

ROZHOVOR

Otázky pro MUDr. Radkina Honzáka 6

KULTURA

J. Vlastník: Hvězda Hollywoodu 12
 Katharine Hepburnová 15
 Seriál Miloně Čepelky 16
 M. Kunzová: Marie Úlehlová-Tilschová 18
 K. Jánoška: Joža Uprka 21
 Kulturní aktuality 21
 F. Novotný: Chvála jara (povídky) 60

TÉMA

J. Drocár: Deklarace české šlechty (18) 22
 O. Szymanská: Aktivní senioři Frýdek-Místek 38
 M. Čepelka: Z modrého notesu (10) 63

CESTOVÁNÍ

Tipy na výlet 31
 P. Voldán: Zámky na Orlici (2) 32

VZDĚLÁVÁNÍ

Rok s covid-19 na U3V MENDELU 28

ZDRAVÍ

Pravidla přerušovaného půstu 40
 Péče o žíly 42
 Nové léky proti srážlivosti krve 45
 S Arnoštem Goldflamem o očkování 47
 Správná dezinfekce rukou 50
 Zákeřné cukry 51
 Bylinky na regeneraci po covidu-19 52

PORADNA

Právní poradna 54
 Kosmetická poradna 55
 Psychologická poradna 62

KŘÍŽOVKY A KVÍZY 56

