50 tobalek	NB7107	16	224	XTreme trim Phase2	60 tablet	NB3404	42	589
Lecithin 1200 mg	100 tobalek	NB3004	13	176	Zacne (proti akné)	100 tablet	NB5808	9	128
Lecithin 1200 mg	200 tobalek	NB1C88	23	321	Zelený zdroj	60 tablet	NB2209	25	350
Lecithin 500 mg	100 tobalek	NB3800	9	122	Zinek 10 mg	100 tablet	NB0101	6	88
Manchurian Ginseng 250 mg	50 tobalek	NB2709	8	110	Želatina přírodní 650 mg	100 tobalek	NB7804	12	164
Mega-lecithin 1325 mg	100 tobalek	NB6508	14	172	ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ PROENZI				
ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ PROENZI	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS VE Wk	CENA VE Wk	ABECEDNÍ SEZNAM VÝROBKŮ PROENZI	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS VE Wk	CENA VE Wk
Proenzi 3	90 tablet	6414	44	396	Proenzi Forte	90 tablet	6407	46	410
Proenzi 3	180 tablet	5014	75	653	Proenzi Opti	60 tablet	0432	36	326
TABULKA DÁRKŮ VĚRNOSTNÍHO PROGRAMU KLUBU ZDRAVÍ WALMARK	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS VE Wk	CENA VE Wk	SEZNAM DÁRKŮ PODLE HODNOTY Wk	BALENÍ	OBJEDNACÍ ČÍSLO	BONUS VE Wk	CENA VE Wk
Sportovní peněženka HUSKY	1 ks	5400	0	130	Turistický batoh HUSKY Granger (40 l)	1 ks	5300	0	750
Rehabilitační míč (Ø 65 cm)	1 ks	4200	0	169	Cestovní taška na kolečkách HUSKY (80 l)	1 ks	3100	0	825
Martanská peněženka	1 ks	5500	0	190	DOPRODEJ				
Froté ručníky (100 x 50 cm)	2 ks	5200	0	210	Dětská souprava na kreslení	1 ks	4400	0	110
Velká froté osuška (75 x 180 cm)	1 ks	1300	0	210	Čelová svítlna (ANDE)	1 ks	4800	0	195
Cestovní manikura Solingen	1 ks	5600	0	220	Hračka z froté - ručník	1 ks	4900	0	195
Koupelová sada v dárkovém balení	1 ks	5100	0	320	Knihy Nová vitamínová bible	1 ks	5000	0	195
Spací pytel GAP (X-RATED by HUSKY)	1 ks	3700	0	345	Multifunkční taštička HUSKY (MACE)	1 ks	4100	0	260
Městský batoh KZW	1 ks	5700	0	450	Sportovní batoh HUSKY (Street 25 l)	1 ks	2600	0	450
Teleskopické trekkingové hole Ande (ANTISHOCK)	1 ks	4000	0	495	Sportovní taška HUSKY (40 l)	1 ks	4500	0	390
Samonafukovací karimatka HUSKY FLAB	1 ks	3600	0	560					

Bonusy za výrobky jsou uvedené bez dvojnásobného bonusu.

Ambex.

Léčí kašel na **EX**



*Ambroxoli
hydrochloridum*

- *Jediná šumivá tableta s klinicky ověřenou účinnou látkou **ambroxoli hydrochloridum**.*
- *Ambroxol působí **dvojí silou a účinkem** proti kašli: uvolňuje zahlenění a usnadňuje vykašlávání.*
- *Navíc nabízí příjemný způsob podání: **malá šumivá tableta se rozpustí v lahodný nápoj.***



Lék k vnitřnímu užití. Čtěte pečlivě příbalovou informaci.

Žádejte ve své lékárně. Více informací na bezplatné infolince 800 141 141. www.walmark.cz

Moderátorku **Martinu Vrbovou** (35) znají především diváci pořadu *Sama doma*, který vysílá ČT1. Kromě toho je spoluautorkou scénáře seriálu *Kam s nimi* zabývajícího se problematikou odpadů a připravuje seriál se zdravotnickou tematikou určený dětem. Po čase, kdy prověřovala své síly při adrenalinových sportech, teď prožívá celkem poklidné období.

■ **Vždycky jste chtěla být moderátorkou?**

Vůbec ne. My jsme doma dlouho neměli televizi, takže jsem asi do patnácti let vůbec nevěděla, co to je koukání na obrazovku. Chtěla jsem být doktorkou jako moje maminka. Ale u prvního odběru se mi při pohledu na krev udělalo špatně, takže jsem pochopila, že ze mě lékařka asi nebude. Ale obloukem se teď vlastně k lékařské profesi vracím při natáčení seriálu *Dětská záchranka v akci*. Učí děti poskytovat první pomoc, když se stanou účastníky dopravní nehody nebo se doma něco přihodí.

■ **Jak jste se dostala ke své současné profesi?**

Studovala jsem na státní konzervatoři obor klasická kytara a při koncertech jsme potřebovali konferenciéra. Velmi ráda jsem se téhle role ujala a postupně mě začalo moderování bavit víc než samotné hraní. Když jsem končila školu, Česká televize vyhlásila konkurz

Vychutnávám si
tichou
pohodu

na hlasatelky a moderátorky. Přihlásila jsem se, prošla výběrovým řízením a – vybrali mě.

■ Jste spoluscenáristkou seriálu Kam s nimi, který se zabývá tříděním odpadu. Co vás inspirovalo k této práci?

Prvním podnětem byla moje cesta do Indie. Mám tuhle zemi moc ráda, ale vadí mi, jaký je tam nepořádek. Nikdo se tím moc nezabývá. Stalo se mi například při túře v Himálaji, že Ind, který naši skupinu vedl, klidně zahodil obal od sušenek na zem; přitom jsme byli v nádherné panenské přírodě! Když jsme se ho ptali, proč to udělal, nechápal a odpověděl, že to tak dělá odjakživa... Dalším důvodem, který mě přivedl k myšlence podílet se na vzniku ekologického seriálu, byla čísla, jež dokumentují neustálý nárůst odpadu. Došlo mi, jak je v tomhle směru osvěta důležitá, protože pokud s tím nezačneme něco dělat, skončíme všichni odpadky zasypání...

■ Jak si udržujete štíhlou postavu?

S přibývajícím věkem zjišťuji, že věci, které fungovaly ve dvaceti, už po třicítce neplatí. Třeba některá jídla, která jsem kdysi mohla sníst, už si dnes nemůžu dovolit, protože metabolismus se zpomalil. Víím, že musím o tělo pečovat, takže chodím pravidelně na power jógu. Je to cvičení, které nezatěžuje klouby, a příjemně se při něm protáhnu. K tomu přidávám plavání a jízdu na in-linech.

■ S fyzickým zdravím jde ruku v ruce i duševní pohoda...

Čím dál tím víc si uvědomuji, jak je důležitá celková harmonie v těle. Zvykla jsem si na pravidelné meditace. Večer si sednu a rovnám si myšlenky. Vědomě se snažím se zklidnit, ujasnit si, co uplynulý den přinesl, soustředím se na dýchání. Když mám větší pracovní zátěž nebo v období zvýšeného výskytu chřipky, dopřávám si vitaminy a mám aspoň pocit, že pro sebe něco dělám. Musím říct, že poslední dobou, kdy beru vitaminy a kombinuji je s čínskou medicínou, se mi chřipky a nachlazení vyhýbají. Musím to ale zařukat...

■ Kvůli televizním vystoupením si často upravujete vlasy. Neměla jste někdy problém s jejich kvalitou?

