

obsah

6 Nové zprávy

DOMÁCÍ LÉKAŘ

8 Co můžete dopřát svým kloubům?

TÉMA

12 Prosím bez sezamu

Potravinová alergie,
nebo nesnášenlivost?

SERIÁL/NOVÉ TĚLO

18 Nohy ve formě

Trénink na minisukni
a podpatky

JAK SE MÁTE?

23 Dana Batulková

Vždycky je šance začít
znovu!

KLINIKA

28 Kostrč jako zdroj
problémů, (4. část)

32 Na pasece u lesa

Rozhovor s klíštětem

35 Nejsem šťastná
po porodu

38 Problém na tři? SEX...

42 Výchova dětí (nejen)
v Čechách

46 Zažívání už není,
co bývalo

50 6 mýtů o cukrovce
a diabetických

52 Co dělat, když...

Pád z výšky

ZDRAVÍ A KRÁSA

54 Cesta k „bílému“
úsměvu

PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA

62 Aromatická semínka
léčí

JÍME ZDRAVĚ

66 Černý čaj nás provází
životem

68 Barevné kimči

CÍTIT SE LÉPE

72 Požitek z vody

Hydroterapie nás zbaví
napětí, bolesti i stresu

ZDRAVÝ DOMOV

74 Denní problémy

s domácím odpadem

ČAS NA ZMĚNU

81 Začínáme s... Cvrnk

Zapomněli jste na
kuličky?

ALTERNATIVNÍ METODY

84 Homeopatika

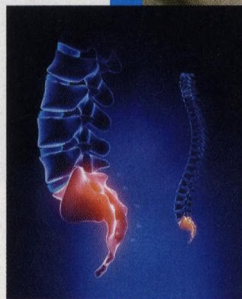
a problémy se sluchem

ŽIJEME SE ZVÍŘATY

86 Ušaté zvířecí
nadělení

NA KUS ŘEČI

98 doc. MUDr. Pavel
Čermák, CSc.



12

23

