Vánoce

Výjimečným Ženám

2019

S-Press

Vážené dámy, vážení klienti, přátelé, čtenáři,

přinášíme vám v tomto adventním čase potěšení!
Potěšení prostřednictvím našeho vánočního speciálu Vánoce výjimečným ženám 2019,
které přichází za vámi tentokrát v elektronické netištěné podobě.

Rozhodli jsme se s několika "výjimečnými osobnostmi" z našich publikací,
že vám zpříjemníme tyto dny plné předvánočního shonu, bilancí, uzávěrek.

Tentokrát však nebudeme psát o úspěšném podnikání my, v redakci, nýbrž protagonisté z našich časopisů!
Podnikatelé, podnikatelky, chtějí psát vám a pro vás a předat vám dárek.
Vánoční dárek formou svých poselství, rad, vzpomínek, receptů či doporučení svých výrobků a služeb.

Přijmětě proto prosím, od nás tento malý dárek, přijměte zastavení i pohlazení, ve kterém možná najdete to,
co pro sebe či své blízké v obchodech hledáte.

Přeji vám příjemné čtení a radostné prožití vánočních svátků!
Mám-li tento úvod zakončit trochu pateticky a zároveň humorně, dovolte mi poselství z úst klasika:

*„Když už člověk jednou je, tak má koukat, aby byl.
A když kouká, aby byl a je, tak má být to, co je a nemá být to, co není,
jak tomu v mnoha případech je.“*

JAN WERICH

Stanislava Šveňková
vydavatelka
www.s-presspublishing.cz

HISTORIE VÁNOČNÍHO STROMEČKU

Historie vánočního stromečku nepatří mezi notoricky známé příběhy. Jeho tradice v českých zemích vyplývá z naší kulturně-společenské příslušnosti k německy mluvícím zemím a je velmi podobná v dalších státech, se kterými máme společnou rakousko-uherskou minulost. S těmito zeměmi máme společně také Ježíška a nadělování dárků pod stromeček.

FOTO: ARCHIV ZÁMEK LOUČEŇ

Přestože v dobách dávných se národy Evropy téměř neznaly, vyznávaly rozdílné kulty a uctívaly rozličná božstva, radost, že konečně nastává obrat a dlouhé tmavé noci se začínají zkracovat, projevovaly velmi podobně. Starogermánské svátky **Yule**, stejně jako starořímské **Saturnálie**, oslavy zimního slunovratu, měly velmi shodné rysy. Lidé na své příbytky upevňovali rozsvícené louče či olejové lampy, které měly odhánět zlovolné mocnosti. Sýpky, domy a chlévy zdobili zelenými ratolestmi. V jižních krajích olivovými větvičkami, vavřínem a jmelím, na severu větvemi jehličnanů. Zeleným větvičkám se tehdy přisuzovala magická moc. Byly symbolem obnovy života.

Chvojím zdobili lidé své chalupy i na českém venkově. Většinou se v seknici ke stropu připevňovala velká větev nebo odříznutá špička jedle, později i menší stromeček. Ten se zřejmě kvůli nedostatku místa zavěšoval nad stůl špičkou dolů. Takovým stromečkům se říkalo **„chvojka“**. Chvojka měla chránit stavení, aby do něho nevnikli zlí duchové.

Jako mnohé pohanské svátky si křesťanství i oslavy zimního slunovratu účelně přizpůsobilo, dalo mu svůj výklad i rituální průběh. Na druhém konstantinopolském církevním koncilu v roce 553 bylo stanoveno, že den **24. prosince** bude zasvěcen památce **Adama a Evy**. O vánočních svátcích se v kostelech hrávala „mystéria“ – divadelní představení na námět příběhu „Vyhnání z ráje“. Scénu dekoroval i **„strom poznání“**, na který se zavěšovala červená jablka jako připomínka zakázaného ovoce, prapůvodu prvotního hříchu. Jabloň v zimě nahradili smrčkem, na jehož špičku se od 14. století začala připevňovat betlémská hvězda. V severním Německu se až do 19. století vánoční stromy zdobily figurkami Adama, Evy a hada, vyřezávanými ze dřeva nebo pečenými z těsta.

Obliba zdobení celých vzrostlých stromů pochází také z **Německa**. Vždyť i příchod jara se tu odpradávna vítal vztyčováním májky. Od 15. století se vánoční stromky objevují nejen v kostelech, ale i v sídlech velkých hanzovních spolků, cechů, ve špitálech a posléze i v měšťanských domech protestantů. Jablka se postupně nahrazovala jinými kulatými ozdobami, převážně lesklými červenými koulemi. Oplatky ve tvaru hostií nahradila balená cukrlátka a papírové růže. Od roku 1830 se v německých sklárnách začaly foukat i červené skleněné koule.

Největší zásluhy na upevnění a rozšíření zvyku strojit vánoční stromeček jako protiváhy katolických jesliček měli stoupenci **protestanského reformačního hnutí v Německu**. Traduje se, že to byl právě německý kazatel Martin Luther, který před zhruba pěti sty léty poprvé zapálil na stromečku svíčky, jejichž světlo mělo symbolizovat Krista jako světlo světa.

Katolíci dlouho považovali zdobení stromečku za protestantský zvyk a ve svých kostelech uchovávali tradici stavění betlémů. Teprve až po ukončení napoleonských válek rozšířili vánoční stromek do Evropy pruští emigranti. První vánoční stromek rozžehla kněžna Henrietta von Nassau-Weilburg ve **Vídni** v roce **1816**. Odtud se tento zvyk rychle šířil mezi evropskou katolickou šlechtou.

Skutečné masové rozšíření vánočního stromečku i mezi lidové vrstvy způsobilo zřejmě rozhodnutí pruského velení ve válkách proti Rakousku (1866) a Francii (1870), aby se ve vojenských ubikacích a lazaretech umístily o vánočních svátcích ozdobené stromečky.

V Čechách prvním stromkem překvapil své přátele při dobročinném dýchánku ve svém domě na Čertově vršku v Libni v roce 1812 ředitel Stavovského divadla Johann Karl Leibich. Katolická církev dlouho tomuto zvyku odolávala. Ozdobené a rozsvícené vánoční stromky se v katolických německých a rakouských kostelech objevují až koncem 19. století, v ostatních evropských zemích ještě později.

Během jednoho století si kouzlo vánočního stromku podmanilo celý křesťanský svět. Dnes si vánoční svátky bez stromečku už ani neumíme představit. Milióny stromků, pěstovaných na k tomu určených rozsáhlých jehličnanových plantážích, stromky v květináčích i stromky umělé pronikly nejen do našich domovů, stále častěji se objevují i na veřejných místech – na úřadech, ve školách, v obchodech, na nemocničních chodbách… Ztepilé stromy se vztyčují na náměstích velkoměst i na vesnických návsích a jejich slavnostní rozsvěcení na první adventní neděli se těší široké oblibě. Tento zvyk k nám přišel ze Spojených států, kde velkou popularitu získaly začátkem 20. let venkovní vánoční stromy díky elektrickému osvětlení. Pod vlivem hollywoodských filmů, s happyendy umocněnými atmosférou tiše se snášejících vloček, se velmi módními stávají koncem 30. let uměle zasněžené stromky s visícími rampouchy. Tou dobou se už vánoční svátky začínají dostávat pod značný komerční tlak. Svět zaplavuje reklama coca-coly s postavou rozesmátého Santa Klause a šíří se móda „přeplácaného“ kýčovitého zdobení vánočních stromků. Vánoční stromky se začínají strojit už na Den Díkůvzdání (čtvrtý listopadový čtvrtek) a vánoční výzdoba menších obchodů se spouští už den po Halloweenu (31. října).

I ve zglobalizovaném světě přetrvává ale mnoho tradic a obyčejů, které se na Vánoce v různých zemích jinak dodržují. Ba i o postavách, které nosí dárky, panují různé představy. Ne všude naděluje Ježíšek dárky pod stromeček už na Štědrý večer. Ve většině zemí je hlavním vánočním dnem 25. prosinec. Děti si obvykle vpředvečer nachystají boty před krb nebo pod stromeček, kde ráno najdou dárky, o které si napsaly. Nebo také v punčoše za oknem. Dospělí si převážně navzájem vyměňují dárky na závěr slavnostní večeře.

A kdo byl tím původcem předvánočního shonu? Řecký biskup Mikuláš (Nikolaos) z byzantské Myry (dnes Turecko), který rozdával dárky chudým. Proslul především obdarováním tří zchudlých dcer jednoho zbožného křesťana, kterým opatřil věno a zachránil je tím před nucenou prostitucí. Na jeho počet v předvečer jeho svátku 6. prosince byly dětem rozdávány dárky. Během Reformace došlo ale k posunu data, kdy se rozdávají dárky, až na dny 24. a 25. prosince, aby se zájem dětí nerozptyloval uctíváním dalších světců, kteří mají svátek v prosinci, ale upíral se k samotnému Kristu. Byl to právě Martin Luther, kdo přišel s postavou Ježíška – Kristkindle, kterého jsme přijali za svého u nás, v Rakousku a Německu. Postavy britského vousatého dědy Father Christmas nebo jeho francouzského kolegy Père Noël (Babbo Natale v Itálii a Papa Noel ve Španělsku) či holandského Kerstmanu, ruského Dědy Mráze nebo jednoduše Santy, vycházejí rovněž z historické postavy svatého Mikuláše s rysy poděděnými od starogermánského boha Wodana neboli severského Odona. Od toho údajně převzal i svůj vzhled a široký rudý plášť s kapucí, lemovaný kožešinou. A samozřejmě saně tažené soby. Ve Finsku a mezi Laponci pak postava Santy víceméně také splynula s původní pohanskou postavou kozla Joulupukki. Father Christmas byl v Anglii již za Jindřicha VIII. považován za toho, kdo přináší radost, dobré jídlo a veselou zábavu.

