

Z obsahu

Rozhovor
s MUDr. Jarmilou Klímovou 6
Mgr. Věra Keilová

TÉMA: ZDRAVÁ SEXUALITA

Co je zdravá sexualita 10
Mgr. Naďa Pažoutová

**Hovory „H“ aneb Jak s dětmi
mluvit o sexu** 12
Mgr. Věra Keilová

Bylinky pro sexuální zdraví 15
Bc. Martin Kolár

**Pohlavní sebeuspokojování
ano či ne** 16
Jožka Wenkeová

**Hormonální jóga vnáší pohodu
do ložnice** 21
Ing. Yvona Švecová

Pejřavka 22
Václav Větvička

Mým učitelem je starý zámek 24
Pavlína Židová

**Bylinka měsíce listopadu:
jitrocel větší** 30
Bc. Martin Kolár

**Přerušované pusty a jejich skrytá
nebezpečí** 32
Tetiana Kovaříková

**O posledních životních chvílích
s V. Svobodovou** 34
Mgr. Věra Keilová

Zrak a počítač: světlo a tma 38
Ing. Yvona Švecová

Různé úrovně léčení 40
MUDr. Ludmila Eleková

**Stres, vyhoření a návrat
k harmonii díky ájurvédě** 45
Ing. Iva Hladíková

Astrokukátko 46
Ing. Zdeněk Bohuslav

**Podzimní věnec ze šlahounů
vinné révy** 47
Ing. Markéta R. Vopičková, Ph.D.