

- 8** Rady a tipy na domácí léčbu aft
- 16** Afty – malé, ale protivné potíže v ústech
- 22** Kaštan koňský – jírovec maďal
- 30** *Jídlo jako lék: Fíky*
- 36** Tipy pro voňavý domov
- 44** *Vypěstujte si sami: Měsíček lékařský*
- 52** *Vyrobte si sami: Domácí léčivá mast*
- 58** *Psychosomatika* – Co nám říká tělo o naší duši. Proč máme problémy s viděním?
- 62** *Léčivé rostliny* – Jak užívat léčebné konopí při nemoci
- 72** Bylinkový receptář