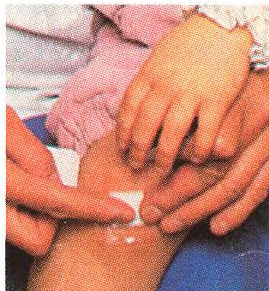


Astma

2

Úrazy

4



Úbytek kostní hmoty nezpůsobuje žádné vnější symptomy, takže nemoc bývá zjištěna až tehdy, když se projeví její významná ztráta. Žena vůbec neví, že trpí osteoporózou, dokud

se jí při nepatrné nehodě nezlomí kost, často v zápěstí nebo v kyčli...

Inspirace z Východu

10

K zamyšlení

11

Lékař radí

12

Oběhové potíže

14

Zdravotní cvičení

16

Strava podle krevních skupin

18

Lidé, co se stravují podle své krevní skupiny, se cítí celkově lehčí a aktivnější.

Brzy se odstraní zažívací potíže, jako pálení žáhy, říhání, nadýmání, průjem či zácpa, může dojít k úpravě tělesné hmotnosti, přestanou bolet klouby...

**Rozhovor****s RNDr. L. Oliveriusovou, CSc., odborníci na výživu**

20

Ve výživě se bude dávat přednost kvalitě před kvantitou. Budeme si vybírat kvalitní potraviny a v malém množství tak, abychom si pochutnali a přitom jedli nutričně bohatě a organismus zásobili esenciálními látkami...

**Zdravý životní styl**

22

Grafologie

25

Dieta ze South Beach (5)

26

Makrobiotika

28

Mykologie – hnojník

29

Regena servis

30

Hypotetická bioenergie (2)

34

Protiklady v lidské povaze (2)

35

Magie života (3)

37

Nabídka z knihovny Pragma

38

Astrologicko-indiánský drak

39

Aromaterapie – cypřiš

40