

Můj životní styl 2012 (1. pololetí)

Vychází pravidelně ve čtvrtek, s týdenní periodicitou

Zaměření: životní styl, bydlení, cestování, hobby, rady pro kutily a zahrádkáře, zdraví a biopotraviny, domácí technika.



Uzávěrky objednávek a podkladů na výrobu: 5 prac. dnů před dnem vydání

Uzávěrky na hotové podklady: 3 prac.dny před dnem vydání

Navržený plán bude aktualizován podle požadavků inzerce i podle zajímavých novinek.

Leden

5. 1.

POVÁNOČNÍ HUBNUTÍ – JAK ZATOČIT S NEŽÁDOUCÍMI FALDÍKY

(specifika hubnutí u žen, mužů, dětí)

12. 1. OPRAVDU SE VYPLATÍ SLEVOVÉ KUPÓNY? – komerční příloha výhodné nákupy

(podle některých obchodníků jich 40% vždy propadne. Závěrečná rada, nejdřív zjišťujte, zda mají v zařízení, kterého se kupón týká volno, až pak kupujte.)

19. 1. PUTOVÁNÍ PO FILMOVÝCH MÍSTECH

(Existují průvodce, jež vás zavedou Na samotu u lesa, do Vesničky střediskové a na další zajímavá místa /Filmová místa.cz).

26. 1. ADOPTIVNÍ BABIČKA NEBO DĚDEČEK

(o rodinách, kterým pomáhá s hlídáním dětí nějaký senior)

Únor

2. 2. – Komerční příloha – Zdraví nade vše

NEUMÍRÁME NA MOR, ALE ...

(Které choroby lidstvo v současnosti nejvíce ohrožují?)

9. 2. – HRAČKY, KTERÉ VYDRŽÍ NA CELÝ ŽIVOT

(záliba ve vláčcích, panenkách...)

16. 2. – ČESKÝ JAZYK – JAK TO S NÍM VYPADÁ?

(Společnost, která propaguje jiný jazyk, panslavismus, austroslavismus /21. únor je Mezinárodní den mateřského jazyka).

23. 2. – ŽIVOT NA FAŘE

(Jaké to je, být farářem v zemi, jež se profiluje jako jedna z nejateističtějších v Evropě? + Příběh českého mnicha z řeckého pravoslavného kláštera.)

Březen

1. 3. – **Komerční příloha - Jarní očista a relax**

VELIKONOČNÍ PŮST

(Jaký význam mělo odepřít si na čtyřicet dní před Velikonocemi maso? Má tento zvyk význam i pro dnešního člověka? Jak očistit tělo?)

8. 3. – MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

(Jak se slaví u nás a jak v jiných zemích)

15. 3. – CHRÁNĚNÉ DRUHY ZVÍŘAT V ČR

(Žijí u nás ještě nějaké? Jaké a kde?)

22. 3. NÁROD TLOUSTNE – JAK NA TOM BYLI NAŠI PŘEDKOVÉ?

(Jak si udržovali linii? Měli problém s váhou? Kdo se ujedl k smrti?)

29. 3. – JMÉNA

(Nejčastější jména, nejzajímavější, nepodivnější. Skutečně ovlivňují osud?)

Duben

5. 4. – VELIKONOCE – PO STOPÁCH VELIKONOČNÍHO VÝPRASKU – **Komerční příloha**

12. 4. – POVOLÁNÍ UČITELKA

(Poslání nebo obět? Jak se změnilo postavení učitelů? Stojí rodiče za nimi nebo za dětmi? Co si mohou dovolit? Jaké jsou alternativy – soukromá výběrová škola, speciální škola s uvolněnými osnovami. /7. 4. – Den vzdělanosti – výročí založení Karlovy univerzity)

19. 4. – JAK JE TO S BLONDÝNKAMI?

(Fámy a pravdy o blondýnkách – co říkají průzkumy.)

26. 4 – VYMÝTAČI ĎÁBLA

(i v současnosti existují, a to oficiálně v rámci katolické církve. Mají co vymýtat? Jak proces probíhá? / blíží se čarodějnice)

Květen

3. 5. –GRILOVÁNÍ - **Komerční příloha**

10. 5. – MAMINKY, KTERÉ HLÍDAJÍ DĚTI OSTATNÍM MAMINKÁM

(15. května – Den rodin)

17. 5. – BYLINKÁŘSKÉ A KVĚTINOVÉ FARMY.

