

Z obsahu

Rozhovor s Janem Mendělem 6
Mgr. Věra Keilová

Hurá do bláta
aneb jak nepomáhat virům 9
Eva Joachimová

TÉMA:
NAŠI POTOMCI A NOVÁ DOBA

Vzděláváme děti, ale učme
se od nich 10
Mgr. Martina Vrbická

Akupunktura pro dospělé
i pro děti 13
Mgr. Věra Keilová

Výchova a vzdělávání dětí
s ADHD a ADD 14
Milena Králová

Když děti vidí bez použití očí 18
Zdeňka Řepková

Děti a technologie 20
PhDr. Michaela Vítečková, Ph.D.

Vztahy jako zrcadlo duše 22
Sylvia Salow

Kopřivče 26
Václav Větvíčka

Vše plyne, vše se mění... 28
Ing. Jarmila Průchová,
Jaroslav Průcha

Píseň mého srdce 30
Ing. Jiří Mazánek

Nemoc hodných lidí: rakovina 32
PhDr. Petr Novotný

Mapy pro život 34
Mgr. Jitka Větrovská

Jak je to s tím cholesterolem? (5) 36
MUDr. Ludmila Eleková

Jak odstranit příčiny problémů 40
Mgr. Marie Plochová Hlávková, Ph.D.

Požáry ničí i čistí 42
Mgr. Stanislava Marešová

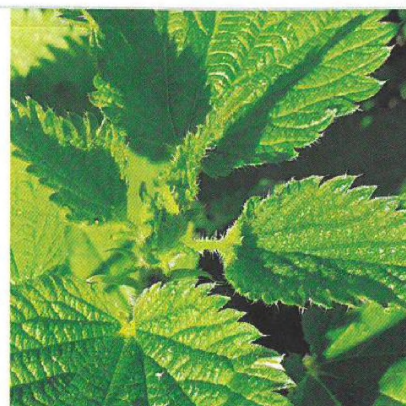
Léčivá síla borovice 43
MgA. Zdeňka Vaculík Erlebachová

Babské rady prof. Strunecké
při pandemii 44
prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.



Téma: Naši potomci a nová doba 10

V dětech je naše naděje i budoucnost a sama příroda to zařídila tak, že pro ně chceme to nejlepší. Jenže je tím nejlepším také náš současný způsob života plný stresu a chemických zátěží v životním prostředí? Další generace budou muset toto vše přehodnotit, a jak se ukazuje, jsou na to vybavené, protože jsou prostě jiné. Jak ale dnes celostním způsobem pečovat o zdraví našich dětí? Právě tomu se věnujeme v našem tématu.



Kopřivče 26

Známý botanik Václav Větvíčka se ve svém příspěvku tentokrát věnuje kopřivě dvoudomé, *Urtica dioica*. Je to vytrvalá bylina s podzemními oddenky, kteří všichni důvěrně známe především kvůli kopřivovému jedu. Jde o bezdusíkatou látku pryskyřičného charakteru, vyvolávající při styku s pokožkou „popálení“ a následné svědění. V článku si však připomeneme i její další jedinečné vlastnosti.



Vše plyne, vše se mění... 28

Na to, že nelze dvakrát vstoupit do jedné řeky, tedy že vše kolem nás i v nás se neustále mění, upozorňoval už antický filozof Hérakleitos. Autoři tento princip dokumentují na konkrétních příkladech a vysvětlují také, jak na nás neustále působí vesmírné energie a jak se jejich vliv projevuje v tom, co jíme. Přidávají i pár konkrétních a ověřených rad pro inspiraci.



Požáry ničí i čistí 42

Tvůrce australských květových esencí Ian White měl letos v červnu navštívit Prahu, ale všeobecná situace tomu zabránila. V článku se vrátíme k nedávným ničivým požárům, které postihly Austrálii, naštěstí se však příroda rychle zotavuje. Na snímku je Ian White v Uluru, spirituálním centru Austrálie, kde připravoval esenci Oheř.

Jak je to s cholesterolem: ateroskleróza 36

V dalším dílu svého seriálu MUDr. Ludmila Eleková vysvětluje, co je a jak vzniká obávaná ateroskleróza. Je to proces, při němž dochází k tvorbě plaků na stěnách cév a který může nakonec vést k jejich uzávěru a k vážným zdravotním následkům. Když pochopíme, jak ateroskleróza vzniká, můžeme riziko jejího vzniku aspoň částečně omezit.