



20 PŘIPOJTE SE

Stále více lidí hledá únik z reality a vytváří si svůj vysněný svět na internetu. Jsou známy případy, kdy se lidé nedokázali odtrhnout od počítače celých čtyřicet hodin.



28 ZLODĚJ KOSTÍ

Osteoporóza nebolí. Zejména proto se o ni lidé zajímají až tehdy, když pocítí její následky, jako jsou vážné a špatně se hojící zlomeniny.



ZHUBNĚTE U TELEVIZE

Samomasáží se můžete zbavit celulitidy i zbytečných kil, a přitom si nemusíte nechat ujít ani oblíbený seriál.

66

RÁNA POD PÁS

56

Žena, jejímuž milovanému se stane podobná nehoda, by se měla pořádně kousnout do jazyka a v žádném případě z úst nevypustit větu: Bolí tě to moc, miláčku?



LÉČBA VŮNÍ

Aromaterapie harmonizuje tělo i duši, posiluje imunitu a pomáhá při zátěži a stresu.

58



DNES VEČER NE

32

Nemám na to prostě chuť. Toto postesknutí slyší sexuologové stále častěji. Samozřejmě od žen, ale také od mužů.



LIDÉ

- 12 Rozhovor se Sabinou Laurinovou
- 24 Osudy hvězd: Cameron Diazová
- 36 Anketa: Jak zvládáte pubertu dětí?
- 48 Společnost
- 54 Na návštěvě u Pavla Kuky
- 62 Příběh: S novým srdcem
- 72 S vařečkou v ruce: Jana Adámková

NA AKTUÁLNÍ TÉMA

- 16 Konečný verdikt?
- 18 Řekněte si dost
- 20 Připojte se
- 28 Zloděj kostí
- 32 Dnes večer ne
- 40 Překonejte strach

PÉČE O DÍTĚ

- 34 Máte doma pubertáka?
- 38 Dítě v autě
- 39 Dětský kaleidoskop

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 8 Kouzlo vůní
- 10 Tipy a triky
- 42 Nemoc pod lupou: Sepse
- 52 Poradna
- 56 Rána pod pás
- 58 Netradiční terapie: Aromaterapie

ŽIVOTNÍ STYL

- 46 Holky, jde se na pivo!
- 50 Aby vám to klaplo
- 54 Hahaha, hihhi
- 66 Zhubněte u televize

VÝŽIVA A RECEPTY

- 76 Recepty
- 70 Jídlo bod bodem mrazu
- 84 Houby
- 86 Fytoterapie: Zlatobýl

ZÁBAVA A POUČENÍ

- 64 Naděje jménem vakcína
- 74 Test
- 82 Cvičení
- 88 Soutěžte s námi
- 89 Křížovka