Ať už přináší dárky kdokoli a na slavnostně prostřeném stole voní smažený kapr, pečený krocan nebo jehněčí, lidé na celém světě se shodnou na tom, že nejdůležitější je příjemná rodinná pohoda, pocit pospolitosti a vzájemně sdílená radost. Atmosféra, kterou bezesporu umocňuje i ozářený vánoční stromeček.

FOTO: ARCHIV ZÁMEK LOUČEŇ

VÁNOČNÍ PROHLÍDKY NA ZÁMKU LOUČEŇ

Ti, kteří se v adventní době vydají s dětmi, s kamarády či s partnerem v adventním čase na zámek Loučeň za tajemnou symbolikou Vánoc, mají příležitost vžít se všemi smysly do kouzelné vánoční atmosféry ve svátečně vyzdobených komnatách a nadýchat se čerstvého vzduchu při procházce zámeckým parkem s největším adventním věncem v Čechách. Letos podruhé i s PŘÍBĚHEM VÁNOČNÍHO STROMEČKU v zámecké expozici.

FOTO: J.PŘEROVSKÝ

Na zámku samotném vás **v roli průvodce přivítá vždy některý z členů knížecí domácnosti**, kníže či kněžna, pan nadlesní, komorník, zámecká kuchařka Aninka, nebo také Bílá paní. Při prohlídce nepůjde o exkurzi do historie se směsí letopočtů, ale o přiblížení života rodiny Thurn-Taxisů na loučeňském zámku počátkem 20. století, kdy byl majorátním pánem kníže Alexandr Thurn-Taxis a kdy se na zámek sjížděli hosté z celého světa.

Po úspěšné předloňské premiéře se i letos mohou návštěvníci těšit na originálně pojaté prohlídky na téma **PŘÍBĚH VÁNOČNÍHO STROMEČKU**. Samozřejmě s kostýmovaným zámeckým průvodcem, který ale nebude hlavním hrdinou prohlídek. Povídat se bude téměř výlučně o Vánocích. V každé zámecké komnatě na návštěvníky bude čekat vždy jiný vánoční stromek se svým příběhem: staročeský lidový, knížecí secesní, světelný, tančící, gurmánský, myslivecký, ale i podmořský… **Celkem jednadvacet vánočních stromečků na jednom místě.**

Nepůjde ovšem jen o velkolepou podívanou. Během prohlídky zámku si návštěvníci poslechnou, jak se slavily křesťanské Vánoce za první republiky, proč zapalujeme adventní svíce a co je to půst, proč se staví betlém, jak k nám pronikla tradice zdobení vánočního stromku a kde najdeme její původ, jak se slaví Vánoce v jiných evropských zemích a ve světě. Dozvíte se, kdo naděluje dárky v cizině, co to byl Strom Republiky a jak se k nám zatoulal Děda Mráz, proč se na zámku pekly obří vánočky, kdy a proč se chodilo koledovat, proč si doma rozvěšujeme jmelí a mnoho dalšího.

Návštěvníci si prohlídku užijí všemi smysly. Budou se nejen dívat a poslouchat, ale také vnímat chutě a vůně Vánoc, zámecké komnaty provoní cizokrajné koření, františky a adventní svíce.

Na závěr prohlídky si děti samy vyrobí svou vánoční ozdobu, maminky budou moci navštívit vánoční obchůdek a tatínkové ochutnat vánoční punč. Ten zdejší již po několik let před Vánocemi vaří sama zámecká paní Kateřina Šrámková, kterou, budete-li mít štěstí, potkáte během prohlídek jako Bílou paní.

www.zamekloucen.cz

PROJEKT
PUBLIKACE
AKTIVITY
FAKTA

…. VYDAVATELSTVÍ S-PRESS PUBLISHING

Motto:

„Existuje kvalitní svět, do kterého můžeme patřit,
obracet se k němu v dobách úspěšných i méně příznivých a nacházet v něm
inspiraci a potvrzení svých hodnot.“

Projekt Svět výjimečných nezávazně sdružuje přibližně 600 žen a mužů, majitelek a majitelů firem z celé republiky, kteří uveřejnili svoji prezentaci v publikacích Výjimečné ženy a Svět výjimečných.

Mnoho těchto protagonistů a protagonistek zefektivnilo i díky této prezentaci svůj byznys, bylo zviditelněno či oceněno v médiích a veřejných soutěžích, získalo nové obchodní partnery i klienty.

Edice na sebe navazujících časopisů Výjimečné ženy a Svět výjimečných, s profily úspěšných výjimečných osobností, si za dobu svojí existence od roku 2010 získala uznání, obdiv a veřejný ohlas.

Vydavatelství S- Press Publishing se stalo mediálním partnerem mnoha významných společenských událostí a projektů v ČR i v zahraničí.

Uspořádalo mnoho osobních setkání protagonistů, tzv. Malých Krátkých Káv.

Podílelo se na veřejných akcích, projektech, zájezdu protagonistů na Nový Zéland, do Hongkongu a New Yorku.

Publikace S-Press Publishing jsou distribuovány fyzicky i elektronicky po celé republice, do firem, institucí i vybraným jednotlivcům.

Jsou uloženy v Národních knihovnách ČR včetně Klementina, v archivu pro budoucí generace.

ADVENT A VÁNOCE JSOU PRO NÁS KOŘENÁŘE OD ANTONÍNA UŽ 21 LET JEDNÍM Z NEJNÁROČNĚJŠÍCH, ALE ZÁROVEŇ I NEJKRÁSNĚJŠÍCH OBDOBÍ ROKU.

Dovolte, abychom vám prostřednictvím našeho receptu na Skořicový věnec,
přinesli do vašich domovů trochu adventní nálady.
Za celý tým Koření od Antonína
Lenka Dobiášová

SKOŘICOVÝ VĚNEC L. P. 1890

ŽE SKOŘICE BYLA OBLÍBENÁ I U NAŠICH PŘEDKŮ,
DOSVĚDČUJE TENTO SLAVNOSTNÍ RECEPT Z KONCE 19. STOLETÍ.

Ingredience:
Suroviny na 2 věnce:
100 g másla
2 polévkové lžíce cukru krystal
1 čajová lžička soli
2 žloutky
250 ml mléka
50 g čerstvých kvasnic (1 kostka)
600 g hladké mouky
Na náplň:
125 g másla10 polévkových lžic cukru krystal
2 polévkové lžíce mleté skořice
50 g drcených vlašských ořechů
(velikost kousků cca 2-3 mm)

V misce rozpustíme ve 250 ml vlažného mléka 2 lžíce cukru, přidáme rozdrobenou kostku kvasnic a necháme vzejít kvásek.V hnětací míse smícháme 600 g mouky s 1 lžičkou soli, uprostřed uděláme důlek, kam vlijeme připravený kvásek, 2 žloutky a 100 g rozpuštěného másla.Promícháme a vypracujeme do hladkého těsta, které přikryjeme utěrkou a necháme na teplém místě kynout asi 1 hodinu. Mělo by zdvojnásobit svůj objem.Zatímco těsto kyne, smícháme v misce 125 g změklého (nikoliv tekutého) másla s 2 lžícemi skořice a 10 lžícemi cukru. Vše vymícháme do hladké, mazlavé pasty. Vykynuté těsto rozdělíme na půl. Z jedné poloviny vyválíme placku o velikosti asi 30 x 40 cm, potřeme jí polovinou náplně a posypeme polovinou drcených vlašských ořechů.Potřenou placku srolujeme po delší hraně.Vzniklý válec rozřízneme na 2 poloviny tak, aby zůstal na jednom konci cca 2 cm nerozříznutý, a položíme jej rozříznutou stranou nahoru.Z rozřízlého těsta smotáme cop, který vytvarujeme do kruhu, konce spojíme do věnce, přeneseme na plech vyložený pečícím papírem a necháme ještě 10 minut kynout.

Skořicový věnec pečeme asi 30 minut v troubě předehřáté na 180°C a poté necháme vychladnout na plechu. Stejně zpracujeme i druhou část těsta a náplně.

www.youtube.com/watch?v=3rE9-CC8o1gRecept

Lenka Dobiášová, majitelka Koření od Antonína

BALENÍ VÁNOČNÍCH DÁRKŮ JINAK

Originálně – designově – ekologicky – jednoduše

Značka Be Nice vám na letošní vánoční trh přináší zcela jedinečnou kolekci na balení vánočních dárků.

V nabídce najdete designové balící papíry, krabičky, přáníčka, jmenovky, samolepky a další pomůcky na balení. Vše je navíc ekologické – tištěné na pečlivě vybraném kvalitním recyklovaném papíru, který má na spodní straně mřížku pro snadné nastříhání. Vybrat si můžete ze 4 motivů, které navrhla nadějná designérka Bára z Nikolajky. Vše je řemeslně vyráběno v České republice.

ZABALTE SI LETOS DÁRKY JINAK

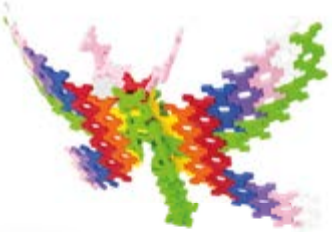
Tip: na stránkách eshopu *www.benice-shop.cz* najdete postup na balení dárků, se kterým bude balení vánočních dárků ještě jednodušší a radostnější.

