

Editorial	4
Tipy šéfredaktorky	5
Kaleidoskop	6

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 škodlivin, ze kterých nejvíce vznikají nemoci	8
Autoalergie „si vybírá daň u dospělých i dětí“	12

ROZHOVOR

Astrolog Milan Gelnar	14
-----------------------	----

POZNÁNÍ

2017 Velký horoskop na celý rok	18
Skořicová silice	21
Poznamenejte si do kalendáře	23
Rakytník řešetlákový	24
Vánoční objednávky	26
Způsobí kniha Celek zlom ve výživě na celém světě?	27
Antoni van Leeuwenhoek zakladatel mikroskopie a mikrobiologie	28

ZDRAVÍ A KRÁSA

Nástěnný kalendář	
Regenerace ve Sféře	31
(Ne)hříšné nákupy	
Móda přítel / nepřítel	32
Proměna Martiny se blíží do finále!	35
Protáhněte horní polovinu těla	36

OSOBNÍ ROZVOJ

Xenotransplantace	
Orgány zvířat v lidském těle	38
Jak na Vánoce překonat samotu	42
Udělejte radost svým milovaným nejen o Vánocích	45

PSYCHOLOGIE

Od oběti k tvůrci	46
-------------------	----

PRO VOLNÉ CHVÍLE

Spokojenost o Vánocích pramení ze sporáku	50
V prosinci si pod peřinou čteme knihu sobě milou	53
Horoskop	56
Soutěž o ceny	57