(Co všechno se z bylinek a květin dá vyrobit. Kolik jich je potřeba na výrobu mastičky nebo parfému?)

24. 5. – ŽIVOT S HLUKEM

(hlasitý soused - továrna, letiště)

31. 5. – NEJOBLÍBENĚJŠÍ HRAČKA

(Vzpomínáte si na svou nejoblíbenější hračku? A zaujala by i vašeho potomka? Které hračky teď mezi dětmi frčí? Názor psychologa. /1. 6. je Den dětí)

Červen

7. 6. – DOVOLENÁ – NAJVVYŠŠÍ ČAS!

(Které destinace jsou letos v kurzu a vyplatí se? Oč je nejvyšší zájem, jak ušetřit?)

14. 6. – JAK VZNIKALY NEJSTARŠÍ ČESKÉ NÁZVY?

(Lhoty atd...)

21. 6. – UŽ ROSTOU!

(Kam vyrazit na houby? Věděli jste, že existují mykologické mapy? Které jedlé houby v Česku zbytečně opomíjíme? Rady odborníků.)

28. 6. – ABY PO PRÁZDNINÁCH NEZVLČELY

(Návrat do reality bývá pro děti po prázdninách velmi těžký. Jak jim zorganizovat čas během volna? Je to vhodný čas pro další studium jazyků, dohánění restů, začínání s novými aktivitami nebo máte své děti nechat jednoduše odpočinout?)

Červenec

5. 7. – NA KOLE ZA DOBRODRUŽSTVÍM

(Kde všude jsou cyklisti vítáni? Vinné a jiné cyklostezky.)

12. 7. – HURÁ K VODĚ!

(Bazén nebo řeka? Rybník nebo přehrada? Jaká jsou pro a proti... Nebezpečí...)

19. 7. – BYDLÍM NA HRADĚ!

(Příběhy kastelánů, reportáž z jejich příbytků... + Člověk, který na vlastní náklady restauruje zámek nebo hrad)

26. 7. – PŘEDVÁDĚCÍ ZÁJEZDY

(zájezdy pro seniory na nichž se nabízí předražené výrobky nízké kvality, techniky obchodníků, jak donutit seniora ke koupi, pohled psychologa)

Srpen

2. 8. – ŽIJU BIO!

(Co to vůbec je bio, a co všechno může být bio? Jak žije zanícený biočlověk. Názor lékaře na striktní bioživot.)

9. 8. – NEZVYKLÍ MAZLÍČCI.

(O chovatelích nezvyklých zvířat – lev, prase jako mazlíček atp. Jak vypadá domácnost takového chovatele. Co na to sousedé...)

16. 8. – HYPNÓZA

(.K čemu se využívá? Jaká jsou její rizika? Případně reportáž na vlastní kůži?)

23. 8. – ŠKOLA ZAČÍNÁ – **komerční příloha**

(Vaše děti nemusí chodit do běžné školy! Jaké existují alternativy a co nabízí? Waldorfská škola, domácí vyučování apod.)

30. 8. – BONTON

(Jak se chová pravá dáma a pravý gentleman? Kurzy etikety... *Lze navázat seriálem bonton pro běžný život – rady využitelné v praxi.*)

Září

6. 9. – JAK ŽIJE ČESKÁ ŠLECHTA?

(Jaké je jejich občanské povolání? Stále bydlí na zámku? Poznáte šlechtice podle chování? Rozhovor se šlechticem.)

13. 9. – ČOKOLÁDA.

(Kde vznikla a kde se dělá nejlepší? Co všechno se dnes vydává za čokoládu? Může se prosadit podnikatel s luxusní čokoládou? Pralinkářka. / Je Mezinárodní den čokolády.)

20. 9. – UMÍME JEŠTĚ ŽÍT BEZ AUTA?

(Jaké jsou alternativy. Příběhy lidí, kteří auto z principu odmítají i těch, co jsou na něm závislí. / 22. září Evropský den bez aut).

27. 9. – MANŽELSTVÍ DVOU KULTUR.

(Příběhy párů, z nichž každý je jiné národnosti. Česko-kubánské, česko-francouzské...)

Říjen

4. 10. – JOŽIN Z BAŽIN

(Jsou u nás bažiny a mokřady? Jsou nebezpečné? Kolik lidí se v nich utopilo? Rozhovor se správcem mokřadů nebo CHKO.../Je Světový den mokřadů)

11. 10. – TREND NEKUŘÁCTVÍ.

