



38

Co je v sexu normální?



46

Ženská nevěra

12

Katherine Heigl



50

Jak moc ho chcete znát?

■ Z TITULNÍ STRANY

- 12 KATHERINE HEIGL**
Proslavila se hlavně rolí doktorky Isobel Stevens ze seriálu Chirurgové, za kterou vyhrála cenu Emmy a dvakrát byla nominována na Zlatý glóbus
- 38 CO JE V SEXU NORMÁLNÍ?**
Kde je v sexualitě hranice mezi tím, co je normální, a tím, co už ne? Co připadá jednomu národu úchylné, může se jinde jevit jako zcela běžné, vysvětluje sexuolog Petr Weiss
- 46 ŽENSKÁ NEVĚRA**
Na začátku se smějeme a mluvíme o nezávazném flirtu, na konci často utíráme slzy. To muži nedělají. V čem dalším se liší mužská a ženská nevěra?
- 50 JAK MOC HO CHCETE ZNÁT?**
O nepříteli je dobré vědět co nejvíc, ale co v případě partnera? Je dobré vědět o svém protějšku úplně všechno, nebo to může vztahu spíš škodit?
- 76 ONA CHTĚLA DÍTĚ, ON HO NECHTĚL**
Při sexu se nechrání, ale jejich muži o tom nevědí. Je takové mateřství neodpuštělný podraz, nebo v sobě nese potenciál happy endu?

■ NAVIGÁTOR

- 22 VÝZKUM**
Novinky nejen ze světa psychologie
- 32 MANUÁL: JAK VYBRAT DÁREK, KTERÝ POTĚŠÍ**
Vybrat vhodný dárek je mnohdy problém. Jak najít ten nejhodnější? Obtížné ale pro někoho může být i dar přijmout. Zkuste se to naučit, není to tak těžké
- 34 ANALÝZA: CO ZMŮŽE DOBRÉ SLOVO**
Umění podpořit a povzbudit slovem málokdo z nás ovládá dobře. Ovšem někdy se bohužel víc než pomoci dobrou radou dělat nedá
- 36 KARIÉRA: NEDOSTAL JSEM VÝPLATU. CO S TÍM?**
Nepřišla vám tento měsíc na účet výplata? Důvody mohou být různé. Jak se zachovat, pokud vás zaměstnavatel nechce platit nebo zkrátka na výplatu nemá peníze, radí personalistka Iveta Sigmundová
- 40 DIAGNÓZA: SYNDROM DOKONALÉ MATKY**
Přesvědčení, že jedna osoba dokáže být zároveň bezchybná matka, dokonalá kuchařka, pečlivá uklízečka a perfektní manželka, je nerealistické. Je to nesplnitelný cíl, přesto se ho stále snaží dosáhnout zástupy žen po celém světě



60

Dvojitý život dvojčat



108

Italské Trentino

■ PUBLICISTIKA

54 PRŮVODCE KUŘÁKA NA CESTĚ K NEKUŘÁCTVÍ

Chcete se jednou provždy zbavit cigaret a závislosti na nikotinu? Vyzkoušeli jste toho hodně a nic nepomohlo? Snad vám pomůže tento článek

60 DVOJÍ ŽIVOT DVOJČAT

Dvojičata jsou opředena tajemstvím a spoustou záhad. Jaké to je podobat se sourozenci jako vejce vejci a vidět pořád svůj věrný obraz?

66 NEBOJTE SE PRACOVNÍHO POHOVORU

Sehnat nové zaměstnání je v dnešní době docela fuška, o volná pracovní místa se vede tvrdý boj. Jak to udělat, aby přijali právě vás? Jak se chovat při pracovním pohovoru? A o čem mluvit?

70 NECHCI NOVÉHO TÁTU!

Vyrovnat se se ztrátou jednoho z rodičů je nesmírně těžké. Ještě těžší může být smířit se s faktem, že si otec nebo matka našli nového partnera

80 BLESKOVÁ ANALÝZA

Plánuji a svého okolí se na nic neptám

■ SMYSLY

84 KOSMETIKA PRO GURMÁNY

Všechny kosmetické firmy při vývoji nových preparátů vycházejí z ověřených domácích receptur a tak někdy stačí inspirovat se vlastní kuchyní

92 JE TI TEPLO, DĚVČE?

Na rozdíl od většiny mužů je ženám velmi často zima. Jak dokazují početné odborné studie, může za to jednoduše odlišná fyziologie ženského těla

96 V NEMOCI I VE ZDRAVÍ

Ještě než řeknete před oltářem své osudové „ano“, seznamte se podrobně s životním stylem a stravovacími nároky svého vyvoleného

108 CESTOVÁNÍ: ITALSKÉ TRENTINO

Záruka slunečného počasí dělá z Itálie ideální destinaci (nejen) pro lyžařskou dovolenou

■ SCÉNA

116 FILM

Premiéry na plátnech kin

118 HUDBA

Novinky z hudebního světa

119 KNIHY

Nové čtení

120 DVD

Filmy do obývacího pokoje

121 KULTURNÍ TIPY

Nejzajímavější události v kultuře

122 ROZHOVOR S MICHALEM DLOUHÝM

Sympatický blondák s neuvěřitelně modrýma očima už dávno není jen „ten bratr od Vladimíra“