

# OBSAH



## ► 54 Jak emoce ovlivňují zdraví

Veselá mysl – půl zdraví. Platí to ovšem i naopak. Splíny a smutek na nás působí také. Emoce prostě mají na náš organismus větší vliv, než jsme si ochotni připustit. „Všechny pocity, pozitivní i negativní, se nějak odrážejí na našem zdraví či na tělesných pochodech,“ říká psycholožka Laura Janáčková.



## ▲ 60 Můj mediální obraz mi leze krkem

Milovaná i proklínaná. A věčně rebelující. Spisovatelka Irena Obermannová není typem ženy, který by skláněl hlavu a šel s davem. A pokud jde o rovná práva žen, stává se z ní neohrožená bojovnice. Jak to bylo s její *Tajnou knihou* o románku s Václavem Havlem?

## ▼ 66 Každé vítězství může být prohrou

Pracovního úspěchu dosáhla ve věku, kdy se jiní herci teprve dostávají do povědomí. V divadle Petra Špalková hraje od svých pěti let, a oč dřív začala, o to dřív také přišlo vyhoření. Jak se s tím vypořádala? A jakou roli má ve filmu *Po strništi bos?*



## 38 Proč stále hůř vidíme

Do dálky dnes špatně vidí na světě až 2,3 miliardy lidí. Podle očníků je krátkozrakost novou epidemií. Zrak ale přitom nemáme o moc horší, než měli naši předci. Co se s tím dá dělat? A jak oddálit zhoršení zraku?



## ▲ 46 Létající odkaz hrdinů RAF

Nadšený příznivec Královského letectva a propagátor odkazu československých exilových letců Richard Santus si splnil sen. Z Anglie zakoupil stroj s označením De Havilland DH-82 Tiger Moth, což je historický skvost, na kterém létali i naši piloti za druhé světové války ve službách britské RAF.