Mirka Poráčová, Be Nice

DÁREK K VÁNOCŮM PRO MALÉ I VELKÉ

Vyberte si z naší pestré nabídky:

- variabilní stavebnice
- designové a vzdělávací hračky
- výtvarné a kreativní potřeby
- hry pro celou rodinu
- sportovní vybavení a mnohé další



Při nákupu na našem eshopu zadejte do poznámky slevový kód: **XVANOCE10** a získejte **slevu 10%.**

Platnost akce do 31. prosince 2019.

Více informací na: www.TOYPEX.cz

Hra a zdraví – to nás baví!

Koření od Antonína
EXTRA QUALITY

Všechny dárky najdete na www.koreni.cz, nebo v našem obchůdku v Dominkánské 7 v Plzni.

Výhradně ruční práce již 21 let.

Vůně vánoc

Tradičně každým rokem pečeme doma před Vánoci oblíbené vánoční perníčky. Jejich vůně vždy přiláká celou rodinu, každý chce hned ochutnat. Při pečení perníčků používáme pro zpestření rozmanitá vykrajovátka a formičky od Feuchtmanna a vždy si při tom užijeme spoustu zábavy. Nechte se inspirovat a vyzkoušejte tuto oblíbenou adventní pochoutku.

Ingredience

100 g másla, 3 lžíce medu, ½ balíčku kypřícího prášku do perníku, 1 lžíce kakaa, 120 g cukr moučka, 1,5 lžičky perníkového koření, 2 vejce, 300 g hladké mouky

Postup

V míse smícháme prosátou mouku, cukr, perníkové koření, kypřící prášek do perníku, kakao. Po promíchání přidáme med, na kousky nakrájené máslo a vejce. Rukama poté vypracujeme do hladkého těsta, zabalíme do potravinové fólie a necháme přes noc uležet v chladu. Následující den vyválíme z těsta 3-5 mm silný plát, z něho vykrajujeme za pomoci formiček různé tvary, které přendáváme na plech vyložený pečícím papírem (pozor – perníčky nedáváme těsně k sobě, spekly by se dohromady). Pečeme 5-7 minut v troubě rozehřáté na 180°. Horké perníčky čerstvě vyndané z trouby potíráme rozšlehaným bílkem, aby se pěkně leskly. Necháme vychladnout a můžeme ihned konzumovat, perníčky jsou po upečení hned měkké.

Dobrou chuť a příjemné prožití vánočních svátků Vám přeje firma Toypex.

www.TOYPEX.cz

Autor: Bc. Lucie Vencláková
Marketingový specialista

DESATERO PRO ŽENY NA ROK 2020

bez frází a šovinismu, bez jednoduchých laciných rad – zato s obdivem k ženskému světu!

1.Používejte ženskou energii!
Chovejte se jako ženy, odložte tvrdé lokty a roli silné Amazonky, která všechno musí zvládnout sama. Dejte prostor svému půvabu, oblékejte se žensky, pečujte o svůj zevnějšek. A nechte se konečně také opečovávat od mužů.

2.Vyslovujte nahlas uznání všem lidem!
V české kotlině není zvykem se chválit, neumíme to – doma nás to neučili a pak už je nám to takové hloupé… Ale lidská duše nutně autentické a nahlas řečené uznání potřebuje slyšet! Je to psychická výživa, bez které býváme smutní. Takže manažersky ideální poměr uznání a kritiky směrem k podřízeným je 2:1, své lidi v týmu dvakrát více chvalte, než kritizujte – uvidíte tu změnu. A manželky, vy prosím zkuste držet ideální poměr uznání a kritiky 5:1 ke svým životním partnerům! A žena sama k sobě? Zdravá sebeláska je poměr uznání a kritiky 3:1 – opravdu samy sebe třikrát víc chválíte, než kritizujete?

3. Odpusťte už konečně svým otcům!
Otec je u každé ženy vlastně první láska v životě, jako dcera minimálně v raném věku k němu přece vzhlížela! A váš životní partner (ať už současný nebo ten poslední bývalý) je ta poslední láska v životě – a tyto dvě lásky jsou spojené silnou podvědomou vazbou. Tedy pokud žena není vnitřně vyrovnaná se svým otcem, tak to poškozuje skrytě ale silně i její partnerský život. Odpusťte už tak svým otcům, ať už vás zklamali v čemkoliv! Pomůžete sobě, jemu i vašemu současnému nebo budoucímu muži.

4. Mějte své pravidelné radosti!
Alespoň 2x týdně mějte jen pro sebe radostnou hodinku, kde nefiguruje žádná práce, starost

Jiří Pokorný

o rodinu ani jiná povinnost. Je to jen čistá radost, hormony štěstí vám proudí do žil, usmíváte se a svět je krásné místo k žití. Vyberte si jakýkoliv možný koníček, po kterém toužíte (např. tanec, běh, malování, víno, agility se psem, plavání, procházky v přírodě atd.) A plánujte si to dopředu, do svého diáře si tyto časy zaneste minimálně 14 dní předem a jen v případě naprosto mimořádné události je rušte! S přístupem: „Až budu mít všechno hotovo, tak si udělám pěknou chvíli“, ...skoro žádné radosti neprožijete. A za každý úspěch se jednorázově co nejdříve odměňte (wellness, oblečení, parfém),… Vaše duše to nutně potřebuje!

5. Rozšiřujte svůj vnitřní kruh!
Vnitřní kruh už před tisíci lety definoval Konfucius jako úzké společenství lidí, které máte kolem sebe a chováte se před nimi hodně otevřeně. Bezpečně mluvíte o svých skrytých myšlenkách i pocitech, nehrajete žádné role ani nemáte masky na tváři. Kolik takových lidí máte? Ideální počet je 10! Tak velký vnitřní kruh ale dnes má málokdo, často slyším na konzultacích číslovky 1, 2 nebo také 0! Takto malý počet důvěrníků nemůže potřeby sdílení vaši duši uspokojit. A i pro ty vaše blízké je to velká zátěž: pokud např. 2 lidé mají naplnit vaše verbálně-emocionální potřeby, vždyť je to práce pro 10 lidí. Rozhlédněte se kolem sebe jiným pohledem a hledejte (i přes určité riziko zklamání) nové lidi do svého vnitřního kruhu.

6. Trénujte pravidelně své psychické svaly!
Mnoho úspěšných žen dnes pravidelně chodí do posilovny, mají pak krásná vypracovaná těla. Klobouk dolů! Nicméně v tomto bodě navrhuji stejně poctivě začít fungovat i v psychické posilovně. Psychické svaly (odolnost člověka v zátěžových situacích) se dají trénovat úplně stejně, jako ty fyzické. Tyto postupy se jmenují techniky psychohygieny, jsou to několikaminutová mentální cvičení, která zvládne úplně každý. U nás v agentuře klientům nabízíme celou škálu těchto cvičení. Pro příklad alespoň jedno, které se jmenuje pozitivní manipulace vlastní mysli: každý večer, po dobu 30 dní si promítněte uplynulý den a zapište si 3 pozitivní věci, které vám přinesly příjemný pocit, když se staly. U drtivé většiny lidí se měsíc tohoto zapisování projeví výrazným zlepšením nálady a větší odolností v psychických zátěžích. Jejich mysl to totiž přesměrovalo od negativních potíží k tomu hezkému, co v životě mají a co zbytečně jen přecházejí.

7. Nastavujte hranice svému okolí!
Vaše okolí si dovolí jít tam, kam ho pustíte. Takže pokud nenarýsujete pomyslné, (ale

pevné) hranice, tak si k vám dovolí kdokoliv cokoliv.Říkejte tedy lidem, co je vám příjemné a co ne a pokud to nerespektují, buďte nekompromisní. Jako příklad si můžeme vybrat výchovu dětí – v mnoha rodinách rostou děti bez jakéhokoliv nastavování hranic. Dítě je bůh, který může všechno! A výsledek? Utrápený rodič, který se později snaží nějak zasáhnout, ale jeho puberťák se mu směje do očí.A další smutný výstup je dítě, které bude mít celoživotně složitý vztah s autoritami. To bude mít velmi negativní přesah do jeho partnerských i pracovních vztahů.

8. Zachovávejte si svoje tajemství!

Je zničující říkat svému okolí o sobě všechno. Jste pak hodně zranitelní a také ztrácíte bez tajemství zajímavost pro lidi kolem sebe. I lidem ve svém vnitřním kruhu je vhodné neříkat úplně všechno – nechte si 10 % něčeho jen pro sebe.To není důležité, jestli to tajemství je výbušné či nebezpečné. Ale pokud si zachováváte svoji 13. komnatu, posilujete tím svoji sebehodnotu, sebelásku i sebevědomí. Je to oblast, kde nikoho nepotřebujete, opíráte se tam jen samy o sebe. A až jednou bude po všem, vaše tajemství odejde s vámi.

9. Stanovte si motto na každý den, týden, měsíc, rok!

Každý máme nějaké hodnoty, přání, touhy, cíle.Naše podvědomí nám je pomůže naplnit, pokud je nasměrujete do své mantry či motta. Motto si v ideálním případě dávejte každý den, v pondělí, když začíná týden a určitě na každý měsíc či rok. Mantra autora tohoto článku v období, kdy byl sám a velmi si přál novou partnerku: „Jsem šťastný, protože žiji ve vztahu se ženou, která mi dává do života pohodu, lásku, vzrušení, pomoc a krásné zážitky a já jí to mohu plně vracet.“

10. Koho, nebo co ve svém životě nechat odejít, aby něco, či někdo nový mohl přijít.

Když si něco nového chcete přitáhnout do svého života, tomu novému musíte vytvořit prostor. Severoameričtí indiáni, hlavně jezdci z prérijních plání (Lakotové, Čejeni, Arapahové), tomu naprosto věřili. Čeho se vzdáte vy?