Měla jsem skutečně období, kdy mi vlasy začaly padat víc, než je obvyk-

Na svatební cestě v Austrálii



lé. V jednom časopise jsem se tehdy dočetla, že nejlepší pomoc je domácí kúra. Podle návodu jsem rozmixovala med, vajíčka a banán, vzniklou kaši nanasla na hlavu a nechala deset minut působit. Jenže maska se za tu dobu změnila v tvrdou krustu a nešla smýt. Trvalo velmi dlouho, než se mi ji podařilo odstranit. Ještě po třech týdnech mi maskérka v televizi vyčesala z vlasů kus suchého zčernalého banánu... Takže do podobných experimentů se už nepouštím a raději používám profesionální kúry. Vlasům navíc dopřávám vnitřní výživu pomocí doplňků stravy s křemíkem, vápníkem a zinkem.

■ Vyzkoušela jste řadu adrenalinových sportů. Co vás na nich přitahuje?

To bylo moje adrenalinové období, teď mám zase pohodové kytičkové. V době, kdy jsem zkoušela různé outdoorové aktivity, mě zajímaly především moje vlastní limity. Co dokážu, na jaké hraně jsem schopna balancovat, který sport je pro mě ten pravý. Například jsem zjistila, že se pro mě nehodí horolezectví. Jsem někdy dost roztěkaná a lezení vyžaduje maximální soustředění a dobrý odhad vlastních možností. Do vysokých výšek mě to netáhne, to se spíš potopím pod hladinu a budu pozorovat ryby.

■ Svého muže, žurnalistu Jiřího Hynka, jste si vzala v Austrálii. Prý jste si tam taky zaplavala s delfínem... nebo se žralokem?

Dodneška nevím. Jednou ráno jsem si šla zaplavat do moře, jen tak bez šnorchlu a masky. Najednou se vedle mě objevila velká ploutev. Zmocnil se mě hrozný strach a přes všechna poučení, že člověk nemá při setkání se žralokem dělat zbrklé pohyby, jsem rychle plavala k pevnině. Až na břehu jsem si uvědomila, že to byl nejspíš delfín, a přišlo mi líto, že jsem s ním nepobyla déle. Ale nedávno běžel je-



Potápění patří k oblíbeným zábavám Martiny Vrbové

den z dílů seriálu Přežít, a když jsem tam viděla ploutve žraloků, zase jsem začala pochybovat, s kým že jsem si to tehdy po ránu vlastně zaplavala.

■ Jak byste popsala své kytičkové období?

Pěstuji kytky a bylinky a vychutnávám si tichou pohodu na zahrádce. Je tak akorát velká, že se člověk nenadře, ale nachází kontakt s půdou. Mám ráda, když můžu ráno vyjít bosou nohou na zahrádku a počvachtat se v trávě.

Nové Spektrum

Nový doplněk stravy z řady Spektrum obsahuje vitaminy a hlavní minerály a navíc je obohacen o jedinečný komplex Imunactiv™, který aktivně podporuje obranyschopnost organismu. Navíc pouze nové Spektrum má vitaminy a stopové prvky výhradně z organických zdrojů. Tím je zajištěno lepší vstřebávání a účinnost v organismu. Spektrum je vhodné pro celoroční užívání, zejména pak v období chřipky a nachlazení.

Dávkování: Užívá se vždy 1 tableta denně nezávisle na jídle, která se zapijí tekutinou.



doplněk stravy

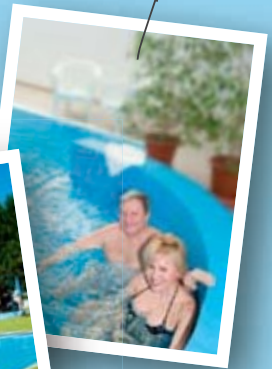
CK PRESSBURG

www.pocelyrok.cz

Vrátíme Vám poplatek!



hotel
Slovakia***
Tr. Teplice



hotel
Linea***
Piešťany



hotel
Kriváň**
Vysoké
Tatry



hotely
Odevák II***
a Odevák I***
Piešťany



ANO, SPOLEČNOST CK PRESSBURG, s.r.o. VÁM VRÁTÍ
ZA KAŽDÝ DEN POBYTU 30 Kč. Akce platí v případě zakoupení některého z pobytů

ze speciální nabídky PRESSBURG HOTELS (Piešťany: hotely Linea, Odevák I a II; Trenčianské Teplice:
hotel Slovakia, Vysoké Tatry: hotel Kriváň) nebo katalogu LÁZNĚ. Nabídka platí do 22. 12. 2008.

Senioři nad 55 let OBĚDY ZDARMA!*

Platí pro hotely PRESSBURG Hotels při objednání 60 a více dnů před nástupem.

klientská centra: Olomouc, tř. Svobody 20, tel.: 585 222 666, 585 104 114

• **Brno**, Galerie Orli, Orli 3, tel.: 542 210 89021 • **Praha**, Revoluční 13, tel.: 224 803 266

• **Český Těšín**, Viaduktová 4, tel.: 558 740 308 anebo v naší síti partnerů

tel.: 585 104 104

Aktivita není výsadou mláďí

Walmart je hlavním partnerem Nadačního fondu Veselý senior, který pravidelně pořádá různé kulturní akce či setkání se zajímavými osobnostmi. Výtěžek z těchto akcí, spolu s prostředky od naší firmy, fond věnuje na pomoc seniorům a zařízením pro ně určeným.

Malované jaro

V květnu proběhlo letos již po třetí Malování s Veselým seniorem v pražské Valdštejnské zahradě. Populární osobnosti, mezi nimiž nechyběla například Aňa Geislerová, Bára Hrzánová, Taťána Medvecká, Kateřina Brožová, Květa Fialová, Ljuba Skořepová, Vojta Kotek či Jitka Čvančarová, se při této příležitosti proměnily v pouliční malíře a návštěvníkům zahrady namalovaly na požádání portrét za symbolickou cenu. Jejich výtvarné snažení přitom komentovali patronka Veselého seniora Tereza Kostková a karikaturista Štěpán Mareš. Při malování v zahradě vystoupil Swingový bigband Pražského salonního orchestru při Domově seniorů v Praze-Bohnicích. Mnozí návštěvníci si odtud odnesli originální portréty od svých oblíbených herců či zpěváků.

Taneční léto

V tanečnímu pod širým nebem se první letní neděle proměnilo náměstí Míru na pražských Vinohradech. Velká party plná tance a zábavy byla určena všem generacím. Nejprve předvedly rumbu taneční dvojice z pořadu Star Dance Michal Dlouhý s Michaelou Gatěkovou a Robert Záruba s Vandou Dětinskou. Návštěvníci akce se nechali i přes velké vedro inspirovat mistrovskými kousky hereckých, "sportáckých" a tanečních celebrit a postupně se zapojili do tance. Opět nechyběla ani půvabná patronka nadačního fondu Tereza Kostková, která celou akci moderovala. Vítaným zpestřením akce byly hostesky-seniorky v originálním oblečení, jaké kdysi nosily prodávачky či servírky, které prodávaly makové koláčky. Speciálně je pro tuto příležitost upekl pekař Jiří Janoušek. A právě makové koláčky měly svůj smysl. Makoviči má totiž Veselý senior ve znaku jako symbol vyzrállosti a moudrosti.

