



# Obsah

## WELLNESS

- 10 **Už se těším na Vánoce** Miluše Šplechtová
- 12 **Máte rádi samotu?** Buďte sami se sebou
- 18 **Šálek čaje, prosím!** Vše o čaji
- 24 **Bluesové souznění** Unikněte zimní melancholii
- 28 **Horké prázdniny** Malý průvodce pro krátkou dovolenou v sauně

## KRÁSA

- 34 **Jednoduše okouzlující** Minimální úsilí, maximální efekt
- 40 **Koupelí ke kráse** Deset věcí, které byste měli vědět o koupeli
- 44 **Malí pomocníci, velký účinek** Vitaminy pro Vaši pleť
- 48 **Knižní pult** Móda ve Vaší knihovničce

## ŽIVOTNÍ STYL

- 50 **Cítit se jako v bavlnce** Bytové doplňky z vlny
- 52 **Pece rozpálit!** Zimní recepty
- 58 **Pěšky na lyžích** Ty nejkrásnější sjezdovky