Jiří Pokorný
ředitel Agentury Perseus
www.agentura-perseus.cz

Perseus
školicí agentura

KRÁSNÉ, VANILKOU PROVONĚNÉ VÁNOCE!

Mgr. Ivana Bachtíková, majitelka Kuchaři do domu s.r.o.

LUXUSNÍ VANILKOVÉ ROHLÍČKY BABIČKY ANIČKY: IHNED KŘEHKÉ!

Nejlepší vanilkové rohlíčky, které jsem v životě ochutnala, jsou tyto tradiční rohlíčky po babičce Aničce. V naší rodině se dědí z generace na generaci. Jsou poctivé, z poctivých surovin, precizně vypracované a žádné se jim nevyrovnají. Luxusní rohlíčky jsou křehké ihned po upečení a chuťově vynikající.

Budete potřebovat:
24 dkg hladké mouky
16 dkg másla
5 dkg cukru
10dkg vlašských oříšků
1 žloutek
Cukr moučka a vanilka na obalení.
Toto množství je na jednu dávku rohlíčků.

Postup:
Do mouky rozsekáme máslo, přidáme cukr a jemně strouhané vlašské oříšky. (Můžeme použít místo oříšků také jemně strouhané mandle v jedné dávce.) Vlašské ořechy jsou však v těstě nejchutnější. Žloutkem zaděláme těsto. Řádně těsto zpracujeme, což je velmi důležité, aby se celé pečení vydařilo na výbornou. Těsto dáme do chladu na chvíli odpočinout. Nedáváme do lednice! Nebo může těsto odpočívat i přes noc do druhého dne. Vložíme ho do igelitového pytlíku nebo mezi 2 talíře do chladu.

Z těsta vyválíme šišku, kterou krájíme na dílky. Dlaní utvoříme tenké tyčinky, které zatočíme do obloučku. Pokládáme na plech stejně silné rohlíčky. Plech nemastíme, protože těsto je mastné dost. Pečeme pomalu do světle žluta. Ještě horké obalujeme v jemně tlučené vanilce smíchané s moučkovým cukrem.

TIP PRO VÁS:

Čeká vás příprava rodinné oslavy, jubilea, svatba, firemní akce, teambuilding, recepce, konference, degustační večeře? NEMÁTE ČAS? Potřebujete kuchaře nebo kvalitní kompletní catering na akci? Záleží Vám na úspěchu akce? Chcete se pobavit při vaření? Užijte si oslavu bez práce! ŠETŘÍTE SVŮJ ČAS, PRÁCI, STAROSTI, PENÍZE!
Objednejte si osobního profesionálního šéfkuchaře!
www.KuchariDoDomu.cz

KUCHAŘI DO DOMU.cz

Osobní kuchaři a cateringové firmy z celé ČR k objednání na akce:

Oslavy, narozeniny, jubilea, svatby, firemní rauty, společenské akce

- Čerstvé vaření přímo u Vás
- Kompletní catering
- Osobní kuchaři, VIP kuchaři, lektoři vaření i odborníci zdravé výživy, gastroporadci
- Lekce vaření u Vás nebo ve studiu
- Zážitková gastronomie
- 25 světových kuchyní
- Dárkové poukazy

info@kucharidodomu.cz • +420 777 136 103
www.KuchariDoDomu.cz

Vážené a milé ženy,

Manželé Eva a Karel Nejedlí a slavnostní křest anglické verze knihy, Café LOUVRE Praha

i v čase vánočním často prožíváme pocity, které jsme mívali v dětství. Někdo pěkné, někdo nepříjemné, jiní smíšené. Totéž se nám stává i na Silvestra, v Novém roce, každý den. Jsme totiž jako počítače. To, co jsme si nastřádali od dětství, máme v sobě uložené jako v perfektně vedené databázi. Mozek každý náš okamžik v životě, každou situaci, člověka, zvíře, hmyz, prostě všechno, co vidíme, slyšíme, cítíme, vnímáme jakýmkoli smyslem, neustále porovnává s tou naší osobní individuální databází. Jestliže mně – mému mozku současná situace připomene cokoliv v mojí podvědomé databázi, v tom okamžiku se mi zjitří, vynoří stejný pocit, který jsem měla v obdobné situaci v dětství. NYNÍ mám stejné pocity jako TENKRÁT. Příjemné, nepříjemné nebo oboje.

Bez výše uvedené informace zpravidla netušíme, proč se nám to děje. Čím více toho máme zjitřeného, tím více trpíme a nemá to nic společného s věkem. Pokud v sobě neřešíme zjitřené problémy, pak jich s věkem přibývá a my se cítíme hůř. Vyškolený člověk si umí nepříjemný zjitřený pocit vyřešit. Úplně a navždy.

Každý z nás má ohromnou moc.

Řada z nás svoji moc používá destruktivně. Svými negativními, nebo nedostatečně promyšlenými rozhodnutími. Nestačí si něco myslet, aby se „to“ stalo, tak to nefunguje! Je potřeba dosáhnout stavu „VÍM“ a být stoprocentně sama v sobě přesvědčená, aby se „to“ v mém životě zrealizovalo. Celou svou bytostí jsem rozhodnuta, není to o slovech, že to tak v mém životě je už teď. A pak se to brzy v mém životě opravdu uskuteční. To platí pozitivně pro to, co chci, ale i negativně, pro to, co nechci. A je NUTNÉ být za to TEĎ VDĚČNÁ. Už dopředu!

VDĚČNOST

Čím více jsem vděčná za cokoliv, pak se přesně to cokoliv v mém životě stává skutečností, splňuje se můj cíl. Pokud to cokoliv už mám, pak to vděčností posiluji. Čím více vděčnosti v sobě mám, tím více toho dostávám. Zdraví, lásky, úspěchů, peněz, hojnosti, blahobytu, pohody. Dodejte cokoliv, po čem toužíte. Když ale něco ve svém životě beru jako samozřejmost, pak o to postupně přicházím.

Pokud to dokonce kritizuji, vyjadřuji v myšlenkách nebo nahlas nespokojenost, tak to z mého života mizí. Tím rychleji, čím větší nepříjemné emoce u toho stěžování cítím.

Dosáhnout stavu „VÍM“ přes svůj negativní program bývá obtížné. I proto je nanejvýš vhodné si v sobě tyto negace vyřešit. Potom se mé cíle plní o to rychleji, s vynaložením menšího úsilí. A k tomu vám dopomůže moje **Metoda RUŠ**.

Vážené ženy,

dovolte mi, abych vám upřímně, ze srdce popřál nádherné dny sváteční, i ty všední. Abyste si každý den a každý okamžik plně uvědomovaly, že jste nádherné a láskyplné už teď, ne tehdy, až něco uděláte nebo zvládnete. Abyste věděly, že my, muži, vás nesmírně obdivujeme za to všechno, co jste dokázaly, co děláte, i když to neumíme dát najevo, protože to většinou neuměli ani naši tátové a my jsme se to neměli od koho naučit. Milujeme vás takové, jaké jste!

Přeji vám dny provoněné láskou vašich blízkých a hlavně láskou k sobě, bez jakýchkoli podmínek. Ať je každý den pro vás oslavou báječného života!

S láskou a úctou
Karel Nejedlý
autor Metody RUŠ a knihy Metoda RUŠ aneb JÁ TO MÁM JINAK

BÍLÝ SNÍH ZE SUCHODOLU

Firma Chalk, spol. s r.o. je česká soukromá společnost. Její majitelka Ing. Dana Hrabáková společně se zaměstnanci skloubili znalosti chemických oborů se zkušenostmi sportovního lezení a marketingu a zabývají se výrobou magnézia pro sportovní účely. Vyrobí ho min. 50 tun za rok a vyváží významným outdoorovým firmám do celého světa.
Dana Hrabáková za svoje aktivity získala řadu ocenění, např. druhá místa v OCP 2016 a Firma roku Středočeského kraje 2018.

Váš výrobek z magnézia – zásaditý uhličitan hořečnatý, který jste proslavila ve sportovním světě, připomíná čerstvě napadaný sníh. Ten však není zdaleka tak užitečný a výjimečný, jako Vaše drť z magnézia. Čeho si na něm nejvíce ceníte?
Náš bílý prášek používají sportovci po celém světě. Pro nás je stále skoro neuvěřitelné, že ho spotřebují tak neskutečné množství.

Jak si vede Vaše firma v současnosti v obchodním světě, jak byste zhodnotila rok 2019?
Končí pro nás další historicky nejúspěšnější rok. Byl velmi náročný, ale stálo to za to – neustále se ozývají další a další zájemci o naše magnézium.

Máte ráda Vánoce? Jak je trávíte ve firmě? Jak vypadají Vaše soukromé vánoční svátky ?
Advent a Vánoce jsou příležitostí k zastavení a oddychu po celoročním shonu. Mám je ráda, protože se setkáváme s blízkými a přáteli a všichni se snaží být alespoň v této době „lepší“. V Chalku zdobíme každoročně veliký živý stromeček, vypěstovaný na našem pozemku, ve firemních barvách – s červenými ozdobami a bílými kuličkami s magnéziem. A vánoční „besídka“ je příležitostí k poděkování kolegům za celoroční práci – pod stromečkem je vždycky plno dárků, protože si to naši zaměstnanci zaslouží.

Vzpomínáte na dárky nebo události v dětství, které Vám, jako dítěti dělaly největší radost?
Každé „dětské“ Vánoce byly nádherné. Nikdy to u nás nebylo o množství dárků, ale o rodinné pohodě.

Pečete ráda cukroví?
Naše Vánoce by byly nepředstavitelné bez lineckého cukroví.

