



# ŠETŘÍME...

## nejen svoji peněženku

### ŠETŘÍME ZDRAVÍ

### výběrová bibliografie

k projektu „Týden pro klima“

**Předmětová hesla:**

- zdraví
- zdravý životní styl
- sport

## Monografie:

1. STRUNECKÁ, Anna. **Babské rady profesorky Strunecké**. Blansko: ALMI, 2014. 219 s. ISBN 978-80-87494-14-1 (brož.) 20 cm.
2. SØBERG, Susanna a ŠIMKOVÁ, Jana. **Brrr! : skandinávská cesta ke zdravému otužování a šťastnému životu**. Vydání první. V Praze: XYZ, 2022. 247 stran. ISBN 978-80-7683-064-6 20 cm.
3. WALEK, Pavel a TÓTH, Josef. **Co vám výživoví poradci neříkají? (Protože to nevědí)**. 1. vydání. Praha: Fitness Innovations s.r.o, 2015. 268 stran. ISBN 978-80-901714-0-4 24 cm.
4. SMRČKOVÁ, Jarmila. **Dech života : návody na změnu životního stylu**. Vyd. 1. Plzeň: Nava, 2011. 142 s. ISBN 9788072113750.
5. MUSELES, Elise a FUKOVÁ, Eva. **Energie pro zdravý životní styl : whole food**. Vydání první. V Praze: Metafora, 2016. 176 stran. ISBN 978-80-7359-492-3 25 cm.
6. **Chceš být zdravý?, aneb, Jednoduché vaření**. 2. upravené vydání. Kolín: Ziskejzdravi.cz, 2019. 111 stran ; Ziskej zdraví. ISBN 978-80-270-9369-4 20 cm.
7. VALENTINO, Arianna a ŠTEFKOVÁ, Monika a PIANIGIANI, Giulia. **Chůze pro zdravé srdce i mysl**. Vydání první. Praha: Euromedia, 2018. 103 stran : Esence. ISBN 978-80-7549-926-4 21 cm.
8. STRUNECKÁ, Anna. **Jak přežít dobu jedovou?**. Blansko: ALMI, 2012. 358 s. ISBN 978-80-87494-07-3 (brož.) 20 cm.
9. MCALARY, Brooke a SÝKOROVÁ, Ivana. **Jak si zjednodušit a zpomalit život**. První vydání. Praha: Grada, 2017. 103 stran. ISBN 978-80-271-0577-9 21 cm.
10. ŠTILEC, Miroslav a MARVANOVÁ, Zdeňka. **Program aktivního stylu života pro seniory**. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. 136 s. ISBN 80-7178-920-8.
11. **Receptář prima nápadů** : pro pěstitele, chovatele, chalupáře, kutily a všechny, kdo chtějí pěkně a pohodlně bydlet, příjemně relaxovat či zdravě žít. Vydání první. Praha: Euromedia Prima, 2018. 143 stran : Esence. ISBN 978-80-7549-684-3 24 cm.
12. HOFFBAUER, Gabi a KRAUS, Ivana. **Snižování krevního tlaku bez léků** : 50 nejlepších rad. Hodkovičky: Pragma, 2016. 87 stran. ISBN 978-80-7349-610-4 17 cm.
13. HODGKINSON, Tom a SLÁDEK, Jan. **Staré dobré časy** : praktická příručka moderního hospodáře, aneb, jak se o sebe postarat. 1. vyd. Brno: Jota, 2011. 257 s. ISBN 978-80-7462-006-5.
14. MACHOVÁ, Jitka a KUBÁTOVÁ, Dagmar. **Výchova ke zdraví**. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. 291 s. : Pedagogika. ISBN 978-80-247-2715-8.

15. JONÁŠ, Josef a KUCHAR, Jiří. **Zdraví v ohrožení** : hořká pravda o sladkém cukru. Praha: Eminent, 2013. 239 s. ISBN 978-80-7281-464-0 (váz.) 21 cm.
16. NEDLEY, Neil a BALCAROVÁ, Martina. **Ztracené umění myslet** : jak zlepšit emoční inteligenci a dosáhnout vysoké duševní výkonnosti. Vydání první. Praha: Advent-Orion, spol. s r.o, 2018. 431 stran : Zdraví pro třetí tisíciletí ; 3. ISBN 978-80-7172-679-1 25 cm.

### Periodika:

17. **Pravý domácí časopis** : časopis o všem, co je skutečné. Čelákovice: Propolis, 2013-. <sup>^^^sv</sup>. ISSN 1805-9449 29 cm.
18. **Regenerace** : časopis pro zdravý životní styl. Praha: Regenerace, 1993-. ISSN 1210-6631.

### Elektronické zdroje:

19. KOŽÁTKO, Jiří. **Gastroenterologické centrum "All in One" výrazně zkracuje diagnostiku malignit**. In: Tribune.cz [online]. 2022 [cit. 2022-08-29]. Dostupné z: <https://www.tribune.cz/zdravotnictvi/gastroenterologicke-centrum-all-in-one-vyrazne-zkracuje-diagnostiku-malignit/>
20. DAMKOVSKÝ, Josef. **Šetříme si zdraví, proto nám nejde o atraktivitu, objasňuje Adesanyův kouč**. WWW - cz [online]. 2022 [cit. 2022-08-29]. Dostupné z: <https://topfight.cz/ufc/setrime-si-zdravi-proto-nam-nejde-o-atraktivitu-objasnuje-adesanyuv-kouc/>

### Použité zdroje:

- Obrázek logo <https://tydenproklima.cz/kucharka/knihovny-a-tyden-pro-klima>
- Databáze Tritius MĚK v Třebíči; Anopress.cz