(Má šanci se prosadit? Názory kuřáků a nekuřáků. Nekuřácké restaurace, jak prosperují... /16. listopadu je Mezinárodní nekuřácký den)

18. 10. – JSTE INFORMOVANÍ?

(Odkud získáváme informace? Jsou mezi námi i tací, kteří o žádné informace nestojí... Necháte se manipulovat médii?)

25. 10. – ZLATÉ ČESKÉ RUČIČKY?

(Jaké řemeslo se u nás ještě udrželo? Máme ještě nějaké mistry nebo už jen samé managery?)

Listopad

1. 11. – ŽIVOT PO ŽIVOTĚ

(Existuje? Zážitky lidí a názory odborníků? Žena, se vzpomínkami na své minulé životy.../blížící se Dušičky)

8. 11. – VINNÉ SKLEPY NEJEN NA MORAVĚ.

(Jaké živobytí mají moravští vinaři doma a ve velkoměstě? / *Bude svatomartinské víno*)

15. 11. – PŘÍPRAVA NA ZIMU
/ TEST LYŽÍ – **komerční příloha**

22. 11. – VÁNOČNÍ NÁKUPY/VÁNOČNÍ SLEVY – **komerční příloha**
(Opravdu nás okrádá o čas? Za co jí vděčíme – v negativním i pozitivním smyslu. Jak se žije u televize a bez televize. / 21. listopadu je Světový den televize).

29. 11. – ŽIVOT U CIRKUSU.
(Příběhy lidí z maringotek).

Prosinec

6. 12. – O HERCÍCH, KTERÍ NEJSOU NIKDY VIDĚT
(Jsou oblečení v černém. Jak to vypadá za oponou v loutkovém divadle?)

13. 12. – VÁNOČNÍ PŘÁNÍ – **komerční příloha**
(Reportáž z filmových studií a kostyméren (z natáčení vánoční pohádky?)

20. 12. – VÁNOCE NAŠICH PŘEDKŮ.
(Jak vypadaly vánoční svátky v minulosti - ve středověku, v době renesance atd. Z pohledu každodenního života – například: ke štědrovečerní večeři byste se museli hodně obléknout, protože běžná teplota v pokoji byla 10C. Dobový recept. Nebo – na cestu na půlnoční mši byste si museli posvítit louči, protože neexistovalo veřejné osvětlení a v ulicích byla absolutní tma..atpl)

27. 12. – NOVOROČNÍ PŘÁNÍ - komerční příloha
(+ Co vás čeká v příštím roce. Velký horoskop. Rozhovor s astrologem... Případně reportáž: horoskop na vlastní kůži, trefil se astrolog do minulosti?)

Náhradní témata:

Televize.

Opravdu nás okrádá o čas? Za co jí vděčíme – v negativním i pozitivním smyslu. Jak se žije u televize a bez televize. (21. listopadu je Světový den televize)

Před revolucí a dnes... Jak se změnil náš životní standard?V čem jste jezdili v roce 1989, kam jste chodili nakupovat, na jakou televizi jste si dívali a jaký program byl váš nejmilejší?

Kde se rodí pohádky? Reportáž z filmových studií a kostyméren (z natáčení vánoční pohádky?)

Pro mého mazlíčka všechno

O lidech, kteří žijí jen pro svého psa, kočku, koně atd. Kde je hranice mezi přehnanou a normální péčí o zvířecího člena domácnosti?

Jak se žije muslimům a lidem s jiným náboženstvím v Česku. Jaké mají problémy, čemu se diví, co oceňují...

Třídění odpadu

Češi jsou druzí nejlepší v Evropě. Proč to tak je? (Najít nějaký extrém, někoho, kdo to skutečně prožívá plus někoho, kdo třídění absolutně neuznává).

Uváznutí ve sněhu

O lidech, kteří bývají v zimě pravidelně odříznuti od světa sněhovými závějemi

Propuštěn z vězení, ale...

Jak žijí lidi po odchodu z vězení, jaké mají problémy, jaké možnosti.

Ženy, které se toho nebojí

Nejpozoruhodnější povolání, která vykonávají ženy. Jejich příběhy (jezdí s nákladákem, řídí lokomotivu, letadlo, pracuje v dolech...)

Leváci mezi námi. Jak se žije levákům mezi většinou praváků? Výrobky přímo pro leváky...