

OBSAH



DUŠKOVA DUŠKOVÁ... /4

Pokud si myslíte, že na Ivetě Duškové je zajímavý hlavně její manžel Jaroslav, přesvědčíme vás v rozhovoru s ní, že je toho daleko daleko víc.

"Někdy jsem nedopustil, aby škola stála v cestě mému vzdělání."

MARK TWAIN 1835-1910



MĚSÍC CO MĚSÍC /9

Obávaný PMS znají asi všichni. Fakt, že jsme my ženy dokonale cyklické, už nám ale občas uniká. Ženské proměny v panny, matky, čarodějnice a báby tentokrát v našem hlavním tématu.



HLEDÁNÍ RA-DUŠE /26

"Jestli, duše, existuješ, udělám všechno proto, abych tě našla," řekla si Radka Myšková a pustila se do poznávání sebe sama. Kam došla, se dozvíte v rubrice "O 180 stupňů".

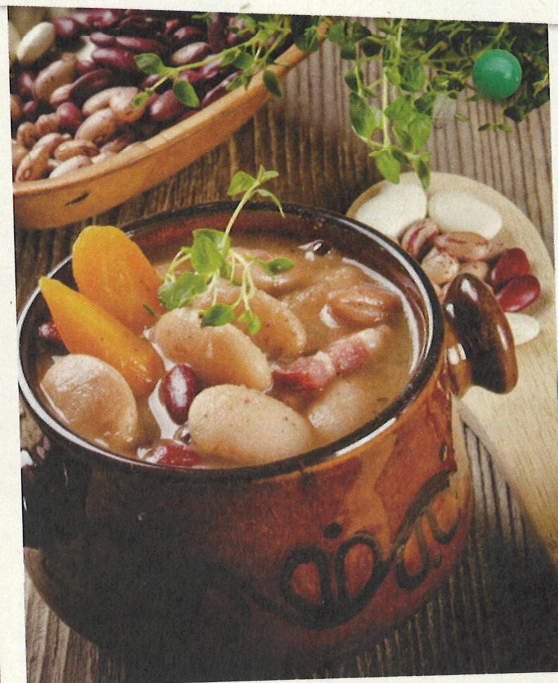




BLAFY ZE ŠKOLNÍ JÍDELNY /48

Pamatujeme si na ně všichni a situace se nelepší, spíše naopak. Iniciativa „Skutečně zdravá škola“ dělá, co může, aby děti v jídelnách nedostávaly moukou zahuštěné UHO a další „mňamky“.

ŠTĚSTÍ, ZDRAVÍ, DLOUHÁ LÉTA /30
O jídle najdete v tomto čísle hned několik článků. Poradíme, jak jíst „hlavně v klidu“, a taky, jak na jídlo nahlížet, pokud se chcete dožít pěkně požehnaného věku.



KDYŽ PROCENTO POMÁHÁ /32

Mnoho firem ve světě, a první vlaštovky i u nás, věnuje procento ze svého zisku neziskovkám. Ty pak svým dílem pečují o naši planetu. Třeba tím, že sází stromy.

ZVEME VÁS DO BARMY /44

Nikoli na dovolenou. Nahlédněte spolu s námi do téhle země jihovýchodní Asie, kde stále ještě sní o demokracii a o tom, mít vlastního „Váklava Chavla“.

