

obsah

DUBEN 2018



NA OBÁLCE
BARBORA POLÁKOVÁ
FOTO:
ANNA KOVAČIČ
STYLING:
SOŇA ERBA
MAKE-UP:
LUCIE JANKŮ



32

z titulní strany

- 14 BARBORA POLÁKOVÁ**
Druhá dcera, druhá deska...
A co se změnilo dalšího?
- 62 SEXY SMS?**
Jak je psát a nebyť trapná.
- 68 NÁVOD NA RODIČOVSTVÍ?**
Neexistuje! Věřte sobě.
- 150 MÓDNÍ TERAPIE**
Módní trendy, které vám
vmžiku zlepší náladu.

132



98

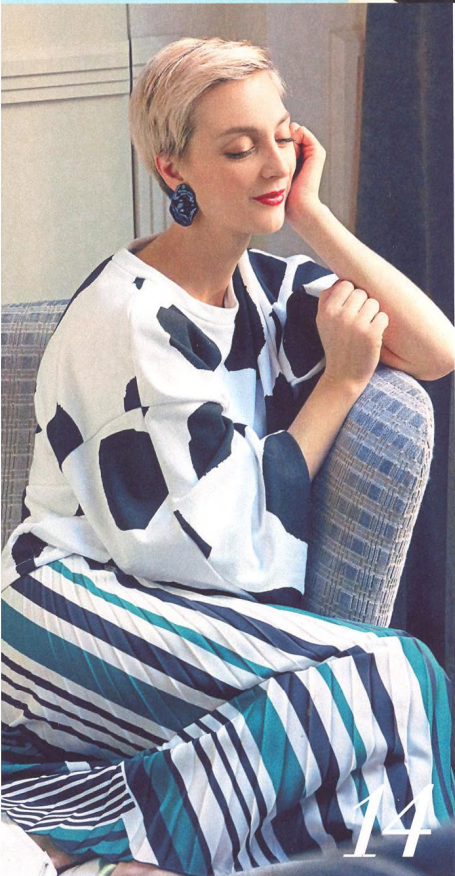


26



54

111



144

- 32 POP-ART**
Jak a s čím ho nosit.
- 34 VSTÁVAT ODPOČATÁ**
Poradí náš manuál.
- 38 DUBNOVÉ HITY**
Přivítejte jaro s barevnými
módními novinkami.
- 52 ZPÁTKY U MAMINKY**
Proč se muži ve čtyřiceti stěhují
zpět domů?
- 54 MÓDNÍ ÚLET**
Výstřednosti designérek.
- 66 V NOVÉ PRÁCI**
Co dělat pro úspěšný start.
- 72 ŽIVOT NANEČISTO**
Nejen o vrcholovém sportu
s koučem Marianem Jelínkem.
- 84 NEZAPOMEŇ, UMŘEŠ!**
Na co může být dobrá nová
aplikace v mobilu.
- 96 MÓDNÍ PSYCHOLOG**
Co dělá a v čem vám
může pomoci?
- 98 STYLOVÁ UNIFORMA**
Rozpoznatelný look
módních ikon.
- 106 MODERNÍ VÝŠIVKA**
Doladte si oblečení sama.
- 111 NOVÁ ETAPA**
Životní změna
= změna barvy vlasů?
- 116 ZUBY**
Čím všim jim můžeme škodit.
- 122 BOTOX**
Může zatočit i s depresí.
- 126 VNÍMÁNÍ BAREV**
Kosmetické líčení a psychika.
- 132 DESÍTKA TRENDŮ**
Jaké bude letošní módní jaro?
- 143 NÁKUPNÍ SPECIÁL**
Tři nové kousky do vašeho
šatníku – šaty, kabelka, boty.
- 156 NĚCO NA ZUB**
Sladká nabídka doplňků
a šperků.
- 170 JAK NA STRES?**
Jednoduše. Vytréste ho!
- 174 NEMŮŽETE ZA VŠECHNO**
Opravdu si za všechno
negativní můžeme sami?
- 182 SAUNOVÝ RITUÁL**
Co na vás prozradí?



143