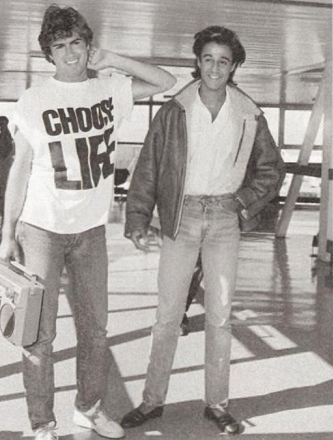


# obsah

LISTOPAD 2020

34



NA OBÁLCE  
MARKÉTA  
PAVLEJE  
FOTO:  
LUCIE  
ROBINSON  
STYLING:  
SOŇA ERBA  
MAKE-UP:  
MICHAELA  
OHEMOVÁ



36

## z titulní strany

### 10 MARKÉTA PAVLEJE

Rozhovor o udržitelnosti nejen v partnerských vztazích, ale i v přírodě.

### 40 DIAGNÓZA EKODEPRESE

Tipy na environmentální vyrovnanost.

### 44 EKOLOGIE PSYCHIKY

Příroda jako dokonalý lék na úzkost.

### 48 BOŘÍME STIGMA!

Nejsou to nebezpeční šílenci! Čtyři příběhy o nemoci duše.

58



40



64



104



110



93



10

### 26 JAK NOSIT

Třásně.

### 30 MÁTE DOMA PUBERTÁKA

Jak s ním vyjít.

### 34 MÓDNÍ MIXOVÁNÍ

Listopadové novinky ve znamení udržitelnosti.

### 36 MÍT NÁZOR JE V MÓDĚ

Stává se součástí strategie i módních značek.

### 56 PETR WINKLER

Rozhovor se sociologem o duševním zdraví.

### 58 VÝPRAVY NA PÓL

S polární ekoložkou Marií Šabackou.

### 64 NA CHALUPĚ

Bydlení jako splněný sen.

### 72 JIŘÍ CHARVÁT

O humoru se stand-up komikem.

### 74 SVĚT PSYCHOPATŮ

Jak čelit lidem bez svědomí a strachu.

### 80 TERAPIE POHÁDKOU

Co jsme v pohádkách nečetli?

### 82 PREDÁTOŘI MEZI NÁMI

O psychopatech s psychologem Radkem Ptáčkem.

### 86 NARCISMUS/SEBELÁSKA

Jak je od sebe odlišit?

### 88 TRIUMF DIVNÝCH DĚTÍ

Podivní jsou in.

### 93 V SOULADU S PŘÍRODOU

Začněte v kosmetických příhrádkách.

### 94 VITAMINY PRO PLEŤ

Co používat, aby přežila zima.

### 104 BEZ OBALU

Jde to i v kosmetice.

### 110 NA CHALUPĚ U LESA

Pletené svetry a vlněné kabáty.

### 121 ÉRA MINIMALISMU

Čtyři nadčasové kusy oblečení.

### 129 CESTOVÁNÍ

Tipy na bio a eko farmy.

### 138 MINDFULNESS

První pomoc pro duši.

### 152 FILMY, VÝSTAVY, KNIHY

Nabídka kulturních tipů na listopad.



121