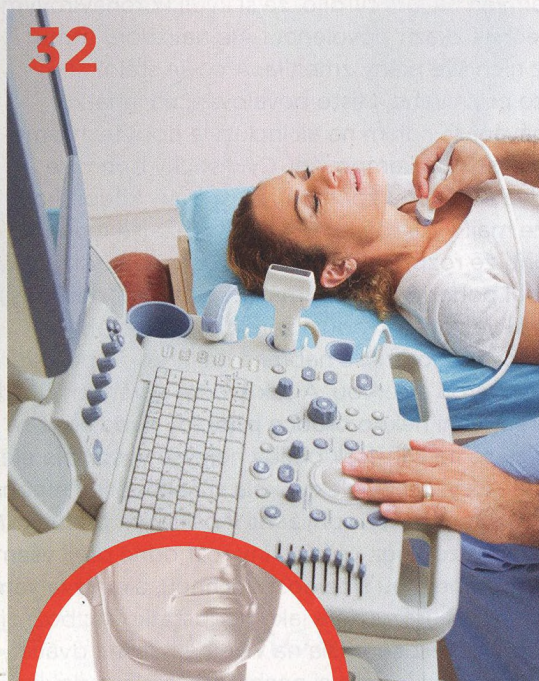




obsah



ROZHOVOR

- 6** Ondřej Gregor Brzobohatý
Pokora a láska jsou nejdůležitější ingredience

DOBRÉ RADY

- 12** Čím ulevíte svým zádům

SPECIÁL

- 16** Balanc mezi životem a prací
20 Syndrom vyhoření
Proč ztrácíte tah na branku?
22 Kde je vám dobře
Co je důležité na pracovním prostředí

TĚLO

- 28** 10 tipů, jak v sobě probudit hormon štěstí



HOMEOPATIE

- 46** Kalium muriaticum
při zalehnutí uší a silné rýmě

52



ZDRAVÍ A KRÁSA

- 48** Údržba po léte
Vychytávky pro pleť a vlasy
52 Jak vznikne krém
V laboratoři u vývojářky kosmetiky

MEDICÍNA

- 32** Za co všechno může štítná žláza
36 Chci se zbavit inkontinence
38 I dospělí potřebují logopeda
40 Vitamin D prospívá imunitě
42 Senioři nemají pestrý jídelníček

MŮJ DOMOV

- 58** Pro školáka to nejlepší

25



- 25** S (ne)chutí do zaměstnání
Kudy ven z potíží