

OBSAH

Homeopatická pomoc pro školáky (Marie Valášková)	2
Zvířata – co o nich víme (MUDr. Výmola, Ph.D.)	3
Domácí společníci mohou ohrozit páničky (Anna Vějvodová)	4–5
Správné jídlo nastartuje mozek (Miluše Vrtílková)	6–7
Tekuté zlato léčí lidi i zvířata (V. Ďurina)	8
Novinky ze světa medicíny	9
Inspirace z Východu	10
Čas je tvůj život, nepromarni ho	11
Nádorová prevence v praxi (Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, Dr.Sc.)	12
Italská kuchyně není jen pizza	13
Poradna andělské terapie (Judita Peschlová)	14
Rodinné konstelace (Jan Bílý)	15
Uspokojení potřeb jako zdroj síly (Ing. Vojtěch Lust)	16
Švestky: Chutnají i léčí	18
Esence zvířat (Pavel a Táhna Kaiserovi)	19
Žhavá a dynamická Bikram jóga (Anna Vějvodová)	20–21
Mišpule obecná (Jarmila Teplíková)	22–23
Umění šetřit potraviny (Ota a Petra Reissovi)	24
Můžete být štíhlí jako Francouzi	25
Český Matrix VIII. (MUDr. Josef Hrušovský)	26
Naslouchání (Břetislav Nový)	26
Posvátná místa buddhismu	27
Panny a panáči (Boris Jaroš)	29
Dítě má právo na zdraví i štěstí (O. Kalinová)	31
Vztah člověka a zvířat (Boris Tichanovský)	32
Feng – šuej dnes a tady	33
Nové souvislosti v léčení I. (Ing. Hana Bláhová)	34–35
Mami, kup mi zvířátko	36
Novinky z knihovny Pragma	37
Jóga – protažení prsních svalů (J. Poupětová)	38
Dá se ve škole obědvat? (Anna Vějvodová)	38
Zelená lékárna (Jaroslav Našinec)	40

ČASOPIS PRO ZDRAVÍ
A ALTERNATIVNÍ LÉČENÍ
XVIII. ročník • číslo 9

2008

REGENA

září

Domácí společníci mohou ohrozit páničky

4–5

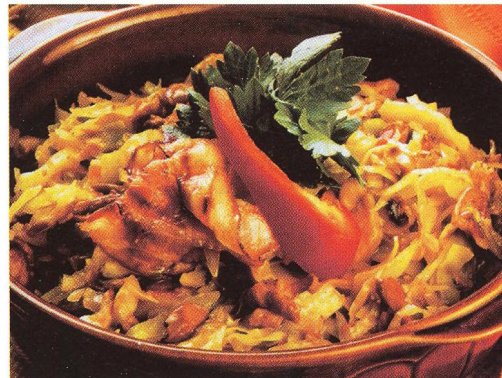
V soužití se zvířaty musíme dodržovat přísnou hygienu – spektrum infekcí, přenášených ze zvířat na lidi, je poměrně široké. V souvislosti s oteplováním cizopasnici mění biotop.



Italská kuchařka není jen pizza

13

Uvažte si po návratu z dovolené v Itálii jídlo, které vám tolik chutnalo. Italská kuchyně vznikla z kuchyní regionů a její základní charakteristikou jsou jednoduchost a nápaditost.



Švestky chutnají i léčí

18

Letošní úroda švestek je opravdu bohatá. Modré plody léčí celou řadu zdravotních potíží a obsahují mnoho minerálních látek.



Žhavá a dynamická Bikram jóga

20–21

Poznejte speciální druh jógy, která se cvičí v podmínkách odpovídajících Indii. Slavný šampion Bikram vybral 26 poloh a dýchací cvičení pro jedince stížené civilizačními chorobami.

