



ZELENÁ KOSMETIKA JEDE 6
NOVINKY ZE SVĚTA

PLAZMOVÝ KOUZELNÍK 8
RESTART MLÁDÍ

KDY JE VYHODIT? 9

MÁTE KOUPELNU PLNOU KOSMETIKY, U NIŽ NEVÍTE, JAK JE STARÁ? ROZLUČTE SE S NÍ, MOHLA BY VÁM ZPŮSOBIT ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY!

TAJEMSTVÍ KRÁSY

KRÁSNÉ, SVŮDNÉ, ČERVENÉ 10

RTY BYLY OD NEPAMĚTI POVAŽOVÁNY ZA SYMBOL PŘITAŽLIVOSTI, KRÁSY A LÁSKY. ČERVENÁ RTĚNKA SE STALA SYMBOLEM ŽENSTVÍ A VĚČNOU KLASIKOU. JAK JI NOSÍME DNES?

SPLNĚNÝ SEN DLOUHOVLÁSKY 12

BÁRA VYUŽILA MOŽNOST VYZKOUŠET SI ZAHUŠTĚNÍ A PRODLOUŽENÍ HŘÍVY METODOU HAIRDREAMS QUIKKIES

JAK VĚST ÚSPĚŠNÝ SALON 15

VE 2. DÍLE NAŠEHO SERIÁLU VÁS SEZNÁMÍ MARKETINGOVÝ PORADCE RADIM ANDĚL S FILOZOFIÍ SALONU

DARY PŘÍRODY 16

BIOKOSMETIKA NEBO PŘÍRODNÍ KOSMETIKA, NA TO DNES SPOTŘEBITELKY SLYŠÍ. TREND NÁVRATU K PŘÍRODĚ JE STÁLE ŽIVÝ

MÁTE POKOŽKU V ROVNOVÁZE? 18

UŽ JSTE SLYŠELI O PH? NEJDE O MARKETINGOVÝ TAH, ALE DŮLEŽITOU ČÁST NAŠÍ KŮŽE. JAK OVLIVŇUJE JEJÍ ZDRAVÍ A VITALITU?

CO NEMAJÍ VLÁSKY RÁDY 21
ESTETICKÉ STRÍPKY

JAK STÁRNE SVĚT A NAŠE PLEŤ S NÍM 22

DĚSÍTE SE STÁRNUTÍ, NEBO HO BĚRETE JAKO PŘIROZENÝ JEV, KTERÝ TAK JAKO TAK PŘIJEDE? JDE O TO KDY A TAKÉ JAK SE K TOMUTO NEZVRATNÉMU PROCESU POSTAVÍTE

ZRUŠTE MOJE KRUHY! 25

NĚKOHO TRÁPÍ VÁČKY POD OČIMA, JENOM KDYŽ SE NEVYSPI, NĚKOHO I PO PROSPANÉ NOCI. AŽ UŽ JE PŘÍČINA JAKÁKOLIV, MOC PARÁDY NÁM NEDĚLAJÍ

