

Ona ví

leden
2009

Leden

Obsah

- 6** O mrazu jen v dobrém
Pomáhá nejen zahubit viry,
ale také léčí
- 8** Vyhodte si o masopustu
z kopýtka
- 9** Kde hledat inspiraci



6

DOBROTY

- 12** Jak obelstít diety
Desatero hříšků, které vám
pomohou zhubnout
- 21** Zabijačka v paneláku
- 22** Vaříme z vody: cibulačka,
pstruzi v soli a tažený štrúdl
- 23** Pomeranče trochu jinak
- 24** Dobrotы pro mlsný jazýček
i novinky do kuchyně



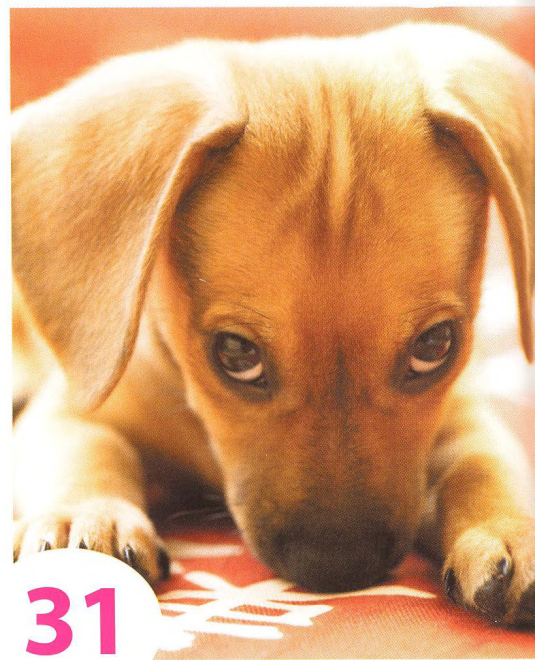
12

DOMOV

- 26** Dáme si do bytu...
Pár užitečných tipů jak si zútlunít
domov a dodat mu šmrnc
- 28** Holky, zázraky se dějí!
Vynálezy, které ženám změnily svět
- 31** Fuj ... cos to provedl!
Co pomáhá proti zápachu
z loužiček domácího mazlíčka
- 32** Ženské zbraně
Víte, jaké náradí potřebujete mít
po ruce, když se ten váš k ničemu
nemá?
- 34** Pohádky z proutí
Doplňky do bytu, co nikdy
nevyjdou z módy



26



31



TITULNÍ STRANA

- 14** Lehce do nového roku
Recepty na 7 dní: slepičí vývar s masem a zeleninou,
kuřecí kapsa se šunkou a sýrem, šafránové rizoto,
vepřové maso v pálivé omáčce, těstoviny s olivovým
pestem, těstoviny s krevetami, vegetariánské tortilly,
lehký ovocný dort, palačinky s borůvkami
- 44** Společenské & originální
Luxusní módní kreace inspirované klasickými
technikami
- 51** Mlsné myšky
Uháčkujte svým
ratolestem
roztomilou myš
rodinku
- 56** Diamanty pro
všední den
Co ještě nevíte
o orchidejích

36



ŠIKOVNÉ RUCE

- 36** Masopustní masky
Zábavné tvoření s dětmi i pro děti
- 38** Sashiko: jednoduché a efektní!
Kouzelná tradiční japonská technika prošívání
- 39** Předlohy, šablony, podvinky
- 43** Paličkované měsíční ryby
- 47** Modrý náramek
Navlékáme korálky
- 48** Bydlení s barvami
Dekorační polštáře zpříjemní interiér
- 50** Háčkové podložky
- 52** Ubrus s perskou výšivkou
Jedna z nejstarších patchworkových technik
- 54** Jablíčka jako malovaná...
pardon, háčkováná



52

58

ZAHRADA A KVĚTINY

- 58** Co chtějí květiny
- 59** Voňavý příslib jara
- 60** Zahradníčme v lednu
- 61** Sudoku a listárna



72

CHVILKA PRO VÁS

- 64** Do společnosti, nebo na maškarní?
Jak se správně nalíčit pro různé příležitosti
- 66** Módní novinky
- 67** Vychytávky pro krásu
- 68** Bylinkový horoskop
Pro každé znamení zvěrokruhu se najdou prospěšné byliny
- 70** 12 zdravotních zastavení
Co na nás čihá v příštím roce
- 72** Maskované Benátky
Italské město na laguně má své kouzlo i v zimě. Začíná přece karneval!
- 74** Zmrzl mi úsměv na rtech
Osudové příběhy ze života
- 76** Novinky v lékárně
- 78** Příště