

obsah

rozhovor

**TOUŽÍM VYSTOUPIT
Z KOMFORTNÍ ZÓNY...** 4

tipy na výlet

**DO TETÍNA ZA DÁVNOU HISTORIÍ
I MALEBNOU SOUČASNOSTÍ** 7

cestopis

**VIETNAM (3/5)
VÝLET DO DELTY MEKONGU** 8

potomci slavných

**NADŠENEC OLYMPIJSKÉ MYŠLENKY
JÍŘÍ STANISLAV GUTH-JARCOVSKÝ
(1/2)** 10

svět víry

SVÁTEK DUCHA A DOSPĚLOSTI 12

kultura

**I KDYŽ SE NEKONAL SVĚT KNIHY,
KNÍŽEK SI MŮŽETE
PŘEČÍST SPOUSTU** 14

příloha

KLUB RECEPTÁŘE 15

o češtině

VOPICE VOKOUSALY VOVOCE 19

kaleidoskop

**ČTENÁŘI PŘIVÍTALI OTEVŘENÍ
KNIHOVNY S NADŠENÍM** 20

rodina od A do Z

**KANTORY I ŽÁKY PANDEMIE
OBOHATILA** 21

z našich diecézí

SVATÁ HORA OPĚT OTEVÍRÁ BRÁNY 22

záhady české historie

PŘÍLIŠ MNOHO OTAZNÍKŮ 23

kosmetika

**KOMÁŘI SE ŽENILI...
A MY JSME SAMÝ ŠTÍPANEC** 24

zdraví

**CESTU K CELULITIDĚ
SI BUDUJEME OD MALIČKA** 25

čtení

KLAMNÝ SEN O SPOLEČNÉM STÁŘÍ 26

u rodinné plotny

CHLÉB NÁŠ VEZDEJŠÍ... 27

VELKÁ KŘÍŽOVKA O CENY 28

četba

HELMADOE (72) 29

Fotografie na titulní straně: **Pavel Hénik**