

**25. 1. 2022**

# TZ - 5 tipů, jak vyjádřit lásku nejen na Valentýna

Pojďme společně oslavit lásku! To nejdůležitější, co každý z nás k životu potřebuje. Každý rok 14. den v únoru máme vyhrazený čas připomenout si lásku a strávit čas s milovanými lidmi. Inspirujte se pěti krásnými tipy, které vám pomohou tento den prožít na 100%.

**Nejprve však, jak to skutečně bylo?**

Počátek svátku svatého Valentýna sahá do daleké historie. První Valentýn se slavil již v roce 496 pravděpodobně při římském festivalu Lupercalia, kdy se zároveň oslavoval příchod jara. Svátek požehnal papež Gelasius I. v roce 496 n.l. na počest svatého Valentýna v Římě, který zemřel v roce 14. 2. 269 n.l. Až slavný středověký básník Geoffrey Chaucer jako první spojil svatého Valentýna s romantickou láskou.

**Nejedná se o státní ani katolický svátek**

Ačkoli římskokatolická církev nadále uznává svatého Valentýna jako svatého, byl svátek v roce 1969 kvůli nedostatku spolehlivých informací o něm odstraněn z římského kalendáře. Svatý Valentýn je považován za patrona milenců a také včelařů.

**5 TIPŮ, jak partnerce/partnerovi zpříjemnit svátek lásky**

* **Každodenní jídlo jinak**

Návštěva romantické restaurace je pro mnoho lidí letos vyloučena. Uvařte něco dobrého k jídlu a dejte si speciálně záležet při přípravě jídla, jeho servírování a zdobení výsledného pokrmu. Využijte fantazii, stačí hezky nazdobit snídaňovou kaši [**oříšky**](https://www.goodie.cz/orechy-a-semena/), [**sušeným nebo lyofilizovaným ovocem**](https://www.goodie.cz/susene-ovoce-a-zelenina/), [**včelím pylem**](https://www.goodie.cz/vceli-produkty/vceli-pyl-bio-100-g/) nebo [**ořechovým krémem**](https://www.goodie.cz/orechove-kremy/). Vyzkoušet můžete třeba [**kaši z kokosové mouky**](https://www.goodie.cz/recepty/snidanova-kase-z-kokosove-mouky/).

[**Superdrink s macou a limetkou**](https://www.goodie.cz/recepty/zamilovany-koktejl/)pomůže rozproudit krev v žilách :-) Maca neboli řeřicha peruánská má kromě zázračných účinků na hormonální soustavu pozitivní vliv na sexualitu a výkon.



* **Dárek**

Když slova nestačí a vy potřebujete svou lásku vyjádřit trochu jinak, věnujte dárek. Ze sortimentu Goodie vyzkoušejte [**macu**](https://www.goodie.cz/superpotraviny/maca-4x-power-bio-140-g-2/), [**kvalitní čokoládu**](https://www.goodie.cz/cokolada/), [**kávu**](https://www.goodie.cz/kava/),[**ořechové krémy**](https://www.goodie.cz/orechove-kremy/). Pokud neradi experimentujete a dochází vám inspirace, doporučujeme udělat radost [**zamilovaným voucherem na nákup**](https://www.goodie.cz/poukazy/).



* **Společná koupel v epsomské soli s esencí ylang ylang**

Voňavá koupel v [**epsomské soli**](https://www.goodie.cz/koupel/epsomska-sul-s-hermankem-250-g/) zklidní tělo i mysl. Esenciální olej z **ylang-ylangu** působí jako přírodní **afrodiziakum.** Snižuje krevní tlak, zklidňuje dýchání a snižuje dopady stresu na organismus. Pokud nemáte vanu, nevadí! Vzájemný peeling epsomskou solí rozzáří pokožku a zpříjemní atmosféru.

* **Místo kina pohodlí domova**

Odreagujte se a podívejte se doma na film, který společně vyberete. Nezapomeňte si zpříjemnit atmosféru a pořádně se přitulit. :-)

* **Smyslná masáž arganovým olejem**

Masáž poskytuje dokonalé propojení lidí na mnoha úrovních. Je příjemné masáž celkově pojmout jako rituál. Připravte prostředí k masáži. Zapalte svíčky, ztlumte světlo, pusťte příjemnou relaxační hudbu. K masáži je velmi vhodná i aromaterapie. Pokud máte oblíbené esence, neváhejte je použít. Zvolte si například oblíbený [arganový olej](https://www.goodie.cz/oleje--masla/arganovy-olej-bio-raw-100-ml/). Pokožka je po masáži dokonale jemná.

V **Goodie** najdete jenom produkty s dobrou karmou. Vybírat můžete na [www.goodie.cz](http://www.goodie.cz).

## Kontakty: Mediální servis:

## GOODIE cammino…

[www.facebook.com/goodieczech](https://www.facebook.com/goodieczech) Dagmar Kutilová

[www.instagram.com/goodieczech](https://www.instagram.com/goodieczech/) e-mail: kutilova@cammino.cz

[www.goodie.cz](https://www.goodie.cz/) tel.: +420 606 687 506 [www.cammino.cz](http://www.cammino.cz)