

Září-Dožínky a sklizeň



Celý rok se většina zvyků týká zajištění a ochránění úrody. Když práce skončí a je sklizeno, konají se oprávněné oslavy, jež jsou starší než křesťanství samo. Kořeny mají již v dobách pravěku. Jsou to oslavy lidové, pohanského původu. Slavnost dožínky začíná přinesením ozdobeného posledního snopu obilí z pole. Říkávalo se mu nevěsta, baba, žebrák, apod. Kolem vozu šli muzikanti a chasa. Předali věnec hospodáři, pak se hodovalo. Věnce se pletou ze všech druhů obilí i polního kvítí. Zůstávaly po celý rok, neboť měly magickou moc. Ostatně poslední snop může být zrovna připomínkou pradávných lidských obětí. Dnes je pro nás pečivo samozřejmostí a mnohé děti jen tuší, jak se u nás ocitlo. Tak si můžeme udělat domácí dožínky. Večeří, nejlépe z doma upečeného chleba nebo pečiva zkusíme poděkovat za úrodu naší planetě. Necháme děti, aby si z mouky samy jídlo vyrobily, ozdobily věnec a slyšely i viděly, jakou cestu musí zrníčko urazit na talíř. Pokud to jde, rozloučíme se s létem u ohně a vzdáme i jemu tímto hold. Podzim je období sklizně, uskladňování a vytváření zásob. Země si stahuje svou energii dovnitř a to bychom měli udělat i my. S přibývajícím chladem přidáváme do jídla více tuku a vše o něco déle vaříme. Můžeme si dovolit více kořenit a jíst i pikantnější jídla. Jíme hodně cibule, protože ta posiluje plíce a upravuje množství vody v těle. Na podzim jsou citlivější plíce a tlusté střevo. Upřednostňujeme rýži a ředkve. Vyhýbáme se kravskému mléku a mléčným výrobkům, které zahleňují organismus.

zdroj: <http://kalendar-tradic.aspone.cz/>



Současně s festivalem Sedm divů (<http://www.sedm-divu.cz/>) proběhne **24. 9.** také **den otevřených dveří ve společnosti Nobilis Tilia.**

V červenci byla dokončena rozsáhlá rekonstrukce druhého objektu, který dnes tvoří zázemí pro skladové prostory, expedici, kanceláře a výuku. Botanická permakulturní BIO zahrada je v rámci projektu Zahrada dobra otevřena k představení veřejnosti.

Budete moci navštívit nové prostory, účastnit se prohlídky aromatické zahrady s odborným výkladem, odpočinout si v příjemném prostředí čajového klubu a nakoupit výrobky Nobilis Tilia, a to celý den od 10 do 18 hodin. V čajovně bude probíhat workshop s výrobou vlastního krému a bude možné se objednat na aromaterapeutickou masáž. Interiérový prostor společnosti bude probíhat výstava malířky Markéty Kotkové.

Během festivalu v Domě Českého Švýcarska v Krásné Lípě bude probíhat prezentace vybraných výrobků Nobilis Tilia a budete mít možnost účastnit se workshopu Antistresová aromatická masáž obličeje pod vedením Adély Zrubecké mezi 14. a 20. hodinou.

Pro další informace sledujte <http://www.nobilis.cz/>. Na vaši návštěvu se těší celý tým společnosti Nobilis Tilia.

Speciální kyvadlová linka: info a časy odjezdů **[ZDE](#)**

ZAHRADA DOBRA je projekt na podporu dobrovolnictví ... i z malého semínka může nakonec vyrůst obrovský strom ...



Rok 2011 je Evropským rokem dobrovolnictví. Na Vlčí Hoře v Českosaském Švýcarsku jsme připravili soubor praktických kurzů, které dobrovolnictví oslavují a rozvíjejí. Jejich společným tématem je permakultura a trvale udržitelné pěstování. Permakultura bývá popisována zejména jako způsob pěstování a navrhování zahradních ploch. Jde zároveň o způsob, jak vytvářet a udržet fungující vztahy mezi sebou samým a světem, mezi lidmi, a stejné principy jako při navrhování funkční

zahrady lze použít v každodenním životě každého z nás.

Účastníci kurzů za svou pomoc v zahradě získají odborné informace týkající se ekologického pěstování, ochrany přírody a krajiny, zpracování přírodních materiálů, tradičních metod zpracování a uchovávání potravin, ale také péče o sebe samé. Kurzy se konají v areálu a ve spolupráci se společností Nobilis Tilia, která je výrobcem přírodní aromaterapeutické kosmetiky, a tak je i možnost dozvědět se jak využít aromaterapii v péči o tělo i duši.

