

23 května 2003

Zaujalo nás – Regena informuje 2 – 3**Aktuální téma: Kardiovaskulární poruchy** 4 – 5

Srdce je nejdůležitějším svaelem v těle a proto stojí za to věnovat mu trochu pozornosti. Pokud je váš minutový tep pod šedesát, funguje vaše „pumpa“ života správným tempem, jestli je ale vyšší než osmdesát, měli byste se vážně zamyslet nad vašim životním stylem a jídelníčkem.

**Téma měsíce: Zdraví na cestách** 6 – 8

Představy o tom, jak co nejlépe strávit léto, mohou být různé. Je to období dovolených a prázdnin, které si každý přeje prožít jinak. Někdo se těší na chalupu, do přírody, jiný se chystá na cestu za exotikou a mnozí jedou i za mořem s ozdravným záměrem. Můžete se inspirovat, stačí nalistovat...

Diabetes 9**Inspirace z Východu** 10 – 11**Lékař radí** 12**Matka příroda** 13**Životní styl** 14 – 15**Na návštěvě** 18 – 19

Máte málo času? Chcete být stále v pohodě? Jste stresovaní? Trápí vás deprese, únava? Zastavte – STOP! Čeká na vás SOLCOR. Jedinečná zařízení dobijí vaši energii, zlepší váš výkon, odhalí slabá místa vašeho organismu a vylepší vaši imunitu.

**Rozhovor s Gabrielou Belopotockou** 20 – 21

Konec dvacátého století a druhého tisíciletí vedl často k prognózám, zda ta či ona oblast přežije. V souvislosti s tím byly slyšet i pesimistické úvahy o budoucnosti šíření literární tvorby... „Ačkoli má kniha velkou konkurenci v podobě snadno dostupných textů v digitální podobě – zejména prostřednictvím internetu – o její osud se nebojím,“ tvrdí i dnes jedna z nejúspěšnějších manažerek knižních nakladatelství Gabriela Belopotocká.

Generologická poradna 22**Náš host** 26 – 27**Zelená lékárna** 28**Tarotový seriál** 29**Regena servis** 30 – 31**Hubneme do plavek** 34 – 35

Obezita není moc hezké slovo. O jeho obsahu nemluvě. A navíc, jak říkal Šimek s Grossmanem: „*Nejhorší je, když je někdo obézní a ještě k tomu tlustej...*“

**Rady zvěrolékaře** 36**Z knihovny Pragma** 37**Ezoterická apatyka** 38**Astromedicína** 39**Sexuální cestování zvěrokruhem** 40