DOKONALÉ TĚLO

TOUŽÍTE PO SEXY POZADÍ? POŘÍDTE SI HO! 26

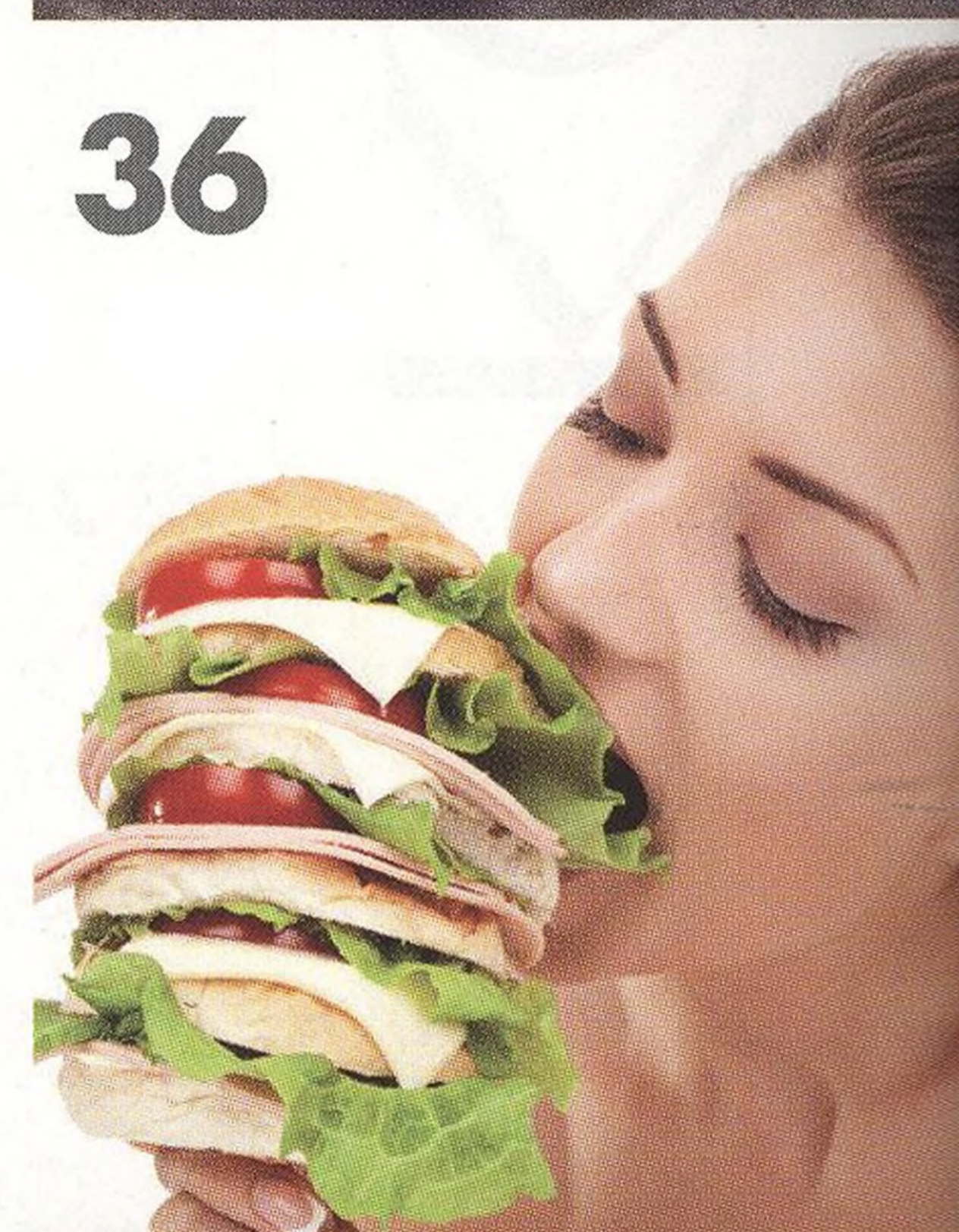