Kurzy mají společné:

V pátek večer příjezd, večere, a seznámení se v čajovně na Vlčí Hoře, kde je i zahrada. V sobotu ráno začneme teorií a informativní částí, odpoledne bude praktické v areálu zahrady.

V neděli budeme pokračovat podle počasí venku, program ukončíme v 16 hodin.

S sebou vezměte: pracovní oblečení a obutí, pohodlné oblečení, spacák a karimatku (jogamatku), potřeby k zapsání poznámek, dobrou náladu a nadšení; cokoliv, co souvisí s tématem kurzu a rádi byste sdíleli s ostatními účastníky (například osivo nebo knihy).

Cena kurzu: 1.200,- Kč za osobu a víkend. V případě vaší účasti na více kurzech je možné dohodnout slevu. Zálohu ve výši 600,- Kč zasílejte nejpozději 14 dnů před začátkem kurzu na č.ú. 206233168/0300 a do poznámky pro příjemce napište název kurzu, na který se hlásíte.

Účastnický poplatek je symbolický a slouží na pokrytí základních potřeb, tj energií a jídla, které bude společné a připravené z bio surovin a z velké části z místních zdrojů, a bude veganské.

Ubytování je možné v seminární místnosti zdarma (vezměte si spacák a karimatku), venku v zahradě ve vlastním stanu, anebo ve 2 – 6 lůžkových pokojích v blízké faře na Sněžné (3km) za výhodný poplatek (cca 100,- Kč). V okolí je bohatá nabídka různého ubytování, viz naše stránky.

Místo konání: ZAHRADA DOBRA v areálu společnosti Nobilis Tilia Vlčí Hora 147, Krásná Lípa, 407 46

Pořadatel: Občanské sdružení Nobilis Tilia, www.nobilis.cz/os

Kontakt: Kateřina Horáčková – koordinátorka kurzů a zahradnice, 773 111 904 zahrada.dobra@gmail.com, www.nobilis.cz/os

PROGRAM KURZŮ V PERMAKULTURNÍ ZAHRADE DOBRA na VLČÍ HOŘE

9. - 11. 9. 2011

ZÁKLADY PERMAKULTURY - OSIVO jako důležitý zdroj kulturního dědictví

Kateřina Horáčková + Hana Štroblová

Pěstování zdravého jídla začíná u zdravého osiva. Uchovávání vlastního osiva patří k základním znalostem v systému trvale udržitelného pěstování. Dozvíme se jak zamezit nechtěnému sprášení, jak udržet čistotu odrůd, o důležitosti krajových odrůd... ke zdravému pěstování potřebujeme zdravou půdu, a tak nevynecháme ani základy správného kompostování, práce s půdou, osevnické postupy a další témata, které přivezete vy jako účastníci.

Podle počasí bude praktická část kurzu: sběr a čištění osiva; údržba porostů v zahradě, příprava materiálů do suchých vazeb na dekorace vánoční a dušičkové.

16. - 18. 9. 2011

PERMA JÓGA - Základní semínka Svobodného růstu – permakultúra v osobním rozvoji

Kamila Brenková + Kateřina Horáčková

Spojte se se svou přirozeností skrze jogu, pohyb, zpěv a meditaci – naučíme se uvolnit a odprostit se od nánosů, které nám brání být přirození, žít v radosti a svobodně růst. Naučíme se základy meditace v pohybu společně s jogovými asanami a mantrami – povíme si, co mantry jsou a zažijeme jaký mají vliv na naše vědomí.

V zahradě si pak ukážeme, že život a příroda kolem nás jsou odrazem toho, co se děje uvnitř nás samotných – a osvojíme si techniky, přes které můžeme započít růst naší vnitřní a vnější zahrady.

V praktické části budeme pozorovat společenství rostlin a jejich přirozený vývoj (sukcesi), rozeznávat co odstranit a ponechat růst, aby výsledkem bylo harmonické soužití k užítku všech zúčastněných, včetně plodů pro naše tělo, tj jídlo. V permakulturním jazyce půjde o práci v zóně 00 (tj osobní) a zóně 01 (nejbližší zahrada). V jazyce běžném budeme plít a přesazovat připravené rostliny, s cílem vytvořit trvalou plodící zahradu.

Program:

V pátek se sejdeme u večere v 18 hodin, 21 h zahajovací rituál.

