



Aktuálně	2	Zdravý životní styl	22
Péče o vlasy a pokožku	4	Alergie a biomechanika	24
Pokožka a vlasy jsou na první pohled nejvíce vidět. Proto je důležité, aby náš vzhled byl takový, po jakém toužíme. Pokud s ním budeme spokojeni, pak i naše vystupování a jednání bude podle toho vypadat. Je jen na nás jakým způsobem budeme o svůj vzhled pečovat...		Grafologie	25
Inspirace z Východu	10	K zamyšlení	26
Léčivé plody z jihu	11	Otvírání energetických center	28
Lékař radí	12	Nepodceňujte období těhotenství a porodu	29
Žena po porodu (2)	13	Během prvních 8 týdnů těhotenství se vytváří základy všech orgánů nového človíčka. Když dojde u nastávající maminky k šoku, traumatu apod., může se to odrazit na dalším vývoji dítěte.	
Nakolik zdravé bylo stravování našich pradávných předků?	14	Regena servis	30
Dietetika	16	Léčení magnety	32
Léčivá síla nimby	19	Zelená lékárna	33
Ženské klenoty	20	Magie života (7)	34
„Pokud si žena nedokáže vážít sama sebe a těšit se ze sebe, nedokáže dát šanci na lepší život ani dětem, které nosí pod srdcem a jimž dává život. Být ženou je nesmírná odpovědnost, jíž bylo dosud věnováno málo pozornosti, říká švýcarská sexuoložka		Protiklady v lidské povaze (10)	35
Maitreyi D. Piontek.		Měsíční kámen – ochránce žen	36
		Nabídka z knihovny Pragma	37
		Pohybový aparát	38
		Sluneční pasti a zajímavé tvary záhonů.	40