

LIDÉ

- 5 Čtyři otázky pro Tinu Pletánkovou
- 10 Rozhovor s Michaelou Kuklovou
- 13 Společnost
- 20 Anketa
- 34 Osudy hvězd: Nicholas Cage
- 54 Příběh: Cestovatel Jiří Hanzelka
- 60 Na návštěvě u profesora Pavla Klenera
- 52 Vánoce a slavní

NA AKTUÁLNÍ TÉMA

- 14 Zubař není strašák
- 18 Vlastní nebo umělé
- 24 Kašel je únavný společník
- 26 V zimě myslete na léto – očkování
- 30 Blýská se vám v očích?
- 32 Úraz – blesk z čistého nebe
- 38 Úklid uvnitř těla
- 62 Vanilkovým rohlíčkům neodolám

PÉČE O DÍTĚ

- 42 Autismus – zvláštní svět
- 44 Dětský kaleidoskop
- 46 Strasti školou povinných

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 6 Pleť v zimě
- 8 Tipy a triky
- 36 Med pro zdraví i krásu
- 40 Jak relaxovat
- 64 Poradna
- 76 Fytoterapie se jmelím

ŽIVOTNÍ STYL

- 56 Muži a zdraví
- 66 Alkohol – medicína, nebo nepřítel?
- 74 Sex
- 84 Cvičení
- 82 Nebud'te obětí pořádku

VÝŽIVA A RECEPTY

- 22 Ovoce jinak
- 28 Bylinkové čaje
- 68 Vůně plná Vánoc
- 70 S vařečkou v ruce
- 78 Recepty na vánoční stůl
- 86 Houby

ZÁBAVA A POUČENÍ

- 48 Co ještě nevíte o Vánocích
- 72 Test: Snít nestačí
- 88 Soutěžte s námi
- 89 Křížovka