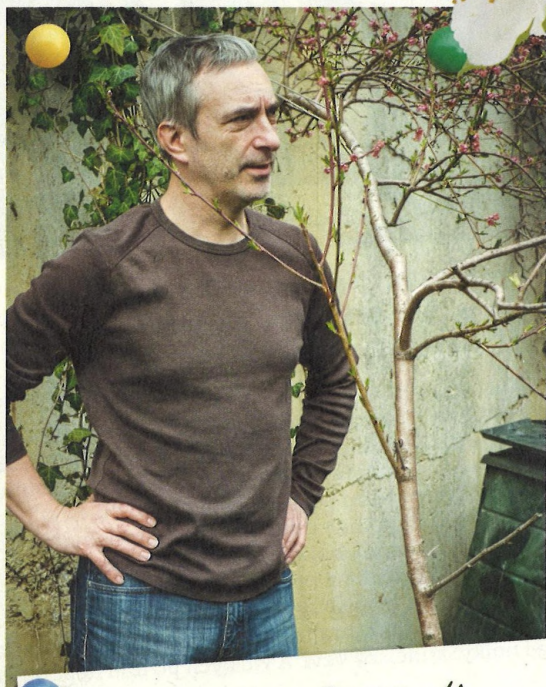


OBSAH



HEREC A EKO-NADŠENEC /4
Jak se Petr Vacek sprchuje?
Jak splachuje? Kdy je nezávislý
na Putinovi? Jaképak to má
zvláštní hobby? Hlavní rozhovor
je tentokrát napůl veselý
a napůl ne.

RADOST BĚHEM BĚHU /9

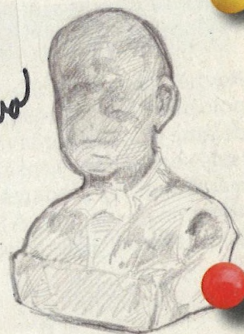
Potřeba přirozeného pohybu
v současné, poněkud pohodlné
době stoupá, a tak dneska
běhají skoro všichni. Běhání
obuté i bosé, slavnostní
i obyčejné, uzdravující
i ošemetné v našem hlavním
tématu.



JÁRA CIHMAN:

*"Každé zbytečné slovo
je zbytečné."*

JEDINÁ BUSTA JÁRY CIHMANA PONIČENÁ
PŘI NAPŘÍKOVÁNÍ KLOBOUKŮ...



KNOFLÍKOVÁ TISKÁTKA /22

Jestli se vám doma válí ladem
knoflíky různých velikostí a tvarů,
máme pro vás tip, jak je originálně
využít. „Sámo dómo“ si potiskněte vše,
co vám přijde pod knoflík.

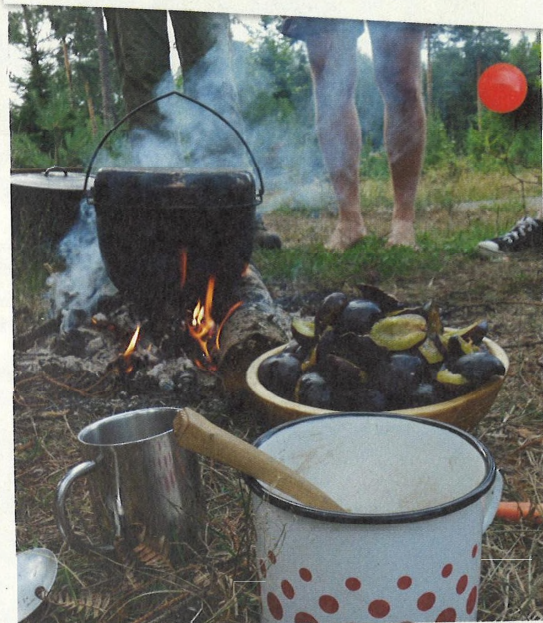




ŠIŠATÉ „BORŮVKY“ /38

Znovuobjevujeme další zapomenuté ovoce. Je zdravé, barvou i chutí podobné borůvkám, a navíc na jaře zraje jako jedno z prvních. Seznamte se blíže se zimolezem jedlým.

CESTOU K SOBĚ SAMÝM /46
Přišli hledat nové přátele,
netradiční zážitky i hry,
kontakt s přírodou i zábavu.
A v průběhu putování možná
objevili kus Sebe...



ZE VŠEHO SE VYHULÁKAT /20
Zpíváme rády, spolu, krásně,
živelně, falešně, mnohohlasně,
nahlas i potichu... , říkají o sobě
„královničky“ z Tišnovska. Lidová
tvorba žije, ba vzkvétá.

PILNÁ TKADLENA PILNÁ /18

Kterak paní Petra ke tkalcovskému stavu přišla a kterak tvoří koberečky podle svého gusta. A ještě tím starému oblečení a zbytkům látek nového smyslu dává.

