

48
Lesk a bída sociálních sítí



52
Moje sbírka, můj život

10
Marcia Cross



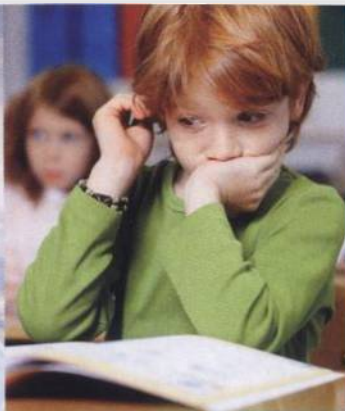
68
Udělám, co jí na očích vidím

■ Z TITULNÍ STRANY

- 10 MARCIA CROSS**
Její životopis připomíná seznam toho nejlepšího z americké televize od půlky 80. let až do dneška
- 44 MUŽ A ŽENA: ŽIJÍ JEŠTĚ RYTÍŘI?**
Existují ještě dnes muži, kteří uznávají rytířské hodnoty života? Nebo už dávno vymřeli?
- 48 LESK A BÍDA SOCIÁLNÍCH SÍTÍ**
Nemáte účet na Facebooku? Pro řadu lidí jako byste ani nežili. Mnozí z nich si však neuvědomují, že tzv. sociální sítě mají i odvrácenou tvář...
- 52 MOJE SBÍRKA, MŮJ ŽIVOT**
Co někoho vede k tomu, že sbírá různé věci a je ochoten obětovat jim tisíce hodin svého času?
- 68 UDĚLÁM, CO JÍ NA OČÍCH VIDÍM**
Ženy jsou prý slabší pohlaví, ve skutečnosti však mají na rozdíl od mužů k dispozici téměř nekonečný arzenál zbraní, kterými mohou dosáhnout svého
- 92 VITAMINY: NUTNOST, NEBO VYHOZENÉ PENÍZE?**
Skutečně různé multivitaminové tablety podporují naše zdraví, nebo spíš zisky farmaceutických firem?

■ NAVIGÁTOR

- 22 VÝZKUM**
Novinky nejen ze světa psychologie
- 24 MANUÁL: JAK POŘÍDIT SKVĚLÉ FOTKY**
Říká se, že jen špatný tesař si stěžuje na své nářadí. Totéž platí i pro fotografy. Pokud snímek vypadá mizerně, chyba je většinou v člověku, ne v přístroji
- 26 ANALÝZA: BUDEŠ MÍT BRATŘÍČKA**
Co pro dítě, které je ve své rodině pevně zabydlené, znamená věta „Buď přece můj velký a rozumný kluk“ ve chvíli, kdy se narodí další člen rodiny?
- 28 KARIÉRA: EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE V PRÁCI**
Zdá se, že čím více prostředků ke komunikaci máme, tím méně s nimi umíme správně zacházet. Přečtěte si, jak se naučit komunikovat efektivně a zorientovat se v informačním chaosu
- 30 SEX: ZÁLEŽÍ NA VELIKOSTI?**
Pohlavní úd je po tisíciletí symbolem mužství. V různých kulturách se na jeho počest vztýčovaly sochy či sloupy. Jaká důležitost je přikládána velikosti penisu dnes, vysvětluje Laura Janáčková

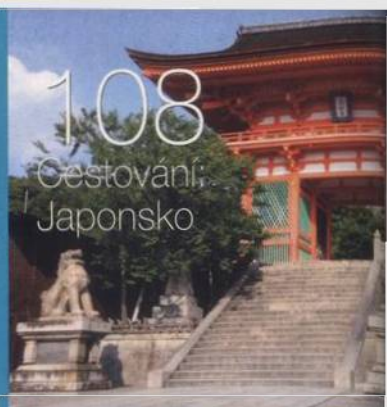


62

Proč má tak špatné známky?

108

Cestování:
Japonsko



58

Kariéra: věnost,
nebo změna?



122

Rozhovor s Liběnou
Rochovou

■ PUBLICISTIKA

- 32 DIAGNÓZA: NEUSTÁLE OBĚTI**
Někdo prožívá život jako v bavlence, jiný má pocit, že mu stále někdo háže klacky pod nohy a přistoupí na roli pasivní a ubližované oběti
- 36 V HLAVĚ VLADIMÍRA BENEŠE**
Patří mezi nejlepší světové neurochirurgy. Muž, který vidí lidem do hlavy, a to doslova, ve volných chvílích rád cestuje a sbírá střevlíky
- 38 MÓDNÍ IKONY: KOSTÝM CHANEL**
Těžko budete hledat praktičtější a zároveň elegantnější oblečení nežli kostým. Není divu, že se stal trvalou součástí ženského šatníku
- 58 KARIÉRA: VĚRNOST, NEBO ZMĚNA**
Pracujete už dvacet let stále u stejné firmy na stejné pozici, nebo rok co rok přebíháte z jedné práce do druhé? Optimální není ani jedno, ani druhé
- 62 RODIČE A DĚTI: PROČ MÁ TAK ŠPATNÉ ZNÁMKY?**
Špatné známky v žádném případě neznamenají, že vaše dítě nic neumí nebo že se nechce učit

■ SMYSLY

- 76 z očí do očí**
Mražený hrášek a plátky okurky fungují skvěle, ale moderní krémy dokážou víc. Vsaďte na kosmetiku, která se postará o okolí vašich očí jako profesionál

86 DOMÁCÍ LÁZNĚ

Nemáte čas na profesionální hýčkání ve vyhlášených lázních? Žádný problém, bolavé svaly a vystresované tělo můžete klidně opečovávat i v pohodlí domova

99 VAŘENÍ: VALENTÝNSKÉ MENU

Svátek svatého Valentýna sice nepochází z českých luhů a hájů, ale přesto tu docela zdomácněl

108 CESTOVÁNÍ: JAPONSKO

Jen málokterá země se může pochlubit tím, že má tři hlavní města. V Japonsku to jsou Nara, Kjóto a Tokio

■ 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 LIBĚNOU ROCHOVOU

Ráda nosí černou, barevné věci obléká zřídka. V šatech od ní se objevuje hlavně Lucie Bílá, ale šije prý pro každého, kdo ji o to požádá