



30

Z TITULNÍ STRANY

8 Kristen Stewart

Na světě je jen málo teenagerů, kteří by ji neznali jako Bellu Swan z upířské série Stmívání

44 Kdo jsou skuteční přátelé

Přítel je ten, kdo se upřímně spolupraduje z dobra, jehož se dostane druhému, a kdo s ním cítí bolest. Kolik takových přátel máte vy?

48 Můj život v kartách

Ezoterika, magie a okultismus zažívají velký rozmach. Proč se k nim obracíte i racionální lidé?

52 Cvičte si svou paměť, bude se vám ještě hodit!

Když paměť aspoň občas netrénujete, ochabuje podobně jako svaly

56 Umění chválit a lichotit

Jak zareagujete, když vás někdo za něco pochválí? Budete se červenat? Koktat? Mlčet? Klopat oči? Existuje vůbec správná reakce na pochvalu a lichotku?



60



64 Jedno dítě mám raději

Je normální, když matka miluje jedno své dítě víc než to druhé?

NAVIGÁTOR

20 Výzkum

Novinky nejen ze světa psychologie

22 Manuál: Jak hledat práci v cizině

Toužíte po práci v zahraničí? Není to nemožné, připravte si ale pořádnou dávku trpělivosti

24 Analýza: Jak vychovávají muži

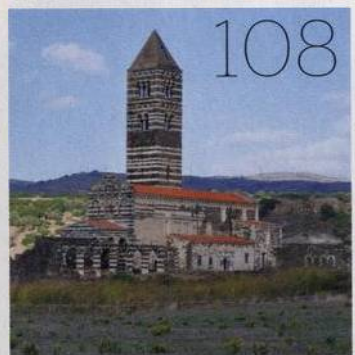
Jak to vypadá, když vychovává muž? V zásadě dost podobně, jako když vaří.

26 Jak získat novou energii do práce

Když ustrnete na mrtvém bodě, máte motivovat sami sebe, nebo je lepší poohlédnout se po jiném zaměstnání?

28 Sex: Funkce žárlivosti

Někdy je tak silná, že dožene osobu, která jí prožívá, až na pokraj zákona



34 Závislost na počítačových hrách

Počítač potřebujeme pořád. A tak je těžké vytyčit, kdy už jsme za pomyslnou hranici rizikové závislosti

34 V hlavě Patrika Hartla

Úspěšný režisér a autor oblíbených divadelních komedií právě vydává svou groteskní románovou prvotinu

36 Módní ikony: Šaty šité na tělo

Zvýrazní tělesné formy a ne nadarmo se jim říká „pouzdrové šaty“

PUBLICISTIKA

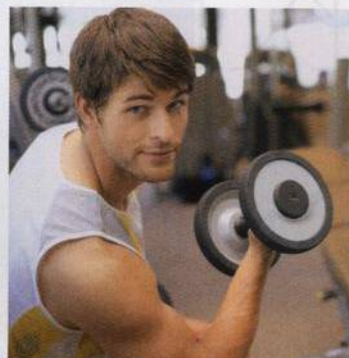
40 Máme dítě... a nestačíme spolu mluvit

Proč se komunikace s partnerem smrskává jen na přebalování, kojení a logistickou debatu kdo, kdy a kam?

60 Kariéra: Skřivan nebo sova?

Chcete-li být maximálně výkonní, naslouchejte biorytmům a zkuste pracovat v době, kdy je organismus nejlépe připraven na zátěž

70



život. A náš článek vám prozradí, kdy je organismus připraven zvládnout každou výzvu..

96 **Indie: Pestrý kaleidoskop chutí**

V indické kuchyni se často používá pro nás dost exotické koření, jako kurkuma, pískavice, hořčičné semínko, koriandr, šafrán a tradiční více či méně ostré chilli papričky

108 **Sardinie: Ostrov kontrastů**

Luxusní pobřežní letoviska jsou světelné roky vzdálená od oprýskaných měst a tajemné prehistorické stavby sdílejí krajinu s proslulými románskými kostely

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 Klárou Vytiskovou**

Na pódiu nebo v televizi ulítá, extravagantní a drzá. V civilu milá, usměvavá a až nečekaně pokorná

70 **Sexy mozek nestačí**

Ve dvaceti se mužům cvičí snadno. Ale jak přibývají roky, člověk je čím dál pohodlnější a místo dřiny v posilovně dá obvykle přednost knížce, sklenice vína či posezení s přáteli. A to se na fyzické kondici začne brzy projevovat...

74 **Na druhých hledám jen chyby**

Opravdu jsou lidé tak špatní, nebo je něco špatné s vámi? A jak se naučit vidět své okolí trochu pozitivněji?

SMYSLY

78 **Zlovyky v péči o krásu**

Jaké návyky v péči o vzhled jsou pro nás obzvlášť škodlivé?

86 **Dokonalá v každém věku**

Zkuste odborné procedury, které vás zbaví každé nedokonalosti a dodají sebevědomí bez ohledu na věk

90 **Smysly: Správné načasování**

Poslouchejte své vnitřní hodiny. Pomohou vám vést zdravější