

Slůvko alergie možná nezní tak strašidelně, jako třeba rakovina, bohužel však musíme přijmout fakt, že na nás útočí se stále větší razancí. Počet alergiků neustále narůstá, a to především mezi dětmi. Co je to alergie a co s ní? Čtete!



Foto na titulní straně: Petr Adámek

Magda Vášáryová je pro většinu lidí stále především skvělá herečka. Její výkony se opravdu vryly hluboko do paměti, divadlo a Magda Vášáryová se však rozešly již před deseti lety. Čemu se tedy věnuje dnes, co ji zaujalo natolik, že opustila úspěšnou dráhu hvězdy? A kam míří v dnech příštích?

20,21

25

PŘIPRAVILI JSME PRO VÁS SNÁŘ MARTINA BENEŠE. Nedočtete se v něm sice o tom, jaká číslo vsadit v zítřejším Bingu, zdálo-li se vám dnes v noci o černé kočce, přesto si myslíme, že by vás mohl zaujmout. Právě ve snu totiž můžete odhalit své pravé já i jeho momentální problémy.



Celulitis neboli hezky česky pomerančová kůže je strašidlem mnoha žen (a dnes už nejen jich). Zpod krajek prádla vykukuje na stehnech, hýždích i pažích cosi, co se ještě spíš než pomeranči podobá podivné houbě. Co s tím? Hana Mrštíková vám poradí.

36

38, 39

V srpnu tohoto roku v našich krajích dojde k devadesátiprocentnímu zatmění slunce. Není to tak úplně běžné, a tak se začaly rojit nejrůznější proroctví, zahrnující vše od hrůz mírných až po konec světa. U nás si můžete přečíst názor psychologa, astronomické údaje i pohled astronoma.



OBSAH

ANKETA REGENY	2
Co je to alergie	4
Léčba bronch. astma	6
Zlobivá prostata	7
Ájurvéda	8
Poradna MUDr. Pelnáře	10
Liga proti rakovině	11
Diabetes v těhotenství	11
Jóga Heleny Čížkové	12
Zdravá páteř	12
Makrobiotika Ivy Chourové	14
Co to je, když se řekne	15
Kombucha	16
Thajská masáž	18
Rozhovor s M. Vášáryovou	20
Co s tvrdou vodou	22
Sri Chinmoi - posel míru	24
Osho	24
Sen - řeč tvého nitra	25
Kosmologie	25
s E. Joachimovou	25
Řádky proti samotě	26
Nachlazení z pohledu čínské medicíny	28
Regena servis	30
Křížovka	32
Bylinářovy rady	33
Vstávej semínko (vaše zahrádka)	33
Voňavá praxe	34
Aromaterapie	35
Jak na jarní únavu	35
Pryč s pomerančovou kůží	36
Přečetli jsme za vás	37
Zatmění slunce	38
Numerologie	39
Horoskopy	40