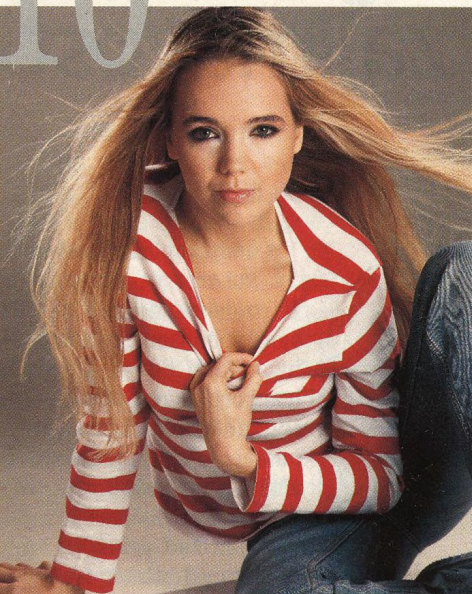


10

LUCIE VONDRÁČKOVÁ:

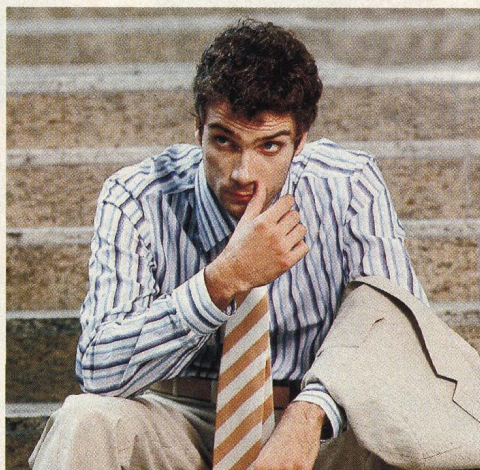
Vrásek se nebojím!



ŠTÍHLÁ DO PLAVEK

18

Pokud se chcete zbavit nadbytečných kil, abyste mohla ze skříně vyndat oblíbenou minisukni, nestačí jenom nedočkavě sledovat ručičku na váze.



JAKÝ VLASTNĚ JE?

48

To, jak se muž chová doma, vám o něm prozradí více, než by se mohlo zdát. Pravděpodobně se dozvíte také něco o sobě.

TALENT A DÍTĚ

36

Toužíte po tom, aby vaše dítě mělo bohatou fantazii a bylo tvořivé?

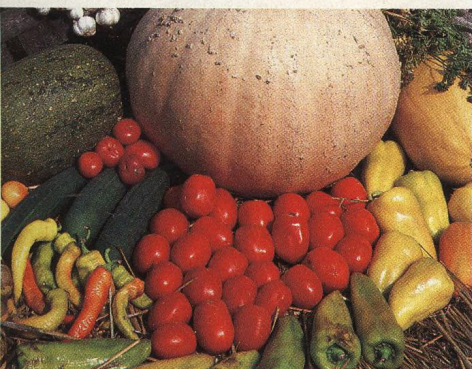
Poradíme vám, jak rozvíjet jeho nadání.



COŽ TAKHLE DÁT SI BIO?

58

Od poplachu, který mezi spotřebiteli vyvolala nemoc šlených krav, mají biopotraviny stále více příznivců.



SOLÁRIA – ANO, ČI NE?

24

Rakovinu kůže můžete časem dostat i v soláriu. Dejte si pozor na informace od pracovníků a zajímejte se o všechna rizika.



- 5 Čtyři otázky pro Richarda Adama
- 10 Rozhovor s Lucií Vondráčkovou
- 16 Anketa
- 26 Osudy hvězd: Bruce Willis
- 34 Na návštěvě u Jitky Molavcové
- 50 Příběh: Návraty Ladi Kerndla
- 70 Společnost

NA AKTUÁLNÍ TÉMA

- 14 Umírám žízni
- 18 Štíhlá do plavek
- 22 Vlčí hlad
- 24 Solária – ano, či ne?
- 42 Strašák klimakterium
- 60 Signál k obraně

PÉČE O DÍTĚ

- 36 Talent a dítě
- 38 Lze se bránit
- 40 Dětský kaleidoskop

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 6 Starosti s pletí
- 8 Co nás trápí
- 32 Nemoc pod lupou – zánět spojivek
- 52 Netradiční terapie a postava
- 62 Sprej místo tablety
- 68 Poradna
- 78 Fytoterapie – jitrocel

ŽIVOTNÍ STYL

- 28 Co je to mobbing
- 30 Elixír krásy
- 48 Jaký vlastně je?
- 56 Konečně pátek
- 76 Cvičení
- 46 Sex

VÝŽIVA A RECEPTY

- 58 Což takhle dát si bio?
- 64 S vařečkou v ruce Karel Černoš
- 66 Poznejte sýry
- 72 Recepty

ZÁBAVA A POUČENÍ

- 74 Test
- 80 Soutěžte s námi
- 81 Křížovka