

Zaujalo nás – Regena informuje 2 – 3

Téma měsíce: Těhotenství a mateřství 4 – 7

Nastávající maminky toužebně očekávají okamžik, kdy jejich těhotenství začne být na nich vidět. A mají na své bříško i spoustu otázek. Proč například v poslední třetině těhotenství vypadá břicho většiny maminek, jako kdyby bylo podélně sešité? Tento „šev“ se nazývá linea alba, tedy bílá čára. Název vychází z doby před těhotenstvím, kdy je prakticky neviditelná. Očekává-li žena dítě, podél liney alby se ukládají pigmenty a obarví ji dohněda. Proč se tak ale děje, není vědecky vysvětleno.



Diabetes 9

Inspirace z východu 10 – 11

Lékař radí 12

Matka příroda 13

Životní styl 14

Zelená lékárna 17

Lunární kalendář 2003 18 – 19

Rozhovor se Zorou Jandovou 20 – 21



Před několika lety se známá herečka a zpěvačka ZORA JANDOVÁ úplně vymkla ze své zásuvky a z kulturních rubrik se její jméno na čas přestěhovalo na sportovní stránky. Prorážila na poli, které není určeno slavným herečkám a zpěvačkám, a kam se neupírají zvědavé objektivy kamer – stala se mistryní tai-chi a nejúspěšnější ženou tohoto oboru v dějinách naší republiky.

Světová náboženství a filozofie 22 – 23

Mezi čerstvé kandidáty nejpůsobivějších staveb jedenadvacátého století se vedle ultramoderního kostela ve Vyšnom Sliachi, o němž jsme psali v prosincové Regeně, řadí i další slovenský svatostánek – Nejsvětější Trojice v Bešeňové. Po Sliachi je to druhý architektonický klenot, který vyrostl v blízkém sousedství a na jehož výzdobě interiéru měl opět tu čest se podílet známý český výtvarník ZDENĚK HAJNÝ.



Staroegyptské rituály krásy 24

Radí zvěrolékař 26

Rady psychologa 27

Poradna MUDr. Hrušovského 28

Cvičte s Regenou 29

Regena servis 30 – 31

Aromaterapie 33

Novoroční ordinace 34

Rok 2003 z pohledu numerologa 35

Listárna 36

Z knihovny Pragma + VÁNOČNÍ SOUTĚŽ 37

Sexuální cestování zvěrokruhem 38

Hvězdné hrátky Luby Skořepové 39

Kaleidoskop kuriozit 40