

18



Obsah

14



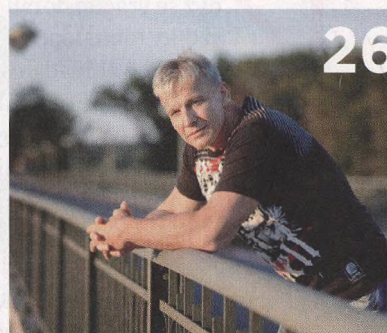
8



40



26



38



CO NÁS ZAJÍMÁ

- 6 Novinky a rady

ROZHOVOR

- 8 Veronika Khek Kubařová
Ráda věřím na zázraky

TÉMA

- 14 Vánoce jsou pro každého
Jak namíchat dobrý koktejl smyslů,
emocí i pokory

INSPIRACE

- 18 Máte v adventu napilno?
Aromaterapie vám udělá dobře

TÉMA

- 20 Životní jistoty
Kudy zamířit do klidnějších vod

ZDRAVÍ Z PŘÍRODY

- 25 Byliny utiší bolest v krku

ROZHOVOR

- 26 Martin Maxa
Pánbůh už byl ke mně štedrý

TĚLO

- 28 Zkroťte modré světlo



28

MEDICÍNA

- 32 Pálení žáhy má důvod
Hledáme pro vás řešení
34 Ota Schütz
Proč neudělat nohy žen krásnější?
36 Tipy z lékárny
38 Koktejl zdraví
pro seniorský věk
40 Plíce zpátky v kondici

HOMEOPATIE

- 44 Mercurius solubilis
Na záněty nejen v ústech

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 46 Na první pohled
Umíte se postarat o oční okolí?
50, 52 Náповěda Ježíškovi,
Prosincové zážitky – tipy

ROZHOVOR

- 54 Jan Storch
CBD není všelék, ale má velkou
budoucnost

- 56, 58 Svátek na stole, Až přijdou
hosté – tipy a recepty



56

- 60, 62 Mozaika – Mikuláš nadělí
dětem i dospělým

FEJETON

- 70 Nedostižný bramborový salát