

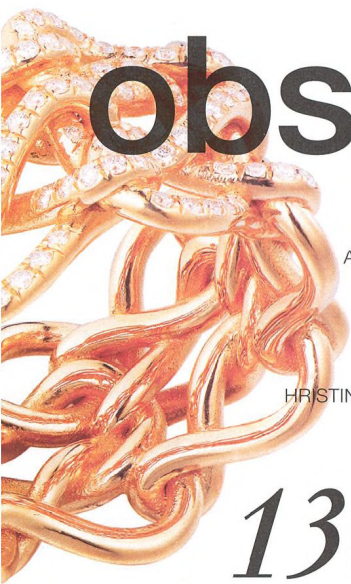
obsah

LISTOPAD 2017

26



Hear Me Roar



130

NA OBÁLCE
ALENA ŠEREDOVÁ
FOTO:
ANNA KOVAČIČ
STYLING:
SOŇA ERBA
MAKE-UP:
KRISTINA GEORGIEVSKA

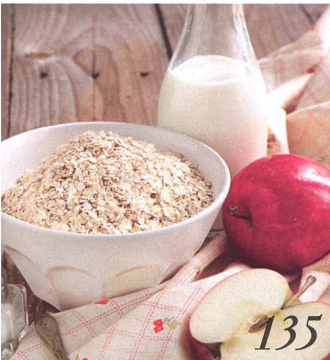


z titulní strany

- 12 ALENA ŠEREDOVÁ**
Rozhovor o jejích receptech na klidný a šťastný život.
- 38 SEX ZA SOCIALISMU**
Měly ho ženy tenkrát lepší?
- 82 SAMA NA CESTĚ**
Jak se stát sólo cestovatelkou.
- 94 TRIKY PRO SEBEVĚDOMÍ**
Získejte kuráž v několika krocích téměř okamžitě.



50



135



114



32



58



99



12

- 26 KOSTKOVANÝ KOSTÝM**
Jak a s čím ho nosit.
- 32 PASTVA PRO OČI**
Nejlepší módní novinky na listopad.
- 44 ÚSKALÍ SEBEROZVOJE**
Méně je někdy více.
- 50 RODINNÁ ALBA**
Příběhy rodinných soužití.
- 58 IDEÁLNÍ RODINA**
Podle dokumentaristky Jany Počtové neexistuje.
- 64 PSYCHOTERAPIE**
Jak funguje ta on-line.
- 70 CHCEME TOHO MOC?**
Máme skutečně na partnery vysoké nároky?
- 78 PŘESTAŇTE SE STYDĚT**
A užijte si to, po čem toužíte.
- 88 JAK SE MÍT RÁDA**
Podle jógy.
- 96 ŠPERK PRO SEBE**
Koupit si ho můžete sama.
- 99 NAŘASENO**
Nejlepší řasenky a štětce.

- 104 JSTE ORIGINAL?**
Odlíšnosti v krásce vedou.
- 108 MASÁŽ TĚLA**
Fyzická i psychická relaxace.
- 114 BARVY PROVENCE**
Módní podívaná v barvách podzimu.
- 125 DOTEK LUXUSU**
Listopadové módní trendy.
- 130 ZÁŘIVÁ PODÍVANÁ**
Prsteny, náramky, hodinky.
- 135 ANTIDEPKA**
Najdete ji v pěti receptech.
- 140 PRŮZKUMNÍK ZTRACENÉHO ČASU**
Na cestách za opuštěnými domy.
- 144 TICHU LÉČÍ**
Proč nám ticho svědčí.
- 146 ŠTASTNĚ DO PRÁCE**
Jak obrátit cestu do práce ve svůj prospěch.
- 152 FILM, HUDBA, VÝSTAVY**
Tipy na listopad.

125

