

## NÁŠ TEST

### Symbol zdraví?

V oříško-čokoládových pomazánkách výrazně dominují pouze cukry a tuky.

str. 4

### Pro klidné spaní

Do čeho nasypeme peří? Přece do sypku...

str. 12

## TEST

### Na čem uvařit?

O elektrických sporácích se soudí, že patří spíše ke „žroutům“ elektrické energie. Jaká je skutečnost?

str. 18

## INFORMAČNÍ SERVIS

### Rádce nad zlato?

str. 26

## ZDRAVÍ

### Netrénujte na sladké

Sacharidy ve výživě dětí

str. 10