Ljuba Skořepová s Jitkou Čvančarovou v akci



Makové koláčky nabízely hostesky-seniorky



Patronka Veselého seniora Tereza Kostková



Součástí tanečního odpoledne bylo soutěžení generačně smíšených párů. Na vítěze v twistu čekal dárkový koš s produkty od Walmartu. Tanečníky doprovázel populární orchestr Martina Kumžáka Moondance Orchestra a zpěvačka Marta Elefteriadu učila zájemce typický řecký tanec „kolo“. Cílem tanečního odpoledne bylo připomenout tradiční zábavu našich předků, kdy se letní odpoledne trávila

právě při tanci, a získat finanční prostředky, které budou věnovány na pomoc sociálním zařízením pro seniory.

Pro dobrou kondici

Přípravek Vialong® obsahuje originální kombinaci léčivých rostlin a koenzymu Q10 určenou lidem, kteří chtějí žít plnohodnotný aktivní život bez ohledu na rostoucí věk. Vialong® díky jedinečnému složení pomáhá udržovat duševní výkonnost a vitalitu, celkovou tělesnou zdatnost, navíc koenzym Q10 s olejem ze semen černého rybízu pomáhá udržovat správnou činnost srdečně-cévního systému. Užívá se 1 tableta denně a zapíjí se tekutinou.

4 plus pro Vialong®

- * pomáhá udržet vitalitu a psychickou svěžest
- * podporuje odolnost organismu vůči stresům
- * příznivě ovlivňuje fyzickou výkonnost
- * podporuje správnou funkci srdečně-cévního systému



Čokoládové cookies

150 ml bio oleje lisovaného za studena
10 lžic javorového sirupu
250 g špaldové mouky hladké
1 lžice vinného kamene (kypřicí prášek bez fosfátů)
3 lžice kakaa nebo
2 lžice karobu
100 g hořké čokolády

Olej promíchejte metlou s javorovým sirupem. Potom vmíchejte zbytek surovin a čokoládu nakrájenou na malé kousky. Lžičkou tvarujte hrudky a pečte v troubě vyhřáté na 150 °C asi 15 min. Ihned po dopečení s cookies nemanipulujte a nechte je zchladnout na plechu, protože jsou zpočátku velmi křehké.



Recepty v bio stylu



Recepty a zdravé tipy jsou z knihy Biokuchařka Hanky Zemanové

400–500 g vepřové biopanenky (dle chuti)
4 lžice Maizeny - kukuřičného škrobu)
kvalitní olej
3 stroužky česneku zázvor na dva palce
3 pórký
přírodní sójová omáčka

Nudličky s pórkem

Maso nakrájejte na tenké nudličky, případně je promíchejte s kukuřičným škrobem. Do velké pánve (woku) nalijte větší množství oleje, rozpalte ho a vhodte do něj nudličky masa.

Maso smažte necelou 1 minutu a pak slijte přebytečný olej. Přidejte česnek a zázvor pokrájený na malinké kostičky a bílou část pórku. Společně chvíli restujte. Nakonec přidejte i zelenou část pórku a přírodní sójovou omáčku a ještě prohřejte tak, aby pór byl měkký, ale křehký a zůstal svěže zelený. Pokud chcete zvýraznit zázvorovou chuť, po dovaření přidejte lžičku čerstvě vymačkané šťávy z čerstvého zázvoru.



Cizrna na paprice

Propláchnutou cizrnu namočte přes noc. Před vařením vodu slijte a použijte novou. Cizrnu zalijte litrem vody a dejte vařit do papiňáku. Po uvedení do varu natlakujte a vařte 35–40 minut. Uvařenou cizrnu sceďte a zbytek vývaru si nechte na omáčku. Ve větším kastrolu orestujte na oleji cibulku, sladkou papriku a mořskou sůl. Přilijte vývar s polovinou uvažené cizrny a vše rozmixujte na hustou kaši. Přidejte do hrnce zbytek nerozmixované cizrny, pórek a společně krátce povařte. Nakonec přilijte smetanu a dochutte solí, popřípadě citronovou šťávou.

200 g sušené cizrny
olivový olej – bio a lisovaný za studena
2 větší cibule nakrájené najemno
1 lžice sladké papriky
mořská sůl
½ l vody
1 větší pór nakrájený našikmo
1 smetana (bio, sójová či obilná)
citronová šťáva

Salutil – konečně dobré zažívání

Stav trávicího traktu úzce souvisí se zdravím celého organismu. Nový doplněk stravy Salutil představuje komfortní a komplexní péči o zdraví trávicího traktu s garantovaným množstvím živých mikroorganismů. Obsahuje kombinaci kvalitních probiotických bakterií, doplněných probiotickou kvasinkou Saccharomyces boulardii, takže působí čtyřfázově:

- Fáze 1:** kvasinka Saccharomyces boulardii pomáhá ve střevním obsahu odstraňovat nežádoucí bakterie a vytvářet příznivé prostředí pro růst zdravé střevní flóry.
- Fáze 2:** příznivé bakterie Lactobacillus a Bifidobacterium vytvářejí na střevní stěně ochrannou vrstvu zabraňující uchycení nežádoucích bakterií.
- Fáze 3:** příznivé bakterie přispívají ke správnému trávení, vstřebávání přijaté potravy a vyprazdňování.
- Fáze 4:** bakterie pozitivně ovlivňují správnou funkci obranyschopnosti, a tím i zdraví celého organismu.

Jak Salutil užívat a uchovávat?

Doporučuje se užívat 1 tobolečku denně, během jídla nebo do 30 minut po jídle, nejlépe ráno. Dávkování je možné zvýšit až na 3 tobolečky denně. Salutil obsahuje VEGI KAPSLE, je tedy vhodný i pro vegetariány. Přípravek není nutné uchovávat v lednici.



doplněk stravy



Zpátky do přírody



ZÁZRAČNÉ LÉKY PŘÍRODY

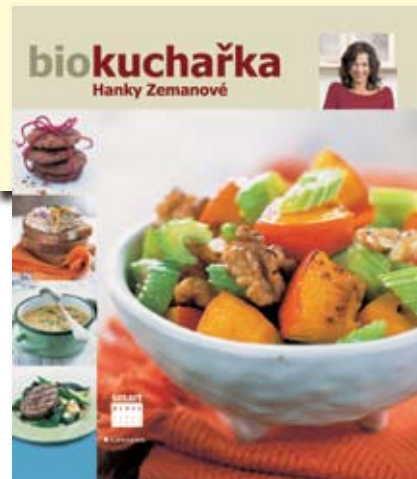
Autorka: Jarmila Mandžuková

V této knize najdete to nejlepší z přírodního léčení. Objevíte zázračnou sílu některých rostlin a potravin. Seznámíte se s jednoduchými návody na to, jak je správně použít v prevenci i při zdravotních potížích. Jde o velmi cenné a účinné rady a informace na cestě za znovunabytím ztraceného zdraví a povzbuzením vitality.