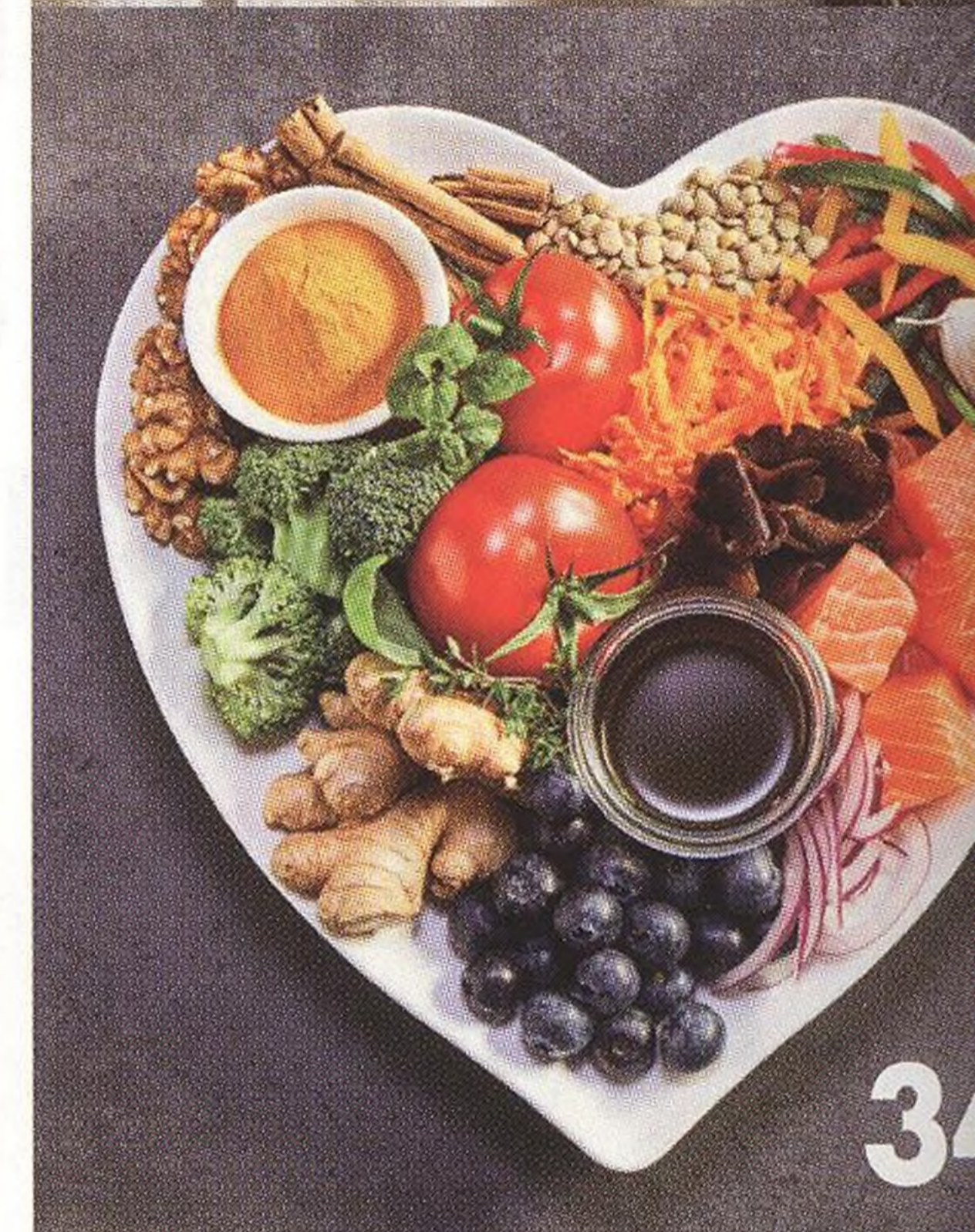
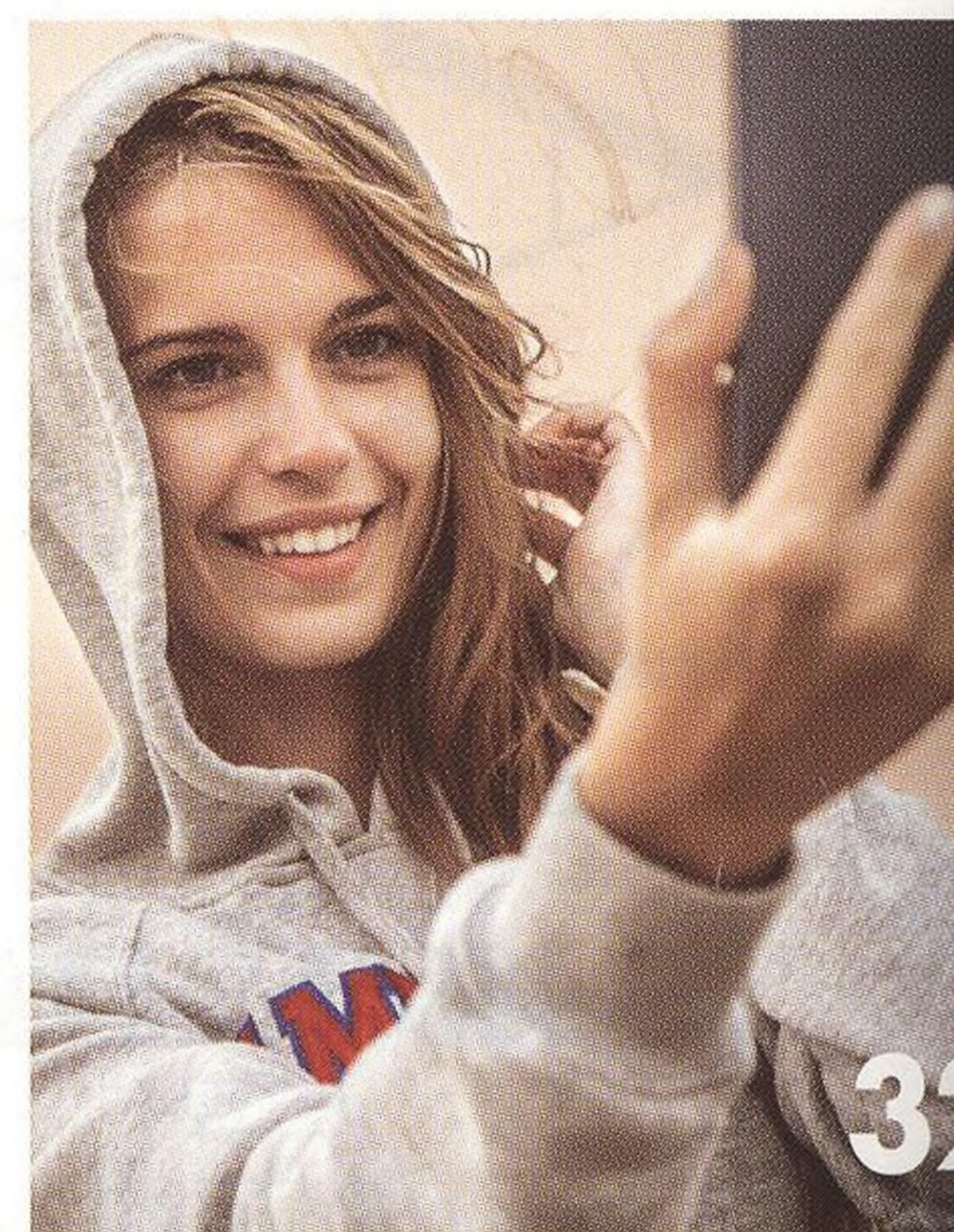
DOKONALE PEVNÝ A PĚKNĚ TVAROVANÝ ZADEK, TO JE TAJNÝ SEN TĚMĚŘ KAŽDÉ ŽENY. JAK SE K NĚMU DOPRACOVAT?

