

Obsah

- 8** *Seriál – Léčivé konopí, 2. díl: Pohled botanika.*
- 16** Vypěstujte si sami: Levandule lékařská. Plus levandulové recepty.
- 26** 3 italské vege dobrůtky
- 32** *Seriál – Bylinky podle abecedy. Divizna velkokvětá.*
- 40** Udělejte si doma: Tři krémy pro svěží a čistou pokožku.
- 48** Sedm potravin na zdravé kosti.
- 56** Kostí – opora našeho těla.
- 60** Chcete zdravá střeva? Pomůže lněné semínko!
- 66** *Seriál – Potíže, které vás někdy potkaly. Zácpa – jak mohou pomoci bylinky?*
- 72** *Seriál – Olga Šípková, návrat k sobě. Důvěra.*
- 76** Výběr z české poezie.
- 78** *Seriál – Naše Bylinná lékárna v Říčanech. Přírodní deodoranty.*
- 82** Černý čaj.
- 86** Příloha – zázrak jménem rakytník.