(219 Kč, www.nakladatelstvi-start.cz)

BIOKUCHAŘKA HANKY ZEMANOVÉ

Autorka: Hanka Zemanová
Kuchařka se zaměřuje i na méně známé, ale běžně prodávané potraviny, například pohanku, cizrnu, špaldovou mouku, panenské oleje apod. V knize najdete mnoho originálních receptů, fotografií a názorných ukázek (polévky, saláty, masové pokrmy, zelenina, zapomínané přílohy, moučníky) a velké množství osvědčených tipů. A především návod, jak žít v současné přetechtované době v souladu s přírodou. (399 Kč, www.smartpress.cz)

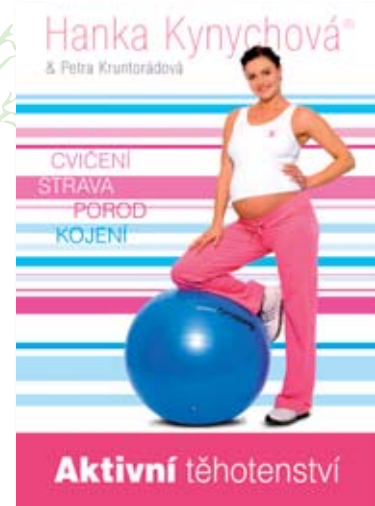


Imunactiv™

Přípravek Imunactiv™ obsahuje komplex čtyř aktivních látek, které posilují obranyschopnost organismu. Revoluční složkou je beta glukan, substance přírodního charakteru. Beta glukan aktivuje složky imunitního systému – makrofágy, a tak pomáhá posilovat aktivitu celého imunitního systému. Mezi další substance patří zinek, vitamin C a bioflavonoidy. Všechny látky obsažené

v doplňku stravy Imunactiv™ jsou organického původu, to znamená, že se lépe vstřebávají, organismus je dokáže lépe využít a výsledkem je vyšší účinnost přípravku. Užívají se 2 tablety denně. K dostání je balení 30 tablet.

doplňek stravy



AKTIVNÍ TĚHOTENSTVÍ

Autorka: Hanka Kynychová

Trojnásobná maminka, cvičitelka a odbornice přes životní styl Hanka Kynychová sděluje čtenářkám své rady, poznatky a zkušenosti z období těhotenství a šestinedělí. Kniha obsahuje informace o stravování i cvičení v době těhotenství, před ním i po něm. Najdete tu fotografie cviků, které lze cvičit doma, a doporučené sportovní aktivity. V knize se objeví i cenné rady odborníků.

(259 Kč, www.hejbejse.cz)

Pregnium

Přípravek Pregnium je určen speciálně pro období plánování mateřství, samotné těhotenství a dobu kojení. Obsahuje vyváženou kombinaci látek nezbytných pro zdravý vývoj plodu a zdraví těhotné i kojící matky. Pomáhá doplňovat především látky důležité pro období těhotenství a kojení, které mohou být při nevyvážené stravě přijímány v nedostatečném množství. Přípravek je zcela bezpečný pro organismus matky a vyvíjejícího se plodu.

Užívají se 2 tobolky denně, nejlépe během jídla nebo po jídle, které se zapíjejí tekutinou. S užíváním je vhodné začít již při plánování těhotenství, a to nejlépe 3 měsíce před plánovaným otěhotněním, aby se tělo budoucí maminky mělo čas na zvýšené nároky těhotenství připravit.

doplňek stravy



Koenzym Q10 vstoupil do nanoříše

Moderní nanotechnologie ovládly snad všechny průmyslové obory a také v medicíně a farmacii zaujímají čím dál významnější postavení. Příkladem může být novinka VesiSorb® Q10 od Walmarku – přípravek vyrobený nanotechnologií dosahuje 3-6x vyšší vstřebatelnosti oproti běžným koenzymům na trhu.

Nanotechnologie využitá v doplňku stravy má doslova revoluční přínos, protože umožňuje mnohem vyšší vstřebatelnost a dostupnost důležitých látek pro organismus. Zvláště u vitaminů rozpustných v tucích, mezi které patří třeba koenzym Q10. Tento vitamin má tendenci vázat se na tuky, takže se v zažívacím traktu těžko vstřebává. Aby lépe pronikl přes střevní bariéru, nanotechnologie jeho jednotlivé molekuly oddělí, tedy zabráni shlukování do větších částic, a funkční složky koenzymu Q10 rozmělní na nanočástice. V této formě se pak snadno dostanou do míst, kde mají působit. Kromě toho je také důležité, aby se látky rozpustné v tucích staly i rozpustnými ve vodě...

Přejděte na nano koenzym

Ještě více nezbytné životní energie pro celý organismus přináší novinka od Walmarku VesiSorb® Q10, což je koenzym Q10 s vyšší vstřebatelností. Je vyroben švýcarskou patentovanou nanotechnologií VesiSorb®, která garantuje 3-6x vyšší vstřebatelnost oproti běžným koenzymům na trhu! Za téměř stejnou cenu tedy váš organismus do-

stane 3-6x více koenzymu Q10, takže vlastně ve výsledku ušetříte. VesiSorb® Q10 umožňuje dobít energii, kdykoliv se cítíte fyzicky či duševně vyčerpaní. Posiluje výkonnost celého organismu, pomáhá předcházet únavě a stresu. Poskytuje ochranu před volnými radikály, které jsou zodpovědné za stárnutí buněk, a tím přispívá ke zpomalení procesu stárnutí. Je také vhodným doplňkem při potížích s dásněmi a parodontóze.

3 důvody proč zvolit VesiSorb® Q10

- 1.** Zaručuje rychlý přísun energie a vyšší vstřebatelnost koenzymu Q10 oproti běžným koenzymům.
- 2.** Patentovaná švýcarská technologie VesiSorb® a klinická studie prokazující vyšší vstřebatelnost jsou zárukou mimořádné kvality přípravku.
- 3.** Je finančně výhodný – za vynaložené peníze získáte mnohem více koenzymu Q10 než při užívání běžného přípravku s Q10.

Co je to nanotechnologie?

Nanotechnologie pracuje s něčím, co nemáte šanci vidět, protože je to menší než 100 nanometrů (nm). Pro vaši představu: jeden milion nanometrů tvoří pouhý milimetr! Nanotechnologie přináší další rozvoj elektroniky, vznik nových materiálů s dosud nepředstavitelnými vlastnostmi a hlavně vývoj nových, mnohem účinnějších a dokonalejších léků a doplňků stravy.

Kdy je vhodné užívat koenzym Q10

Koenzym Q10 je zcela nepostradatelný vitamin pro každého člověka. Hlídat byste si ho měli především tehdy, pokud:

- ✓ váš věk přesáhl 30 let (po 20. roce věku totiž jeho hladina v těle přirozeně klesá)
- ✓ býváte často ve stresu
- ✓ vykonáváte těžkou fyzickou práci
- ✓ hodně sportujete
- ✓ býváte často unavení
- ✓ trpíte potížemi s dásněmi
- ✓ užíváte statiny (léky snižující cholesterol snižují zároveň i hladinu koenzymu Q10).



doplňek stravy

Aby klouby nevrzaly

Stejně jako v motoru auta musí být olej, tak i pro klouby je nezbytné, aby byly správně promazané. Novinka z osvědčené řady kloubní výživy Proenzi – přípravek Proenzi Hyal – přináší výživu a regeneraci pro kloubní tekutinu, pomáhá „promazat“ klouby a zlepšuje jejich pohyblivost.

■ Čím je Proenzi Hyal jedinečný

Všechny známé přípravky na trhu, mezi které patří například Proenzi 3, pečují zejména o kloubní chrupavku. **Proenzi Hyal je revoluční v tom, že se svým složením zaměřuje na péči o kloubní tekutinu – takže je vhodný pro rozšíření účinků ke kterémukoliv kloubnímu preparátu.**

Naše klouby tvoří nejen chrupavka, ale také kloubní (synoviální) tekutina, jejíž hlavní složkou je kyselina hyaluronová. Právě tento přírodní extrakt obsahuje i novinka Proenzi Hyal.

Kloubní tekutina má v kloubu dvě základní funkce. Jednak slouží jako „mazadlo“ uvnitř kloubu, snižuje tření kloubních ploch, a tím zlepšuje promazání a pohyblivost kloubu. Zároveň také představuje zdroj živin pro kloubní chrupavku, čímž zajišťuje její správnou výživu a zlepšuje pružnost.

