

# KAUNEUS

No 8 1982 Irtonumero 14,90 (sis. Ivv.)

## Ja terveys

Uneton?  
Unelias?  
Uutta  
tietoa

Elinvoimaa  
eloherkuista

**Kehitä  
itseäsi**

EM-BODAAJA  
MARJO SELIN:  
Tehokkain dieettini

- ajattelua
- työkykyä
- luovuutta