

Obsah

- 8** Buďme zdraví – jak to udělat?
- 14** Chcete podpořit imunitu? Uvařte si dobrotu!
- 20** Konopná rostlina historie a současnost.
- 26** Jak může CBD pomoci při posílení imunity?
- 28** Konopné semínko – všelék i zdravá pochoutka!
- 30** Jak využít léčebné vlastnosti konopí – mast, tinktura, extrakt.
- 34** Léčebné konopí můžeme zařadit i do jídelníčku.
- 36** Léčivá rybí pomazánka od tety Nadi.
- 38** Pěstování vlastního konopí.
- 46** Proč konopí léčí?
- 48** Léčivé účinky konopí.
- 50** Kolik, čeho, jak často? Hlavně opatrně!
- 52** Konopí ANO nebo NE?
- 54** Konopí v České republice.
- 56** Jak to funguje v okolních zemích?
- 58** Jak výrobky z konopí skladovat?
- 60** Kdy může konopí pomoci?
- 62** Konopí jako potravina – co všechno se z něj dá připravit?
- 72** Pár receptů, které můžou i léčit nebo přinést úlevu od bolesti.
- 76** Okénko psychologa

