

Aktuality 2-3**Téma: Těhotenství a mateřství, Péče o prsa, Kojení**

Péče o prsa je téma nadmíru důležité. Nejen, že jsou ženskou ozdobou i hrdostí, nepostradatelnou pomůckou při kojení, ale i velkou starostí. Rakovina prsu je v současné době nejčastější příčinou smrti žen. Ale je také jedním z onemocnění, které, je-li diagnostikováno včas, je s úspěchem léčitelné. O preventivním přístupu, ale i o dalších radách a postupech se dočtete v dnešním čísle Regeny.

Ajurvéda 9**Stárnutí a rakovina** 10**Poradna MUDr. Pelnáře** 10**Nízká hladina krevního cukru** 11**Jóga** 12**Čínská medicína** 12**Děti chtěné - nechtěné** 13

Rozhovor s ředitelkou kojeneckého ústavu

Rakovina prsu a zdravá výživa 14**Kojení: nejlepší start do života** 16**Každý důsledek má svou příčinu** 17

Rozhovor se známým léčitelem Janem Sázavským

Rozhovor s Janem Krausem 20-21

Populární herec a moderátor vypráví o tom co ho baví i nebaví, o svém původu, o věcech osudových i neosudových a o Vánocích. „Já Vánoce moc rád nemám, protože jsem prožil dvacet let Vánoce, kdy nás doma hodně chybělo a o Vánocích to bolelo nejvíc a máma vždycky v noci tajně brečela...“ Rozhovor s touto osobností rozhodně nepřehlédnete.

Čas kouzel, zázraků a andělů 24**I-ťing** 25**Co je to, když se řekne...** 26**Příběhy Patricie Anzari** 27**Pohoda - společnost pro život postižených lidí** 28**Iridiologie** 29**Rady bylináře Bodláka** 33**Vstávej semínko** 33**Voňavá praxe** 34**Alternativní medicína** 35**Astro zdraví** 37**Hvězdné hrátky Ljuby Skořepové** 37**Přečetli jsme za vás** 38-39**Horoskop na leden** 40