

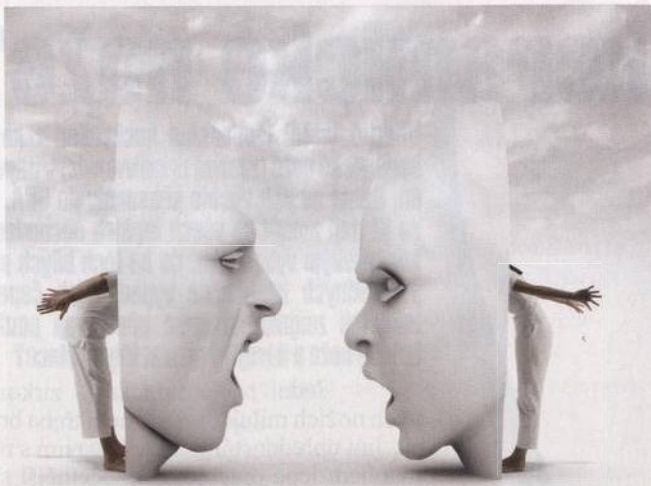
## Z titulní strany

- 12 OSOBNOST Z OBÁLKY: COURTENBY COX**  
Charismatická kráska letos oslaví 45. narozeniny. Je skromná, má zdravý nadhled, a hlavně nebere sama sebe příliš vážně
- 34 TO JE PŘECE ŽENSKÁ PRÁCE!**  
Množství partnerských hádek se točí kolem domácích prací. Každý má pocit, že toho dělá více než druhý, a když si to začnou vyčítat, trpělivost přeteče a rozepře je na světě
- 44 MĚNÍ INTERNET NÁŠ ŽIVOTNÍ STYL?**  
Jak jsme se změnili pod vlivem internetu a co na něm nejvíc vyhledáváme?
- 48 UMÍTE UDRŽET TAJEMSTVÍ?**  
„Život bez tajemství je jako dort bez náplně a bez polevy. Tajemství dává lidské existenci hloubku.“ Pablo Picasso
- 52 STYDÍM SE ZA SVÉ RODIČE**  
Stud za chování druhých vypovídá často víc o nás než o nich. Je odrazem našich nejistot a pochyb. Je zklamání i pocit studu z rodičů nutnou součástí našeho vývoje?
- 60 MÁME VŠECHNY SVÉ DĚTI STEJNĚ RÁDI?**  
Kdybyste se zeptali matek a otců se dvěma a více dětmi, samozřejmě by vám odpověděli, že milují všechny svoje děti stejně. Cokoli jiného by bylo zcela nemyslitelné – samozřejmě. Anebo ne?



## Navigátor

- 18 VÝZKUM**  
Novinky nejen ze světa psychologie
- 20 MANUÁL: JAK SE POUČIT Z CHYB**  
Chybovat je lidské, každý občas něco pokazíme. Abychom se ale z omylů mohli poučit, záleží, jak se k nim postavíme
- 24 KARIÉRA: VYŘEŠTE PROBLÉMY V PRÁCI**  
Nevíte si rady s náhlou nepříjemnou situací na pracovišti? Poradíme vám, jak postupovat
- 26 SEXUÁLNÍ ODLIŠNOSTI**  
Média i lidé často nesprávně zaměňují sexuální odchylky a sexuální delikvenci, vysvětluje Petr Weiss
- 28 DIAGNÓZA: CHOROBNÁ ŽÁRLIVOST**  
Partner je do noci na firemním večírku plném veselých kolegů, zatímco vy ležíte v posteli a koukáte do tmy. Pokud ho ráno podrobíte detailnímu a potupnému výslechu, možná trpíte chorobnou žárlivostí...



## Smysly

- 72 KRÁSA: MINERÁLNÍ KOKTEJL**  
Nejdříve biokosmetika, pak vibrující řasenka, teď minerální líčidla. Trend s velkým T, na který pějí chválu celebrity i obyčejní smrtelníci. Je ale opravdu tak úžasný?
- 80 JARNÍ ÚKLID V DUŠI**  
Najděte si během luxování a mytí oken také chvíli pro sebe
- 84 ALERGIE: NĚCO JE VE VZDUCHU**  
Kýchání, smrkání, zarudlé oči... Různými projevy alergií trpí u nás asi čtvrtina obyvatel. A počet postižených stále stoupá
- 89 MASO NA JEDEN ZPŮSOB**  
Pořádný steak. Používá se hovězí, ale hodí se i kvalitní vepřové, jehněčí a na způsob steaku se dají upravit i drůbeží prsa
- 94 RAKOUSKÝ SÖLDEN: TŘI TŘÍTISÍCOVKY**  
Jedno z nejrozsáhlejších a nejvýše položených lyžařských středisek v Rakousku má kromě tří vrcholů ve výšce přes 3 km také dva ledovce, kde se lyžuje skoro celý rok

## 40 ROZHOVOR: SIGNÁL K ÚTOKU, ČI K ÚTĚKU?

Některé hovory vyhledáváme, protože nás baví, jiných se už předem obáváme, protože víme, že jejich výsledek může negativně ovlivnit náš život

## 56 KARIÉRA: ZTRÁTA ZAMĚSTNÁNÍ

Možná i vy patříte mezi ty, kterým letos v práci oznámili, že už je nepotřebují. Abyste znovu mohli nastartovat kariéru, je třeba zapomenout na negativní pocity, uchopit vzniklou situaci jako výzvu

## 64 MUŽSKÁ ZÁLEŽITOST: STAŘÍ MLÁDENCÍ

Je starý mládenec playboy, muž, který se bojí manželství, nebo životní ztroskotanec, na kterého žádná nezbyla? Kde je pravda a proč někteří mladí muži odmítají založit rodinu?



## Scéna

- 100 FILM**  
Premiéry na plátnech kin
- 102 HUDBA**  
Novinky z hudebního světa
- 103 KNIHY**  
Nové čtení
- 106 ROZHOVOR S TÁŇOU PAUHOFOVOU**  
Je jí pětadvacet, je štíhlá, krásná a talentovaná. Pendluje mezi Bratislavou, kde žije, a Prahou, kde má stále více práce. Mluví plynule česky a patří k nejobsazovanějším herečkám