

z titulní strany

14 JITKA ČVANČAROVÁ
O hraní, nehraní, rodině i charitě.

34 A VY UŽ MÁTE SVOU KRIZI?
Ženská krize středního věku
se od té mužské příliš neliší.

50 JAKÉ JE VAŠE EQ?
Emoční inteligence vám může
být cenným spojencem v životě.



100



NA OBÁLCE
JITKA ČVANČAROVÁ
 FOTO:
 LUCIE ROBINSON
 MAKE-UP:
 HRISTINA GEORGIEVSKA,
 VLASY:
 MARTIN TYL, NEW YOU
 STYLING:
 RADKA SIRKOVÁ, CHATTY



28



60



98



70



117



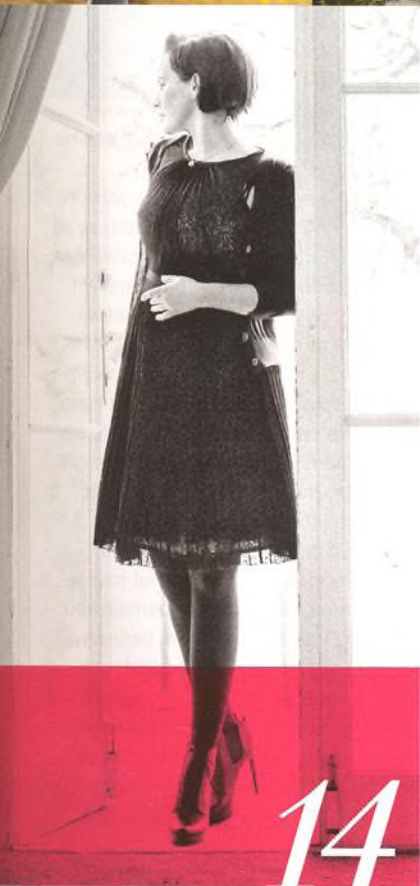
108



78



119



14

30 JAK PŘIJMOUT KRITIKU

Učte se naslouchat a rozlišovat.

32 JAK SE NOSÍ...

Kostkovaná košile hlásí návrat - vyzkoušejte ji.

38 JAK JSEM VYHRÁLA VÁLKU

Je snadné spadnout do různých závislostí, ale jak z toho ven?

44 CO JE V DOMĚ NENÍ PRO MĚ

Může mít láska s kolegou šanci na úspěch?

48 TOHLE SI MUSÍŠ POSLECHNOUT

Proč potřebujeme příběhy.

54 LÉKAŘKA TĚLA I DUŠE

Alice Hauptová vidí původ mnoha nemocí v psychice.

60 PŘÍSNĚ TAJNÉ

Sexuologické výzkumy přinesly nové pohedy na naše touhy.

64 TAKOVÁ JSEM...

Zpověď tří českých spisovatelek o složitosti sebezpřijetí.

68 CHARISMA

Kouzlu osobnosti se lze naučit.

72 CO NÁM BRÁNÍ CÍTIT SE ŠTĚSTNĚ?

Vše špatné je k něčemu dobré.

76 PERFEKTNÍ DEN

Je na vás, jestli si zařídíte šťastný den.

78 ZMĚNA JE ŽIVOT

O odvaze hledat štěstí na nové životní cestě.

86 JARNÍ PRŮVAN

Nová sezona přináší změny ve vlasovém stylingu a střizích.

94 ZAHAJUJEME DETOX

Očistný plán pro vaše tělo.

100 KARIÉRNÍ SKOK

Usedlý kostýmek vyměňte za moderní byznys look.

108 MÓDNÍ REVOLUCE

Jarní trendy jsou tady!

116 NAKAŽLIVÝ OPTIMISMUS

Hodinky v barevných tónech.

117 ZAKÁZANÉ OVOCE

Šperky, kterým nelze odoolat.

119 VOLÁ LONDÝN

Pohlednice z britské metropole.



92

