

OBSAH

KAŽDÝ MŮŽE ZVÍTĚZIT	7	CÍTÍM SE DOBŘE	
		A je to vidět!	48
ABY SE ČLOVĚK OPRAVDU CÍTEL DOBŘE		ACH, TY KOMPLEXY	50
To klapne!	10	Kvůli problémům s hormony si raději nasad' růžové brýle	51
KDYŽ NÁMI ZMÍTÁJÍ POCHYBY	12	<i>Pět nejlepších tipů, jak se cítit lépe</i>	52
Dokonale nedokonalá	13	OSOBNÍ STYLING	
Rychlokurz odvahy	16	- JSI TAK KRÁSNÁ	54
DOTAZNÍK		Všechno ohledně pěkné postavy	
Jaké jsou tvé slabiny?	22	RADY PRO PLNĚJŠÍ DÍVKY	56
HLEDÁNÍ CHYB	24	Mohlo by toho být o něco více?	
<i>Milostné záležitosti neboli:</i>		RADY PRO HUBENÉ DÍVKY	57
<i>Jsi opravdu ostýchavá?</i>	26	Vzhůru do výšek!	
<i>Vyhodnocení</i>	30	RADY PRO MALÉ DÍVKY	58
<i>Ošklivé káčátko nebo krásná labuť neboli:</i>		Krátce a dobře	
<i>Máš komplexy?</i>	32	RADY PRO VELKÉ DÍVKY	59
<i>Vyhodnocení</i>	34	Co se může a nesmí ve věcech módy	60
<i>Schopnost prosadit se mezi přáteli, v rodině a ve škole neboli: Vyzkoušej, zda jsi pohotová</i>	37	TAJNÉ TRIKY HVĚZD	62
<i>Vyhodnocení</i>	40	ZÁKLADY KRÁSY	64
THINK PINK: I SLABINY MOHOU BÝT PŘEDNOSTÍ	44	Otestuj si sama sebe	64
		Péče o mastnou pleť	66
		Péče o smíšenou pleť	67
		Péče o suchou pleť	68
		<i>Make-up:</i>	
		<i>méně znamená více</i>	69

PŘÍRODNÍ PROSTŘEDKY	70	BŘICHO A SEBEVĚDOMÍ	100
Masky, které si uděláš doma	70	Břicho ve formě	101
<i>Kosmetické studio</i>		Potěšení z jídla	102
<i>v kuchyni</i>	72	<i>Síla chilli</i>	105
Vitaminy –			
krásná k nakousnutí	74	NEJRYCHLEJŠÍ CESTA K EGU	
		Nauč se být sebevědomá	106
ZÁCHRANA			
NA POSLEDNÍ CHVÍLI	76	UŽ NIKDY STYDLIVÁ!	108
Rychlé tipy pro dobrý vzhled	76	<i>Psycho-highlights</i>	
		<i>pro stydlivé</i>	109
WELLNESS PRO TĚLO I DUŠI		Konec se styděním	110
Jak se natankovat	78	Musíš se s tím poprat	116
		<i>Nejzáladnější ego-killer</i>	
CO SI ZASLOUŽÍ NOS,		<i>neboli: Věty, které bys</i>	
OČI A UŠI	80	<i>nechtěla nikdy slyšet</i>	120
Jak se vylepšit		<i>Nejsladší ego-pusher</i>	
používáním barev	80	<i>neboli: Věty, které bys ráda</i>	
Cesta smyslů	83	<i>slyšela častěji</i>	121
Pořád za nosem	84		
<i>Vonné spojení</i>	85	TRAPNÉ, TRAPNÉ	122
VZOREC PRO DOBÝ POCIT		CO NA KONECI	124
- H₂O	88		
Síla vody	88		
Báječná koupelna	90		
Mokrý vizážista	93		
FITNESS PRO TEBE	94		
<i>Jaký sport ti dělá dobře?</i>	95		
<i>Vyhodnocení</i>	96		
<i>Sport – zabiják deprese</i>	98		
Gymnastika			
pro dobrou náladu	98		