Sobota ráno: čaj v 7.00 hodin; 7.30 - 9.00 h joga asana; 9.00 - 10.00 h snídaně; 11 - 13 h praxe venku; 13 - 15 h oběd; 15 - 17 h praxe venku; 17 - 19 h mantra joga a meditace;

19 hodin večere, po které bude volný program.

Neděle: čaj v 7.00 hodin; 7.30 - 9.00h joga; 9.00 - 10.00 h snídaně; 11 - 13 h praxe venku; 13 - 15 h oběd; 15 - 17 h venku; v 16 h začneme ukončovací rituál.

30. 9. - 2. 10. 2011

ZDRAVÁ RECYKLACE v zahradě a v životních cyklech

Monika Michaelová + Zbyněk Šedivý

Propojení antroposofické medicíny a tradičních učení v pohledu na přeměnu rostlin, proces odumírání a tvorbu nového života. Transformace přebytků, zbytků a proces dokončování jsou přirozenou součástí životních cyklů rostlin i lidí. V pracovní části kurzu budeme zkoumat kompost, zakládat nové záhony různými způsoby a sázet stromy a keře.

Tento víkend se dozvíme více o recyklaci a prakticky vyzkoušíme zdravé kompostování. Svět rostlin, jejich růst, krása a zánik má pro nás lidí mnoho užitku a inspirace. Rostliny obecně přinášejí do našeho života kvalitu vody. Jejich hlavním učením je rozvíjení citu a odevzdání. Právě část odevzdání a zániku všeho, co už nemá sílu žít, co odumírá a odchází z našich životů bude hlavním tématem tohoto setkání. Vedle práce s kompostem na zahradě se budeme zabývat také tím, co v našich životech „kompostuje“ a uvědomit si, jak zdravě využít zdánlivě těžkých, nedokončených anebo už nepotřebných věcí. Meditacemi a praktickými jednoduchými dechovými technikami se naučíme jak transformovat vlastní pocity, spojit se se zdrojem energie a proměnit „nadbytečné“ v prospěšné. V praxi pak poznáme jak vše, co odumírá, je v dalším cyklu základem pro nový život a nový začátek.

Program:

Pátek večer: šamanismus, svět rostlin, povídání o tradičních učeních jihoamerických šamanů i českých bylinkářů, kruh sdílení osobních témat, zkušeností a příběhů

Sobota dopoledne: meditace k setkání s osobním rostlinným průvodcem, dechová cvičení a energizace rostlin, praxe venku k přípravě oběda.

Sobota odpoledne: praxe venku - kompostování v zahradě

Sobota večer: osobní cesta: vnitřní transformace a spojení se zdrojem životní síly, bylinná očista

Neděle: sázení stromů v zahradě, rituál pro očistu vod a zdraví země.

28. - 30. 10. 2011

TRADICE NEJEN V KUCHYNI - tradiční a netradiční ovoce a řemesla

Kateřina Horáčková + Hana Štroblová

Proč jsou důležité původní druhy dřevin, pro člověka, pro zvířata, a jejich funkce v krajině.

Tradiční způsoby uchování potravin, základní a jednoduché recepty. Naučíme se zdravému vaření (a nevaření) tak, aby byly zachovány důležité prvky a aby nás jídlo opravdu ŽIVILO.

Praktická část: výsadba stromů a keřů do remízku kolem zahrady, zakládání nových záhonů, v případě horšího počasí vaření tradičních a starých receptů (domácí hořčice, tradiční povidla, atp.)

11. - 13. 11. 2011

BOTANIKA Českého Švýcarska a Hlína jako živel

- o rostlinách a hlíně

Ing. Petr Bauer, botanik CHKO Labské pískovce

Kamila Žitková, výtvarnice a autorka galerie tradičních i netradičních řemesel

Botanik Petr Bauer z CHKO Labské pískovce nám řekne o vzácných, chráněných a ohrožených druzích rostlin v oblasti a Kamila Žitková nás seznámí s keramickou hlínou. Sáhne si na hlínu v mnoha podobách - dozvíme se o jednoduchých testech půdy, ale zejména budeme pracovat na tvorbě keramických tabulek se jmény rostlin v českém i latinském jazyce. Možná je i příprava dekorativních předmětů z přírodnin, které nabízí zahrada a příroda.

na víkend 18. - 20. 11. 2011 se připravuje pokračovací setkání PERMA JOGA II. s Kamilou Brenkovou, na kterém půjdeme ještě do hloubky dechových, jogových a meditačních technik.

