



Obsah

Úvod **6**

Kapitola 1 **Péče o pleť** **12**

Kapitola 2 **Péče o tělo** **38**

Kapitola 3 **Líčení** **68**

Kapitola 4 **Vlasy** **82**





Kapitola 5 **Strava** 94

Kapitola 6 **Uvolněte se!** 104

Kapitola 7 **Plastická chirurgie** 118

Malý kosmetický slovníček 126

Rejstřík 127

