

Koupím staré rybářské bambusové pruty a staré navijáky



**Jiří Uhlíř**  
tel.: 728 413 202  
carbonero@seznam.cz

## TERAPEUTICKÉ KONZULTACE

Jako absolventka integrativního psychoterapeutického výcviku poskytují terapeutické konzultace.

On-line nebo osobně v Českých Budějovicích.

Konzultace trvá 50 min.

"Na problémové životní situace by nikdo neměl být sám, můžeme je změnit společně."

Mgr. Ivana Pilná, mob.: 777 827 283, pilnaiva@seznam.cz

invia

**Kombucha:**  
Váš domácí elixír zdraví



Nápoj z kombuchy Shutterstock

Možná jste si toho také všimli – žádné trendy bistro ani kavárna se bez ní neobejde. Na první pohled zaujme cool obalem, dlouhým seznamem pozitivních účinků na naše zdraví i množstvím více či méně exotických příchutí. Zářivá hvězda hipsterských kaváren, jež vám jako mávnutím kouzelného proutku odčaruje únavu, posílí imunitní systém, zkvalitní spánek, vylepší náladu a prozáří pleť. Fermentovaný nápoj z kombuchy si můžete snadno připravit i doma.

**Blahodárný zázrak z Číny**



Park Behai v Pekingu, Čína Shutterstock

A co že se to skrývá za tajemným názvem? Zázračná kombucha je vlastně shluk zdraví prospěšných bakterií a kvasinek, který na první pohled připomíná plodnici houby. Její kořeny sahají do Číny. Název dostala podle korejského lékaře Kombu, který použil fermentovaný nálev jako lék pro japonského císaře. V zemi vycházejícího slunce pak doplnili jméno lékaře koncovkou cha, označující čaj, a legendární léčivý nápoj byl na světě.

Chcete-li si užít léto v co nejlepší kondici, pak je právě teď ideální čas na výrobu fermentovaného nápoje z kombuchy. Příjemně osvěžující alternativa domácích limonád skvěle chutná a připraví vaše tělo na dny plné zážitků. Bohatý zdroj probiotik vylepší vaše trávení, pomůže s hubnutím

www.invia.cz

	ZKR. PRO PŘÍBLIŽNÉ	SPZ OKRESU BEROUN		SLEPIČÍ SLABIKA	SPZ WASSERBURG (NĚMECKO)		DIL (ZAST)	ČÁST ÚST	OSOBNÍ ZÁJMENO	VEDOUcí		BUDOVA ZE SKLA	GEOL. HYPOTÉZA BIOLOGA LOVELOCKA
SPZ ČESKÉ BUDEJOVICE			ZKRATKA KILOWATTU REŠITEL			SKANDINÁVSKÝ DEMON ZK. KREVNIHO TLAKU					ZN. JEDNOTKY HMOTY (KILOGRAM)		
Tajenka č. 2											POPEVEK		
												Tajenka č. 3	
SÍDLO NA PORTUGALSKE GUINEI				OSLI HÝKÁNÍ	OBEC U MELNIKA				ŘÍMSKY 507				
	KRÁTKÝ OCHOZ S ARKÁDAMI	ČIN. VÁHOVÁ JEDNOTKA (96,7 KG)			VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM A ČESKÝ ZAHRÁDKÁŘSKÝ SVAZ POŘÁDÁJÍ				LEHKÉ NACHLAZENÍ				
		Tajenka č. 1			<b>KVĚTY</b> <small>EX. MOŽNÉ CELOSTÁTNÍ VÝSTAVY</small>					ZKR. STÁTNÍ ARBITRÁŽE ZKR. DUTĚ MÍRY (DECILITR)			TURECKÁ JEDN. OBJEMU
PÍSEMNOSTI													
ŘÍMSKÝCH 1006				100 M2		MEZINÁ. RODNÍ KÓD SLOVINSKA	MPZ LAOSU		PRÁVĚ TAK NEŽNOST				
DOMÁCKÝ ALŽBĚTA					SNĚMOVNA LIDU OLYMPIJSKÉ HRÝ			JMÉNO SUPERMANA ZDE					
OPĚTOVATI													NEJSLAVNĚJŠÍ Z ROZŮM-BERKŮ
JEMNÁ HEDVÁBNÁ SITOVINA				PŘEMÍSTIT									TISK. AGENTURA SAR A TURECKA

**VYHRAJTE KNIHU**

Vyluštěnou křížovku zašlete na adresu vydavatele viz. str. 3 nebo e-mailem na krizovky@unifform.cz do 31.8.2023. Slosování proběhne 8.9.2023.

VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM  
A ČESKÝ ZAHRÁDKÁŘSKÝ SVAZ POŘÁDÁJÍ

13.7.-16.7. 2023

**KVĚTY**

27. ROČNÍK CELOSTÁTNÍ VÝSTAVY

KVĚTINOVÉ TRHY I PORADNA PRO PĚSTITĚLE I PRODEJ BYLIN

součástí veletrhu

**FESTIVAL UMĚNÍ**

VÝSTAVA ČESKÉHO UMĚNÍ