

Z obsahu

Rozhovor s Henri Monfortem 6

Hana Poltikovičová

Emoční odblokování 8

Věra Keilová

Téma: Zdravá strava

Strava pro menší děti 10

Margit Slimáková, Ph. D.

Zamyšlení nad jídlem 13

MUDr. Vladimíra Strnadlová,

Jan Zerzán

Med a skořice 15

Ivan Kratochvíl

Léčivé obrazy 16

Zuzana Paulusová

Budoucím maminkám 18

Michaela Holmerová

Aromaterapie pro zvířata 20

Simona Procházková

Jóga a cukrovka 22

Svámí Mahéšvaránanda

Stromy života 24

Jan Hnilica

Léčení zpěvem 26

Věra Keilová

Píseň mého srdce 21

Jiří Mazánek

Hněv, vztek a zlost 28

Ing. Hana F. Smejtková

Věcný rejstřík 2011 30

Marie Dopitová

Esejská zrcadla 32

Jitka Třešňáková

Masáž podle ajurvédy 34

Miloš Matula

O knihovničce Meduňky 35

Horoskopy zdraví 36

Emil V. Havelka

Exotické léčivky 36

Prof. Ing. Pavel Valíček, DrSc.

Psychologická astrologie 37

Mgr. Marie Hlávková

O znamení Ryb 38

Dr. Jarmila Gričová

Astrokukátko 39

Ing. Zdeněk Bohuslav



Téma: Jsme to, co jíme, malí i velcí 10

I na zdraví dětí se podepisuje, jak se stravují a jak kvalitní potraviny mají na svém talíři.



O emočním odblokování 8

Představujeme metodu RUŠ – Radikální změna skutečnosti. Je zaměřena na cílené odblokování negativních emocí.

V tomto čísle najdete



Co dokáže med a skořice 15

I lékařské studie už ověřily, že směs medu a skořice může pomoci s celou řadou nemocí.



Zvířata a vůně rostlin 20 ▶

A začínáme i nový seriál rad a zkušeností pro čtenáře, kteří by rádi pomáhali svým zvířecím miláčkům i netradičními metodami, bez chemických preparátů.



Budoucím maminkám 18

V této Meduňce najdete první díl rad a inspirací pro nastávající maminky, jak si poradit s těhotenskými potížemi.

