

Obsah

rozhovor

4 **Sója stále kontroverzní?**

encyklopedie

8 **Pohanka na cévy, pro svaly i mozek**

mýty a omyly

9 **Dobrá smrt**

bylinky

10 **Inspirace pro ochucování jídel**

poradna lékaře

12 **Chcete se vyhnout pálení žáhy?**

newstart

13 **Jak se spí a vstává po padesátce**

cesty ke zdraví

14 **Vyberte si zdraví**

duševní zdraví

16 **Vyhněte se syndromu propadu půdy**

rodiče a děti

18 **Aby mladí lidé dokázali odolat**

poznej sám sebe

20 **Za prachy si štěstí nekoupíš**

vztahy a komunikace

21 **Mezilidské vztahy**

tajemství stvoření

22 **Dvakrát ze života mravenců**

životní prostředí

23 **Cyklisté a odpadky**

k zamyšlení

24 **Hlásání evangelia**

produkty a recepty

26 **Zapomeňte na rýži, je tady quinoa!**