

**Listopad**

Ač se nám může zdát, že dny sbírání bylinek už jsou u konce, v případě některých je i v listopadu sběr vhodný. Můžeme sbírat kořen jehlice rolní, která dobře působí při zánětech močových cest, kořen kuklíku na poruchy trávení či při parodontóze, kořen libečku s využitím proti nadýmání, kořen proskurníku, který je významným pomocníkem na léčbu vlhkého kašle či kořen puškvorce, ten lze jako nálev použít ke kloktání při zánětu mandlí. Zazimováváme zahradu, naposledy přehazujeme kompost. Sklízíme pozdní zeleninu: červenou řepu, celer, mrkev, pastinák, mulčujeme záhony. Pokud počasí dovolí, stále můžeme vysazovat cibuloviny a růže.

Podle tradiční čínské medicíny jsou v listopadu nejvíce ohroženy plíce. Patří k elementu Kovu. Vlastnostmi kovu v lidech je bystý rozum, cit pro spravedlnost a smysl pro podstatné. Plícím škodí sucho způsobené stresem, vysušeným vzduchem. Základem imunity je čchi plic, která je vyživována čchi sleziny. Nedostatek čchi a vlhkost sleziny jsou příčinou sklonu k nachlazení. Emoce, které poškozují orgány kovu, jsou nepřekonatelný smutek, neschopnost opustit minulost.

www.nobilis.cz

**XIII. KONFERENCE ASOCIACE ČESKÝCH AROMATERAPEUTŮ**

11. -12. října 2008

Již tradičně bezvadně zajištěná a odborně dobře obsazená konference Asociace českých aromaterapeutů se uskutečnila i letos o víkendu dne 11. a 12. října. Úvod patřil zajímavému pohledu na stav a historii aromaterapie v Rusku. MUDr. Jurenev Georgij Leonidovič, docent na katedře protetiky vnitřních nemocí Moskevské univerzity, velký vyznavač a propagátor aromaterapie, informoval o svých praktických výsledcích při využití aromaterapie k léčbě těžkých stavů bronchiálních onemocnění a kašle. Kromě výplachů průdušek se osvědčilo masírování hrudi a oblasti mezi lopatkami s následným zábalem směsí tymiánu, rozmarýnu a levandule. Tato masáž prokazatelně zlepšila i stav pacientova srdce po infarktu, protože přítomný rozmarýn zlepšuje výživu srdce.

Využíváním aromaterapie při bronchiálních onemocněních se zabývá také MUDr. Tamara Vladimírova Tchorževskaja. Aromaterapii v léčbě těchto onemocnění považuje za velmi efektivní a také o tom přednáší lékařům v rámci zvyšování jejich kvalifikace

Historii aromaterapie v Rusku zajímavě vyprávěla MUDr. Olga Viktorova Igonina. O žádném národu ani žádné staré civilizaci se nedá tvrdit, že objevila aromaterapii. Využívání přírodních zdrojů k léčbě obtíží je člověku vlastní kdekoli na světě. Na ruském venkově se prováděla přírodní léčba nemocí tak, že se vyhloubila v zemi jáma, zapálilo se v ní dříví, aby se vyhřála. Poté popel vyhrabali, nasekali trávu, kterou jámu vystlali a přidali tam byliny a březové nebo dubové větvičky. Pacient se posadil na okraj, vložil nohy do lázně a nechal působit, dokud hřála.

Druhý historický a dodnes využívaný způsob aromaterapie je ruská sauna. Je odlišná od finské sauny, protože využívá nikoliv suché, ale vlhké parní teplo. Aromaterapie spočívá v tom, že se po nahřátí pošlehávají metličkami z proutků opět z břízy, dubu, jívy apod. Vlhké teplo dobře uvolňuje esenciální látky z rostlin, které pak snadněji prostupují do napařené pokožky.

Přednáškový maratón po oba dva dny vedla vynikající a velmi příjemná bioložka Dr. Katerina Svoboda. Její specializací jsou aromatické a léčivé rostliny a přírodní látky využitelné ve farmakologii a medicíně. Pracuje jako vědecký pracovník na Glasgow University a problematikou se zabývá již 15 let.

