

Z obsahu

Rozhovor s Margit Slimákovou 6
Ilona Manolevská

Mnichem v Nepálu 8
Štěpán Kotouč

Téma: Mořské řasy
Zdraví z moře 10
Simona Procházková, DiS.

Mořské řasy v kuchyni 13
Jana Janoušková

Mořské řasy a zdraví 14
MUDr. Vladimíra Stradelová
Jan Zerzán

Rozhovor s Michaelou Petersen 16
Zuzana Paulusová

Biotronik Josef Zezulka 19
Ilona Manolevská

Budoucím maminkám 22
Michaela Holmerová

Co nabízí rok 2012 25
Ing. Zuzana Křivohlávková

Píseň mého srdce 27
Jiří Mazánek

Změny, volba, rozhodnutí 28
Ing. Hana F. Smejtková

Jóga a cukrovka 30
Svámi Mahéšvaránanda

Šetrný domácí úklid 31
Petr Ledvína

O knihovničce Meduňky 32

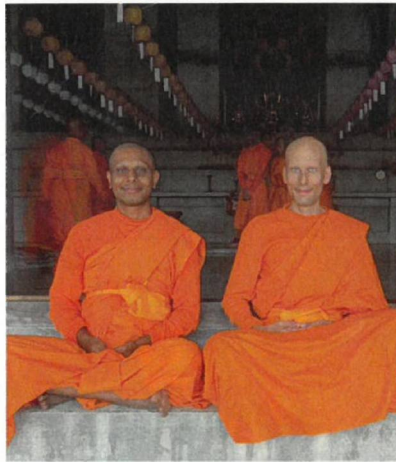
Jak změnit svět 33
Prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

Horoskopy zdraví 34
Emil V. Havelka

Exotické léčivky 34
Prof. Ing. Pavel Valíček, DrSc.

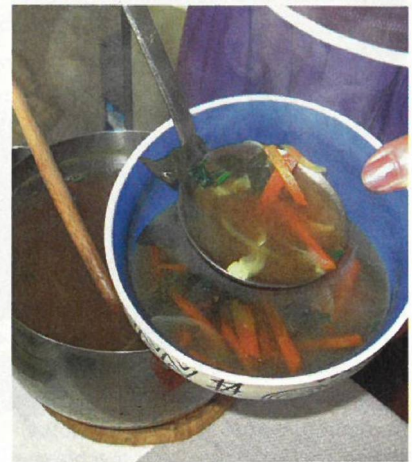
O znamení Berana 36
Dr. Jarmila Gričová

Astrokukátko 37
Ing. Zdeněk Bohuslav



18 dní mnichem v Nepálu 8

Náš čtenář Štěpán (na fotografii vpravo) pro nás napsal reportáž ze své nevšední cesty do Nepálu.



Téma: Mořské řasy pro naše zdraví 10

Jsou pro nás mořské řasy vhodnou potravinou, i když nepocházejí z našeho prostředí?

V tomto čísle najdete



Na cestě 16

Povídáme si s cestovatelkou, terapeutkou a šamankou Michaelou Petersen o jejich cestách do Jižní Ameriky.



Biotronik 19

Před 100 lety, v březnu 1912, se narodil zakladatel biotroniky Josef Zezulka. Jak na něj vzpomíná jeho žák Tomáš Pfeiffer?



Možnosti a šance v roce 2012 24

Astroložka Zuzana nám radí, jak co nejlépe využít možnosti a šance, které nabízí rok 2012.

