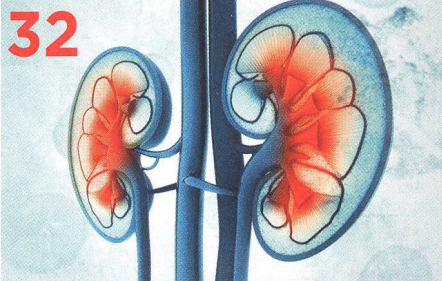


32



Obsah

13



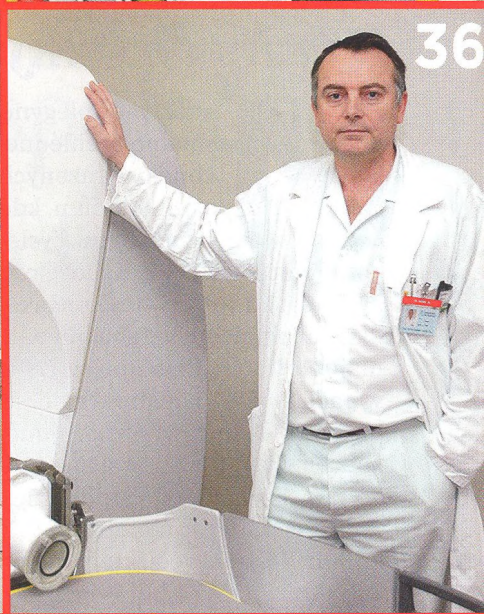
8



24



36



INSPIRACE NA DUBEN

- 7** Jarní posílení jater a ledvin
Pomozte tělu zbavit se „odpadu“

ROZHOVOR

- 8** Dana Morávková
Člověk se nemá moc pozorovat

KLINIKA

- 29** Pro a proti
S kávou, nebo bez?
- 30** Tipy z lékárny
- 32** Za co vděčíme ledvinám
Jejich počítačově přesná
činnost může selhat
- 34** Diabetes – preventivní
opatření
Na co by si měl dát pozor diabetik
- 36** Kdo nás zajímá
doc. MUDr. Roman Liščák, CSc.
Stoprocenních jistot má člověk
v životě málo



ZDRAVÍ & KRÁSA

- 40** Tolerantní péče
Hypoalergenní kosmetika
chce vyhovět každému
- 44** V souladu s kůží
Tolerantní kosmetika
- 46** Regenerace
Vibrezná masáž
- 48** Dubnový výběr
Inspirace

SPECIÁL zdravý domov

- 13** Zdravý domov
Zóny pro práci i odpočinek
- 16** Centra s velkým provozem
Dvě velká K
- 20** „Zelený“ byt
Rostliny čistí vzduch i uklidňují
- 22** Drahý provoz
Nikdy není pozdě začít šetřit
- 24** Alergik potřebuje
vhodné prostředí
Rady, jak mu ho vybudujete



20



52



MŮJ DOMOV

- 50** Jóga pro každý den
Než večer přijde spánek
- 52** Terapie tancem
Pohybovat se v rytmu hudby
pomůže tělu i psychice
- 54** Jídlo pro lepší náladu
- 56** Homeopatie
Coccus cacti a Coffea cruda
- 58** Tipy na duben