

JEDNO VELKÉ KLUZIŠTĚ

34

Pro lékaře traumatology je první snůh symbolickým otevřením sezony. Jak bychom jim mohli ušetřit práci?



46

CHYŤTE ŠTĚSTÍ
ZA PAČESY

Štěstí se usměje zpravidla na ty, kdo je dokáží v pravý čas rozpoznat a zachytit. Máte-li je na dosah ruky, neváhejte a jednejte!



54

NEJEN VYŠŠÍ IQ

Jod má v našem těle nezastupitelnou funkci. Je nezbytný pro tvorbu hormonů, které řídí náš duševní i fyzický vývoj.



64 NEMAJÍ TO LEHKÉ

Každého muže čeká v životě pár těžkých období doprovázených krizí a také menšími či většími změnami osobnosti.



NEZVANÝ HOST

28

Přichází rok co rok a snad každý už s ní máme zkušenost. Chřipka je nepřijemná, ale může být i nebezpečná.

LIDÉ

- 12 Rozhovor s Ivetou Bartošovou
- 26 Anketa: Co pro vás znamenají Vánoce?
- 32 Osudy hvězd: Zbožňuji Mel
- 50 Na návštěvě u Emílie Vášáryové
- 62 Příběh: Spisovatelka nebo kartářka?
- 68 Ze společnosti
- 74 S vařečkou v ruce Michaela Dolinová

NA AKTUÁLNÍ TÉMA

- 18 Nesladký život diabetiků
- 22 Zákaz mlsání!
- 24 Jak přežít Vánoce
- 28 Nezvaný host
- 34 Jedno velké kluziště

PÉČE O DÍTĚ

- 36 Dítě a my
- 38 Já to chci!
- 40 Malý neposlucha

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 8 Citlivá zóna
- 10 Pro krásná prsa
- 42 Krásné a bílé
- 44 Poradna
- 54 Nejen vyšší IQ
- 56 Nemoc pod lupou: Bipolární porucha
- 86 Fytoterapie: Šalvěj

ŽIVOTNÍ STYL

- 46 Chyťte štěstí za pačesy
- 58 Netradiční terapie: Když klaun léčí
- 60 Beze slov
- 64 Nemají to lehké
- 72 Devět kroků k dokonalé postavě

VÝŽIVA A RECEPTY

- 66 Léčivé i chutné
- 70 Vínečko rudé
- 82 Recepty: Už voní purpura

ZÁBAVA A POUČENÍ

- 78 Test: Víte dost o sexu?
- 84 Cvičení
- 88 Soutěžte s námi
- 89 Křížovka