



## UKRYJTE VRÁSKY

ESTETICKÉ STŘÍPKY

## RESTART MLÁDÍ

VIDITELNÉ OMLAZENÍ – A ZCELA BEZ BOLESTI

## OBLIČEJE BEZ EMOCÍ

NOVINKY ZE SVĚTA

# TAJEMSTVÍ KRÁSY

## TYOLOGIE VRÁSEK – A CO NA NĚ PLATÍ

IDEÁLNÍ PLEŤ VYPNUTÁ, ŽÁDNÉ ZBYTEČNÉ ZÁHYBY A STÍNY, ČÍM DÉLE NÁM VYDRŽÍ, TÍM LÍP

## JÓGA PRO OMLAZENÍ OBLIČEJE

CVIČENÍ PROVĚŘENÉ STALETÍMI DOKÁŽE UČINIT TĚLO PRUŽNĚJŠÍM A OBLIČEJ MLADŠÍM. DO TAJŮ OMLAZUJÍCÍCH CVIKŮ NÁS ZASVĚTILA KONDIČNÍ TRENÉRKA ZUZKA KLINGROVÁ

## JARNÍ RESTART POKOŽKY

JAKÁ PÉČE JE NEJVHODNĚJŠÍ V TOMTO OBDOBÍ?

## PĚNIVÝ NÁPOJ PRO KRÁSU

PIVO MÁ PRO SVŮJ VYSOKÝ OBSAH VITAMINŮ B PŘÍZNIVÉ ÚČINKY PRO NAŠI PLEŤ, VLASY A POKOŽKU CELÉHO TĚLA

## RŮŽOVÍ LÉKAŘI

SKLÁDAČKA TIPŮ, NOVINEK A INFORMACÍ O ZDRAVÍ

## BOHYNÍ BĚHEM CHVILKY

PO DLOUHÉ ZIMĚ SI VAŠE PLEŤ ZASLOUŽÍ TO NEJLEPŠÍ OŠETŘENÍ, ABY MOHLA NA JAŘE OPĚT ZAZÁŘIT V PLNÉ KRÁSE

## HODÍTE OČKEM?

POKUD MÁTE OKO ORÁMOVANÉ HUSTÝMI BRVAMI, MÁTE VYHRÁNO. CO OVŠEM DĚLAT V PŘÍPADĚ, ŽE VÁM PŘÍRODA PŘÍLIŠ NENADĚLILA?

## DOBĚLA!

JAK ZÍSKAT BEZCHYBNOU PLEŤ BEZ POSKVRNEK

## ZATÍMCO VY SPÍTE...

... A NABÍRÁTE SÍLY NA DALŠÍ DEN, VAŠE PLEŤ INTENZIVNĚ PRACUJE NA SVÉ REGENERACI. JAK JÍ S TÍM POMOCI, ABYSTE SE RÁNO PROBOUZELA SE SVĚŽÍ A VYPNUTOU POKOŽKOU?

## ŽÁDNÉ ÚZKÉ LINKY!

POKUD CHCETE VYPADAT STÁLE MLADĚ, VĚNUJTE PATŘIČNOU POZORNOST OBOČÍ

# DOKONALÉ TĚLO

## OMLAZUJÍCÍ VÁLEČKY

LPG ENDERMOLOGIE BODY&FACE DOKÁŽE OMLADIT OBLIČEJ I ZFORMOVAT POSTAVU

## FINANCOVÁNÍ OPERACÍ

DNEŠNÍ POKROČILÁ MEDICÍNA A VÝBORNÍ LÉKAŘI DOKÁŽOU VAŠE TĚLO POUPRAVIT PODLE VAŠICH PŘEDSTAV

## 6 VŠECHNO, CO JSTE SI PŘÁLY VĚDĚT O KRÁSNĚJŠÍCH PRSOU... 42

... NA TO JSME SE ZEPTALY ČTYŘ PLASTICKÝCH CHIRURGŮ, KTEŘÍ MAJÍ S ÚPRAVAMI POPRSÍ BOHATÉ ZKUŠENOSTI

## 8 9 PŘÍVAL POZITIVNÍ ENERGIE 45

PODMÍNKOU ŠTÍHLÉ POSTAVY JE PRAVIDELNÝ POHYB. JENŽE ABYSTE U CVIČENÍ VYDRŽELI, MUSÍ VÁS BAVIT. TŘEBA VÁS ZAUJME NOVINKA – AFROPOWERFIT

## 10 VŠE PRO ZDRAVÍ

### NEBOJTE SE SMÁT!

ZNÁTE PŘESNĚ ROZMÍSTĚNÍ WC PO MĚSTĚ? STYDÍTE SE O SVĚM PROBLÉMU MLUVIT I S KAMARÁDKOU? NETRAPTE SE ZBYTEČNĚ, ŘEŠENÍ EXISTUJE

### TRPÍTE KANCELÁŘSKOU NEMOCÍ?

SEDAVÉ ZAMĚSTNÁNÍ MŮŽE PŘINĚST VLEKLÉ ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY, KTERÉ ZPOČÁTKU VYPADAJÍ ZCELA NEVINNĚ

### SLADKÁ HROZBA

NEMĚLI BYSTE OZDRAVIT SVŮJ JÍDELNÍČEK A ZKUSIT ZDRAVĚJŠÍ VARIANTY, JAK SI OSLADIT ŽIVOT?

# RELAXACE, VÝŽIVA A POHODA

### BARVY LÉČÍ

CHROMOTERAPIE NEBOLI LÉČBA BARVAMI PATŘÍ MEZI METODY ALTERNATIVNÍ MEDICÍNY

### TOALETNÍ MÝDLO Z UGANDY

DOJDE-LI NÁM NĚJAKÝ KOSMETICKÝ PROSTŘEDEK, BEZ PROBLÉMU SI POŘÍDÍME JINÝ. JSOU VŠAK ZEMĚ, JEHOŽ OBYVATELÉ SI HO MUSÍ VYROBIT

### VSTUPE DO SVĚTA UZDRAVUJÍCÍCH DOTYKŮ

MASÁŽE MAJÍ VÝRAZNÝ POZITIVNÍ ÚČINEK NA CELÝ ORGANISMUS, UVOLŇUJÍ A HARMONIZUJÍ TĚLO I DUŠI

### VELETRH VIVANESS PŘEDSTAVIL TRENDY V BIODERMATOLOGII

NAŠE POSTŘEHY Z MEZINÁRODNÍHO ODBORNÉHO VELETRHU VIVANESS

### MALÝ VELKÝ SPÁNEK

ODBORNÍCI SE SHODUJÍ NA TOM, ŽE SIESTA ZLEPŠUJE PAMĚŤ, ZVYŠUJE KREATIVITU I VÝKONNOST A UVOLŇUJE STRES

### DOBROU CHUŤ!

MOZAIKA VÝŽIVY