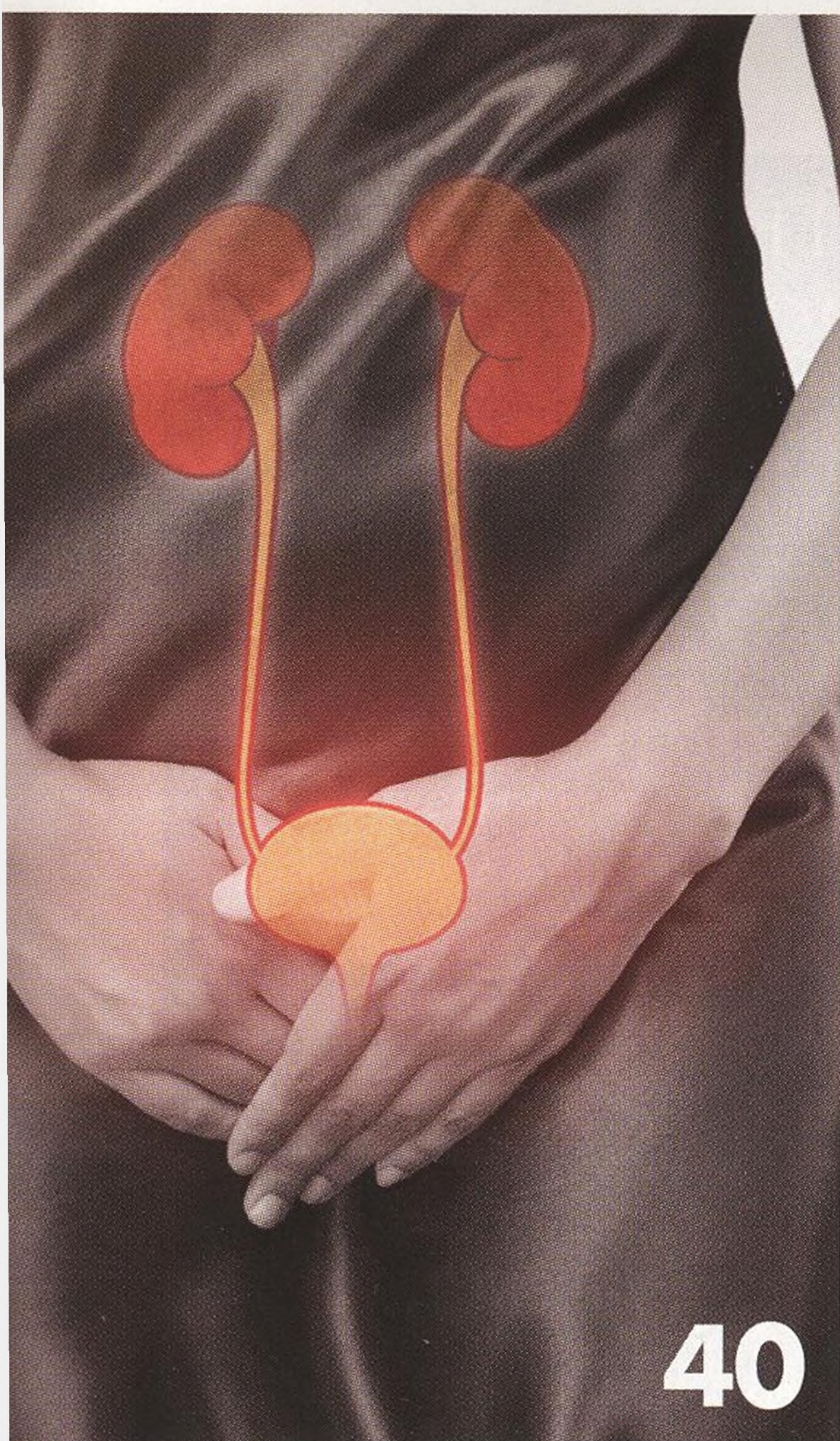
OBLÝ A PEVNÝ, ZKRÁTKA KRÁSNÝ... 28

ZATÍMCO VĚTŠINA Z NÁS ŽEN SE SNAŽÍ OBJEM SVÝCH HÝŽDÍ KROTIT, JSOU ČÁSTI SVĚTA, KDE JE VŠECHNO NAOPAK

NENÍ VODA JAKO VODA 30

CO S NAŠÍ KŮŽÍ DĚLÁ VODA SLADKÁ A SLANÁ? KDYŽ TO ZJISTÍTE, MOŽNÁ VYŘEŠÍTE SPOUSTU NEPŘÍJEMNOSTÍ S REBELUJÍCÍ POKOŽKOU





40

SLUŠÍ VÁM TO NA INSTAGRAMU? 32

STÁLÁ PŘÍTOMNOST SOCIÁLNÍCH MÉDIÍ VYVOLALA ZVÝŠENÝ ZÁJEM O TO, JAK LIDÉ VYPADAJÍ, A S TÍM SPOJENÝ ROSTOUCÍ ZÁJEM O PLASTICKO-CHIRURGICKÉ ZÁKROKY