Zdůraznila nutnost a důležitost výzkumu, který musí jít za aromaterapií, aby tato nebyla považována za alternativní medicínu ale za vědecky opodstatněné odvětví medicíny a farmacie.

Ing. Emílie Říhová



**RESPIRANT E1004*****směs éterických olejů proti nachlazení***

Při zánětu horních cest dýchacích i jako prevenci před nachlazením inhalujeme směs rozptýlenou v místnosti z aromalampy nebo nakapanou na tampon či keramický kužel.

**použití:**

Můžeme z ní připravit koupel, když 5-10 kapek směsi rozmícháme ve lžici neutrálního koupelového oleje nebo ve 2 dcl tučného mléka a vlijeme do vany.

**složení:**

Směs éterických olejů s převahou eukalyptu a jedle.

**10 ml: 87 Kč (původní cena 97 Kč)**

**EUKALYPTOVÝ BIO BALZÁM N0404*****při nachlazení a dýchacích potížích***

Balzám je výjimečný svými protinfekčními účinky na dýchací systém, pomáhají odhlenění a zároveň mají i celkové posilující účinky na celý organismus, působí proti únavě a melancholii. Neobsahuje žádné syntetické látky a konzervanty.

**použití:**

Eukalyptový balzám se vtírá do hrudníku a zad a může se použít i k masáži chodidel a k nanášení na akupresurní body.

**50 ml: 213 Kč (původní cena 237 Kč)**

**DĚTSKÝ EUKALYPTOVÝ BALZÁM BIO****N1921*****při kašli a nachlazení***

Každý rodič ten problém dobře zná. Suchý dráždivý kašel nebo naopak silné zahlenění, které se bez vhodné terapie mohou rozvinout až do zánětu průdušek. V obou případech pomůže nový dětský bio balzám, který obsahuje aktivní látky s vysokou účinností na uvedené potíže. Všechny obsažené éterické oleje jsou

vhodné již pro kojence od 9. týdne věku, stejně jako ostatní výrobky dětské řady.

**použití:**

Balzám se vtírá do hrudníku a zad alespoň dvakrát denně a může se použít i k masáži chodidel.

**50 ml: 180 Kč (původní cena 200 Kč)**

**nabídka platí do 20.11.2008**

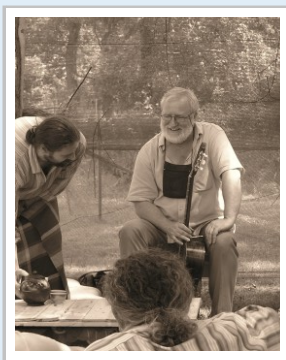
## Rozhovor se Štěpánem Rakem

„Ve světě kytary jsou špatní kytaristé, dobří kytaristé, výborní kytaristé a – Štěpán Rak“  
*Jahn Botton, Nový Zéland*

## Jak jste strávil léto?

Léto jsem strávil tradičně, tedy na půl pracovně a na půl pohodově. Již osmým rokem jezdím se svou manažerkou Lindou do Tater, které miluju. Zvláště pak do hotelu Kontakt ve Starej Lesnej, do komplexu "Vitalny svet".

Linda zde sbírá své bylinky a já v náručí čarokrásné tatranské přírody komponuji. Nyní především nové "vůně" do svého stejnojmenného cyklu.



**Každoročně vystupujete při Svatojánských slavnostech na Vlčí Hoře a též při jiných příležitostech v našem kraji. Co vás pojí s Českým Švýcarskem?**

Vlčí Hora je nádherné duchovní místo a ne náhodou zde sídlí Nobilis Tilia. V inspirativní čajovně mne již napadlo mnoho motivů, z nichž postupně vznikaly celé skladby. Jsem rád, pokud se s námi posadí pan Zbyněk Šedivý a jen tak mimochodem prohodí pár vět o té, či oné bylině a mě je hned jasné, jak o ní mám hrát.

České Švýcarsko mám spojené s hotelem JEF a paní Jašíčkovou.

