



Obsah

WELLNESS

- 8 **Život na Zemi nekončí** Každý z nás může pomoci
- 10 **Teplá nebo studená?** Proti pomerančové kůži obě!
- 12 **Přijde Vám „bio“ logické?** Životní filosofie zažívá boom
- 18 **Zmatení hlasů** Naslouchejte svému nitru
- 22 **Zahýbejte světem** I cvičení může být šetrné k přírodě

KRÁSA

- 26 **Krátce. A dobře.** Krátké vlasy Vám budou slušet
- 34 **Obličejové cviky** Gymnastika proti vráskám
- 38 **Zpětný chod** Kosmetika se vrací k přírodě

ŽIVOTNÍ STYL

- 42 **Zelená je nová černá** Bio trend v módě
- 44 **Sladké sny** Postele s nebesy patří minulosti
- 46 **Oranžová sezóna** Připravte si dobroty z dýně
- 50 **Podává se ranní káva** Životabudič číslo jedna
- 52 **Město v záplavě květů** Podívejte se s námi do San Francisca
- 58 **Přeháňky s elegancí** Když zaprší
- 60 **Wellness horoskop** Když hvězdy radí
- 62 **Nepatříme do starého železa** Naše tělo ho však potřebuje