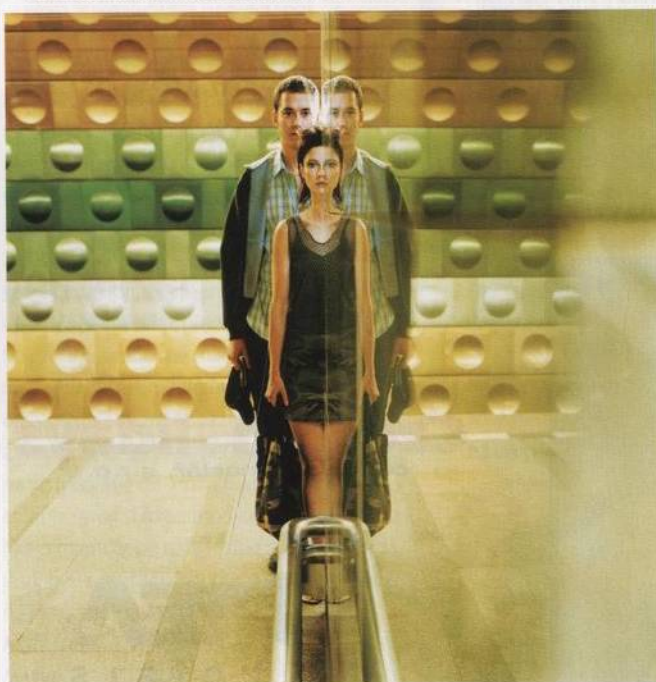


## Z titulní strany

- 14 OSOBNOST Z OBÁLKY: MICHELLE PFEIFFER**  
S oblibou říká, že jediný recept na šťastné manželství je vybrat si toho správného partnera. Jí se to podařilo
- 52 POMLOUVÁŠ, POMLOUVÁME?**  
Pomluvy jsou všude kolem nás, s tím nic nenaděláme. Má cenu se jim bránit, nebo je lepší nechat je být?
- 58 NASLOUCHEJTE SVÉMU ŠESTÉMU SMYSLU!**  
Intuice se definuje jako pocit, který nám v rozhodujících životních chvílích radí, jak se rozhodnout. Kde se ale bere?
- 62 DOSPÍVÁTE NEBO STÁRNETE?**  
Oficiálně jsme dospělí od svých osmnáctých narozenin, ale určitě znáte řadu lidí ze svého okolí, kteří jsou nejméně dvakrát tak staří a do dospělosti mají ještě hodně daleko
- 66 VESELÉ VÁNOCE PLNÉ STRESU**  
Už týdnů před magickými svátky se začínáme stresovat, jestli to všechno stihneme. Máme pro vás pár tipů, jak svátky prožít v klidu a nenechat si je přerůst přes hlavu
- 70 JAK MOC JE KRÁSA DŮLEŽITÁ PRO KARIÉRU?**  
Krásní lidé berou vyšší platy. Jak je to možné?
- 78 MILÝ JEŽÍŠKU**  
Věří vaše děti ještě tomu, že dárky nosí Ježíšek? Pokud ano, poradíme vám, kdy a jak jim říct, že to není pravda
- 86 PLEŤ V ZIMĚ**  
Nedovolte mrazům, aby se podepsaly na vaší pleti



## Navigátor

- 22 VÝZKUM**  
Novinky nejen ze světa psychologie
- 26 NÁZOR: ČAS SVÁTEČNÍ**  
Publicista Vlastimil Marek se zamýšlí nad tím, proč už Vánoce nejsou svátky klidu a míru a staly hektickým obdobím, kdy se stresujeme, abychom to všechno stihli
- 28 MANUÁL: JAK SI UŽÍT VÁNOCE O SAMOTĚ**  
Jaké letos budou, záleží jen na vás, stejně jako to, s kým je prožijete. Hlavně je oslavte tak, jak sami chcete
- 30 SEX: BYLA PŘÍRODA SPRÁVEDLIVÁ?**  
Proč jsou muži na vrcholu své sexuální aktivity už před dvacítkou a ženy až někdy kolem třicítky?
- 36 SCHIZOFRENIE**  
Sexuolog a psycholog Petr Weiss vysvětluje, k čemu slouží naše sexuální představy a jak se liší ty ženské a mužské