2. - 4. 12. 2011

Antroposofická botanika a předvánoční atmosféra

Zbyněk Šedivý + Hana Štroblová

Pohled na rostliny očima antroposofické botaniky, biodynamické zemědělství, přirozená ochrana rostlin, podpora zdravého růstu rostlin a člověka. Podíváme se na jednotlivé části rostlin a jejich podobnosti s planetami, na jejich vzájemné vztahy, a jak těchto kvalit můžeme využít při pěstování.

V praktické části budeme pokračovat ve výrobě keramických jmenovek rostlin do zahrady; možnost poznávacích cvičení, české a latinské názvy; výroba vánočních dekorací z přírodních materiálů.

23.09. - 24.09. ZÁKLADY AROMATERAPIE - Havlíčkův Brod

24.09. - 24.09. AROMATERAPEUTICKÉ MINIMUM I. - Olomouc

24.09. - 25.09. SYMPTOTERMÁLNÍ METODA PŘIROZENÉHO PLÁNOVÁNÍ RODIČOVSTVÍ - Praha

24.09. - 24.09. DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ V NOBILIS TILIA
více na jiném místě v tomto čísle e-zinu

30.09. - 01.10. veletrh WORLD OF BEAUTY & SPA
Nakupte naše výrobky s 10% slevou

více informací ZDE



Milé děti,

všimly jste si, že všechny dětské voňavé výrobky Nobilis Tilia mají jména jako vy? Jestli ano, určitě pro vás nebude těžká hádanka, kterou jsem si pro vás nachystala.

„Jaké jméno nepatří do dětské kosmetiky: Klára, Benjamínek, Žofie, Míša, Leontýna?“ Jestli víte, poproste maminku nebo tatínka, ať nám správnou odpověď napíšete emailem, vylosovaný výherce dostane malý dárek. Odpovědi pošlete na: irenakubicova@seznam.cz

Zdraví Vás Vaše Týlinka



Lámavost nehtů

Naše vlasy, nehty a kůže velmi citlivě reagují na nedostatek minerálů v organismu. Pevné nehty jsou vizitkou minerálního hospodaření a kvalitní stravy. Pokud vás tento problém trápí, je třeba zvýšit přísun vápníku, křemíku a zinku a to nejlépe v organické podobě. Vhodné jsou také vyživující krémy pro nehtová lůžka a dočasně i kvalitní bezbarvé laky na nehty obsahující vápník. Z potravin obsahují vápník hlavně: sezamová semínka, sojové boby, mandle, lískové ořechy, špenát, tvaroh. Zinek najdeme hlavně v dýňových semínkách, ořechách kešu, sezamových a slunečnicových semínkách. Křemík se přirozeně vyskytuje v celozrnných potravinách a kořenové zelenině.

Tip: Vyzkoušejte vnitřní užívání rostlinných olejů Nobilis Tilia: Sezamového, mandlového nebo dýňového.

V nabídce máme také knihu Tekuté slunce, která se bohatství rostlinných olejů do hloubky věnuje



Dýňový olej v těhotenství

Dobrý den,
jsem těhotná a byl mi doporučen dýňový olej jak k vnitřnímu užití (zácpa, křeče v nohou), tak k masážím při tvrdnutí břicha. Zjistila jsem, že obsahuje vitamín A, který není v pro miminko vhodný, dokonce jsem na internetu našla informaci, že dýňový olej není vhodný pro děti, těhotné a kojící ženy. Prosím o radu, zda mohu dýňový olej nadále užívat. Děkuji.

Dobrý den, všechny nám dostupné prameny včetně analytického certifikátu od výrobce neuvádějí v obsahu dýňového oleje vitamin A. Naopak je uváděný vit. alfa tokoferol E v množství 4 mg /100 g. Může to svědčit o určité antioxidační aktivitě. Dále jsou obsaženy nenasycené mastné kyseliny a to linolová, v množství 51 % z obsahu všech mastných kyselin. Nicméně tato kyselina nemá takový bioaktivní význam jako třeba kys. linolenová, gama a alfa. Nic nenasvědčuje tomu, že by se tento olej neměl užívat v těhotenství. Myslím však, že jsou oleje např. z pšeničných klíčků, pupalkový, perilový nebo posilující směs Nobilis Tilia vhodnější. Pokud, vzhledem ke křečím, by bylo důležité dodávat minerály, včetně minerálů z dýňových semen, pak doporučuji společně s oleji konzumovat i tato semínka.
Adéla Zrubecká



Svůdné pohledy

Podívejte se pravdě doslova do očí. Pokud se chcete na svůj protějšek dívat jasným a zářivým pohledem, pak byste měli dopřát zvláštní péči jemné pokožce kolem svých očí. Tato péče by se měla stát pevnou součástí ranní a večerní hygieny.

