

PROIZVODNJU EKOLOŠKIH SREDSTAVA ZA ČIŠĆENJE

NO -
sebiDostupni
i u Istri

Osim web shopa, pero proizvodi su dostupni na policama više od dvadeset prodavaonica u mnogim hrvatskim gradovima. U Puli se mogu pronaći u trgovinama Sunce (Radičeva 4) i Parafarmacia Pula (Trierska 3), a surađuju i s trgovinama i ljekarnama u Labinu, Buzetu, Brtonigli, Kašteliru i Rovinju. Kupci ih često mogu pronaći i na eko sajmovima i tržnicama u Istri i Primorsko-goranskoj županiji.



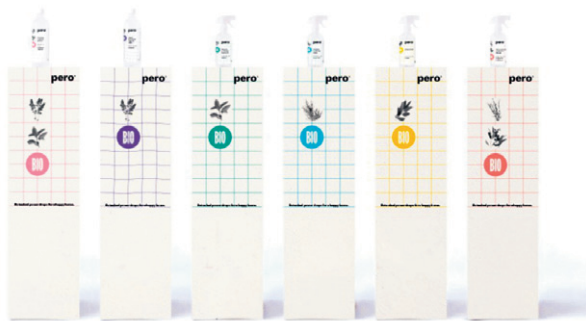
Davor: "Uvijek sam bio pobornik nekonvencionalnih pristupa životu."

to odgovornost pojedinca prema sebi, svom tijelu i zdravlju. Tužno je da se okrećemo prirodnim proizvodima tek kada postanemo svjesni krhkosti našeg zdravlja, smatra Davor.

I tako, kako to u Hrvatskoj inače biva, iz loših se iskustava ipak rađa nešto dobro i nakon par radnih iskustava u propalim firmama, loša ekonomska, politička, pa i društvena situacija Davora su potaknuli da uzme stvari u svoje ruke te je 2016., uz pomoć sestree, osnovao tvrtku.

- Čišćenje je omražena i dosadna kategorija i zato joj dodajem malo zabave, ironije i smijeha kroz dizajn i marketing, pa moji proizvodi nose slogan "Pero, prskaj od sreće!" Cilj mi nije ostati u uskom krugu eko-isto-mišljenika, nego dotaknuti skeptike i mlade koji tek počinju čistiti, zato proizvode činimo zanimljivima i prepoznatljivima svima koji su dovoljno otvoreni za isprobati. Poznato je da kemikalije, umjetni mirisi, boje i razni stabilizatori oslabljuju imunitet i uzrokuju kožne alergije i urtikarije, ali je manje poznato da kemikalije iz deterdženta za pranje suda, ruku, kupaonice, rublja ulaze u tijelo preko kože i čine štetu kardiovaskularnom, respiratornom sustavu i negativno djeluju na hormonalni sustav, priča nam Davor pojašnjavajući da se

Prskaj od sreće.



Pero sredstva su prirodna, ali učinkovita

promjenom percepcije čišćenja trudi zapravo mijenjati navike ljudi.

Skeptični ljudi

U trenutnom asortimanu danas je pet oku i nosu ugodnih, mediteranskim biljem obogaćenih proizvoda koji su pročišćeni od apsolutno svih umjetnih mirisa, boja, kemikalija i fosfata - višenamjensko sredstvo za čišćenje s eteričnim uljima kadulje i ružmarina, sredstvo za čišćenje kupaonice s eteričnim uljem lavande i mente, tekući deterdžent za pranje rublja s uljem lavande.

Na upit kako ljudi reagiraju na prirodna sredstva, Davor veli da se oni koji su ih proba-

li obično vraćaju s dvostruko boljim dojmovima od očekivanih.

- U toj skeptičnosti društva prema proizvodima bez kemikalija bilo je prijetnji ljutih domaćina da će me naći i zadaviti ako kupe, a ne bude valjalo. Pa bi nakon vikenda došli po još nekoliko proizvoda. Nedavno je, zbog mnogobrojnih upita, u ponudu stavljena i refill verzija višenamjenskog sredstva za kupaonicu te odmašćivača, a kroz nekoliko dana stižu i novi proizvodi. U završnoj je fazi prirodan deterdžent za ručno pranje suda, WC gel i deterdžent za rublje s eteričnim uljem bosiljka. Osim toga, kroz projekt Zaklade FIPRO došli smo do potrebnog novca za ekološko certificiranje proizvoda pa očekujemo kontrolu iz francuske certificirajuće kuće ECOCERT taman oko početka petog godišnjeg doba - Pusta, kaže Davor.

- Najbitnije nam je da naši proizvodi ne štete ljudima, životinjama i okolišu. Zato, sljedećeg se čišćenja slobodno uhvatite golim rukama, bez rukavica, bez najave evakuacije ukućanima i ljubimcima. Soda bikarbona i limunska kiselina jestivi su asistenti u čišćenju, a pomoći će vam odstraniti masnoće ili očistiti kamenac, poručuje Davor.

