

## Beran - Sluneční znamení

**Narození: (20.3.) 22.3. - 18.4. (21.4.)**

Živel: Oheň

Vládce: Mars

Kov: Železo

Přednosti: Odvaha

Slabiny: Bezúhonnost, bezohlednost



Vládce znamení Berana je planeta Mars, která symbolizuje **energii, zdraví, bojovnost** i vůdčí schopnosti. Lidé narození v tomto znamení jsou odvážní a ve většině situací života rozhodní. Do každé práce nebo akce se vrhají s nadšením a s důvěrou ve své schopnosti, ale často jim chybí rozvaha a trpělivost. Berani jsou lidi **kamarádští, přátelští a veselí** a mají silně vyvinutý smysl pro fair play. Je dobré mít je za kolegy, protože překypují množstvím dobrých nápadů, které sami nestihnou realizovat, ale umějí strhnout druhé k radostné spolupráci. Budou-li ve vedoucím postavení, lze se spolehnout, že budou spravedliví, ale těžko se smíří s lenivými nebo nešikovnými partnery. Tito lidé nesnesou, aby je někdo řídil nebo jim dokonce poroučel a svou svobodu a nezávislost si získají za každou cenu. Jejich **odvaha bývá neuvěřitelná**, ale vyplývá ze sebedůvěry, kterou získali svými výkony.

Mají velký elán a chuť pouštět se stále do nových věcí a mají dost nápaditosti a inteligence, aby si poradili i s nejsložitějšími úkoly. Tito lidé mohou zastávat všechna povolání, u kterých je nutné rychlé a bystré rozhodování i velká zodpovědnost. Je pro ně typické otevřené a **upřímné jednání** a ve styku s lidmi dovedou být diplomatictí a taktí. Ke společenskému úspěchu jim pomáhá i jejich smysl pro humor. Přebytky své energie investují často do sportu a libují si zvláště v riskantních a na fyzické vybavení náročných druzích. Jsou pohybově velice nadaní a odvážní a proto je právě z tohoto znamení velké procento špičkových sportovců. Planeta Mars z nich dělá lidi, kteří umí prosadit svou vůli a vybojovat svůj názor a postoj. Pokud se jim nedaří, jednají podrážděně až zlostně, ale jejich emoce netrvají dlouho, protože ve své podstatě nejsou zlí a navíc by je to zdržovalo. Jejich **občasná netrpělivost** je jejich kamenem úrazu a měli by si proto volit kamarády, kteří je dobře znají a kterým věří, aby si od nich dali poradit a hlavně brzdit a korigovat svou ukvapenost a překotnost. Přes tyto jejich nedostatky to jsou skutečné charaktery, pro které je dodržení slibu samozřejmostí.

# Životní styl

## Aspartan

Aspartam je syntetické sladidlo a látka zvýrazňující aroma. Byl objeven náhodně při vývoji léku na žaludeční vředy a v přírodě se přirozeně nevyskytuje. Aspartam byl původně považován za dokonalé umělé sladidlo a výrazně přispěl k rozmachu průmyslu nízkokalorických potravin.

Používá se jako stolní nízkokalorické sladidlo (stolní sladidlo IRBIS) a jako sladidlo v sypkých směsích pro výrobu nejen nízkokalorických, ale i běžných nápojů (nápoj v prášku Tang). Setkáme se s ním také ve žvýkačkách (Wrigley) a v nízkokalorických mléčných výrobcích (jogurt Yoplait Light a Danone Vitalinea).

## Rizika aspartamu – umělého sladidla

Aspartam je spojován s rakovinou mozku, která se v západním světě vyskytuje čím dál tím častěji.

Pozor, aspartam zvyšuje chuť k jídlu, i když se jedná o nízkokalorické sladidlo, které většina lidí používá při snižování váhy! Podle některých konzumentů jsou nápoje slazené aspartamem návykové. Tito lidé jsou schopni vypít až 15 plechovek denně. U citlivých jedinců se po požití dietních limonád dostávají různé potíže, například bolesti hlavy či závratě, svědivé vyrážky a poruchy chování (u dětí). Tyto obtíže však nebyly potvrzeny v kontrolovaných studiích

Nezávislá organizace CSPI doporučuje vyhybat se této látce z několika důvodů: aspartam může ovlivňovat mozkové funkce a způsobovat změny chování, někteří lidé mohou navíc trpět závratěmi, bolestmi hlavy, záchvaty připomínajícími epileptické záchvaty a ženy také menstruačními problémy.

**Zdroj:** <http://www.ordinace.cz/clanek/aspartam-pro-a-proti/>

---

## HÁDANKY

- 1) Když se černoušek narodí má černé tělo, černé ruky, nohy, černou hlavu a jaké má zuby? **Odpověď** najdete v **Bulletinu duben 2014**
- 2) Tři muži se potápějí v řece, ale když vylezou z vody, jenom dva mají mokré vlasy. Jak je to možné? **Odpověď** najdete v **bulletinu duben 2014**
- 3) Na počátku je to černé, při použití je to rudé, na konci je to šedé. Co to je? **Odpověď** najdete v **Bulletinu duben 2014**
- 4) Má to klobouček, jednu nožičku, pěkně si sedí v mechu v lesíčku? **Odpověď** najdete v **Bulletinu duben 2014**
- 5) Arnold Schwarzenegger to má dlouhé. David Rath to má krátké. Madonna to nemá vůbec. Papež to má, ale nepoužívá to. Co je to? **Odpověď** najdete v **Bulletinu duben 2014**

**Zdroj:** [http://vtipy1.cz/hadanky/klasicke\\_hadanky?strana=2](http://vtipy1.cz/hadanky/klasicke_hadanky?strana=2)