

Z obsahu:

rozhovor	
YVONNE PŘENOSILOVÁ: JAK ŠEL ŽIVOT	4
cestopis	
NIKARAGUA – NEOBJEVENÝ POKLAD STŘEDNÍ AMERIKY	6
rozhovor	
RADKIN HONZÁK: „O SVOU DUŠI SE MUSÍ POSTARAT KAŽDÝ SÁM“	8
tip na výlet	
SVATOJÁNSKÉ PROUDY	11
naše historie	
BLÍŽILY SE VÁNOCE, PODIVNÉ VÁNOCE	12
retro okénko	
SIFONOVÉ LAHVE, DURITKY, HLINÍKOVÉ PŘÍBORY – TO VŠECHNO JSME ZAŽILI	14
naše zahrada	
ADVENTNÍ VÝZDOBU DĚLÁME LETOS SVÉPOMOCÍ	16
tajemno	
TAJEMSTVÍ A NEVYSVĚTLITELNÉ JEVY OKOLO KARLOVA MOSTU	18
naše příroda	
ČESKÉ STŘEDOHOŘÍ – DRAHOKAM NA KORUNĚ KRÁLOVSKÉ	20
receptář	
KUŘE POKAŽDÉ JINAK	22
zdraví	
ČEMU VŠEMU ŠKODÍ SUCHÝ VZDUCH	24
kosmetika	
JAK SE CO NEJLÉPE NALÍČIT POD DIOPTRICKÉ BRÝLE	25
poradna	
ODBORNÍK RADÍ: MUDr. Jan Cimický, CSc.	26
ZEPTEJTE SE PRÁVNÍKA	26
poradna	
JINÉ ÚHLY POHLEDU: ZDRAVÍ	27
čtení pro vás	
EVA FILIPOVÁ: NEŘEŠ VRÁSKY, HÝČKEJ LÁSKY	29