Co byste si přála do nadcházejícího Nového roku osobně a co pro Vaši firmu?
Do nového roku bychom si přáli spoustu spokojených zákazníků. A nejdůležitější jsou pro mě spokojení spolupracovníci, kteří jsou hrdí na to, že se mohou podílet na úspěších Chalku – jen tak můžeme pomýšlet na další rozvoj.

A co byste popřála českým podnikatelkám?
Nejen českým podnikatelkám, ale všem lidem, přeji hodně zdraví a slušnosti ve svém okolí. Jednou budem dál…

www.chalk.cz

CESTO-FAKTOPISY DANY TRÁVNÍČKOVÉ VÝJIMEČNÝ DÁREK

SEN O TICHOMOŘÍ

O Polynésii, Melanésii a Mikronésii. S předmluvou legendárního cestovatele Ing. Miroslava Zikmunda.
160 stran, 300 fotografií a mapek, 299 Kč

JIŽNÍ AMERIKOU NA KONEC SVĚTA A PAK DÁL DO ANTARKTIDY

O starých civilizacích Jižní Ameriky, o tom, co se v ní od „objevení" Ameriky událo a jak to změnilo celý svět. Dramatický příběh unikátní Antarktidy.
224 stran, 400 fotografií a mapek, 349 Kč

PŘÍBĚH ČERNÉ AFRIKY

Vnáší systém do pohledu na země Západní, Střední, Jižní a Východní Afriky. Příběhy všech subsaharských zemí jsou poutavé, mnohé přímo strhující.
320 stran, 580 fotografií a mapek, 499 Kč

MAGICKÝ SVĚT INDIE A HIMALÁJE

O třech částech Jižní Asie: země na Indickém poloostrovu, ostrovní země a himalájské země. Zdejší úžasná starobylá kultura a náboženské směry ovlivnily velkou část světa.
232 stran, 500 fotografií a mapek, 349 Kč

O RÁJÍCH A PEKLECH JIHOVÝCHODNÍ ASIE

Dramatický příběh nádherného regionu od Barmy (Myanmaru) po Filipíny.
296 stran, 800 fotografií a mapek, 449 Kč

PŘÍBĚH MEXIKA, ZEMÍ STŘEDNÍ AMERIKY A KARIBIKU

O Mexiku a jeho slavných civilizacích, o sedmi středoamerických zemích od Guatemaly po Panamu s dodnes živými indiánskými tradicemi, o ostrovních zemích Antilského souostroví a o třech Guyanách na severním pobřeží Jižní Ameriky.
248 stran, 500 fotografií a mapek, 399 Kč

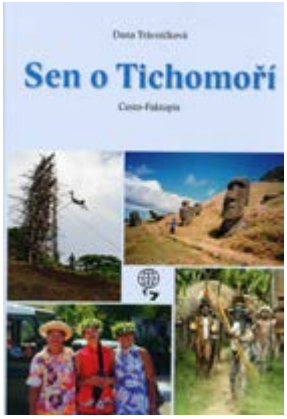
PŘÍBĚH ARÁBIE

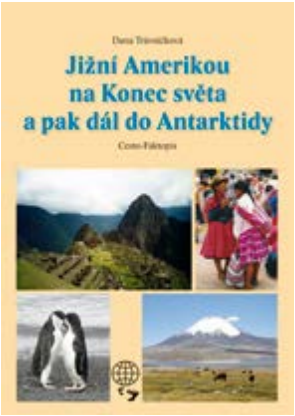
O arabském světě panují obecně značné nejasnosti – počínaje tím, o které země se vlastně jedná. Příběh o tom, kde arabské etnikum vzniklo, co se v souvislosti s ním stalo a jak to ovlivnilo celý svět – v kontextu s civilizacemi od slavných starověkých po naši evropskou.
360 stran, 830 fotografií, 30 názorových mapek, 549 Kč

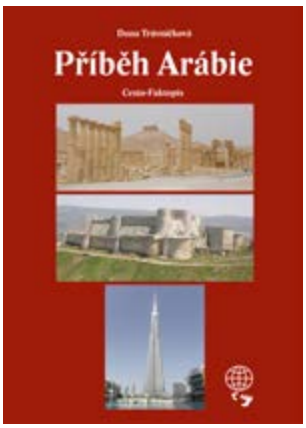
PŘÍBĚH ÍRÁNU, MONGOLSKA A TURECKA – ŘÍŠÍ, KTERÉ POHNULY SVĚTEM

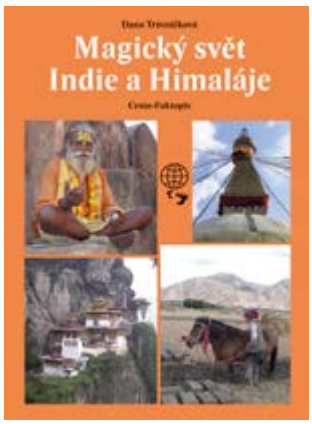
Každá z těchto tří zemí má za sebou dramatický příběh, který ovlivnil chod celého světa. Každá se v části svých dějin rozmáchla k mohutné expanzi a ovládla ohromná území s různými etniky, kulturami, jazyky a náboženstvími. Vytvořila světovou říši. Jejich příběhy se místy proplétaly – jak navzájem, tak každá z nich s příběhem Evropy a někdy i naší země. Írán a Turecko, významní aktéři dění na Blízkém východě, mluví do běhu světa stále.
264 stran, 480 fotografií, 9 mapek, 449 Kč

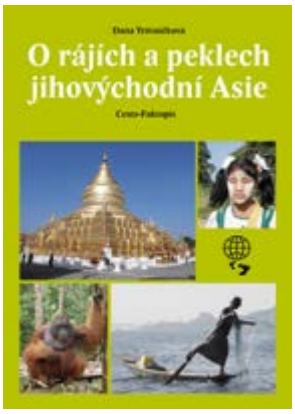
Poutavá literatura faktu – více na *www.danytravel.cz* (F5 pro aktuálnost). K dostání zejména na **knižních e-shopech** Kosmas, Luxor, Megaknihy. Pro členy **Knižního klubu** na jejich e-shopu a v knihkupectvích.

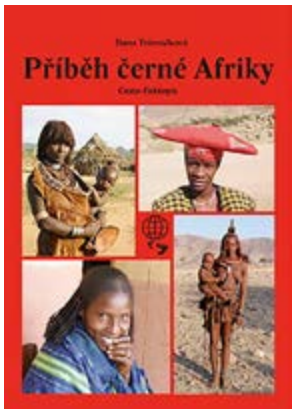


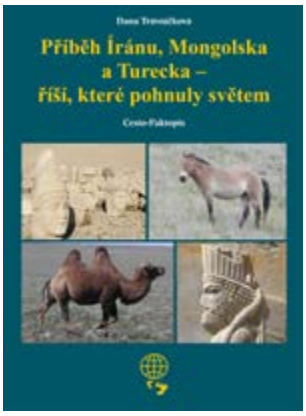












VÁNOČNÍ POSELSTVÍ FIRMY NADĚJE Z BRODKU U KONICE

Lékem pro nás jsou láska a radost.

Paní magistro, jak vnímáte vánoční svátky, umíte se zastavit, rozjímat, odpočívat?

Vánoční svátky jsou ty nejhezčí v celém roce. Mám je ráda také proto, že se jako rodina sejdeme a vzpomínáme. S odpočinkem mám zatím problémy, protože se snažím dětem i vnukům udělat kousek pohody.

Pečete cukroví a balíte dárky pro své bližní? Máte svůj vánoční recept, který prozradíte našim čtenářkám?

Bohužel poslední roky si nechávám vánoční cukroví napéct kvůli mému pracovnímu zaneprázdnění. Ale darovat něco, co by mé bližní potěšilo, to byla vždy moje radost. Když jsem dříve na vánoční svátky pekla, velmi oblíbeným u mých dětí byl **dort z bramborového těsta**. Podle názvu vás může odradit, ale pokud se podaří upéct, je to pochoutka. Tento recept mám od svých předků a i v době mého dětství (po válce) jej maminka pekla při zvláštních příležitostech.

Recept:
5 vajec
30 dkg den předem uvařených brambor
15 dkg krupice
30 dkg mletého cukru
kůra z jednoho citronu
šťáva z ½ citronu

Postup:
Žloutky vymícháme s cukrem, přidáme citronovou šťávu a kůru, najemno nastrouhané brambory a dále přidáme sníh z 5 bílků, krupici a opatrně zamícháme. Pečeme půl hodiny ve středně teplé troubě. Po vychladnutí poléváme čokoládovou polevou, kterou jsme vytvořili takto: 5 dkg másla umícháme s velkou lžící kakaa a do toho pomalu přidáváme 10 dkg krystalového cukru s 1 dcl vody svařené na nitku. Nakonec můžeme zdobit čtvrtkami ořechů.

Mgr. Jarmila Podhorná, majitelka Naděje

Jak vypadá Váš Štědrý den a jaké bývaly Vánoce Vašeho dětství?

Štědrý den trávím s rodinou v Brodku, kdy se po večeři sejdeme u nás, povídáme si a rozbalujeme dárky. Tak vychutnáváme vánoční pohodu. Jelikož moje dětství bylo v době poválečné, bylo všechno chudší. Ale byl i smažený kapr s bramborovým salátem i bramborový dort. A i když jako dárek pro nás bylo radostí dostat třeba jablíčko či později pomeranč, vždy jsem se na vánoční pohodu těšila.

Prostřednictvím produktů Vaší firmy vracíte naději mnoha lidem, kteří ji už ztratili. To je úctyhodný dar, který dáváte druhým. Co by pod vánočním stromečkem udělalo radost Vám?