Oplachování světlíkem lékařským

Potřebujeme ½ lžičky světlíku lékařského a 1/8 litru vody.

Bylinky s vodou uvedeme do varu a necháme vařit 10 minut. Pak scedíme a necháme vychladit. Vlažný odvar používáme k omývání očí od vnější strany k vnitřní. Osušíme měkkým kosmetickým kapesníčkem.

Tip: Vyzkoušejte **Oční vodu či gel Euphrasia** od Nobilis Tilia



KVĚTOVÉ PLEŤOVÉ VODY OPĚT V PRODEJI

Po dlouhém období hledání nových dodavatelů čistých nekonzervovaných BIO květových vod (hydrolátů) se nám podařilo získat velmi kvalitní BIO květové vody (hydroláty) přímo od výrobce, které jsou mikrobiologicky stabilní a splňují naše očekávání.

Zatím se jedná pouze o BIO květovou vodu růžovou a levandulovou, ale věříme, že i ostatní květové vody (hydroláty) z naší původní nabídky se brzy vrátí do prodeje. Těší nás, že vám můžeme znovu nabídnout BIO květové vody v jejich nejpřirozenějším stavu, tedy bez konzervantů, se zachováním jejich jedinečnosti, účinnosti i nenapodobitelné vůně.

Kvalita těchto BIO hydrolátů tkví ve způsobu získávání (výroby), kde se zpracovává čtyřnásobné množství květů, než je obvyklé. BIO hydroláty mají tak zvýšený obsah aktivních látek a velmi výraznou vůni. Výrobce má více jak 130 letou zkušenost a k výrobě používá výhradně byliny z vlastních certifikovaných polí.

Květové pleťové vody naleznete v eshopu **ZDE**.



ČESKOSASKÉ ŠVÝCARSKO REGIONÁLNÍ PRODUKT

Podpora místních podnikatelů v regionu
Nobilis Tilia s.r.o. se zařadila mezi společnosti, kterým byl Českým Švýcarskem o.p.s. ve spolupráci s Asociací regionálních značek, udělen certifikát.

Tento certifikát opravňuje výrobce označovat certifikovaný výrobek ochrannou známkou „ČESKOSASKÉ ŠVÝCARSKO regionální produkt“, a to v souladu se „Zásadami pro udělování a užívání značky“.

Certifikace je určena zpravidla pro řemeslné nebo umělecké produkty, potraviny nebo zemědělské a přírodní produkty, což bezpochyby společnost s přírodní kosmetikou splňuje.

Žádost o udělení certifikace pro výrobek si mohl podat jakýkoliv výrobce, ale aby získal certifikaci musel splňovat několik kritérií jako například: výrobek musí být vyrobený v regionu (to platí i pro sídlo výrobce), musí být kvalitní, ekologicky nezávadný. Dále se hodnotili i další jedinečné vlastnosti výrobku jako je tradice, ruční výroba, spojitost s regionem či potenciál stát se atraktivním turistickým suvenýrem apod.

Kromě společnosti Nobilis Tilia s.r.o., můžeme najít mezi certifikovanými kozí farmu, regionální pivovar Kocour, přírodně vyráběná mýdla apod.

Budeme si přát, aby i nadále vzkvétala podpora při prezentaci českých regionálních produktů.

Mgr. Irena Kubicová

Po profesní stránce pracuje jako vedoucí lékárník, má vystudovanou Farmaceutickou fakultu University Karlovy, externě pracuje pro firmu Nobilis Tilia. Aktivně se věnuje fytoterapii, homeopatii a v současné době studuje tradiční čínskou medicínu na institutu v Praze.

e-mail: irenakubicova@seznam.cz

Martina Kopsová

marketingová manažerka pro ČR, péče o prodejní místa, zajišťuje prezentační akce a pomáhá s grafikou

e-mail: marketing@nobilis.cz

Jindra Milec

je vedoucím reklamního oddělení, grafik, pečuje o internetový obchod a tiskové materiály

e-mail: reklama@nobilis.cz

KDO PRO VÁS E-ZIN PŘIPRAVUJE

facebook®

