



32



52

## Obsah

### WELLNESS

- 06 **Holubko, jak si tohle zasloužíš?**
- 08 **Péče poté** Slunce vlasům nesvědčí
- 10 **Jste na špatné stopě?** Dívejte se kolem sebe
- 16 **Elixír včelky Máji**  
Med je všelék a malý kosmetický zázrak
- 20 **Recept na štěstí** Spočívá v maličkostech
- 26 **Smíšená dvojice** Sportujete s partnerem?

### KRÁSA

- 32 **Tváře léta** Přepudrujte se!
- 38 **Budte půvabná těhulka!**  
Aby bylo čekání příjemné

### ŽIVOTNÍ STYL

- 44 **Jako na safari** Tipy na renovaci bytu
- 46 **Letní pokušení**  
Lehké saláty Vás příjemně osvěží
- 50 **Zdraví po lžičce**  
Vaše miminko bude vrnět blahem
- 58 **Bílé jedničky** Barva nevinnosti prozáří Váš byt
- 60 **Wellness horoskop** Když hvězdy radí
- 62 **Když sluneční paprsky škodí**  
Alergie není nic ojedinělého