

MONIKA ABSOLONOVÁ

Zpívá od malička, ale popularitu jí přinesla až role v muzikálu Kleopatra. Tvrdí, že po slávě netouží, a své soukromí si přísně střeží.

12



JAK NESTÁRNOU?

Hezká pleť si žádá pravidelnou péči a občas i nějaký ten kosmetický zásah.

10



PRO SEBE I PRO MIMINKO

Aby se dítě vyvíjelo, jak má, musí těhotná žena dodržovat řadu pravidel.

22

54

POVĚRY O TUCÍCH

Pryč s tuky, hlásá většina diet. Ale jsou opravdu všechny tak nezdravé a lze je zcela vyloučit z jídelníčku?



MŮŽE ZA TO ZIMA!

Nic vám vlastně není, jenom se divně cítíte, pobolívá vás hlava a loupe vám v kostech. Nebojte se, nejde o nemoc, ale o stav nazývaný jarní únava.

24



40

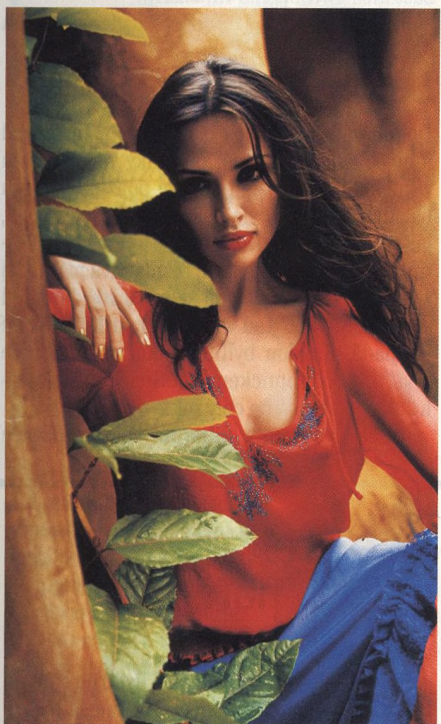
HOŘKÁ PILULKA

Jak přimět dítě, aby spolkló lék, a co byste měli vědět o lécích určených dětem.

**ZAKÁZANÉ SNY**

Máte sexuální představy, za které se stydíte sami před sebou? Naopak je využijte, abyste oživilí nudný partnerský sex.

62

**NEJDŮLEŽITĚJŠÍ JE UMĚT ŘÍCI NE**

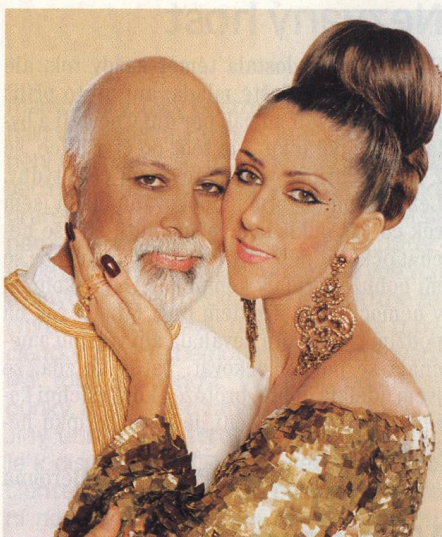
Normální je nepít a nekouřit, je to jen otázka vůle, říká někdejší bouřlivák, herec Pavel Landovský.

46

**CHUTNÁ A LEHKÁ**

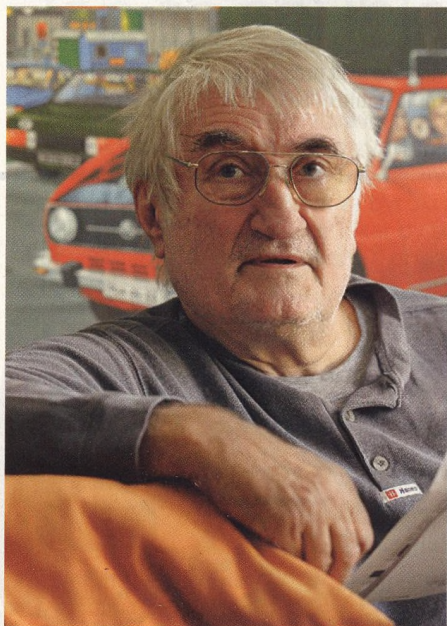
Vyhlaste urychleně válku zimnímu sádlu a zaútočte na ně lehkou a chutnou dietou!

74

**ŽENY MILUJÍ PLEŠATÉ**

Potkat muže s hustou hřívou je dnes už téměř zázrak a není to pouze posledními trendy v účesech.

64

**LIDÉ**

- 12 Rozhovor s Monikou Absolonovou
- 26 Anкета: Přepadá vás jarní únava?
- 28 Osudy hvězd: Liz Hurleyová
- 46 Na návštěvě u Pavla Landovského
- 58 Ze společnosti
- 60 Příběh: Miloslav Stingl
- 70 S vařečkou v ruce: Valérie Zawadská

NA AKTUÁLNÍ TÉMA

- 18 Jsem těhotná
- 22 Pro sebe i pro miminko
- 24 Může za to zima
- 30 V zimě jako v létě
- 34 Vytrhnout, nebo ne?
- 64 Ženy milují plešaté

PÉČE O DÍTĚ

- 36 Máte batole?
- 38 Děti a my
- 40 Hořká pilulka

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 8 Věčně mladá
- 10 Jak nestárnout?
- 44 Poradna
- 50 Nemoc pod lupou: Meningitida
- 72 Zázračná tekutina?
- 86 Fytoterapie: Kontryhel

ŽIVOTNÍ STYL

- 52 Láká vás posilovna?
- 62 Zakázané sny
- 66 Cesty za zdravím: Francie

VÝŽIVA A RECEPTY

- 54 Pověry o tucích
- 74 Chutná a lehká
- 78 Recepty: Pozdravy z Itálie

ZÁBAVA A POUČENÍ

- 56 Rizika umělé krásy
- 80 Test: Jste ve formě?
- 84 Cvičení
- 88 Soutěžte s námi
- 89 Křížovka