■ Jak funguje kloubní systém

Již mnohokrát bylo prokázáno, že degenerativní změny kloubů a jiné nepříznivé procesy v těle mají nepříznivý vliv na obě základní části kloubu, tedy nejen na kloubní

Jak působí Proenzi Hyal

- ✓ Zajišťuje kvalitní výživu, regeneraci a ochranu kloubní tekutiny
- ✓ Pomáhá udržovat hybnost kloubů
- ✓ Přispívá k regeneraci a ochraně celého kloubního a pohybového systému

chrupavku, ale také na kloubní tekutinu. Celý kloubní systém je úzce propojený a chrupavka a tekutina se navzájem ovlivňují.

Na jedné straně tyto změny způsobují nerovnost povrchu kloubní chrupavky, ztrátu její elasticity a snížení schopnosti pružně tlumit nárazy. Na druhé straně se zhoršuje stav kloubní tekutiny, která tak přestává chránit kostěnou část kloubu, postupně ztrácí schopnost zmírňovat tření vnitřních kloubních ploch a zabraňovat obušování chrupavky.

■ Co signalizuje loupání a vrzání

Pokud v kloubu probíhají nějaké změny, dochází zároveň k poškozování kloubní tekutiny. Především v ní ubývá její hlavní složka – kyselina hyaluronová. Tím může dojít k poškození celého kloubu, které se na začátku může projevit celkem nenápadným loupáním či vrzáním při pohybu a postupně i zhoršením pohyblivosti kloubu.

■ Proč je důležitá komplexní péče

Pro dosažení maximálního výsledku péče o klou-



by doporučujeme kombinaci nového Proenzi Hyal pečujícího o kloubní tekutinu s již osvědčeným přípravkem Proenzi 3 nebo Arthrostop Rapid zaměřeným na ochranu kloubní chrupavky. Proenzi 3 (Arthrostop Rapid) díky kombinaci glukosamin sulfátu, chondroitin sulfátu a látky MSM (Boscedrin) přináší dlouhodobou úlevu kloubům, napomáhá je chránit a regenerovat, především pak kloubní chrupavku. Proenzi Hyal pomáhá chránit, vyživovat a regenerovat kloubní tekutinu a přispívá k lepšímu promazání kloubů a k udržení jejich pohyblivosti.

Doporučené dávkování v rámci této kombinace je následující:

užívání Proenzi 3 (Arthrostop Rapid) po dobu 2 až 3 měsíců a následně na 2 měsíce přerušeni léčby; během této pauzy je třeba věnovat speciální péči kloubní tekutině, a to nejlépe užíváním Proenzi Hyal po dobu 2 měsíců.



Výživa a regenerace pro zdravou kloubní tekutinu a lepší pohyblivost kloubů



doplňěk stravy

Proenzi Hyal

Doplňěk stravy Proenzi Hyal obsahuje přírodní extrakt kyseliny hyaluronové, který vyživuje, regeneruje a chrání klouby. Kyselina hyaluronová je jednou z nejdůležitějších součástí kloubní tekutiny, která umožňuje snadné, měkké pohyby kloubů a udržuje dobrý stav a funkci celého kloubního systému. Proenzi Hyal přispívá k revitalizaci kloubní tekutiny a zlepšení pohyblivosti kloubů. Pro komplexní péči o klouby doporučujeme kombinovat Proenzi Hyal s přípravkem Proenzi 3, který zajišťuje kvalitní výživu, regeneraci a ochranu kloubní chrupavky. Tím docílíme maximální péče o celý kloubní a pohybový systém. Užívají se 1-2 tablety denně, nejlépe po jídle, které se zapíjejí přiměřeným množstvím tekutiny.

Velká část novorozenců vykazuje určité známky dysfunkce, tedy špatného držení těla, které se projeví později – třeba v šesti nebo dvanácti letech skoliózou či bolestmi hlavy. Těmto komplikacím se dá předejít, pokud se dysfunkce včas odhalí. Mozek se totiž dá nejlépe ovlivnit do půl roku života.

Nejlepší dárek

■ Jak poznáte u novorozence, že jeho držení těla není v pořádku?

Těch příznaků je mnoho. Když mám před sebou tříměsíčního kojence, poznám dysfunkci podle postavení hlavičky, ramínka, zápěstí, podle toho, jestli má natažené nožičky nebo spíš skrčené, zda má paty víc nebo míň zdvižené nad podložkou, jestli má zkrabatělou kůži na páteři. To všechno jsou projevy svědčící o tom, jak jsou svaly vzájemně propojeny.

■ Můžete dát konkrétní příklad?

Například, když vidím u kojence výraznou vrásku v oblasti zadní části krku, znamená to již v tomto věku, že přetěžuje krční páteř. U tohoto dítěte vím, že se jedná o oslabení některého svalového řetězce. Tento svalový řetězec je nutné speciálními technikami zaktivovat tak, aby přesným polohováním a stimulací zón dítěte pohyb samo udělalo. Výsledný pohyb je přesně definovaný, proto vím, že když ho dítě udělá, svaly se správně zapojily. Tím se páteř zatěžuje rovnoměrněji.

■ Jedná se o Vojtovu metodu?

Ano, základní principy vycházejí z metody Václava Vojty. Doktor Vojta řekl:

Dobré základy

I krátkodobý včasný zásah má vliv na to, jak se dítě později vyvíjí. Například rotace páteře se vyvíjí ve 4,5 měsících věku. Když funkce chybí, má to vliv i na to, kdy a jak dítě vstává, čili má to vliv na funkci, která následuje až za půl roku nebo za rok. Je to stejné, jako kdyby byly u domu špatné základy a pak se na nich mělo stavět.

„Dítě udělá v určité poloze a v daném věku pohyb, který je u všech zdravých dětí vždycky stejný.“ Jde totiž o pohyb založený na určitém „programu“ uloženém v mozku. Tato terapie je velmi přesná, a pokud se dělá správně, přináší okamžitě viditelné výsledky. Nejde však pouze o Vojtovu metodu. Jde o ucelený systém vývojové kineziologie, který mapuje pohybový vývoj děťátka, jak jej rozpracoval doc. Pavel Kolář.

■ Tato metoda je ale spíše spojována s postiženými dětmi.

Vojtova metoda je dodnes v povědomí široké veřejnosti spojována pouze s těžkým tělesným postižením. Přitom je dokonale využitelná jako léčba drobných odchylek a dokonale propracovaný způsob prevence pozdějšího vzniku bolestí a komplikací vycházejících z dysfunkcí a špatného držení těla. I krátkodobý zásah má totiž vliv na to, jak se dítě později vyvíjí. My bychom chtěli dosáhnout toho, aby i zdravé děti s menšími dysfunkcemi měly možnost zbavit se svých problémů pomocí principů vývojové kineziologie.

■ Kdy je nejvhodnější začít s terapií?

Co nejdříve. Hodně věcí se dá u dítěte ovlivnit do půl roku trvale. Později



Mgr. Tomáš Rychnovský,
AVETE OMNE,
s. r. o.

už se jen řeší následky. Ideální tedy je, pokud se případná svalová dysfunkce odhalí v prvních šesti měsících života. Mozek se totiž v prvním roce velmi rychle vyvíjí, je to přímo úprk, který už se nikdy později neopakuje. Masivně se vytvářejí spoje a spolupráce mezi neurony, které řídí svalovou činnost. Tím vzniká „pohybový software“. A pokud neuronům říkáte 4x za den – tenhle sval se musí zapojit, takhle to dělej, tak se mozek (a tím i sval) velmi dobře formuje.

