



34



48

Obsah

WELLNESS

- 06 **Ivana Chýlková** Domácnost mám pod palcem
- 10 **Krása z laboratoře** Bez zásahu plastické chirurgie
- 12 **Jste krásní?** Krása vychází zevnitř
- 20 **Koupel plná rozkoše** Wellness doma ve vaně
- 24 **Fit pro krásu** Sportujte, hýbejte se, buďte v kondici

KRÁSA

- 28 **Každý má vlastní hlavu** Nápadité účesy
- 34 **Stárnout s grácií** Domácí anti aging
- 40 **Krása v pilulkách**

ŽIVOTNÍ STYL

- 44 **Móda je vysoce ženská** Zvýrazňujeme křivky
- 46 **Hra se zrcadly** Pro útulný a světlý byt
- 48 **Celý svět na talíři** Dobroty mezinárodní kuchyně
- 52 Na stopě olejům: Není olej jako olej
- 54 Cestování do svého já: Pro klid v duši
- 58 Cítím se skvěle!: Zažehňte listopadové chmury
- 60 Wellness horoskop: Když hvězdy radí
- 62 Jizvy na těle: Nemusí být navěky