K mé životní radosti vždy spíše patřilo dávat než brát. Snažím se dát naději těm, kteří to potřebují a řeknou si o pomoc. Radost by mi udělalo, abychom se v tento čas celá rodina v pohodě a ve zdraví sešli.

Co Vám udělalo největší radost v letošním roce?

To, že firma prosperuje, že mají lidé stále o naše produkty zájem a že jim pomáhají. A také to, že se nám postupně daří budovat menší regenerační centrum, ve kterém do budoucna budou moci lidé konkrétně řešit své problémy pohybového aparátu, cévní i lymfatické a kde se budou moci celkově regenerovat.

Můžete se ohlédnout za uplynulým rokem a zhodnotit, jak se vaší firmě dařilo?

Minulý rok byl pro nás příznivý. Firma dvakrát úspěšně podstoupila audit, zakázek bylo zatím dost, hodně nás žádaly různé organizace o provedení přednášek o účincích bylinných prostředků. Také regenerační středisko je ve stadiu dokončovacích prací a všichni se těší na jeho otevření. Úspěšná byla spolupráce s různými časopisy a pořady v rozhlasovém vysílání.

Chystáte pro klienty v roce 2020 nějaké nové produkty?

Již máme schválenou tinkturu na zlepšení dýchacích cest a zánětů dutin. Jen to chce můj čas ji dotvořit a namíchat. Nově máme také třezalkový olej se speciálními úpravami a přídavky. Lidé jej budou moci využívat na bolestivé stavy pohybového aparátu a i na kožní problémy.

Které bylinky je vhodné užívat o Vánocích, kdy si dopřáváme mnoho sladkostí a málo fyzických aktivit?

Jelikož vánoční období je období hojnosti jídla, je třeba podpořit trávicí orgány jako játra žlučník, slinivku i střeva. Na regeneraci jater můžeme využít tinktury z ostropestřce, jalovce či klíčků žita. Slinivka bude vděčná za zklidnění tinkturou z borůvky nebo penízovky. Na střeva nám může pomoci řimbaba. Pokud nás bude trápit nadýmání, tak velice dobře pomůže směs zvaná Amarit Forte.

Když budeme mít natolik starostí, že ovlivní spánek, sáhněme po tinktuře z bacopy nebo lípy, ty pomohou též zklidnit celkově organismus. Hlavně je potřeba si ve vánoční době uvědomit, že lékem pro nás jsou láska a radost.

VÁNOČNÍ BALÍČKY PRO ZDRAVÍ

od Mgr. Daniely Okrouhlé,
majitelky firmy Sklenice zdraví

Jsme malá rodinná společnost a zabýváme se výrobou bylinných a ovocných sirupů a marmelád se zaměřením na Rakytník řešetlákový, Arónii, Muchovník (Indiánskou borůvku). Arónie nebo rakytník chutnají za čerstva velmi ostře a výrazně, ne každý je dokáže jíst syrové, obsahují ale významně více vitamínů a dalších látek než jiné ovoce a sirupy nebo džemy z nich chutnají skvěle a netradičně. Naše vícesložkové bylinné sirupy vycházejí z receptur slavné západočeské léčitelky Boženy Kamenické, jejíž odkaz po více než 20 letech po její smrti stále žije. Vše vyrábíme ručně a s láskou. Objednávky na *www.sklenicezdravi.cz*

RAKYTNÍKOVÉ TIRAMISU

doba přípravy: 15 min
doba chlazení: 12 hod

Ingredience:
- 250 g (1 balení) mascarpone
- 1 tvaroh měkký
- 1 smetana ke šlehání (250 ml)
- 4 lžíce rakytníkového džemu
- 1 balení cukrářských piškotů
- cukr nebo vanilkový cukr dle chuti

Příprava
Mascarpone a tvaroh ušleháme, přidáme 3 lžíce marmelády a postupně vmícháme ušlehanou smetanu, podle chuti dosladíme moučkovým nebo třtinovým cukrem. Na dno dortové nebo jiné formy poklademe cukrářské piškoty (lze použít i větší potravinový box s víkem), na piškoty namažeme část smetanového krému, navrstvíme další vrstvou piškotů, navrch namažeme druhou část smetanového krému, ozdobíme piškoty, 1 lžíci džemu můžeme rozmíchat s trochou teplé vody a touto řidší konzistencí, kterou odkapeme ze lžičky nebo brčka pak dort dozdobíme oranžovými čárkami nebo tečkami, necháme min. 12 hodin v lednici, aby se tekutina ze smetany vsákla do piškotů, servírujeme s lístky meduňky a ozdobou z rakytníkové marmelády na talíři kolem dezertu (rakytníkový džem s kapkou horké vody).

BETTINA LOBKOWICZ VINAŘSTVÍ

Rozloha vlastních vinic: **50 ha**
Oblast: **Čechy, vinařská podoblast Mělnická**
Klíčové odrůdy: **Pinot Noir, Pinot Blanc, Ryzlink rýnský, Tramín**
Edice vín: **Classic, Selection, Sekt, VOC Mělník, Limited Edition**

Bettina Lobkowicz od r. 1992 pokračuje ve staleté tradici vinařství na Mělníku, snaží se obnovovat vinice a modernizovat sklepy i celý provoz v Rybářích, kde vinařství sídlí.

Filosofií je pěstování typických odrůd na labských svazích a výroba vín, která co nejlépe odrážejí místo jejich vzniku.

Vinařství hospodaří na historických vinicích Lobkowiczů, jejichž kvalita je prověřena staletími. Jedná se o menší vinice situované na jižních a západních svazích řeky Labe s teplým mikroklimatem a nadmořskou výškou do 200 m.

Zpracováváme hrozny pouze z vlastních vinic, podle našich vinohradnických představ.

Nově postupně přejímáme některé postupy a principy z ekologické produkce. Nejlepší červená vína zrají ve francouzských dubových sudech, bílá dostávají plnost delším ležením na kvasničných kalech, veškeré sekty jsou tvořeny klasickou metodou druhotného kvašení v láhvi.

S využitím moderních technologií a nových poznatků děláme vína tradičními postupy.

Dárek s charakterem

Víno z naší produkce může být i pěkným dárkem pro Vaše blízké, obchodní partnery nebo zaměstnance. Dojem z dárku umocní i pěkný obal. Dárkové balení nabízíme buď v elegantních dárkových taškách, krabicích a nebo dřevěných boxech.

Kontakt

Bettina Lobkowicz Vinařství
Mělník – Rybáře 754
E-mail: prodej@lobkowicz-vinarstvi.cz
Telefon: +420 315 622 108
www.lobkowicz-vinarstvi.cz
Facebook: BettinaLobkowiczVinarstvi

VÁNOČNÍ KŘEHKOST

ze slévárny ALFE BRNO, s.r.o.

Paní Hana Portová je výjimečnou českou podnikatelkou a jedinou ženou, která u nás vlastní a řídí slévárnu. Pod jejím, více než dvacetiletém vedení, ke kterému zdaleka nebyla lehká cesta, se stala ALFE BRNO, s.r.o. známou a vyhlášenou slévárnou nejen u nás, ale i ve světě a pyšní se tím, že pevně drží a prezentuje poctivé české řemeslo. Navazuje tak na rodinnou tradici, kterou založil první majitel slévárny, její dědeček Antonín Harašta v roce 1912. Hana Portová byla za svoji záslužnou práci mnohokrát veřejně oceněna. Litinové výrobky ALFE BRNO, s.r.o. putují do celého světa, spatříte je např. v Českém domě v New Yorku a po celé Vídni, u Schoenbrunnu, v Kremsu i v Salzburku. Produkty, které slévárna vyrábí se vyznačují pevností a kvalitou litiny, ale i v tomto oboru věnují pozornost křehkému zboží, které právě o Vánocích vítají do svých domácností stovky zákazníků. Jsou to vánoční baňky na ozdobu vánočních stromečků.

FOTO: JADRAN ŠETLÍK

Hana Portová

Paní Portová, mohla byste se ohlédnout za letošním rokem a zhodnotit, jak se Vaší firmě dařilo?

V letošním roce firma prosperuje celkem dobře, ale jsou problémy v získávání nových odborných pracovníků, formířů, slévačů a pomocných dělníků. Neodborníky i zaučíme, ať už se jedná o brusiče nebo o pomocné slévárenské dělníky. Dále je problém koncem roku v získávání nových zakázek, takže máme volnou kapacitu v šedé a tvárné litině.

Vaše litinové výrobky jsou známy po celém světě. V období Vánoc jdou kromě jiného na odbyt i jiné produkty – umělecké výrobky, především křehké vánoční baňky. Můžete nám o nich něco říci?

Již dříve jsme ve slévárně rozšířili výrobu odstředivého lití do gumových forem, a to ze zinku, olova, cínu, jak pro průmysl, tak i pro reklamní účely. Začali jsme vyrábět klíčenky, medaile, dekorativní předměty a okrasné předměty. Tak se zrodil i nápad na ozdoby z cínu pro vánoční a velikonoční období.

Jaký je o ně zájem ze strany zákazníků, konkurují klasickým českým vánočním ozdobám?

O vánoční předměty je zájem, ročně jich prodáme okolo 1200 ks.

Jak trávíte vánoční svátky a jak vzpomínáte na Vánoce v dětství?

Vánoční svátky trávím v kruhu své rodiny. Na Vánoce mého dětství vzpomínám s láskou, protože jsem vyrostla na vesnici obklopena svojí velkou rodinou, kde každý rok na Štědrý večer chodil pastýř s muzikanty a zpěvačkami a po celé vesnici zpívali koledy. Pravidelně jsme chodili také na půlnoční mši.

