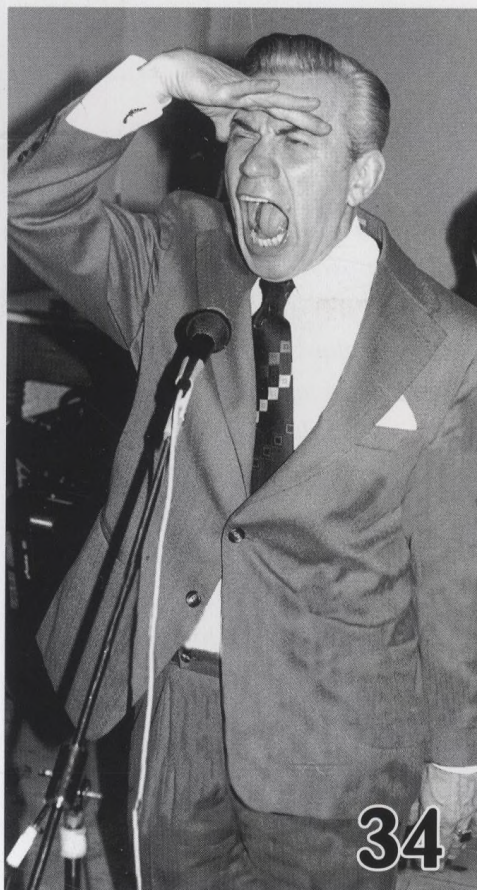




4



10



34



48



52

CELEBRITY, JAK JE (NE)ZNÁTE

Rozhovor s ředitelem
Valašského muzea 4

CELEBRITY MEZI NÁMI

Neuvěřitelných
103 šarmantních let 10

AKTUALITY A TIPY

Františkovy Lázně 7
Tipy na vánoční dárky 24
Digitální album 25

TRÉNINK MOZKU

Univerzita třetího věku –
Katolická teologická fakulta
Univerzity Karlovy v Praze 20

SERIÁLY

Seriál Jiřího Chuma – Esej o vnitřní
naději: 2010 – pozemská odysea 8
Seriál převora Petra Prokopa Siostrzonka
– Svátky otevřených dveří 9
Seriál Ivany Svobodové –
Nebojme se počítače:
Klávesnice a myš... dvě kamarádky 14

Energetici radí:
Tip na výlet „Cestou trafostanic“ 16
Seriál Jiřího Vlastníka –
Mary Pickfordová 26
Seriál Jiřího Vlastníka –
Jóóó, to byla léta šedesátá –
Starci na chmelu 30
Seriál Ondřeje Suchého –
Hvězdy mého života:
Jaroslav Štercl 34
Seriál Jiřího Vlastníka –
Malá operní procházka 46
Slavní a naši – Ája Vrzáňová 57

ZDRAVÍ

Výjimečná péče pro oči 40
Jak prožít „vlídné“ stáří
a mít dobrou paměť? 41
Krvácení dásní není banalita 42
Pozoruhodná matrace 44
Bio-mat – Blahodárný ametyst 44

PORADNA

Odchod do důchodu – 5. díl 33
Na co si dát pozor
při nákupu auta bez odborníka 52

Poradna dr. Evy Drlíkové 53

SVĚT KOLEM NÁS

Návrat do Domu chleba 13
To mně zůstalo v srdci 22
Grundtvig – celoživotní vzdělávání 38
Vánoce se psy
aneb Jak předejít starostem 48
Jak poznáte
nebezpečnou hračku? 50
Diagnóza: Zahrada
aneb Jehličnany –
krása celku i detailu 54

ZÁBAVA

Křížovka – Lobkowicz Premium 29
Křížovka – Parodontax 37
Test pro vás –
jak se vyznáte v cizích slovech 56
Křížovka – Prostenal 58
Mozkový trénink – MIX 59