

OBSAH

PODĚKOVÁNÍ	9
EFEKT BIOFILIE	17
<i>„Máme kořeny a ty rozhodně nevyrostají z betonu.“</i>	
CO HILDEGARDA Z BINGENU NEMOHLA VĚDĚT	20
<i>Jak rostliny komunikují s naším imunitním systémem a starají se tak o naše zdraví</i>	Šepot listů – umí rostliny vůbec komunikovat? 22 Zpráva rostliny imunitnímu systému: „Více zabijáckých buněk a protirakovinové munice“ 27 Praktické rady: Jak chránit svůj imunitní systém v lese 36 Joker: Fantazie a atmosféra lesa 41