## Smysly

### 92 KOSMETICKÝ ZÁPISNÍK

Žhavé novinky pro váš krásnější život

### 96 WELLBEING A ZDRAVÍ: HŘEJIVÉ HÝČKÁNÍ

Rtuť teploměru vytrvale klesá a mráz je opravdu nepříjemný. Dopřejte si speciální procedury, které zahřejí nejen tělo, ale také vaši duši

### 98 PROTI CHLADU

Léčí nejen tělo, stejně důležitá je podle ní pacientova duše. Vychází z principu protikladů, které musejí být v rovnováze, a kromě řešení problémů hledá jejich příčiny, kořeny chorob

### 104 ŠTĚDROVEČERNÍ TABULE

Nejdůležitější pokrm celého roku, který budete připravovat, se blíží milovými kroky. Nechte se inspirovat několika zajímavými neokoukanými pokrmy, kterými byste své blízké mohli příjemně překvapit

### 110 VÁNOČNÍ TRHY A NAKUPOVÁNÍ

Tradice vánočních trhů zřejmě začala v jižním Německu a Rakousku. Který z evropských trhů je nejzajímavější?



### 32 KARIÉRA: PRACOVNÍ SMLOUVA

Je to jeden z nejdůležitějších dokumentů, které podepisujeme. Co všechno by měl (a neměl) obsahovat?

### 46 HVĚZDNÁ ANALÝZA

Pražský primátor a horolezec Pavel Bém se snaží naslouchat svému svědomí a instinktu

### 48 FLIRTOVÁNÍ

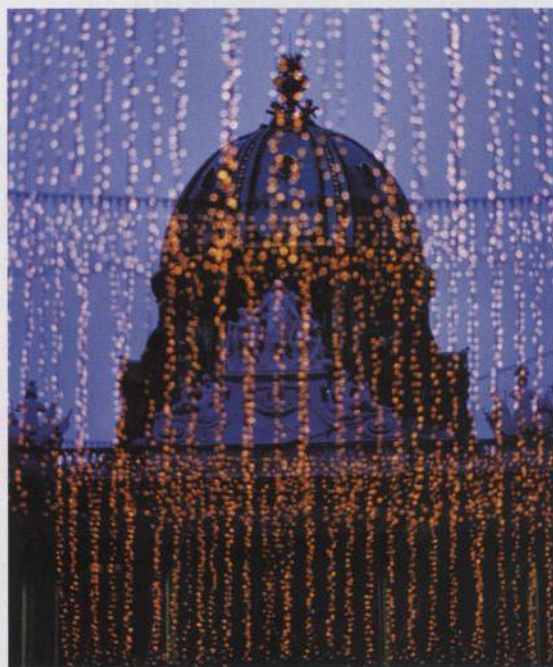
Někdo flirtuje více, někdo méně, někdo si to vůbec neuvědomuje, ale flirtujeme všichni. Do jednoho

### 74 DĚTSKÉ HRY – DOSPĚLÉ HRY

Je v našem dospělém světě ještě místo pro dětské hry?

### 82 BLESKOVÁ ANALÝZA

Pocity méněcennosti alespoň občas trpí 95 % z nás



## Scéna

### 118 FILM

Premiéry na plátnech kin

### 120 HUDBA

Novinky z hudebního světa

### 121 KNIHY

Nové čtení

### 122 ROZHOVOR S ANNOU GEISLEROVOU

Úspěšná herečka a zodpovědná matka dvou ratolestí vypráví o tom, jak prožívá svátky a o svém předvánočním bazárku