

Zaujalo nás – Regena informuje 2 – 3

Téma měsíce: Menu budoucnosti 4 - 8



Každý člověk ovlivňuje svůj fyzický stav tím, co sní, vypije a jak se pohybuje. Každý z nás je totiž bez výjimky originál, všichni máme jedinečný imunitní systém, originální krevní skupinu, zažívací systém, hormonální metabolismus.

Vyjděte vstříc svému organismu a on se vám ve velmi krátké době odmění...

Diabetes 9

Inspirace z Východu 10 – 11

Lékař radí 12

Matka příroda 13

Životní styl 14 – 15

Na návštěvě u Zdeňka Hajného 18 – 19



Galerie Cesty ke světlu Z. H. je přes své relativní mládí již uváděna v odborné literatuře jako významná pražská památka. Není to ani náhoda, ani módní výkřik. Jako vždy, i tady stojí za trvalou hodnotou talent, pracovitost a ochota naslouchat inspiraci z Universa.

Rozhovor s Antonínem Panenkou 20 – 21

Kdopak by neznal fotbalového básníka dvacátého století... V dobách největší slávy byl mistrem překvapivých okamžiků. Řečeno s nadsázkou – jeho lišácky kopnutá penalta ve finále evropského šampionátu v Bělehradě vešla do dějin se stejnou samozřejmostí jako nejlepší činy Karla IV. nebo sametové revoluce. Ne každý si ten vydařený kousek z r. 1976 ovšem pamatuje, proto není od věci nalístovat stranu dvacet až dvacet jedna.



Z ordinace veterináře 22

Zelená lékárna 25

Zadáno pro seniory 26 – 27



Zvládnout přibývajících roky a s nimi i přicházející zdravotní potíže není pro žádného člověka jednoduché. Stejně tak neexistuje všeobecně použitelný návod, jak se se stářím vyrovnat. V obecné rovině lze však souhlasit s poučkou, že člověk je tak starý, jak se cítí a do jaké věkové skupiny se sám zařazuje.

Generologie 28

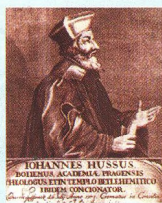
Tarotový seriál 29

Regena servis 30 – 31

Léčivé účinky hub 33

Světová náboženství a filozofie 34 - 35

Připomeňme si, že mistr **JAN HUS** kráčel při své poslední cestě (**šestého července 1415**) s hlavou vztyčenou. Ani poputná papírová čepice s obrazy ďáblů mu na důstojnosti neubírala – on svůj proces vyhrál. A nic na tom nezměnilo ani rozhodnutí církevního koncilu, který jej pro jeho myšlenky odsoudil k upálení. Ani strašný trest jej nepřiměl k odvolání svého učení.



Aromaterapie 36

Z knihovny Pragma 37

Ezoterická apatyka 38

Astromedicína 39

Sexuální cestování zvěrokruhem 40