

4-7 **Lenka Dusilová a Monument/Um**

Rozhovor s písničkářkou

Lenkou DUSILOVOU o cyklu představení a hudebně-obrazovém projektu na podporu zchátralých památek v Sudetech připravil **Petr SEDLÁČEK**.

8-9 **Co vidíš?**

Zamyšlení známé psychoterapeutky **Patricie ANZARI**, které vzniklo na základě oblíbené hry z dětství, se dotýká věcí kolem nás i nás samých.

12-13 **Letní tipy**

Tvoření v zahradě, na záhoncích i doma podle nápadů bylinářky a výtvarnice **Vladislavy Mlady JIRÁSKOVÉ**. Vytvořte si krmítko pro motýly a ponořte se do barevného ticha jejich nádherných křídel.

14-18 **Jak se stát sám sobě terapeutem**

Rozhovor s léčitелеm **Miroslavem DUBEM**, autorem pravidelné

rubriky **REGENERACE**, přináší publicistka **Helena MÍKOVÁ**.

20-23 **Další výpravy na místa s tajemstvím**

Tentokrát navštívíme s cestovatelem a fotografem **Juliem JANČÁRYM** hrad Roštejn a naši malou Florencii – město Telč. Dva skvělé tipy na prázdninové výlety.

24-25 **Zralá komunikace**

Představujeme vám novou rubriku terapeutky **Ivety HAVLOVÉ**, ve které se naučíte zrale komunikovat a vytvářet zdravé vztahy.

26-27 **Svoboda přináší spoustu střetů**

Nejčastěji nám ubližují ti, které milujeme nejvíc. Postřehy rodinné terapeutky **Renaty VESELÉ** zachytila **Renáta Kiara VARGOVÁ**.

28-30 **Vysoká tráva**

„Kosit, nebo nekosit?“ ptá se publicistka **Renáta Kiara VARGOVÁ** a uvádí důvody vlastního rozhodnutí.

32-33 **L jako Linné**

V seriálu **Slavné postavy minulosti**, jehož autorem je **Jiří KUCHAR**, se tentokrát věnujeme švédskému přírodovědci a lékaři **Carlu von LINNÉ**. Je autorem pojmu „druh“, základu přirozené soustavy organismů.

34-39 **Věštění z kamínků**

Předvídání budoucnosti z jedenačtyřiceti kamínků podle jihosibiřského šamana **Ekeru DOVUU** zachytila šamanka a léčitelka **Lara KUCHER**.

41-43 **Avokádo**

Je plné tuků, ale „tučné“ není. Doporučení a recepty z kuchyně **Markéty KUNZOVÉ** vás zlákaají a avokádo do svého jídelníčku určitě zařadíte častěji.