

4-7 **PRIPJAŤ – SYMFONIE OPUŠTĚNÝCH MÍST**

Jsou místa, která se dotknou duše tak hluboce, že dlouho doznívají. Jedním z nich je ukrajinské město Pripjať nedaleko černobylské elektrárny. Právě je zachytila v jeho autentických zvucích hudební skladatelka **Eliška Cílková**. Připravila **Pavína BRZÁKOVÁ**.

13-15 **SVĚT DŘEVNÍCH HUB**

„Houby nejsou jen hříby, lišky, klouzky, holubinky, masáky a bedly,“ říká jednatel České mykologické společnosti Aleš Vít. I v plné houbařské sezoně se najdou místa, kde o ně nezavadíte. Existuje ovšem skupina hub, které rostou takřka celý rok. Nazývají se dřevní a mnoho z nich má léčivé vlastnosti. Více o tomto tématu najdete v příspěvcích **Michaela SCHUBERTA** a **Aleše VÍTA**.

16-17 **ŽIVÁ STRAVA JAKO LÉK**

V pravidelné rubrice CO MI POMOHLA se tentokrát zaměříme na syrovou stravu. Autorka knihy *Zdravě a syrově*, **Radmila ZRŮSTKOVÁ**, se podělí o své zkušenosti se speciálním způsobem

stravování. Syrová strava jí totiž pomohla odstranit řadu zdravotních potíží spojených s cukrovkou I. typu.

18-19 **TISÍCE ZARUČENÝCH RECEPTŮ**

Psychoterapeutka **Patricie ANZARI** se ve své pravidelné rubrice zaměří na téma „tisíce zaručených receptů na šťastný partnerský život“. Víc můžete najít ve speciálu REGENERACE, nazvaném Vztahy na rozcestí, jehož je autorkou.

20-21 **ŠAFRÁNU JAKO ŠAFRÁNU**

Šafrán je odedávna nejdražším kořením na světě. Jeho sušené pestíky se sbírají ručně, neexistuje žádný stroj, který by je dokázal nasbírat. Do pokrmů jej dáváme v malém množství, v průměru vykazuje škodlivé účinky. V dávných dobách se používal jako afrodiziakum. Příspěvek z pera **Ludmily ŠKRABÁKOVÉ**.

22-25 **NEJEN TATÍNEM V POZDNÍM VĚKU**

Povídání se známým hercem a divadelním režisérem **Arnoštem GOLDFLAMEM**

nejen o rodině a otcovství, ale také o improvizovaném divadle a vypravěčství připravila **Pavína BRZÁKOVÁ**.

28-29 **CUKETA DETOXIKUJE A ZKRÁŠLUJE PLEŤ**

O léčivých účincích cukety při ekzémch, lupénce a dalších kožních potížích se dočtete v příspěvku **Vladislavy JIRÁSKOVÉ**.

30-31 **CESTA K VLASTNÍ IMAGE**

Ať chceme, či ne, každého nejdříve zhodnotíme pohledem. Pomocí zraku vnímáme osmdesát procent veškerých informací kolem sebe. Právě slovem image označujeme vše, co vnímáme na druhém člověku. Image je nástroj komunikace, způsob, jak dát najevo svou osobnost, názor, pozici ve společnosti nebo firmě. Připravila **Irina FŮZEKOVÁ**.

58-60 **JÁ A MÉ PENÍZE**

O síle peněžních přesvědčení, která ohromným způsobem ovlivňují naše životy, vám přináší cenné informace **Jan BÍLÝ**, lektor rodinných a systemických konstelací.