OBSAH

ÚVODEM

3 Uložil jsem do krabice

STALO SE

5 Přehledně

9 Změna na místě šéfredaktora Zory

11 Poděkování nejlepším – výsledky

12 27. slavnostní koncert na Hradě – plus. Diváci – přeplněno a mínus

15 Prohlášení Světové unie nevidomých

TAKOVÍ JSME BYLI

17 SONS a odstraňování bariér – závěr

LIDÉ KOLEM NÁS

19 Své první instrumentální skladby jsem složil už jako starší žák (Nikita Ivanovič Kornijenkov)

POVÍDKA POVÁNOČNÍ

23 Bylo mi tehdy třináct

ZORA RADÍ A INFORMUJE

31 Informace a odpovědi na dotazy ze Sociálně právní poradny SONS 1/23

38 O čem se moc nemluví – Jak prožívat tady a teď – I. část

POVÍDKA Z NAŠÍ POŠTY

42 Jak jsem myslela, že nebudu mít knihu

BUDE VÁS ZAJÍMAT

46 Vnímám, i když nevidím
49 Co se stane s vaším tělem, když pracujete více než 40 hodin týdně
52 Vliv jednotlivých fází měsíce na člověka

59 INZERCE

ZDRAVÍ

60 Jak se projevuje a léčí anémie z nedostatku železa?
61 Krevní plazmu můžeme získat jen od jejího dárce
63 Může předejít parodontóze i ztrátě chrupu

SPORT

65 Střelecké šampionáty a poháry 2022

68 KŘÍŽOVKA NA LEDEN