

Z obsahu

Praha přivítá Gabora Maté 6
Mgr. Věra Keilová

**Bylinka měsíce září:
řebříček obecný** 9
Bc. Martin Kolár

TÉMA: Dech pro život

Význam správného dýchání 10
Ing. Vít Syrový

Dýchání pro zdravý život 13
Bc. Natálie Kašpárková

**Bylinková podpora
dýchacích cest** 15
Charlotte Matysková

**Dech z hlediska
psychosomatiky** 17
Milena Králová

Společný zdroj života 20
Mgr. Naďa Pažoutová

Příběh o znovunalezení dechu 22
Michal Valenta

Význam dechu z pohledu jógy 24
Lucie Hrubá

Všehochuť nebo allspice? 28
Václav Větvička

**Proč nám škodí
glutamát a aspartát?** 30
prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

Vítejte ve Šťastné škole 32
Jana Bolková

Jak se učí v ukrajinské škole? 34
Lída Charvátová

Ženská síla 36
MUDr. Ludmila Eleková

Okénko do neznámých dějů (6) 42
Zuzana Šťastná

Nejlepší je domácí: září 44
Ing. Markéta R. Vopičková, Ph.D.

Astrokukátko 46
Ing. Zdeněk Bohuslav