

OBSAH

ROZHOVOR

Lubomír Brabec 4

PŘÍRODA

Srnec obecný 7

CESTOVÁNÍ

Španělsko
Země slunce a dobrého jídla 8

TIP NA VÝLET

Po stopách svaté Ludmily 11

PORTRÉT

Iveta Salamonová 14

POZVÁNKA

Novoměstská radnice v Praze 17

NAŠE ZAHRADA

Aby nám rajčata, okurky
a papriky dobře rostly 18

RETRO OKÉNKO

Martin Frič 20

RECEPTÁŘ

Jezte chytře 22

ZDRAVÍ

Když udeří vedra 24

KOSMETIKA

Koupání a péče o kůži 25

PORADNA

MUDr. Jan Cimický, CSc. 26

PORADNA

Monitorování pacientů na dálku 27

ČTENÍ PRO VÁS

Tajemství šumavského podzemí 29