■ Dysfunkce je tedy možné odhalit už u několikadenního dítěte?

Jistě. Například u dítěte v porodnici, které leží na zádech a má rozložené nožičky s kolínky na zemi, víme, že v oblasti kyčlí je dysfunkce. Přitom při vyšetření ultrazvukem může být vše v pořádku, ovšem pouze z hlediska kostí a kloubů. Jenže postavení kostí a kloubů spoluutvářejí tahy svalů. Takže dysfunkce se neprojeví v prvním roce, ale třeba za patnáct let, kdy bude dítě sportovat a budou ho bolet kolena a kyčle. Protože tah svalů je špatně nastavený už od dětství a deformuje kost a chrupavku. Je to stejné, jako když voda kape na kámen. Ze začátku se dlouho nic neděje, ale jednou se na kameni vytvoří důlek...

Vyluštěnou křížovku označenou heslem "Tajenka" zasílejte nejpozději do 31. 12. 2008 na adresu:

Zákaznický servis, Walmark, a. s., Nová tovární 1940, 737 01 Český Těšín, nebo na e-mail: farmainfo@walmark.cz

NA 5 VYLOSOVANÝCH ÚSPĚŠNÝCH LUŠTITELŮ ČEKÁJÍ ZAJÍMAVÉ KNIŽNÍ NOVINKY.

Pro 10 dalších šťastných výherců máme připraveny balíčky plné zdraví Walmark. Výherce uveřejníme na www.kzw.cz

	VÝSLEDNÝ SOUČET	JAKOBY		WEBEROVA OPERA	ODCHÝLENÍ PŘEDNÍCH KOL	HLÍNA NA KOŘE-NECH	PÍSEMNÁ OSVĚDČENÍ		MALÉ UCHO	TVOJI	HAD Z KNIHY DŽUNGLÍ		SLOVENSKÉ CHLAPECKÉ JMÉNO	KOPEC SLÁMY
TELEVIZNÍ NOVINY ZKR.			POLNÍ PRÁCE					ODDĚLENÍ TECHNIKÉ KONTROLY ZKR.				INIC. HERCE SOMRA DĚTSKÝ PUDR		
OBCHODNÍ AKADEMIE ZKR.			SMĚR POPULÁRNÍ HUDBY BLOK					PŘÍPOUTAT PROVAZEM PSACÍ POTŘEBY						
1. DÍL TAJENKY											SLOVENSKÝ SOUHLAS VADY PUNČOCH			
SOUZVUK TÓNŮ						SEKNUTÍ SPORTOVNÍ SDRUŽENÍ ZKR.				UŽITEK SLOVENSKY ZNAČKA MILILITRU				
LOTERIE					MALÉ DŘEVINY								ČÁST VOZU	VYVOLAT ALARM
	SVAZ POŽÁRNÍ OCHRANY ZKR.	NÁZEV HLÁSKY N MÍSTO ZDROBNĚLE			SPZ SVITAV				ZLODĚJ ZASTAR.					
TEXTOVÁ ZPRÁVA ZKR.												INICIÁLY ZPĚVAČKY LANGEROVÉ		
LUDOLFOVO ČÍSLO			ČÁST KOŘENOVÉ ZELENINY									SPZ RAKOVNÍKA		
ORGANIZACE SPOJENÝCH NÁRODŮ ZKR.												OLYMPUSKÝ REKORD ZKR.		
	TAHLE VZNIK											SPZ SEMIL		
MANŽEL DCERY												EKONOMICKE ODDĚLENÍ ZKR.		
RODNÉ ČÍSLO ZKR.			HLAVNÍ MĚSTO NORSKA									INICIÁLY MODERÁTORKY VÍTOVÉ PŘEDLOHA		
NÁSTRAHA PYTLÁKA				SPZ KARVINÉ	TO IONO	PORÁŽETI STROMY		SPZ PRAHY	CHEM. ZN. TITANU	SPORTOVNÍ TROFEJ	ZNAČKA KOREJSKÉHO AUTA			
ČÁST SKOKU							ASOCIACE TENISOVÝCH PROFESIONÁLŮ ZKR.				ČÁST ÚST DRAVÝ PTÁK			
	TUHÝ PODPALO-VAČ	PŘÍJEMNÁ HASNICE					PRODEJNÍ STÁNEK PŮJČKA PENĚZ						SLOVAN KNIŽNĚ	PLEMENO
PRAŽSKÝ KOMORNÍ ORCHESTR ZKR.				JEDOVATÁ BYLINA STĚNY					SPZ HODONÍNA ZÁV. PRŮM. AUTOMATIZ.			CHEM. ZN. STRONCIA SEVERSKÉ JMÉNO		
EKONOMICKE AKADEMIE ZKR.			VZEZŘENÍ KŮŇ KNIŽNĚ					KEŘÍKOVITÁ ROSTLINA INIC. SPIS. KLÍMY						
2. DÍL TAJENKY														
VELIKÁNI					OBYVATELKA ČÁSTI BRITÁNIE						BULHARSKÁ MĚNA			



doplňek stravy

„Pro těhotné a kojící ženy“

Účinnější než Ginkgo biloba?



Doplněk stravy

GinkoPrim[®] Max

Maximum pro:



**lepší paměť
a soustředění**



**teplé ruce i nohy
po celý den**

60 mg extrakt Ginkgo biloba

150 mg magnesium

Žádejte ve své lékárně maximálně účinnou kombinaci **60 mg** extraktu **Ginkgo biloby** (v běžných přípravcích pouze 40 mg) a **magnesia**, které znásobí účinek Ginkgo biloby na organismus.

K dostání ve Vaší lékárně nebo na bezplatné infolince: 800 141 141, Walmark, a.s., Třinec, Česká republika, e-mail: farmainfo@walmark.cz, www.walmark.cz

MÁTE RECEPT JAK MÍT ZDRAVÉ ZUBY?

novinka

Stomatologická prevence pro děti (3–15 let)

2x balíček produktů pro správnou ústní hygienu každý v hodnotě 100 Kč



Zdravotní pojišťovna
METAL-ALIANCE
Zdravá jistota

VYBERTE SI

preventivní
příspěvkový program,
slevu, bonus...

•
BABY balíček (do 5 let)

•
STUDENT balíček (6–15 let)

•
JUNIOR balíček (16–30 let)

•
Adult LADY & MAN balíček (31–54 let)

•
SENIOR balíček (od 55 let)

...MY PRO VÁS MÁME ŘEŠENÍ!

Staňte se pojištěncem ZP METAL-ALIANCE a máte jej i Vy.

www.zpma.cz
e-mail: info@zpma.cz
modrá linka: 844 125 124

Město v lese

Klub zdraví
WALMARK®
je s Vámi
10 let

...a les ve městě – takhle trefně pojmenoval Mariánské Lázně Miroslav Horníček. Mariánky jsou však výjimečné nejen dokonalým souzněním architektury s okolní přírodou, ale především jedinečností svých léčivých pramenů.



Zdejší zpívající fontána je důkazem, že také hudba léčí.