Co byste si přála do nadcházejícího Nového roku? A co byste popřála českým podnikatelkám?

Přála bych si, aby se firmě dařilo, byl dostatek práce a s tím přijde i spokojenost zaměstnanců, kterým tímto přeji hodně zdraví a rodinné spokojenosti do nového roku. A totéž přeji všem českým podnikatelkám.

www.alfe.cz

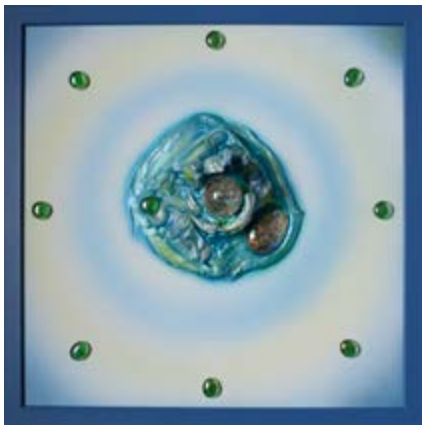
AŤ LÁSKA MÝCH OBRAZŮ OSLOVÍ VAŠE SRDCE, ZRAK A CIT

Udělejte radost svým blízkým Šperky na stěnu 3D

Jana Sedlmajerová, výtvarnice
Studio JS
www.sedlmajerova.cz

Dodávám lehkost bytí a kvalitu přátelství já v Já i vně sebe.

Léčivá spirála



Já, pravá křišťálová koule si nemusím na nic hrát. Jsem taková, jaká jsem , mohu z po vzdálí pozorovat , mít svůj úkryt a stejně všechno vím.

Jsem fialový obraz, jsou ve mně spojeny tři energie, které tuto barvu tvoří – moudrost, láska bez podmínek a tvořivost.

Dovolím se nechat unášet hlasem své duše, která nekřičí, ale naopak mluví velmi tiše, propojuji se s ní. Dostávám se do stavu, kdy vím a nepochybuji.

Motýl s labradoritem. Hluboká moudrost vyvažuje lehkost života.

Hlídá, pozoruje a upozorní pokud emoce přesáhne únosnou míru.

ALFE BRNO, s.r.o.

SLÉVÁRNA ZALOŽENÁ ROKU 1912

Slévárna ALFE BRNO, s.r.o. vyrábí průmyslové odlitky z šedé tvárné litiny a hliníku, zahradní, mobilární, sakrální litinu včetně uměleckých replik.
Nabízí i množství dekorativních vzorů a zpracuje jakýkoliv váš návrh od modelu po odlitek, ať se jedná o upomínkový předmět, šperk, ozdobu či medaili.
ALFE BRNO, s.r.o. umí vyrobit z cínu i dokonalé křehké vánoční ozdoby.
Výrobky slévárny najdete po celém světě.
www.alfe.cz

ALFE BRNO, s.r.o.
Slévárna založená v roce 1912

MARMELÁDA S DUŠÍ POŠUMAVÍ

od Jarky Frančíkové

Tato rodinná firma vyrábí džemy a marmelády, vycházející z tradic našich babiček, ale i zcela nové neobyčejné edice, navařené dle intuitivního naladění na daný druh ovoce.
Objednejte, ochutnejte!
www.marmeladazposumavi.cz

RECEPT NA VÁNOČNÍ DŽEM
MALINY & JABLÍČKA SE SKOŘICÍ A VANILKOU

K vánocům neodmyslitelně patří červená barva a vůně jablíček společně s aromatickým kořením. Kombinace malin, jablíček a koření, jakými jsou skořice a vanilka, dokáží vykouzlit sváteční atmosféru ještě pohodovější a lineckému cukroví přidají na neodolatelnosti a šarmantnosti.

- 500 g čerstvých malin
- 500 g oloupaných, jadřinců zbavených a nakrájených jablíček
- 450 g cukru
- 10 g citrusového pektinu
- 1 dcl čerstvé citronové šťávy
- 2 středně velké pruty cejlonské skořice
- 1 vanilkový lusk

Vezmu půl kila na kousky nakrájených jablíček a mírně rozvařím. Když zůstanou větší kousky, pomohu si šťouchadlem na brambory. Přisypu maliny a krátce společně povařím. Z odváženého cukru odeberu asi 100 g a vmíchám do něj pektin. Pořádně obě ingredience propojím a vsypu do ovocné směsi. Přidám skořicové pruty a vanilkovou dřeň. Vyčištěný lusk ponechám stranou na závěrečné vyladění. Důkladně zamíchám a povařím jednu minutu. Přisypu zbylý cukr a přiliji čerstvě vymačkanou citronovou šťávu. Přivedu k varu a vařím dalších pět minut. Kdo má rád hladký džem, může si pomoci tyčovým ponorným mixérem. Já upřednostňuji finální verzi s kousíčky ovoce, takže tento krok vynechávám. Vyndám skořicové pruty.

Hotovo. Naplním do důkladně vymytých skleniček, do každé přidám kousek vanilkového lusku, zavíčkuji a steriluji při teplotě 85 °C dvacet minut. Vyndám, nechám vychladnout, přidám etikety a uskladním do temné a suché spíže.

POSELSTVÍ VÝJIMEČNÝM PRO ROK 2020 PROSTŘEDNICTVÍM HUDBY

KAREL GOTT – POSEL DOBRÝCH ZPRÁV

Za doprovodu tónů této písně nahlížím za vstupní brány roku 2020 a předávám vám jeho poselství. Hvězdy v daném období přejí podnikání v mnoha ohledech, ale zároveň i varují. Tento rok se ponese ve znamení spravedlivého vyhodnocování, vyjednávání, bystrosti a intelektu. Štěstí přeje hlavně lidem, kteří do vlastních projektů vložili jako základní kapitál svůj pozitivní záměr. Otvírá možnosti zvýšení zisků, výhodných koupí a podporuje vývoj nových technologií, včetně umělé inteligence. Nástrahou může být bystrost, která občas nerozlišuje a nahrává i lidem s nekalými záměry. V tomto období je velmi podstatné důkladně prověřovat, nenaletět a odhalovat záměry podvodníků či manipulantů dychtících po velkých penězích a ovládání druhých. Doporučuje sázet na jistotu a příliš neriskovat. Samotné uskupení číslic roku 2020 symbolicky naznačuje harmonii a vyváženost – zásadní aspekty života, jimž je třeba věnovat velkou pozornost a postupně zmírnit převládající chaos. Je výzvou více se zaměřit na duchovní hodnoty, věnovat se sobě, svým blízkým a hledat inspiraci v umění i hudbě. Hudba často ukazuje podobu reality, v jejíž podmínkách by byl život mnohem snazší. Stejně, jako navazuje v této písni jeden tón na druhý a s lehkostí i naprostou přirozeností se její melodie prolíná s hlasem předávajícím vzkazy podané vlastní osobitostí, naléhavostí a noblesou, lze přirozeně uchopit jakoukoli oblast soukromého či pracovního života, a propojit vše v jeden hodnotný a smysluplný celek. Zároveň nás vrací v čase a oživuje hodnoty, jež korespondují s dobou, která nebyla tak rychlá, uspěchaná, a kdy se zprávy nešířily rychlostí světla, nýbrž tempem velbloudů. Doba potulných pěvců považovaných za posly dobrých zpráv, jejichž hlavním posláním bylo šířit poselství lásky, naděje a splněných přání. Potulné pěvce sice dávno odvál čas, ale na jejich poslání může navázat každý po svém, prostřednictvím jakékoli činnosti provozované s dobře míněným záměrem, jenž je tak učiní prospěšné ostatním.

Úspěšný rok 2020 vám přeje Karla Tallas

Karla TALLAS

NABÍZÍM VÁM JEDINEČNOU MOŽNOST NAHLÉDNUTÍ DO SVÉHO NITRA PROSTŘEDNICTVÍM HUDBY

Zvolte si intuitivně tři skladby, které jsou blízké vašemu srdci a já vám předám jedinečná sdělení získaná prostřednictvím těchto skladeb. Formou textu vám vypracuji sdělení, které nebude mít nikdo jiný, neboť na světě neexistují dva totožné osudy, pouze podobnosti v nich obsažené. Získáte mnoho nadčasových a aktuálních informací určených přímo vám, jež vás osloví v jakékoliv fázi vašeho života. Ke každému jednotlivci přistupuji individuálně a pracuji bez použití jakéhokoliv automatizovaného softwaru.

Podrobnější informace najdete v sekci KOMUNIKACE HUDBOU na webu: www.karlatallas.com/cs

CELOROČNÍ KOUZLO VÁNOC V KARLOVÝCH VARECH

Milujete příjemnou předvánoční atmosféru, vůni cukroví, svařeného vína, purpury, vonných františků, krásu třpytivých ozdob? Zavítejte do Vánočního domu a užijte si vánoční atmosféru nejen o Vánocích!

VÁNOČNÍ DŮM

Vánoční dům je otevřen celoročně a umožňuje návštěvníkům užít si sváteční atmosféru, kdykoliv se jim zachce. Na nádvoří zámku vás uvítá betlém a osm metrů vysoký vánoční strom ozdobený 6480 světýlky, můžete se tu těšit z ručně malovaných ozdob, nádherné dekorace, hořících svíček, vůně vánočního koření, purpury a krásné vánoční hudby. Expozice ve Vánočním domě je prodejní.Můžete si udělat radost koupí některé z dekorací nebo pořídit originální dárek pro vaše blízké.

