

Aktuality 2-3

Téma: Magie ženství 4-8



Žena je věčné téma, jak pravil již klasik. Máme se na ní dívat jako na ženu, matku či milenku. Je více tím či oním? Magie ženství, magie mateřství ani magie sexuality se nedá shrnout do několika stran časopisu, dokonce ani do několika knih a na její pochopení byste spíše potřebovali několik životů. Nicméně jsme se pokusili tuto problematiku nahlédnout z několika úhlů pohledu i doporučit vám pár knih k lepšímu pochopení.

Stránka pro diabetiky 9

Ajurvéda 10

Lékař radí 11

Inspirace z přírody 12

Hubněte zdravě a trvale 14-15

Také jste již opět po prázdninách přibrali a žádná zázračná dieta nepomohla? Možná jste na to šli ze špatného konce. Chyby i přednosti běžných redukčních diet i cestu z tohoto začarovaného kruhu vám ukážeme v zářijovém čísle Regeny.

Domácí porody 17

Makrobiotika 18-19

Zdravá výživa 19

Rozhovor s Františkem Nedvědem 20-21

Zpěváků na které chodí desítky tisíc lidí a kteří jsou schopni vyprodat největší stadion světa asi žádná země nemá mnoho. U nás se jím říkalo bratři Nedvědi. Jenomže bratři Nedvědi nejsou srostlá siamská dvojčata, ale jak se po létech ukázalo, dvě svébytné a odlišné osobnosti, kteří se nakonec rozhodli jít každý vlastní cestou. A jak se daří tomu mladšímu z nich? Na to jsme se přišli zeptat Františka Nedvěda osobně.



Bylinářovy rady na srpen 22-23

Vstávej semínko 22

Přírodní kosmetika 23

Náboženství a filozofie 24

Bible zdravé výživy 25

Psychologie 26-27

Dnes poprvé v rubrice psychologie otevíráme poradnu sexuologa. Přivítáme i vaše dotazy a podněty na toto téma.

Poradna MUDr. Hrušovského 28

Cvičte s Regenou 29

Regena servis 30-31

Iridiologie 32

Grafologie 32

Aromaterapie 33

Terapie tancem 34

Příběh léčitelky Lopourové 35

Knihy pro volný čas 37-38

Astrologie 39



Druhou část zajímavého rozhovoru se Šárkou Kubelkovou o jejím zajímavém pořadu „Věštitelka“ uvádíme v rubrice astrologie. O pozadí celého pořadu i o osobních zkušenostech hlavní protagonistky čtete na straně 39.

Horoskopy 40