

# Obsah

mýty a omyly

## 4 **Knokaut**

výživná poradna

## 6 **Zelená síla pro budoucnost**

civilizační nemoci

## 8 **Proč ženy v Číně netrpí rakovinou prsu**

bylinky

## 10 **Třezalka – bylinka, která přemůže depresi**

vitaminy a minerály

## 11 **9 faktorů, které mohou ovlivnit vaši hladinu vitamínu D**

duševní zdraví

## 12 **Kofein způsobuje nerovnováhu mysli**

výživa dětí

## 14 **Jídelníček batolat a malých dětí**

děti a rodiče

## 16 **Udělal's moc špatnou věc...**

rozhovor

## 18 **Muži degenerují, tvrdí známá psycholožka**

ekokoutek

## 21 **Je rajčatová biošťáva „výživnější“?**

evoluce vs. stvoření

## 22 **O evoluci, jak ji neznáte**

k zamyšlení

## 24 **Zemětřesení a hurikány**

produkty a recepty

## 26 **Vaříme řepu, mrkev, brambory...**