

Obsah

ŘÍJEN 2013



NA OBÁLCE
ANNA K
FOTO:
GORAN TAČEVSKI
MAKE-UP:
ADRIANA BARTOŠOVÁ
STYLING:
JANO KIMÁK
PRODUKCE:
HALINA ŠEBESTÁKOVÁ



110



z titulní strany

- 22** ANNA K překonala těžkou nemoc a ví, jak stresující je se nestresovat.
- 38** ŽÁDANÁ V PRÁCI? Víme, jak to udělat, aby se o vás zaměstnavatelé poprali.
- 48** JAK SE NEHÁDAT Sporům v rodině, partnerství i v práci se dá snadno předejít.



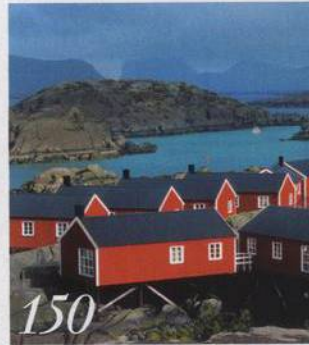
114



80



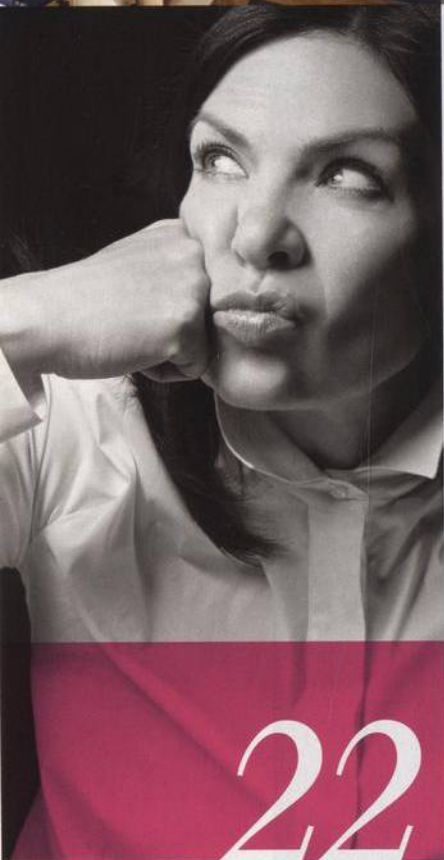
42



150



124



22

20 OTÁZKA MĚSÍCE

Je dobré, aby si žena začala s mužem jako první?

36 ŠATNÍK V ŘÍJNU

Doplňte ho o chlupatý kabát, odřené džíny a lakovky.

42 MÁTE ČERVENOU!

Dejte svému šatníku šmrnc.

50 RODINNÁ POHODA

Proč je tak těžké vyjít se svými nejbližšími?

53 ZAŽEŇTE CHMURY

Rady, které vám pomohou v boji s podzimní depresí.

56 ZLÉ ŽENY

Ženy umějí táhnout za jeden provaz. A taky se nenávidět až za hrob.

60 MOJE LEPŠÍ SÉGRA

Je normální upřednostňovat jedno dítě před druhým?

62 NEVĚRNĚ TVÁ

I nevěru lze využít jako způsob k poznání sama sebe.

66 CIVILIZUJÍ ŽENY MUŽE?

Proč muž pobývající v ženské společnosti mění své chování?

68 MEDITACE ŽIVOTA

Rozhovor s Jitkou Vodňanskou

76 NEVZDÁME TO!

Že veselá mysl znamená půl zdraví, není jen rčení. V případě rakoviny platí dvojnásob.

88 MŮJ VZKAZ SVĚTU

Vzkazy žen, které přežily rakovinu prsu.

94 HRDINOVÉ V POZADÍ

Byli nablízku ženám, které bojovaly se zákeřnou chorobou. Jak na to vzpomínají?

106 OPRAVTE PLEŤ

Drobné vrásky, pigmentové skvrny, akné... Dejte svoji pleť po letních radovánkách zase do pořádku.

112 PÉČE O TĚLO

Nejlepší tipy, jak srovnat svoje tělo do latě.

140 RŮŽOVÁ AUKCE

Přední čeští návrháři a designéři se nechali inspirovat tématem boje proti rakovině prsu.

148 10 MÍST...

pro dokonalý relax.



132