Při pohledu na půvabné lázeňské městečko ukryté mezi zalesněnými kopci jen těžko uvěříte, že se na jeho místě kdysi rozkládala jen nehostinná bažinatá krajina. Přitom léčivé účinky zdejších minerálních pramenů zkoumali už v 15. století mniši z nedalekého kláštera v Teplé. O vznik lázeňského místa se ale zasloužil až v 18. století lékař Josef Jan Nehr. Jeho zásluhou byly Mariánské Lázně v roce 1818 vyhlášeny veřejným lázeňským místem a brzy se staly vyhledávanou a oblíbenou lokalitou.



s vnitřní sekrecí, onemocnění dýchacích cest, nemoci kožní, pohybového ústrojí a prostatické obtíže.

100 pramenů na jednom místě

Oblast je mimořádně bohatá na přírodní léčivé zdroje – na malém území tu vyvěrá přibližně sto pramenů. Se zvláštním utvářením geologických poměrů souvisí i rozmanitost a jedinečnost jednotlivých pramenných cest a jejich chemická a hydrologická pestrost. Hlavní pramené cesty, vycházející z větších hloubek, obsahují velké množství CO_2 a solí. V povrchových vrstvách se rozvětvují a jejich vody dodatečně mění chemické vlastnosti. Vedlejší cesty, které se již v hloubce tříštití na množství samostatných výstupných cest, se v horních vrstvách mísí s mineralizovanou vodou, kde se vyluhují ionty kalcia, železa a hořčíku. Rozmanitost zdejších minerálních pramenů proto umožňuje, na rozdíl od jiných lázní, léčbu mnoha různých zdravotních potíží. Léčí se zde například nemoci ledvin a močových cest, nemoci nervové, zažívacího ústrojí, nemoci z poruchy látkové výměny a žlázy

Vyberte si

Karolinin pramen – na rozdíl od dalších má vyšší obsah hořčíku (poměr vápníku a hořčíku je 2:5), a používá se proto při urologických onemocněních a léčbě ledvinových kamenů.

Ambrožův pramen – jsou slabě mineralizované železnaté kyselky, využívané pro vysoký obsah železa u některých forem chudokrevnosti a pro svůj diuretický účinek také při onemocnění močových cest.

Lesní pramen – svým složením mírně alkalizuje obsah žaludku, a je proto vhodný pro léčbu různých nemocí trávicího ústrojí a k léčbě některých urologických chorob, např. močových kamenů z kyseliny močové, kterou silně alkalizuje.

Rudolfův pramen – je přírodní kyselkou, která má diuretické účinky. Proto se užívá u chorob ledvin a močových cest. Pramen se vyznačuje vysokým obsahem vápníku (poměr váp-

níku a hořčíku je 5:4), a proto je vhodný pro doplňkovou léčbu osteoporózy.

Ferdinandův pramen – je vhodný zejména pro léčbu nemocí zažívacího ústrojí a metabolismu.

Křížový pramen – hodí se především u onemocnění zažívacího ústrojí, u nemocí výměny látkové a u alergických onemocnění, která jsou podmíněna poruchami zažívání.



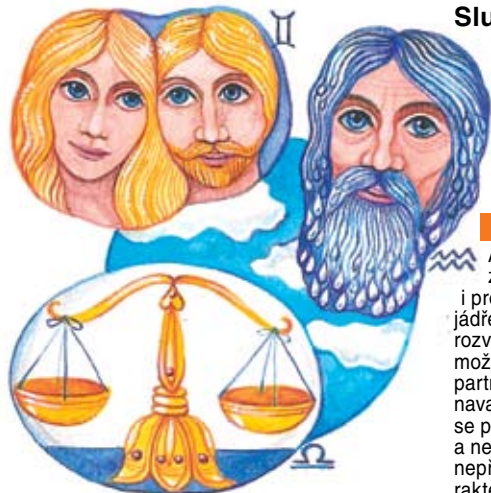
Urinal Akut

Nový doplněk stravy Urinal Akut je jedinečný především revoluční technologií zpracování brusinek nazvanou Hi-PAC™. Díky této metodě vzniká silně koncentrovaný extrakt z brusinek velkoplodých, který příznivě působí při náhlém a silném močovém diskomfortu. Urinal Akut obsahuje v denní dávce garantované množství 36 mg proanthokyanidinů, vědecky ověřených látek, které pomáhají zabraňovat uchycení bakterií, především *Escherichia coli*, na stěnách močové trubice a močového měchýře.* Urinal Akut se užívá v maximální dávce 2 tablety denně a mohou jej užívat i maminky v období těhotenství a při kojení. Stejně tak je možné podávat přípravek dětem od tří let.

doplňěk stravy



Sluneční znamení se dělí do čtyř kategorií na ohnivá, zemitá, vzdušná a vodní.



Vzdušná znamení

Vzduch je tím nejobtížněji uchopitelným elementem. Vzdušná znamení – Bliženi, Váhy a Vodnář – jsou charakterizována rozumem a intelektuálním pohledem na svět. Usilují o objektivitu, ve věcech myšlení a chápání jsou neporazitelní, emoce dávají najevo jen zřídka. Mohou působit nepřístupně, ale za chladným rozumem se skrývá něžný romantik.

Bliženci, 21. 5. – 20. 6.

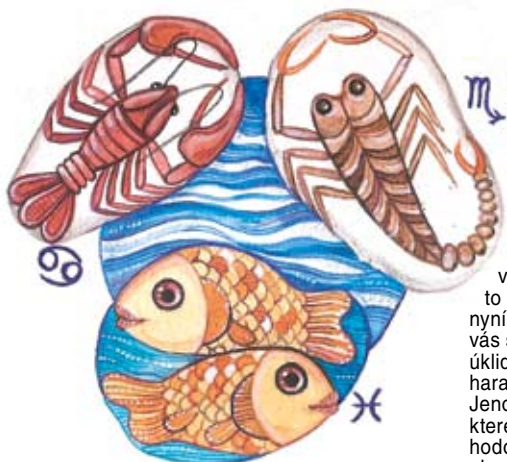
Ač jsou kladeny nároky na vaši zodpovědnost, máte otevřený i prostor k svobodnému sebevyjádření. Nemusíte hned všechno rozvracet, ale v rámci svých možností si budujte nezávislost. Na partnerovi, na dětech, na zaměstnavateli... Je to jediná cesta, jak se přestat cítit neustále omezovaly a nesvobodný. Koneckonců určitá nepřizpůsobivost je jednou z charakteristik vašeho znamení.

Vodnář, 21. 1. – 19. 2.

Vodnářem tranzituje planeta Neptun, což může mít pro zrozenec v tomto znamení negativní dopad na troskách toho starého. Není třeba se bát, podněty, které k vám právě přicházejí, vám pomůžou vybudovat si život tak, jak jste o tom už dlouho snili. Solidně a nekonvenčně zároveň. Vyvarujte se pouze možných podvodníků, náruživosti a sebeklamu.

Váhy, 23. 9. – 22. 10.

Některé z Vah začnou možná pomalu cítit démona v zádech. Máte ještě rok na vyřizování všech záležitostí a poté vás Saturn požádá o předložení účtů. Takže – ač bude nadcházející období vcelku radostné, nezapomeňte i na povinnosti a mezi jednotlivými návštěvami přátel a kulturních akcí zaplaťte všechny složenky, věnujte se dětem a nerozházejte si to s tchyní. Čistý stůl se bude hodit.



Vodní znamení

Ze všech astrologických žvlů je voda tím nejtajemnějším. Mezi vodní znamení patří Rak, Štír a Ryby. Zrozenci v těchto znameních jsou citliví, vnímaví a hloubaví. Jsou obdařeni zvláštní schopností vycítit, co je ve vzduchu nebo co se odehrává v druhých. Jelikož jsou vodní znamení od přírody soucitná a empatická, ostatní se jim rádi svěřují. Jsou výbornými duchovními, lékaři, psychology a umělci.