MOZEK JE PROTI HUBNUTÍ 36

VĚDCI BÁDALI, CO SE DĚJE V MOZKU, KDYŽ SE ČLOVĚK SNAŽÍ ZHUBNOUT. A VÝSLEDEK JE VELMI PŘEKVAPIVÝ

PROČ NEVYPADAT LÍP? 38

KDO BY NECHODIL RÁD KE KADEŘNICI NEBO NA KOSMETIKU! PEČUJEME O RUCĚ, NOHY I O POSTAVU. MŮŽEME ALE I TROCHU OMLÁDNOUT. PROČ NE, KDYŽ JE TO MOŽNÉ A MODERNÍ MEDICÍNA TO UMOŽNÍ?

VŠE PRO ZDRAVÍ**POZOR TAM DOLE! 40**

PAMATUJETE, JAK VÁM BABIČKY A MAMINKY ŘÍKALY: „VYLEZ Z VODY, NEBO NASTYDNEŠ!“. NENÍ TO SICE TAKHLE JEDNODUCHÉ, ALE „LETNÍMI“ NEMOCEMI SI URČITĚ NEHCEME ZKAZIT DOVOLENOU

RELAXACE, VÝŽIVA A POHODA**VYZDVIHOVÁNÍ KRÁSY 44**

K OMLAZENÍ VEDOU MNOHÉ CESTY: NĚKTERÉ JSOU VÝSLEDKEM VÝZKUMU POSLEDNÍCH LET, JINÉ MAJÍ DLOUHOU TRADICI. MEZI TY DRUHÉ PATŘÍ KOSMETICKÁ OMLAZUJÍCÍ AKUPUNKTURA

VIDĚT VĚCI Z LEPŠÍ STRÁNKY 46

DANA A MARIANA. MATKA A DCERA. OBĚ HEREČKY. BYDLÍ (ZATÍM) V DOMĚ, KDE SE OBĚ NARODILY. JAKÝ JE JEJICH VZTAH KE KOSMETICE, K OMLAZUJÍCÍM PROSTŘEDKŮM, JAK SI UDRŽUJÍ ŠTÍHLOU POSTAVU?

OČI A MONITOR 49

SKLÁDAČKA TIPŮ, NOVINEK A INFORMACÍ O ZDRAVÍ A KRÁSE

TĚLOVÉ SPA RITUÁLY JSOU HITEM! 50

HLUBOCE RELAXAČNÍ, REGENERAČNÍ, ANTI-AGINGOVÉ, UVOLŇUJÍCÍ, ZPEVŇUJÍCÍ... WELLNESS RITUÁLY JSOU PŘÍJEMNÝM ZÁŽITKEM A KOMPLETNĚ PEČUJÍ O TĚLO I DUŠI

POMALÁ KOSMETIKA 54

„KONZUMOVAT“ KOSMETICKÉ PROSTŘEDKY MĚNĚ A LÉPE, TO JE ZÁKLAD TRENDU, KTERÝ PŘINÁŠÍ ZDRAVĚJŠÍ A ODPOVĚDNĚJŠÍ PŘÍSTUP V PÉČI O PLEŤ

