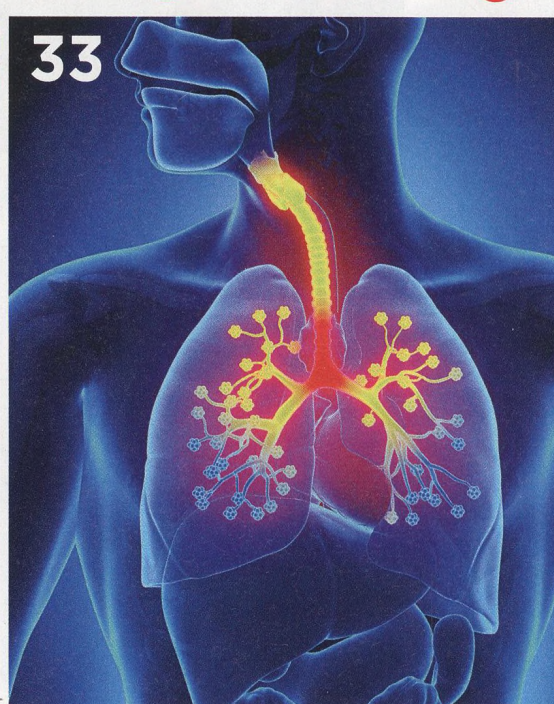




obsah

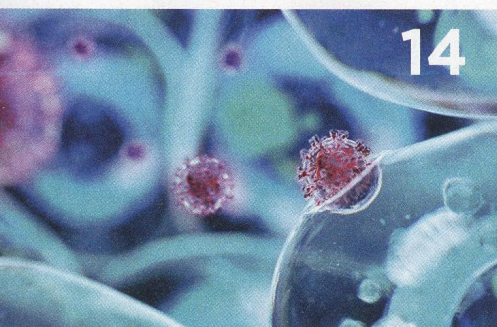


ROZHOVOR

- 8** Miroslav Žbirka
U nás doma vítězí knihy
a hudební dárky

CO NÁS ZAJÍMÁ

- 14** Obezita a covid-19
Nebezpečná kombinace



TĚLO

- 16** Recepty na zdravý život
Jak se nejlépe udržet v kondici

TÉMA

- 22** Hlavně klid!
Nežijte v sobě stres

MEDICÍNA

- 26** Účinky nových antidepresiv
Můžete normálně fungovat



- 29** SPECIÁLNÍ PROJEKT
Astmatik patří ke specialistovi
30 Ať zvítězí zdraví
Kombinace vitaminů pro imunitu
33 Průdušky se hlásí kašlem
Bronchitidu je třeba doléčit

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 36** Pod maskou
Jednodušší to už nemůže být

MŮJ DOMOV

- 44** Kouzla s kokosem



PŘÍRODA LÉČÍ

- 47** Houba reishi podpoří obranu
proti virům
48 Anketa
Na Vánoce chceme obejmout
blízké lidi
50 Recepty a tipy

