

ZDRAVÍ

červen

- 8 **Aktuální téma**
Naslouchejte svému tělu
aneb **Aby bedra nebolela**
- 12 **Rady pro zdraví**
Jak nemít v létě kvasinkové
infekce
- 16 **Rozhovor**
Módní návrhářka Denisa
Dovalová
- 20 **Zdravý životní
styl**
Zdravé zuby podpoří
dentální hygiena
- 24 **Diagnóza**
Operaci šedého zákalu
neodkládejte
- 30 **Pod lupou**
Nemoci cév postihují
většinu populace západního
světa

ABYCHOM BYLY KRÁSNÉ

- 34 **Éterická víla i rebelka**
Právě tak může vypadat líčení
tohoto léta.
- 38 **Kosmetický kaleidoskop**

NAŠE DĚTI

- 40 **Kam s dětmi o letních
prázdninách? Tábor,
babičky, nebo chůva?**
- 44 **Kaleidoskop**

ZDRAVÍ NA TALÍŘI

- 46 **S vařečkou v ruce**
Alena Klenot, vizážistka
celebrit a spisovatelka
- 48 **Jídelníček nejen pro
diabetiky**



16

ROZHOVOR
Módní návrhářka
Denisa Dovalová



6

CO JE NOVÉHO

79

HOMEOPATIE



60

POHYB A KONDICE
Wellness zápisník

52

ZDRAVÍ NA TALÍŘI

Červen
v červeném



56

POHYB A KONDICE

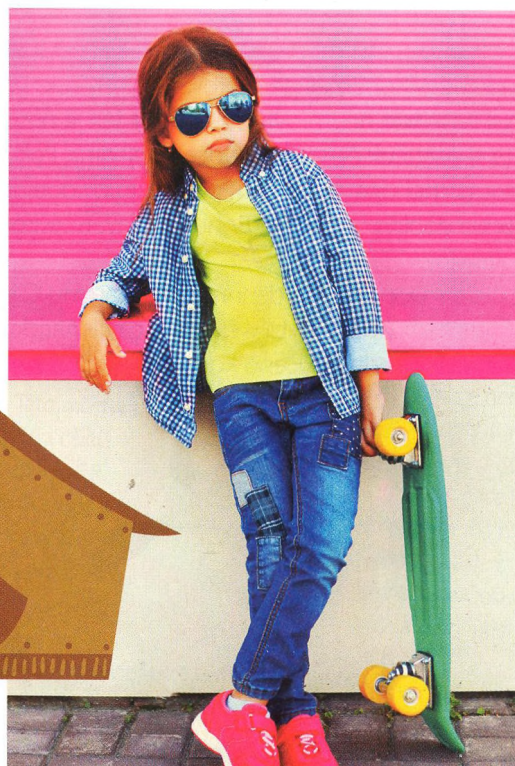
Jezdit na kole je radost



40

NAŠE DĚTI

Kam s dětmi o letních
prázdninách? Tábor,
babičky, nebo chůva?



52 Červen v červeném

Sladká snídaně, teplý oběd
i lahodný dezert – a k tomu
všemu červená barva
podporující chuť k jídlu!

POHYB A KONDICE

56 Jezdit na kole je radost

60 Wellness zápisník

62 Zdraví na cestách:

Garibaldiho Caprera

ZDRAVÍ Z PŘÍRODY

66 Naturkoutek

68 Fenykl je koření i lahodná
zelenina

PSYCHOLOGIE A VZTAHY

70 Skutečný příběh

74 Několik rad pro dovolenou
bez nervů

OSTATNÍ RUBRIKY

3 Listárna

6 Co je nového

28 Poradna

78 Tipy do knihovny

79 Homeopatie

68

ZDRAVÍ Z PŘÍRODY

Fenykl
je koření
i lahodná
zelenina

