



6

ROZHOVOR

Terezie Kovalová



10

AKTUÁLNĚ

Umíte se správně chovat u vody?



74

BYLINKA pro zdraví

ROZHOVOR

6 Terezie Kovalová

Mladá dáma, která by charisma mohla rozdávat!

AKTUÁLNĚ

10 Umíte se správně chovat u vody?

ZDRAVÍ

16 Laboratorní testy

Co o vás prozradí a proč jsou potřebné.

20 Nenechte se schvátit vedrem

Hrozí v letních vedrech více infarktů?

24 Co všechno dokáže kůň!

Lidé a koně už po staletí patří k sobě. Pomáhají si a potřebují se.

Člověk ale potřebuje koně více než kůň člověka.

30 Jak poznat zánět dásní a jak se vyhnout parodontitidě?

34 Antikoncepci vybírejte pečlivě!

DĚTI

40 Průjem u dětí: Nemoc, či příznak?

Měkká nebo řídká stolice provází mnohá onemocnění, třeba obyčejnou virózu, ale může být důsledkem antibiotické léčby nebo i otravy. Proto je nutné průjem nepodcenit a vždy raději vyhledat lékaře.

43 Dětský kaleidoskop

KRÁSA

44 Nohy jako z alabastru

Trápí vás ztvrdlá kůže, kuří oka a nevábne popraskané paty? Chybí jim důkladná péče!

46 Kosmetický kaleidoskop

VÝŽIVA

48 TĚMA POD LUPOU: HOUBY – lahůdka, která dodá vaření šmrnc

52 S vařečkou v ruce

Režisér, herec a podnikatel Tomáš Magnusek

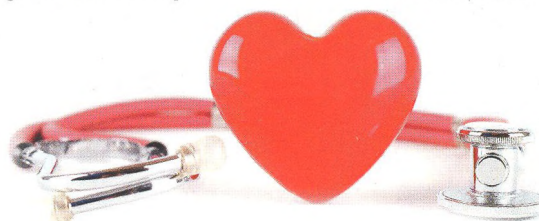
54 Využijte příjemné počasí a vyrazte na piknik!

58 Modrofialové menu

14

ZDRAVÍ

Co je nového



srpen

ZDRAVÍ

66

CESTOVÁNÍ

Na Lipno za sportem
i olympiádou



70

PSYCHOLOGIE
Psychologie barev



POHYB A RELAXACE

62 Udělejte si posilovnu v obýváku!

Pokud opravdu cvičit chcete,
o posilovnu nemusíte ani zavazovat.
Stačí jen využít všechno, co najdete
kolem sebe.

66 Na Lipno za sportem i olympiádou

69 Wellness zápisník

PSYCHOLOGIE

70 Psychologie barev

Způsoby, kterými barvy ovlivňují náš
život

73 Zápisník psychologie

48

TÉMA POD LUPOU

Houby



OSTATNÍ RUBRIKY

- 3 Listárna
- 14 Co je nového
- 27 Naturkoutek
- 28 Poradna
- 74 Bylinky
- 78 Tipy do knihovny
- 79 Homeopatie

58

RECEPTY
Modrofialové menu

