

14

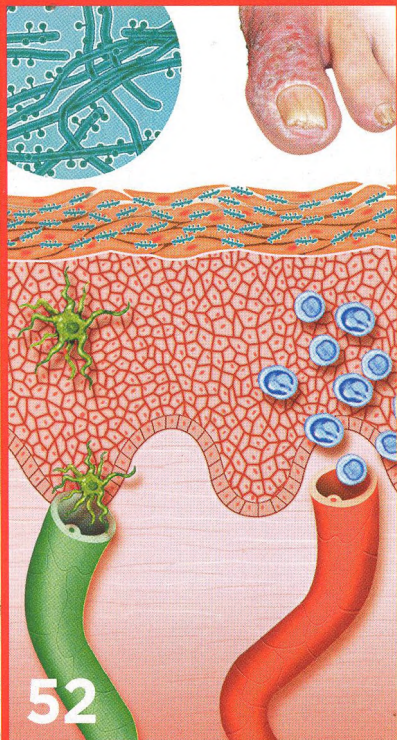


obsah

10



6



52

70



ROZHOVOR

- 6 Bára Basiková
„Změny přinášejí osvěžení“

KVĚTNOVÁ INSPIRACE

- 10 Zjednodušte si život

CO NÁS ZAJÍMÁ

- 14 Jak prožíváme hypnoterapii

SPECIÁL AKTIVNÍ TĚLO JE ZDRAVÉ

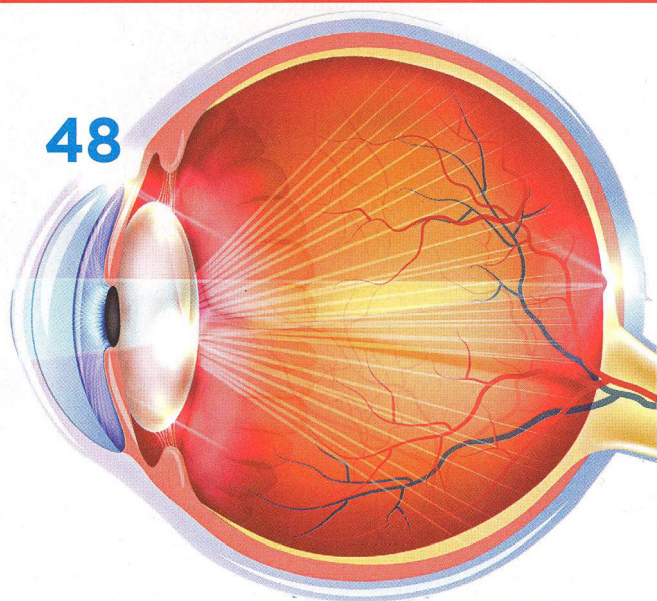


- 20 Kdo se nehýbe, je nemocný
24 Nevymlouvejte se, že to nejde
28 Sportování má své meze
32 Základ kondice je v nohou
36 Vyrazíte naboso?



36

48



KLINIKA

První pomoc
podle nových
metod

- 44 Autonehoda
48 Operace šedého zákalu
52 Mykózy není snadné vyléčit
56 Ageismus
60 Jaké problémy řeší diabetička
62 Alexandra a Jarmila Jirkovských
Naše cesty k diabetologii
66 Dětské kroky ven z rakoviny



ZDRAVÍ A KRÁSA

- 70** Investice do atraktivních zubů
- 73** Přejít k zubní náhradě
- 74** Jak mě zbavíte tuku?

MŮJ DOMOV

- 80** Dejte zelené prioritě
- 83** Test - chvílka pro sebe
- 84** Berberis vulgaris
- 86** Zmírnění účinků stresu, strachu a úzkostí

