



4



10



14



62



32

EDITORIAL

1

ROZHOVOR

Jiřího Vlastníka s Václavem Neckářem, legendou české písničky 3

Zuzany Mackové s Pavlem Taussigem, filmovým historikem a naším stálým autorem 24

Věry Hlouškové s Petrem Urbanem, českým sáňkařem, reprezentantem a kreslířem 36

Věry Hlouškové s Ing. Marií Kousalíkovou, náměstkyní primátora Prahy pro oblast školství, vzdělávání a volný čas 42

AKTUALITY A TIPY

8

KULTURA

Pavel Taussig: Báječní muži s klikou – Loučení 10

Jiří Vlastník: Portréty slavných – Gary Cooper 38

Ondřej Suchý: Hvězda mého života – Jarmila Veselá 52

OPERA

Jiří Vlastník: Rozhovor s Rudolfem Krečmerem, ředitelem Státní opery v Praze 28

ANTI-AGING PRO MOZEK

Paměť a její procvičování 14

UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU

na Slezské univerzitě 16

FINANCE

Ing. Petr Šafránek: Pozor na neuvážené půjčky 32

UMĚNÍ STÁRNOUT

Jan Srnec a Eva Dragomirecká:

O odpoledni života – 2. část 34

ZDRAVÍ

Co přináší pacientům systém integrované péče 20

O úzkosti a strategii obrany 22

Česká asociace pro speciální potraviny – nový objev: 22

omega 3 mastné kyseliny brání propuknutí senility 48

Canisterapie a asistence

LADY 50+

móda pro moderní ženu 56

KRÁSA

58

NAŠI KAMARÁDI

Zuzana Trankovská: Hovory psí - „Mixteriér“ 50

ZÁBAVA

Křížovky 47, 59

Sudoku 64

Valentýnská soutěž 41

RECEPTY

Lákové rybí variace: S lososem nikdy nechybíte 62