VÁNOČNÍ DŮM, ZÁMEČEK DOUBÍ, STUDENTSKÁ 4, KARLOVY VARY
www.vanocnidum.cz, www.dahlia-dekorace.cz
fac.@vanocnidum, IG. @vanocnidum

Zakladatelka Vánočního domu Jiřina Regietová

FOTOGRAFIE: SOUKROMÝ ARCHIV VÁNOČNÍHO DOMU

Druhá povídková kniha Michaely Dočkalové

KOUKEJ, BUDE TO OUKEJ

Po velmi úspěšné první povídkové knize s názvem Mysli na nesmysly přichází nadějná spisovatelka Michaela Dočkalová s knihou druhou. Kniha Koukej, bude to oukej je stejně jako ta první zaměřená zejména na mezilidské vztahy – partnerské, rodinné i vztahy mezi přáteli. Jedenáct povídek na 293 stranách přečtete jedním dechem. Jsou zábavné i mrazivé. Jsou reálné.

„Všechno již bylo odžito, všechno již bylo řečeno a s největší pravděpodobností i sepsáno. Proč byste si tedy tuto knihu měli přečíst? Protože se týká i vás. Nás. Všech,“

píše v úvodu autorka, která je zároveň tvůrkyní blogu www.businesscoffee.cz, kde některé z povídek také publikovala.

Koukej, bude to oukej seženete za 340 Kč v e-shopu http://eshop.businesscoffee.cz/eshop-businesscoffee-cz/koukej-bude-to-oukej/ a v distribuční síti knihkupectví KOSMAS.

Vzpomínky Beatrice Landovské

NIKDY NENÍ POZDĚ NA ŠŤASTNÉ DĚTSTVÍ

„Existuje dětství? Existuje jenom to, co si pamatujeme. A až odejde naše paměť, nebude existovat ani to. Staneme-li se dospělými, máme zodpovědnost za své dětství už jenom my sami.“

Nakladatelství Garamond vydává vzpomínkovou knihu Beatrice Landovské Nikdy není pozdě na šťastné dětství.

Upřímná zpověď autorky zavádí čtenáře do divoké doby šedesátých a sedmdesátých let, na prkna divadel, kde pracoval její otec Pavel Landovský a její matka Helena, do bytu jejích prarodičů, kteří ji i její sestru víceméně vychovávali. Knihu plnou smutku i radosti, nostalgie, úsměvných historek a retro scenérií přečtěte jedním dechem, abyste si na závěr uvědomili, že jediným způsobem, jakým můžete se svým dětstvím naložit je – přijmout ho.

Nakladatelství Garamond:

www.e-garamond.cz, www.instagram.com/garamond_nakladatelstvi

Zdroj: 2media.cz s.r.o.,www.2media.cz, www.instagram.com/2mediacz

Tipy na vánoční potěšení od výjimečných žen

LUXUS – MÓDA – ŠPERKY – ZÁŽITKY – ZDRAVÍ – KRÁSA – RELAXACE – KULTURA & SEZNAMKA & KURÝR

Mgr. Lenka Braunová
www.barbie-obchod.cz

Mgr. Sylva Cerhová
www.arabella-fashion.cz

Barbora Cornelio
www.epskuryr.cz

Klára Doubková
www.caresse.cz

Ing. Lenka Horáčková
www.finestra-studio.cz

Gabriela Horčicová
www.liska.co.at

RNDr. Jitka Hořejšová
www.drhorejsova.eu

Gabriela Hrdina
www.utukutu.cz

Taťána Hyťhová
www.dumaletekplzen.cz

Iveta Churavá
www.obchodulidusky.cz

Zdeňka Jandová
www.studiopohody.cz

Ing. Olga Dunaj Jurčová
www.beautyslim.cz

Simona Kijonková
www.zasilkovna.cz

Michaela Kinder
www.babyinstyle.cz

Petra Kovandová
www.kovandovi.cz

Ing. Helena Leisztner Kroftová
www.leisztner-art.com

Romana Ljubasová
www.incacollagen.cz

Ing. Míla Lusková
www.sedmeropaprsku.cz

Hanka Luhanová
www.jogasdetmi.cz

Helena Macháčková
www.odmachacku.cz

Marcela Mašínová
www.divadelnileto.cz

PaedDr. Iva Matulková
www.tamavi.cz

Petra Měchurová
www.petramechurova.cz

Jaroslava Michalcová
www.dorletka.cz

Jitka Sofia Mlynarčík Kudláčková
www.jk.cz

MUDr. Marta Moidlová
www.laserplastic.cz

Šárka Morávková
www.aliastour.cz

Eva Moravcová
www.chiarobaby.cz

Michaela Naušová
www.michaelanausova.com

Eva Němcová
www.farmers.cz

Jana Němečková
www.blueholiday.cz

Mahulena Pertlová
www.kama.cz

Marta Plecitá
www.veselanohavice.cz

MUDr. Hana Raková, MBA
www.esthé-laser.cz

Jiřina Regietová
www.vanocnidum.cz

Olga Rochowanská
www.rochowanska.cz

Jozefína Růžičková
www.dzemyrosegarden.cz

Petra Řehořková
www.petraclinic.cz

Jiřina Sinkulová
www.darovanskydvur.cz

Lenka Šindelářová
www.chalupapohadka.cz

Ing. Terézie Svátová
www.terezie.eu

Ing. Martina Šmuclerová Sládková
www.smucler.cz

Mirka Švábová, Milan Šváb
www.funmio.cz

Michaela Švorcová
www.karelhadek.eu

Eliška Tomková
www.elisha-mode.cz

Liběna Valentová
www.floristka.websnadno.cz

Irena Vavrušková
www.vlasovestudiovavruskovi.cz

Linda Vavříková
www.firmanazazitky.cz

Veronika Vinterová
www.nahoda.com

Jaroslava Vlková, BBA
www.topstylesalon.cz

Kristýna Zajíčková
www.bozskesaty.cz

Radka Zedníková
www.showtata.cz

Zuzana Zmrhalová
www.arnicatour.cz

TOTO UMÍME

NALEZNĚTE SVĚTLO VE TMĚ ROZPTYLOVÁNÍ

V ČEM JSME UNIKÁTNÍ ?

RUČNÍ PRÁCE
DESIGN
FUNKČNOST
ČR VÝROBA
ITALSKÉ MATERIÁLY
UNIKÁTNÍ OBSAH

BLACK BRICK™
Světlo ve tmě rozptylování

KAŽDÝ DETAIL
REPREZENTUJE
DOBŘE SE OTVÍRÁ
FÉROVÁ VÝROBA
ELEGANCE
MNOHO PROSTORU

Forbes

„... nutno také dodat, že zpracování diáře je na skutečně vysoké úrovni."

tvůrci
Barbora & Daniel

Dlouho jsme nemohli najít diář, který by nám opravdu seděl: byl **opravdu krásný** a zároveň měl **smysluplný obsah**, co nám pomůže lépe organizovat nejen časy schůzek, ale i rozvrhy projektů, měl i opravdu **hodně volného prostoru** a jinak žádné další blbosti.

Tak jsme takový vymysleli a už je to pět let.
Teď máme skoro jako **jediní vlastní ruční dílnu**, kde se s diáři mazlíme, materiály vyhledáváme v Itálii a tak.

Ať Vám naše práce dělá radost **každý den v roce 2020** a pomáhá udržet chvíle vzácného soustředění.

BlackBrick.cz

SPOLUPRACUJME

Vaše logo na nejkrásnějším českém diáři?

Díky naší ruční dílně jsme **flexibilnější než ostatní.**
Kontakt pro firemní objednávky: majitele@blackbrick.cz
blackbrick.cz/firemnidarkovepredmety

diář 2020

tečkovaný zápisník

diář s vaším logem

NADĚJE

Mgr. Jarmila Podhorná

Bylinná podpora ženského organismu

při velké psychické a fyzické zátěži

ELEUTEROKOK
je adaptogenem zvyšujícím odolnost vůči stresu, zklidňuje nervovou soustavu.
JEŘÁB PTAČÍ
ovlivňuje hormonální rovnováhu. Podporuje normální menstruační cyklus a plodnost, pomáhá při klimakterických potížích.
RAKYTNÍK ŘEŠETLÁK
detoxikuje organismus, omezuje ukládání tuků v cévách.
TOPOL Je účinný k udržování normální tělesné teploty, působí pozitivně na močové cesty, klouby.
Celkově dezinfikuje organismus.

ČERNÝ RYBÍZ-MALINÍK
pomáhají udržovat hormonální rovnováhu a normální činnost ženských orgánů, podporují plodnost. Omezují problémy související s přechodem.
JALOVEC
stimuluje detoxikaci a činnost jater, urychluje revitalizaci jaterní tkáně a rekonvalescenci po jaterních potížích.
TŘEZALKA TEČKOVANÁ
povzbuzuje nervový systém při psychickém napětí a depresích.
LÍPA
uvolňuje stavy deprese a úzkosti. Tlumí bolesti nervového původu.

ŠIŠÁK BAJKALSKÝ
je účinným adaptogenem, ovlivňuje vnitřní krvácení, pomáhá snáze překonávat následky působení stresů. Příznivě ovlivňuje srdce a cévy. Stimuluje obranyschopnost,
BACOPA
pomáhá udržovat duševní koncentraci, schopnost učení a paměť i v pokročilejším věku.
NEUROSAN
je přípravek pro podporu a posílení nervové soustavy.

Mgr. Jarmila Podhorná - NADĚJE
objednávky na tel./fax: 582 391 207, GSM: 737 525 301, poradna: 582 391 254, 798 46 Brodek u Konice 3
e-mail: objednavky@nadeje-byliny.eu
www.nadeje-byliny.eu

SCAN quilt®
CZECH
Superbrands
AWARD
2019
www.scanquilt.cz
48 prodejen v ČR