

20



Obsah

30



6



14



12



ROZHOVOR

- 6** Simona Stašová
Divák stejně cítí, kdo jste

SPECIÁL

- 12** Stále mohu
Jedeme na plný plyn
- 14** A je mi hned líp!
30 skvělých tipů pro získání energie
- 22** Chcete být pozitivní člověk?
Odehnat negativismus dá někdy dost práce
- 24** Jídelníček se správnou energií
Kombinace množství, správných živin a načasování

KLINIKA

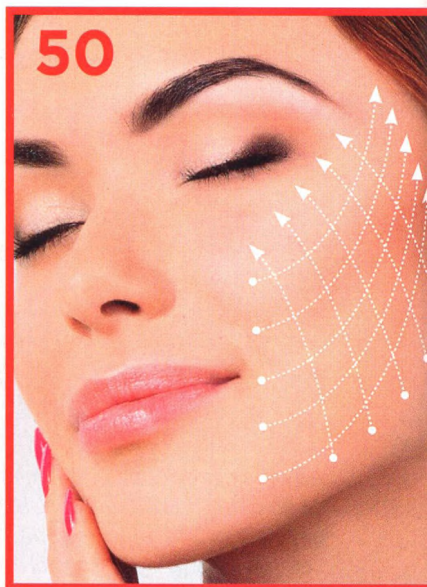
- 33** Vitaminy skupiny B
Který vám chybí podle příznaků
- 36** Žáda bolí téměř každého
Zkusili jste „cvičit Smiška“?
- 40** Ledvinová kolika bývá
strašný zážitek
- 42** Pod povrchem
s „Medicínou pro lidi“
Škody způsobené
aterosklerózou (4. díl)
- 44** Spoustu let jsem neviděla,
že život má barvy
O pití se mi ještě pořád zdá
- 46** Diabetik a péče o zuby
Stav dásní má vliv na jeho nemoc



ZDRAVÍ A KRÁSA

- 50** Za co vděčíme kolagenu

50



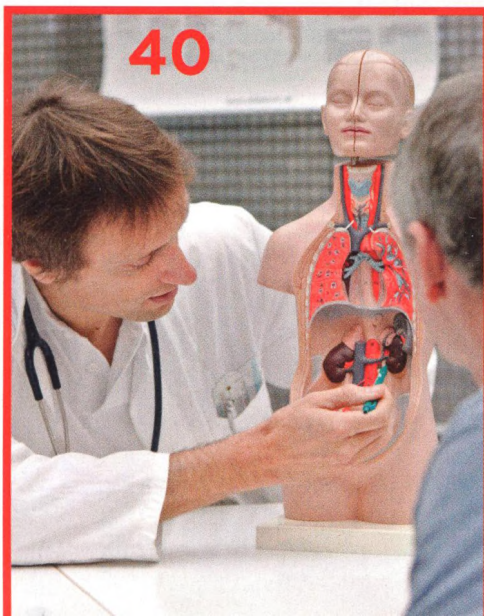
MŮJ DOMOV

- 58** Co dýcháte doma, ovlivní
čistička vzduchu
- 62** Vyzkoušejte sílu bylin
- 66** Homeopatie
Graphites



66

40



24

DO KONDICE S TRENÉREM

- 30** Chci se hýbat
Co by vám na to řekl osobní trenér