

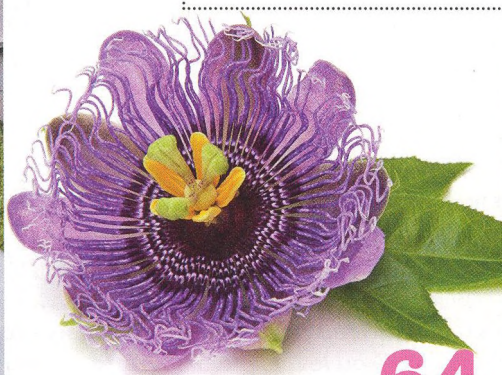


6
ROZHOVOR
Jitka Boho

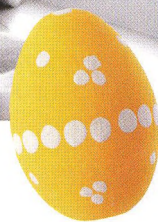
14
CO JE NOVÉHO

36

DĚTI
Nebezpečí číhá i doma!



64
Wellness zápisník



ROZHOVOR

6 Jitka Boho

Je důležité nebrat se příliš vážně!

AKTUÁLNĚ

10 Jaro je tady a s ním i sezona klíšťat!

Pokud jde o klíšťovou encefalitidu, držíme v Evropě v počtu prodělaných případů prvenství.

ZDRAVÍ

16 **DIAGNÓZA** CHOLESTEROL

22 Proč diety nefungují a čím je nahradit?

26 **TÉMA POD LUPOU**

Nejčastější varovné signály těla

30 Plísňe – nezvaní hosté ve vaší domácnosti

Jak je porazit?

DĚTI

36 Nebezpečí číhá i doma!

Jakmile se vaše dítě samostatně pohne z místa, eliminace rizik by měla být první věcí, na kterou se musíte soustředit.

38 Dětský kaleidoskop

KRÁSA

40 Jak se vyznat v kosmetice

Víte, co obsahují přípravky na vaší poličce v koupelně nebo v kosmetické taštičce?

44 Kosmetický kaleidoskop

VÝŽIVA

46 Zdraví na talíři

Dopřejte si zelené potraviny!

50 S vařečkou v ruce

Luboš Xaver Veselý, moderátor, novinář, spisovatel, herec a hudebník

52 Velikonoční inspirace

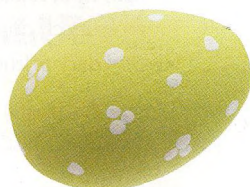
Pusťte jaro do své kuchyně a oživte tak i svůj jídelníček!

POHYB A RELAXACE

56 Cvičit, nebo necvičit v těhotenství?

60 Jarní výlet kolem Světa

Cestu kolem světa si může dovolit málokdo. Kolem Světa ji zvládne každý.





60

CESTOVÁNÍ

Jarní výlet kolem Světa

64 Wellness zápisník

PSYCHOLOGIE

66 Krize středního věku

Někdo ji nikdy nepocítil, jiný se s ní trápí už od pětácti. Krize středního věku nedostihne každého.

70 Příběh

Jak americký neurochirurg indického původu Pål Sudhir Arul Kalanithi bojoval se zákeřnou nemocí.

OSTATNÍ RUBRIKY

- 3 Listárna
- 14 Co je nového
- 20 Poradna
- 72 Naturkoutek
- 74 Bylinky
- 77 Homeopatie
- 78 Tipy do knihovny

74

BYLINKY
pro zdraví



52

RECEPTY

Velikonoční inspirace



56

POHYB A RELAXACE

Cvičit, nebo necvičit v těhotenství?

