

4-7 PAVLA GOMBA VĚŘÍ VE ŠŤASTNÉ NÁHODY

Pavla GOMBA je výkonná ředitelka Českého výboru UNICEF. Její pracovní náplní je pomáhat. Zjednodušeně řečeno: UNICEF řeší otázku života a smrti dětí na celém světě. Rozhovor s touto výjimečnou ženou připravil **Jaroslav KŇAP**.

13 MOJE MÍSTO SÍLY

Představujeme vám poslední příběhy výherců podzimní fotografické soutěže **MOJE MÍSTO SÍLY**. Děkujeme vám za všechny příběhy o silových místech, které jste nám poslali.

17 CHVÁLA CVIČENÍ

Pravidelná rubrika psychoterapeutky a psycholožky **Patricie ANZARI**.

14-15 VELIKONOCE – CESTA K POCHOPENÍ SVĚTA A ČLOVĚKA

Velikonoční svátky byly kdysi pro rolníky a pastýře mezní datum, od něhož mohli započít různé činnosti spojené s úpra-

vou půdy a chovem zvířectva. S nimi se neodmyslitelně pojí lidové zvyky a rituály, jejichž skrytý smysl nám již mnohdy uniká. Příspěvek z pera **Zdeňka KRUŠINY**.

20-23 SASKO-ANHALTSKO – POSVÁTNÉ MÍSTO EVROPY

Pokud se vydáte do této jedné ze šestnácti německých spolkových zemí, neměli byste si nechat například ujít její hlavní město Magdeburg s nádhernou katedrálou. O tomto a dalších pozoruhodných místech vypráví **Jiří KUCHARĚ**.

24-25 VIRUS HPV A ŘÍZENÁ DETOXIKACE

Rozšíření lidského papilomaviru (HPV) ohrožuje velké procento zejména mladších žen. Jedná se o virus, který má největší vliv na vznik rakoviny děložního čípku. Příspěvek připravila **Aneta ZEYVALOVÁ**.

26-28 ŽIVOTNÍ STYL A KVALITA KRVE

Potrava, kterou přijímáme, vyživuje organismus. V našem zájmu je, aby byla co nejkvalitnější a nejvyváženější. Pokud to tak není, objeví se obtíže. Jednou z nich je anémie neboli chudokrevnost. Autorem příspěvku věnovaného životodárné tekutině v našem těle je publicistka **Jana ARCIMOVIČOVÁ**.

34-35 JEDEN VĚK KONČÍ, DRUHÝ SE VYNOŘUJE

Gregoire de **KALBERMATTEN** je filozof, jogín, bývalý diplomat, ekolog při OSN a spisovatel. Své příznivce, které nachází po celém světě, oslovuje především knihami o transformaci vědomí na vyšší, duchovnější úroveň. Z pera **Marty HEINLOVÉ**.

42-45 JAK SI PLNIT SNY

Pamatujete si ještě na své dětské sny a plány? Co se s nimi stalo? Vzdali jste se jich, nebo si je plníte? Co jste chtěli dělat a mít? Co děláte a máte? Příspěvek **Zuzany ŘEZÁČOVÉ LUKÁŠKOVÉ** vám pomůže na cestě za svým snem pokračovat.