

42
Osudové vztahy

58
V zajetí
slasti

10
Lauren Graham

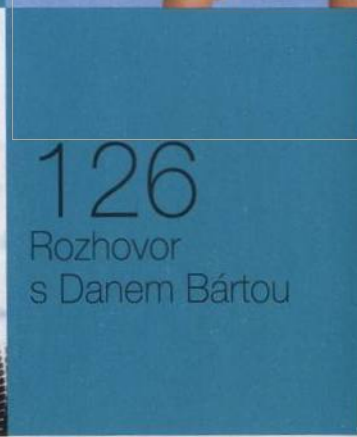
76
Pánská jízda:
za sexem?

■ Z TITULNÍ STRANY

- 10 LAUREN GRAHAM**
Dlouho putovala od jednoho zrušeného seriálu k dalšímu, až se konečně dočkala své životní role v postavě Lorelai Gilmore z Gilmoreových děvčat
- 32 NEJSEM LÍNÝ, JEN PROKRASTINUJI**
Když se neustále odkládání nepříjemných povinností stane způsobem životního fungování, máte problém
- 42 MUŽ A ŽENA: OSUDOVÉ VZTAHY**
V jakém vztahu dnes žijete, na tom mají možná podíl i vaše předchozí lásky, často už ta první
- 58 V ZAJETÍ SLASTÍ**
Jídlo, telefon, počítač, sociální sítě... Zpříjemňují či ulehčují život, ale mohou ho i dost zkomplikovat
- 76 PÁNSKÁ JÍZDA: ZA SEXEM?**
Muži milují pánské jízdy. „Co tam asi dělají?“ ptají se jejich ženy. Je to cesta za mladickou svobodou a zábavou, nebo za flirtem a nezávazným sexem?
- 98 KROK ZA KROKEM**
Hezčí postava, lepší nálada, více energie. Skutečné divy dokáže způsobit i zcela „obyčejná“ chůze

■ NAVIGÁTOR

- 22 VÝZKUM**
Novinky nejen ze světa psychologie
- 24 MANUÁL: JAK PŘEŽÍT DLOUHÉ CESTY AUTEM**
Dlouhá cesta autem na hory nebo k moři! Při těch slovech máte hrůzu v očích. Poradíme vám, jak se připravit a na co nezapomenout, abyste se vyhnuli stresu a nepříjemnostem a cestu si užili
- 26 ANALÝZA: MĚL BY VĚDĚT, ŽE HO PODVÁDÍ?**
Jak se zachovat, když se dozvíte o nevěře někoho blízkého? Máte podváděného upozornit a říct mu pravdu, nebo si to raději nechat pro sebe?
- 28 KARIÉRA: LÁSKA NA PRACOVÍŠTI**
Zamilovali jste se do někoho v práci, on do vás. Kdy to říct ostatním? A co když je partner vaším šéfem? A jak se zamilovanost odrazí na pracovním výkonu?
- 30 SEX: TAJEMSTVÍ EROTOGENNÍCH ZÓN**
Pokožka celého těla reaguje na doteky a hlazení. Existují však místa, kde mazlení vyvolává vzrušení ještě větší... Kde je hledat a jak s nimi nakládat radí psycholožka a sexuoložka Laura Janáčková



■ PUBLICISTIKA

- 46 CHOVÁNÍ: UŽ ŽÁDNÝ PODRAZI!**
Tváří se jako spolehliví kolegové nebo kamarádi, ale když se jim to hodí, neštítí se nás podrazit. A umějí zasadit pořádnou řádku!
- 50 NAŠI (HROZNÍ?) RODIČE?**
V pubertě vám přijdou hrozní. A co když podobné pocity z rodičů máte i v dospělosti a? Je to chyba vaše, nebo jejich, že marně hledáte společnou řeč? A dá se s tím vůbec něco dělat?
- 54 MÁ SE RÁD, NEMÁ SE RÁD...**
„Právě tolik nešlechternosti z toho pochází, když se přeceníme, jako když se nedoceníme.“
Josef Jungmann
- 62 ČLOVĚK V DAVU**
Jak se mění chování člověka podle toho, kolik lidí kolem sebe má a jací lidé to jsou?
- 66 KARIÉRA: PRACOVNÍ POHOVOR, NEBO HRA?**
Klečím na zemi a společně se třemi neznámými lidmi se z novin, několika čtvrtek papíru a špejlí pokouším sestavit věž. Nezbáznila jsem se. Jsem na výběrovém řízení do nové české banky
- 70 KDYŽ SE DÍTĚ BOJÍ**
Myslíte si, že znáte dokonale své dítě? Opravdu tušíte, co všechno se v něm odehrává? Čeho se bojí a co mu může způsobovat úzkost? Některé strachy jsou zřejmé, o jiných děti nemluví. Neumějí to...

■ SMYSLY

- 84 KAM NECHODÍ SLUNCE**
Navzdory ozonové díře není nutné trávit celý život ve stínu a bát se slunečních paprsků jako čert kříže
- 92 ZASTAVTE ČAS!**
Nezáleží ani tak na tom, co máte napsané v kolonce datum narození, jako na tom, co říká vaše tělo
- 103 PROTŘEPAT, NEMÍCHAT**
Vlahé večery vyzývají k posezení s tím správným letním drinkem. Osvěžujícím, lehkým a někdy zrádným

■ SCÉNA

- 120 FILM**
Premiéry na plátcích kin
- 122 HUDBA**
Novinky z hudebního světa
- 123 KNIHY**
Nové čtení
- 124 DVD**
Filmy do obývacího pokoje
- 125 KULTURNÍ TIPY**
Nejzajímavější události v kultuře
- 126 ROZHOVOR S DANEM BÁRTOU**
Zvukomalebnot a originalita jeho textů jsou pověstné, podobně působí i Danův verbální projev