Je to báječná osoba pro mne nerozlučně spojená s magickým Toljštejnským panstvím a nádhernou přírodou vůkol.

**„Není dobrá nebo špatná cesta, je jenom cesta a všechno ostatní je bloudění“  
 Navazuji na tento váš citát otázkou: Co teď prožíváte na vaší cestě?**

Teď se snažím nebloudit, ale není to lehké... Pan doktor Miroslav Mahel mi ve snu sdělil jinou úžasnou myšlenku: "Cesta je v každém z nás, jen ji najít." I já ji zrovna hledám.

## Na jakou hudební lahůdku se můžeme těšit?

Hudební lahůdku jsem nakouzl již v úvodu. Pracuji na cyklu "Vůně" a jsem toho plný. Moc mi pomáhají Zbyňkovy éterické oleje, nebo návštěva u Lindy, jejíž byt je prostoupen omamnou vůní kadidla. Inspirace je pak okamžitá. Linda pokračuje v práci svého otce, jenž vytvářel léčivé vonné masti pro lidi i zvířata.

Ve zmíněném cyklu použiji i unikátní kamennou kytaru z Guatemalského mramoru, kterou pro mne vyrobil sochař Jan Řeřicha. Zvuk tohoto nástroje je neuvěřitelně podmanivý. Ověřeno mám i léčivé účinky.

## Jakou máte rád vůni?

Mám vlastně rád všechny vůně... Zbyněk Šedivý pro mne ovšem objevil Ylang-Ylang.



[www.nobilis.cz](http://www.nobilis.cz)

NOVÉ BIO ROSTLINNÉ OLEJE

- R1082 Lníčkový olej BIO
- R1078 Makadamiový olej BIO
- R1083 Nimbový olej BIO
- R1084 Perilový olej BIO
- R1085 Rakytníkový olej BIO
- R1201 Posilující směs rostlinných olejů

SEZNAM ROSTLINNÝCH OLEJŮ, KTERÉ NYNÍ ZAŘAZUJEME DO NAŠÍ NABÍDKY V KVALITĚ BIO

- R1070 Jojobový olej BIO
- R1086 Konopný olej BIO
- R1071 Lískový olej BIO

DALŠÍ NOVÉ VÝROBKY

- N1809 Vitamin C
- N0226 Dětský zubní gel Benjamínek
- N5006 Květová voda tymiánová, *Thymus vulgaris*, b.s. linalol

*více informací naleznete v našem časopise Tilia Aromatica, který si můžete vyžádat v tištěné formě nebo si jej můžete stáhnout na našich stránkách:  
www.nobilis.cz - tiskoviny - časopis - podzim 2008*

**10% vánoční slevy na všechny objednávky od 24.11. do 5.12.2008**

KOUPELOVÉ OLEJE V PÍSKOVANÝCH LAHVÍCH

- borovicový** - při nachlazení a respiračních potížích  
200 ml: 393 Kč
- levandulový** - pro uvolnění a regeneraci  
200 ml: 424 Kč
- meduňkový** - vhodný při únavě a neklidném spánku  
200 ml: 385 Kč
- rozmarýnový** - prokrvující účinky, stimuluje organizmus  
200 ml: 448 Kč

ROSTLINNÉ OLEJE V PÍSKOVANÝCH LAHVÍCH

- Lněný olej**  
500ml: 267 Kč
- Meruňkový olej**  
500ml: 498 Kč
- Vinné hrozny**  
500ml: 338 Kč

*více dárků naleznete na našich stránkách:  
www.nobilis.cz - "vonná keramika a dárky"*





**Mgr. Irena Kubicová**

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

*e-mail: irenakubicova@seznam.cz*

**Martina Kopsová**

pečuje o zákazníky a prodejní místa, zajišťuje prezentační akce a pomáhá s grafikou

*e-mail: obchod@nobilis.cz*

**Jindra Milec**

je vedoucím reklamního oddělení, pečuje o internetový obchod a tiskové materiály, stará se o počítačovou síť a všechno, čemu my ostatní nerozumíme

*e-mail: reklama@nobilis.cz*



Nobilis Tilia