

obsah

LEDEN 2020



28

NA OBÁLCE
ADÉLA GONDÍKOVÁ
FOTO:
LUCIE ROBINSON
STYLING:
SOŇA ERBA
MAKE-UP:
EVA SVOBODOVÁ



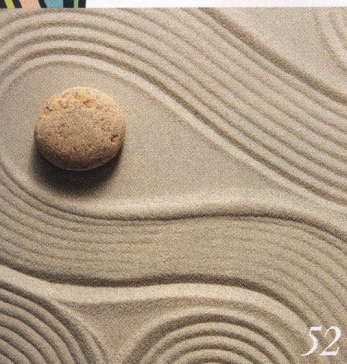
78

z titulní strany

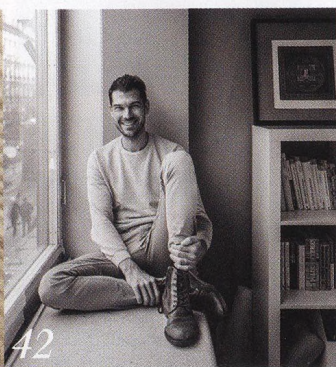
- 10 **ADÉLA GONDÍKOVÁ**
O druhé svatbě, manželství, divadle i sourozenectví.
- 34 **VZTAHOVÉ BEZVĚTŘÍ**
Když ve vztahu vládne příliš velký klid.
- 38 **TY, CO SE OMLOUVAJÍ**
Jaká je cesta pasivního ženství?
- 52 **BÝT, MEDITOVAT, MILOVAT**
Naučte se vědomě žít v přítomnosti. Tady a teď.



84



52 42



32



68



108



10

- 22 **TALÍŘE, CO VYPRÁVĚJÍ**
S designérkou Lenkou Záhorkovou.
- 24 **JAK NOSIT**
Flitry na párty.
- 28 **JAK MLUVIT S EX**
Manuál jak na to.
- 32 **ZIMA V POHYBU**
Móda na zimní sportování.
- 42 **NEMOC JE VOLÁNÍ**
Rozhovor s lékařem funkční medicíny Janem Vojáčkem.
- 48 **NARUŠITELKY HRANIC**
Ženy, jejichž činy nás stále inspirují.
- 54 **ZPOMALTE ČAS!**
Tipy, jak plynutí času zpomalit.
- 58 **PROČ UŽ NEPLÁNUJU?**
V čem vám plány mohou zkomplikovat život.
- 60 **NEVÁHEJ A MEDITUJ**
K čemu je dobrá meditace.
- 68 **KRÁLOVNA NOCI**
Ličení na párty.
- 72 **OSOBNÍ KOMBINACE**
Naučte se vrstvit různé parfémy.

- 76 **TAJNÉ SIGNÁLY**
Kosmetická péče o krásné ruce.
- 84 **2020**
Přivítejte módní magické dvacítky.
- 93 **MĚSTSKÝ DETOX**
Oblečení pro hřejivý komfort.
- 98 **MÓDNÍ TERAPIE**
Proč potřebujeme slavnostní dress code?
- 101 **ZIMNÍ RELAX**
Tipy na místa, kde si dobijete baterky.
- 106 **BULDOČÍ POVAHY**
Čím vás může obohatit adopce na dálku?
- 108 **HLEDÁNÍ DOMOVA**
Jak žije Magdalena Westman?
- 114 **PŘÁNÍ ČI PŘEDSEVZETÍ**
Čemu dát přednost?
- 118 **JEŠTĚ JEDEN DÍL**
Nová závislost na sledování seriálů.
- 122 **FILMY, VÝSTAVY, KNÍHY**
Nabídka kulturních tipů na leden.



93