

OBSAH



► 20 Civilizace v krizi

„Pokud nám záleží na budoucnosti, musíme své chování změnit,“ varuje egyptolog a archeolog Miroslav Bárta, který zkoumá zaniklé civilizace naší planety. A zjišťuje, že naše dnešní společnost má s nimi až nepříjemně mnoho společného. Znamená to, že spějeme k zániku?



66 Nezdravě zdravá strava

„Jídlo nejsou jen kalorie, čísla a makroživiny. Potřebujeme i potravu pro duši,“ říká nutriční terapeutka Šárka Knížková. Jsou opravdu sacharidy zlo? Opravdu má smysl jíst jen maso? Nebo ho naopak nejíst vůbec? A existuje jednoduché „zlaté pravidlo“, jak se stravovat rozumně?



▲ 48 Budeme jednou nesmrtelní?

Dokážeme jednou zastavit stárnutí a opravovat svoje buňky tak, abychom se ve zdraví dožili třeba i několika stovek let? „Technologicky už se k možným řešením blížíme, otázka ale je, zda to skutečně budeme chtít,“ říká imunolog prof. RNDr. Jan Černý, Ph.D.

▼ 30 Hody, hody doprovody...

„Na pomlázku za mnou chodí celá naše vesnice. Malované kraslice vyžadují, protože nikdo jiný než já už se tu s nimi tolik nepatlá,“ usmívá se výtvarnice a folkloristka Kamila Skopová, která žije v malebné roubence na Vysočině, píše a ilustruje tam knížky a přednáší o tom, jak se dřív na vsi žilo.



▲ 40 Šmejdi se přemístili na internet

Nakupovat je někdy jako prodírat se džunglí plnou nástrah. Na co si dát pozor, abychom nepoctivcům nenaletěli, radí Mgr. Vratislav Beran, vedoucí právního oddělení České obchodní inspekce, která se mimo jiné zaměřuje na kontrolu prodejců a ochranu spotřebitelů.