

# Obsah

mýty a omyly

## 4 Velký článek o soli

hubnutí a obezita

## 8 Přibývá se z čokolády?

cesty ke zdraví

## 10 Finský zázrak

civilizační choroby

## 11 Rakovina kůže a alkohol

duševní zdraví

## 12 Budujte svou sociální síť

komunikace

## 14 Komunikace – umění naslouchat

závislosti

## 16 Jessica a její příběh

vzdělávání

## 18 Poznávání nejen z učebnic

životní styl

## 20 Také jste stále v poklusu?

člověk a zvířata

## 21 Transporty hospodářských zvířat

evoluce vs. stvoření

## 22 Pštros, největší pták na světě

k zamyšlení

## 24 Jaké bude nebe?

produkty a recepty

## 26 Stravování podle semaforu