

ROZHOVOR

Blanka Bohdanová, herečka a malířka 6

KULTURA

Z. Procházková: Filmový milovník Otomar Korbelář 12
 J. Vlastník: Hvězdy hudebního nebe (5) 14
 Seriál Miloně Čepelky 15
 Adventní koncerty 20
 Výstava ZČG Plzeň: Sbírký a sběratelé 1600–1960 21
 Knižní tipy 38

TÉMA

Deklarace české šlechty (6) 16
 Mistr uměleckého řemesla Jiří Hotař 26
 P. Voldán: Postřehy z Finska 28

SPORT

V. Zápotocký: Václav Nedomanský v síni slávy NHL 22
 Poslední vítěz soutěže Coupe Internationale 23

VZDĚLÁVÁNÍ

Klub Aktiv České Budějovice 34
 Kurz pro seniory jak ovládat chytrý telefon 37
 Klub přátel Muzea hl. m. Prahy 40

ZDRAVÍ

Lázně Třeboň – skvělý dárek 42
 Nebezpečí pneumokokových infekcí 44
 Zákeřná chřipka 46
 Virová hepatitida typu C 49
 Cvičení na židlích v domácnostech 50
 Co dělat pro kvalitní spánek 51
 Bylinky pro podporu funkce vnitřních orgánů 52

PORADNA

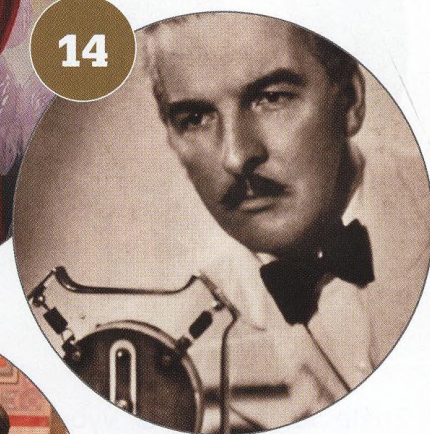
Kosmetická poradna 53
 Poradna VZP 56
 Poradna ČSSZ 58
 Právní poradna 59
 Psychologická poradna 63

KŘÍŽOVKY A KVÍZY

60



6



14



20



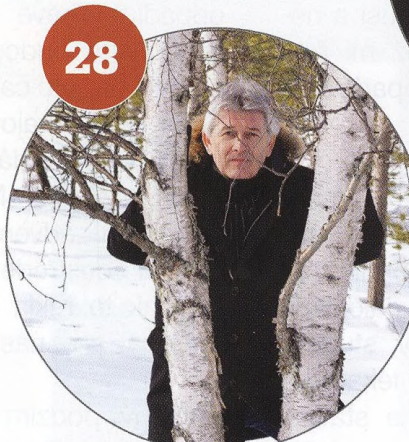
21



23



26



28