Rak, 21. 6. – 22. 7.

Raci, pokud cítíte, že je vám váš krůněk poněkud malý, je to naprosto v pořádku. Planety nyní přejí odstranění všeho, co vás stíšínuje. Udělejte generální úklid v šatníku i v diáři. Zbavte se harampádí ve sklepech i ve vztazích. Jenom pozor, nebourajte ji zdi, které vás chrání před vnější nepohodou. Potřebujete být zajímaví, ale přece jenom raději v suchu, teple a s plným žaludkem.

Štír, 23. 10. – 22. 11.

Štír si přímo libuje v ničení a zmaru. Momentálně je však spíše v období budování nového života na troskách toho starého. Není třeba se bát, podněty, které k vám právě přicházejí, vám pomůžou vybudovat si život tak, jak jste o tom už dlouho snili. Solidně a nekonvenčně zároveň. Vyvarujte se pouze možných podvodníků, náruživosti a sebeklamu.

Ryby, 20. 2. – 20. 3.

Možná jste právě náchylní k zásadním průlomům ve svém životě. I když se tomu bráníte, nečekané změny v zaběhaném režimu lze využít k rozpoznání souvislostí, které vám dosud zůstávaly skryty. I když doporučujeme nechat se překvapit a nebojovat s osudem, pamatujte, že „příležitost přije připraveným“, a napište si na papír tři přání a tři kroky k dosažení jejich splnění.



Ohnivá znamení

Oheň přináší světlo, teplo a užitek. Zároveň je prchavý a nevypočitatelný. Je v něm patos, romantika, dobrodružství i nebezpečí. Dovede pomáhat i ničit. Stejně tak je to s lidmi, kteří patří astrologicky elementu ohně. Podíváme-li se na Berana, Lva a Střelce především jako na ohnivá znamení, možná pochopíme leccos z jejich leckdy dramatického života a chování.

Střelec, 23. 11. – 21. 12.

Lecjaký Střelec už ví, kde je jeho dno. Ti z vás, kteří to ještě neudělali, mají za úkol svléci starou kůži a tvářit se jako znovuzrození. Neskrývejte ani temnější stránky své povahy, pro druhé budete v každém případě přitažliví. Ohlížte-li se po novém partnerovi, vhodným obdobím pro nové kontakty bude přelom října a listopadu. Koncelem roku doporučujeme celkovou regenerační a detoxikační kúru.

Beran, 21. 3. – 20. 4.

Pokud jste ještě nevydali sbírku svých milostných básní z období dospívání, je nejvyšší čas. U znamení vašeho typu je to sice něco zcela neobvyklého, nicméně tvůrčí přetlak vás nenechává v klidu. Je to rozhodně lepší než utápět se v alkoholu a k ránu vodit domů neznámá individua, která považujete za své nové přátele. Hrozí přecenění vlastních sil a nekritické zbožňování sebe sama.

Lev, 23. 7. – 22. 8.

Dovolenou odložte na začátek podzimu. V té době budete ještě krásnější a tvořivější než obvykle. Můžete potkat zajímavé lidi. Riziko je v tom, zda dokážete odhadnout, kdo to s vámi myslí dobře a kdo vás chce pouze využít. Pečlivě zvažte, kdy opravdu prospíváte druhým a kdy pomáháte pouze proto, že sami potřebujete zachránit. Napoví vám duchovnější část vaší osobnosti.



Zemitá znamení

Země, to jsou kořeny, obživa, hmota. Astrologicky živel Země znamená realismus a spolehlivost. Zemitými znameními jsou Býk, Panna a Kozoroh. Nezajímá je žádné proč, nepídí se po nesmrtnosti či chrousta. Zajímají se o to, co se děje v tuto chvíli a jak to zvládnout. A vždy najdou východisko. V hmotném světě se cítí jako doma, umějí zacházet s penězi, povinnosti neeší, prostě je plní.

Býk, 21. 4. – 20. 5.

Sny pro vás v nadcházejícím období mohou být zavádějící. Věnujte se raději své oblíbené činnosti, což je budování hmotných statků. Při nutkavé touze vybočit z řady to rozhodně udělejte. Nemusíte ze sebe zrovna dělat šaška, ale trocha nekonvenčnosti určitě oživí váš každodenní stereotyp. Jen pokud přestanete být závislí na hodnotách druhých, objevíte svou vlastní lidskou hodnotu.

Kozoroh, 22. 12. – 20. 1.

Pokud jste nyní měli příležitost k sebeprosazení, čeká vás příležitost k sebeproměně. Do vašeho znamení vstupuje na několik let planeta Pluto, která vás možná bude nutit si uvědomit, že svět nefunguje podle vašich pravidel a spravedlnost neexistuje. Čeká vás boj s vlastními úzkostmi a lekce pokory. Pokud obstojíte, budete na konci sklízet plody lidské zralosti a nového pohledu na svět.

Panna, 23. 8. – 22. 9.

Panny, je třeba začít se mít rády. V následujícím období se vyvarujte autoritativních postojů, většinou se za nimi stejně skrývá nedostatek sebevědomí. Nyní můžete získat vnitřní autoritu jednou provždy. Pokud nepropadnete panice, že na váš život klade příliš vysoké požadavky, možná se vám konečně podaří dospět a budete sami překvapeni, co vše to pro vás bude znamenat.

Lahodné a zdravé osvěžení

Aloe Vera

With Real
Aloe Bits



Pro ACTIVE FITNESS Drink



Doplňek stravy

NOVINKA - ALOE VERA Drink

Přírodní, osvěžující fitness nápoj s obsahem gelu z American Aloe Barbadosensis s pravými kousky Aloe Vera, s přidavkem medu a vitamínu C. Tajemství blahodárných účinků Aloe Vera spočívá v unikátním složení, které obsahuje na 200 biologicky aktivních látek jako: vitamíny, minerály, enzymy, protizánětlivé látky, aminokyseliny, beta-sitosterol, ligniny, mukopolysacharidy a mnoho dalších.

- ▶ účinně pomáhá posilovat imunitní systém
- ▶ podporuje hojení
- ▶ urychluje a prohlubuje regeneraci
- ▶ podporuje správnou funkci trávicího traktu
- ▶ napomáhá udržovat pleť hebkou a pružnou



AMINOSTAR[®]
WINNING NUTRITION

Vržou vám klouby? Promažte je!



novinka



Schváleno MZ ČR jako doplněk stravy.

Proenzi® Hyal:

- přispívá k lepšímu „promazání“ kloubů
- snižuje tření kloubních ploch

Žádejte ve své lékárně!

Stejně jako v motoru auta musí být olej, tak i pro vaše klouby je důležité, aby byly správně promazané. Speciální péči si proto zaslouží **kloubní tekutina**, která **působí v kloubu jako mazadlo**. Snižuje tření kloubních ploch a umožňuje hladké pohyby kloubů.

Jednou z nejdůležitějších součástí kloubní tekutiny je **kyselina hyaluronová**. S přibývajícím věkem však dochází k jejímu úbytku v kloubní tekutině. Vhodným řešením, jak tuto látku doplnit, je novinka Proenzi® Hyal. Každá tableta Proenzi® Hyal obsahuje vysoce kvalitní přírodní extrakt kyseliny hyaluronové.

Proenzi® Hyal - výživa a regenerace pro zdravou kloubní tekutinu



Proč Proenzi? Pohyb bez bolesti!

Výrobce: Walmark, a.s., bezplatná infolinka 800 900 776, www.proenzi.cz