

## ■ Z TITULNÍ STRANY

- 10 BROOKE SHIELDS**  
Už od dětství byly všechny její profesionální kroky i osobní dramata centrem pozornosti médií
- 42 KDE JE MOJE SOUKROMÍ?**  
Existuje právo na soukromí i ve vztahu a co dělat, když nás partner stále kontroluje?
- 46 CITOVÍ UPÍŘI**  
Berou vám energii, sílu, životní elán, optimismus, a dokonce i vaše vlastní emoce...
- 50 SEBEVĚDOMÍ VE SPODNÍM PRÁDLE**  
Jak může spodní prádlo ovlivnit sebevědomí ženy? Velmi. A nejen to: spodní prádlo má vliv na spokojenost ve vztahu, na sexuální život...
- 66 ŽENA: MŮJ PARÁDNÍ DOPLNĚK**  
Někteří muži vnímají ženu vedle sebe jako doplněk. Starají se o to, jak vypadá a jak o sebe pečují, a běda, když není dokonalá a bez chyby
- 78 PLACEBO: KDYŽ SÍLA MYŠLENEK LĚČÍ**  
Stále častěji se v medicíně objevují zprávy o síle psychiky a působení myšlenek na lidské tělo

## ■ NAVIGÁTOR

- 22 VÝZKUM**  
Novinky nejen ze světa psychologie
- 24 MANUÁL: JAK SNADNO CESTOVAT LETADLEM**  
Poradíme vám pár důležitých zásad a několik triků na zjednodušení odbavení a všeho kolem
- 26 ANALÝZA: PROČ JSOU SI LIDÉ NEVĚRNÍ?**  
Odpověď na tuto otázku hledají nejen psychologové, ale i laici, jichž se nevěra nějak dotkla
- 28 KARIÉRA: VŠECHNO DO TABULEK!**  
Stále sepisujete složité zprávy, tabulky a výsledky schůzek. Někdy vám tyto aktivity zaberou i třetinu pracovní doby... Jak se tomu bránit?
- 30 SEX: ZÁHADA BODU G**  
Má ženské tělo knoflík, jenž vyvolá orgasmus? Bod G je předmětem diskusí i dobrým byznysem: jeho operace prý způsobí revoluci v sexualitě ženy
- 32 DIAGNÓZA: HMYZ MI NAHÁNÍ HRŮZU**  
Někteří lidé si s blížícím se koncem léta hluboce oddechnou. Skončí jim nejstresovější období roku. Proč zrovna léto, ptáte se? Trpí fobii z hmyzu

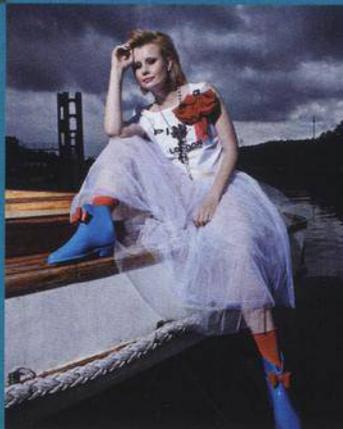


60  
Když dítě trápí  
deprese či úzkost

74  
Sbohem,  
léto



56  
Úspěch bez lži  
a manipulace



118  
Rozhovor  
s Jitkou  
Schneiderovou

## ■ PUBLICISTIKA

- 36 V HLAVĚ MARKA HOLEČKA**  
Už od svých čtyř let se cestovatel a horolezec sápal po všech možných skalách. Za svůj dosavadní život se na svět díval už z mnoha vrcholů. Jaký je a jak žije?
- 56 KARIÉRA: ÚSPĚCH BEZ LŽÍ A MANIPULACE**  
Zdá se vám, že pracujete lépe než kolega, ale pochvaly a finanční odměny dostává on? Možná je to tím, že neumíte sami sebe dobře prezentovat
- 60 KDYŽ DÍTĚ TRÁPÍ DEPRESE ČI ÚZKOST**  
Na depresi není nikdy příliš brzy, říkají odborníci. I velmi malé děti mohou prožívat hluboké deprese a trpět úzkostnými poruchami
- 70 BLESKOVÁ ANALÝZA: NEUMÍM ODPOUŠTĚT**  
Všechno špatné, co se stane, vás velmi zasáhne a křivdy ve vás zůstávají hluboce zakořeněné. Jak se naučit odpouštět těm, kteří vám ublížili?

## ■ SMYSLY

- 74 SBOHEM, LÉTO**  
Loučení s létem znamená také sčítání ztrát. Jak se na vás letos podepsalo slunce, písek na pláži a voda?
- 84 5 SMYSLŮ PRO LEPŠÍ ŽIVOT**  
Zprostředkovávají nám kontakt s vnějším světem, ale můžeme je také využít pro velmi efektivní relaxaci

- 96 VAŘENÍ: MENU Z CELÉHO SVĚTA**  
Skoro každá národní kuchyně má svou vyhlášenou specialitu, která se proslavila i za hranicemi. Vydejte se s námi na cestu kolem světa se čtyřmi rafinovanými zastávkami, podávají se tradiční i exotické pokrmy a na závěr sladká tečka
- 108 CESTOVÁNÍ: RAKOUSKÝ SERFAUS-FISS-LADIS**  
Trojice tyrolských historických městeček Serfaus, Fiss a Ladis je dokonalým místem pro rodinnou dovolenou s množstvím dětských atrakcí na každém kroku

## ■ SCÉNA

- 112 FILM**  
Premiéry na plátnech kin
- 114 HUDBA**  
Novinky z hudebního světa
- 115 KNIHY**  
Nové čtení
- 116 DVD**  
Filmy do obývacího pokoje
- 117 KULTURNÍ TIPY**  
Nejzajímavější události v kultuře
- 118 ROZHOVOR S JITKOU SCHNEIDEROVOU**  
Drobná sympatická blondýnka odmítá otázky ohledně soukromí, s radostí a neskrývaným nadšením se však baví třeba o jídle