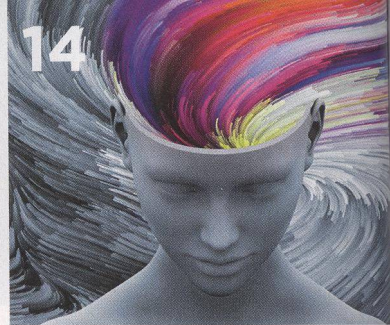


18



obsah

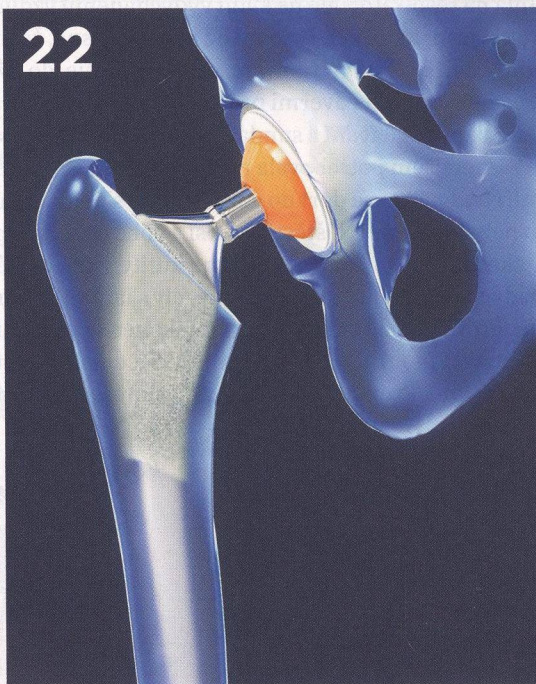
14



8



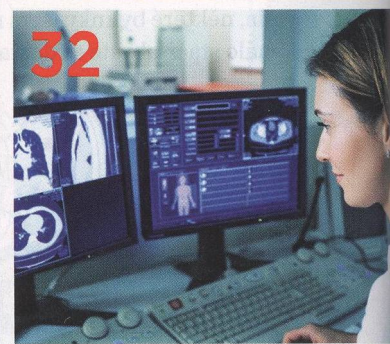
22



52



32



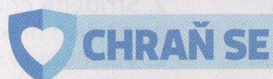
ZPÁTKY DO FORMY

- 22** Nemůžete vydržet bolesti kyčle?
Jste krůček od endoprotézy

TĚLO

- 26** Správné dýchání napraví spoustu potíží

PROJEKT



- 30** Chraň si plíce

MEDICÍNA

- 32** Stres vás dovede k rakovině
Neztrácejte odvahu jít na mamograf
- 36** Po prvním oparu přijdou další
- 38** Před čím nás chrání hořčičk
- 40** Antikoncepce
Co byste měli vědět, než si ji vyberete
- 44** Náplasti umí i léčit

38



ZDRAVÍ A KRÁSA

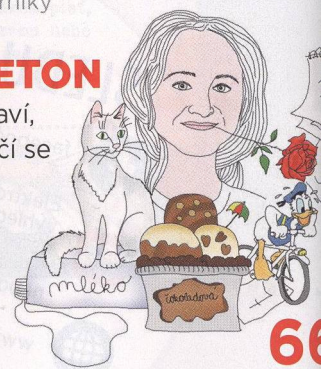
- 48** Vady na kůži
Maskujte je, ale taky řešte
- 52** Holit, nebo neholit?
Ochlupení v intimních partiích má vliv na zdraví

JÍME ZDRAVĚ

- 56** Obezitu si nevyčítejte
Spíš zapojte vůli, motivaci a odborníky

FEJETON

- 66** Kdo slaví, nemračí se



66

CO NÁS ZAJÍMÁ

- 5** Novinky a rady

ROZHOVOR

- 8** Adéla Gondíková
Můj život je o velkém štěstí

TÉMA

- 14** Životní optimismus
Jak ho v sobě probudit

TERAPIE

- 18** Voňavé léčení
Rady pro bezpečné použití aromaterapie