Suradnici - obitelj i prijatelji

U proizvodnji i razvoju ideja Davor ima nekoliko pomagača iz kruga obitelji i prijatelja koji obično priskabu kao fizikalci, slušači i, kako veli, "komentatori nestrukturiranih tokova misli o novim idejama". U tvrtci danas, osim njega, radi i suradnica Julija Finderle koja se okrenula širenju glasa o proizvodima, za vizualni identitet je zaslužna dizajnerica Draga Komparak, a za internetske stranice i web shop brine samoprovizani Supermensch, obrt za računalno programiranje kojeg vodi Mario Lončarić.



Tjelovježba

Piše body instruktorka
Morena Poglajen CarićAktivno
"kaučarenje"

Vremenska prognoza se mijenja, baš kao naše misli ili obaveze, i trebamo si pomoći tako što ćemo potaknuti procese u organizmu, lučenje hormona za dobro raspoloženje, ubrzati cirkulaciju i podići nizak tlak unosom tekućine i vježbanjem

Dobro došli u Novu godinu, koja je mnogima započela ili nastavila sezonu "kaučarenja" - odmaranja, jer za sve je kriva južina, poneka kap kiše ili mrak po kojem ne možemo otići u šetnju. Isprike, razlozi, opravdanja, nemogućnosti..... i tako redom. Vremenska prognoza se mijenja, baš kao naše misli ili obaveze, i trebamo si pomoći tako što ćemo potaknuti procese u organizmu, lučenje hormona za dobro raspoloženje, ubrzati cirkulaciju i podići nizak tlak unosom tekućine i vježbanjem. Možda vam mogu pomoći današnje tri vježbe da se re-

vitalizirate, potaknete cirkulaciju zalijepljene uz rebra i povučene prema kralježnici, a stražnji dio glave poravnat sa stražnjom linijom leđa. Ruke oslonite u visini ramena na naslon. Udahnite šireći rebra prema van 360 stupnjeva. Izdahom pojačajte kontrolu cijele posture (gore navedene) i snažno stisnite bedro o bedro. Ponovite šest do osam puta.

Slika 2. Iz iste početne pozicije i pravilne posture, koju morate kontrolirati cijelo vrijeme izvođenja vježbi, udahnite. Izdahom jednom rukom radite rotaciju gornjeg dijela tijela u smjeru ruke koja ostaje mirna. Stisnite bedro o bedro, uhvatite



idu prema ušima). Izdisajem vraćate ruke, glava se bradom spušta prema prsima i kralježak po kralježak idete trupom prema nogama, uz stalno aktivan trbuh i kontrolu da se zdjelica ne pomakne (sjed visoko na sjednim kostima). Ponovite šest do osam puta obje faze.

Slike 5. i 6. Osnovna pozicija sjedla i posture je ista kao i u prvoj vježbi. Udahnite dok rukama radite stisak



laciju, istegnute i osvjestite mišiće koji podržavaju kralježnicu i zdjelicu.

Slika 1. Sjednite uspravnog trupa na vaš kauč ili fotelju tako da osjetite sjedne kvrge (izbočine ispod debelog mesa na vašim guzovima). Zdjelicu postavite u neutralan položaj tako da vam je donji dio leđa izdužen (ne uvijen ili izvijen), a prostor između rebara i zdjelice s prednje strane aktivnih trbušnih mišića (zakašljite se i osjetite kako se vaš trbuh sam aktivira, i to je osjećaj koji morate imati kada su trbušni mišići aktivni). Trup je izdužen prema gore, lopati-

naslon i osjetite snažniju aktivaciju križnih trbušnih mišića te istezanje jedne strane leđa, ramena i ruke. Donji dio leđa i zdjelica ostaju mirni. Ponovite naizmjenično, s udahom u sredini, šest do osam puta.

Slike 3. i 4. Osnovna postura i položaj zdjelice, trbuha, leđa, lopatica i glave je ista kao i u prvoj vježbi, osim što su noge u položaju žabice, spojenih tabana i otvorenih kukova. Udisajem ruke idu iznad glave, ali pritom vaš trbuh, donji dio leđa, zdjelica i lopatice ne smiju izgubiti pravilnu poziciju (nema uvijanja i da ramena

o rukohvate ili sjedište fotelje. Izdahom stisnite bedro o bedro i zarotirajte noge kao da plešete twist sa stopalima na podu ili odignite noge od poda (bez da uvijate leđa i zdjelicu natrag), osjetite mišiće trbuha i pregihača kukova. Udahom se vratite u početnu poziciju, a na sljedeći izdah ponovite u drugu stranu. Napredna verzija je da kod izdaha stisnete dlanovima kauč bliže tijelu, opružite obje noge u zrak, stisnete bedro o bedro i trbuhom povučete trup naprijed prema nogama. Šest do osam puta obje vježbe.