

RADY - PORADY

Káva v kosmetice

Kofein je přírodní složkou kávy a čaje. Používá se jako přísada do některých druhů pečiva, mražených mléčných výrobků, sladkostí, želatiny, pudinků a nealkoholických nápojů, ale také do kosmetických přípravků.

Negativní účinky kávy

Je důležité si uvědomit, že kofein v kávě je silná látka. Může stimulovat centrální nervový systém, zvyšuje srdeční tep a celkově zrychluje metabolismus. Zvyšuje sekreci žaludečních kyselin a posiluje činnost ledvin a močového měchýře. Je také dobře známý pro svou nepříjemnou schopnost ovlivňovat spánek. Káva však především zvyšuje krevní tlak, a tím i riziko vzniku srdečních chorob.

Pozitivní účinky kávy

Studie ukázaly, že káva je zarytým bojovníkem proti diabetu, a to hlavně druhého typu. Milovníci kávy mají také menší pro-

cento pravděpodobnosti, že je postihne mozková příhoda. Tento nápoj povzbudí do cvičení a dokonce snižuje riziko onemocnění rakovinou. Kromě kofeinu,

který podporuje lymfatický tok, obsahuje káva další cenné látky pro naši krásu. Jsou to zejména organické kyseliny, tuky, alkaloidy a některé významné minerály jako draslík, hořčík a železo. Kávo-
vý olej, který je bohatý na kyselinu linolovou, zabraňuje stárnutí pleti a činí ji pružnější.

Káva v kosmetice

Kávo-
vá zrnka obsahují silné antioxidační látky, které pomáhají odstranit odumřelé kožní buňky a dodávají pokožce mladistvý vzhled. Dále se kofein používá při výrobě ztuhujícího gelu. Velmi účinný je také na otoky, a proto se přidává do očních gelů či krémů, odstraňuje i tmavé kruhy pod očima. Stejně blahodárná je káva i pro vlasy.

Veronika Mahr, UOV



Studenti z Přímky sami sobě

ZNOJMO (be). Je skvělé, když se mladí chopí iniciativy a sami od sebe vymyslí něco, co baví nejen je, ale i jejich vrstevníky. I takto jednoduše by se dal popsat projekt, který si pro sebe a své spolužáky vymysleli žáci studijního oboru Hotelnictví - turismus na Přímce.

A tak to uplynulý pátek ve dvou odborných učebnách od ranních hodin až po odpoledne bzučelo jako v úle. Na jedné straně se míchaly originální nealkoholické nápoje, na druhé straně to vonělo po karamelu, protože se tu flambovalo, a ve vedlejší kuchyně se pekly čokoládové dortíčky s ovocnou omáčkou. Ale to nebylo ještě vše. Všichni přítomní, kteří se stali na několik hodin soutěžícími, museli zvládnout i prezentaci na téma moučníky a pak i test, který si pochopitelně studenti připravili sami.

A pokud si myslíte, že k hodnocení byli přizváni jejich učitelé, není tomu tak. Sami žáci si zhodnotili své dovednosti a učitelé a mistři byli jen těmi, kdo přihlížel, jak jsou jejich žáci šikovni.

„Do projektu jsme přizvali asi dvacítku našich mladších spolužáků. Oni nevěděli, co je čeká, a o to to bylo zajímavější. Myslím si, že se jim forma této výuky líbila.“ myslí si jeden z organizátorů Adam.

Studenti si u barového pultu vymýšleli různé originální nápoje.



Ve flambování se ochutnávalo ovoce. Oheň nikoho nezranil.



Test obsahoval i několik zákludných otázek.

FOTO: be