MÍSTO, KDE ZAPOMENETE NA STAROSTI 56

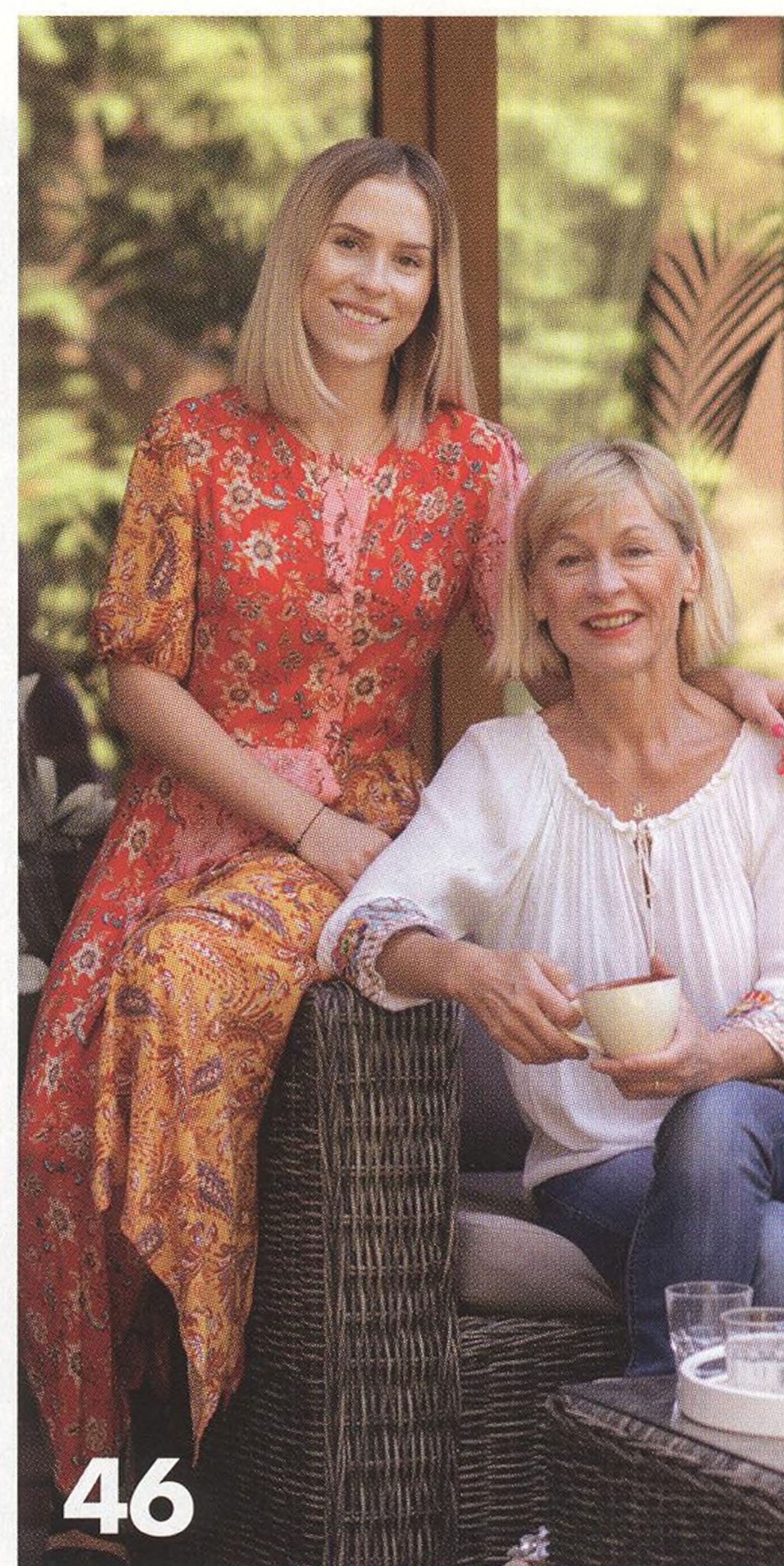
DŮSLEDKEM NAŠEHO ŽIVOTNÍHO STYLU JSOU CIVILIZAČNÍ NEMOCI. STÁLE VÍCE ČECHŮ HLEDÁ PROTO POMOC V LÁZEŇSKÝCH A WELLNESS ZAŘÍZENÍCH

JAK BÝT V POHODĚ 58

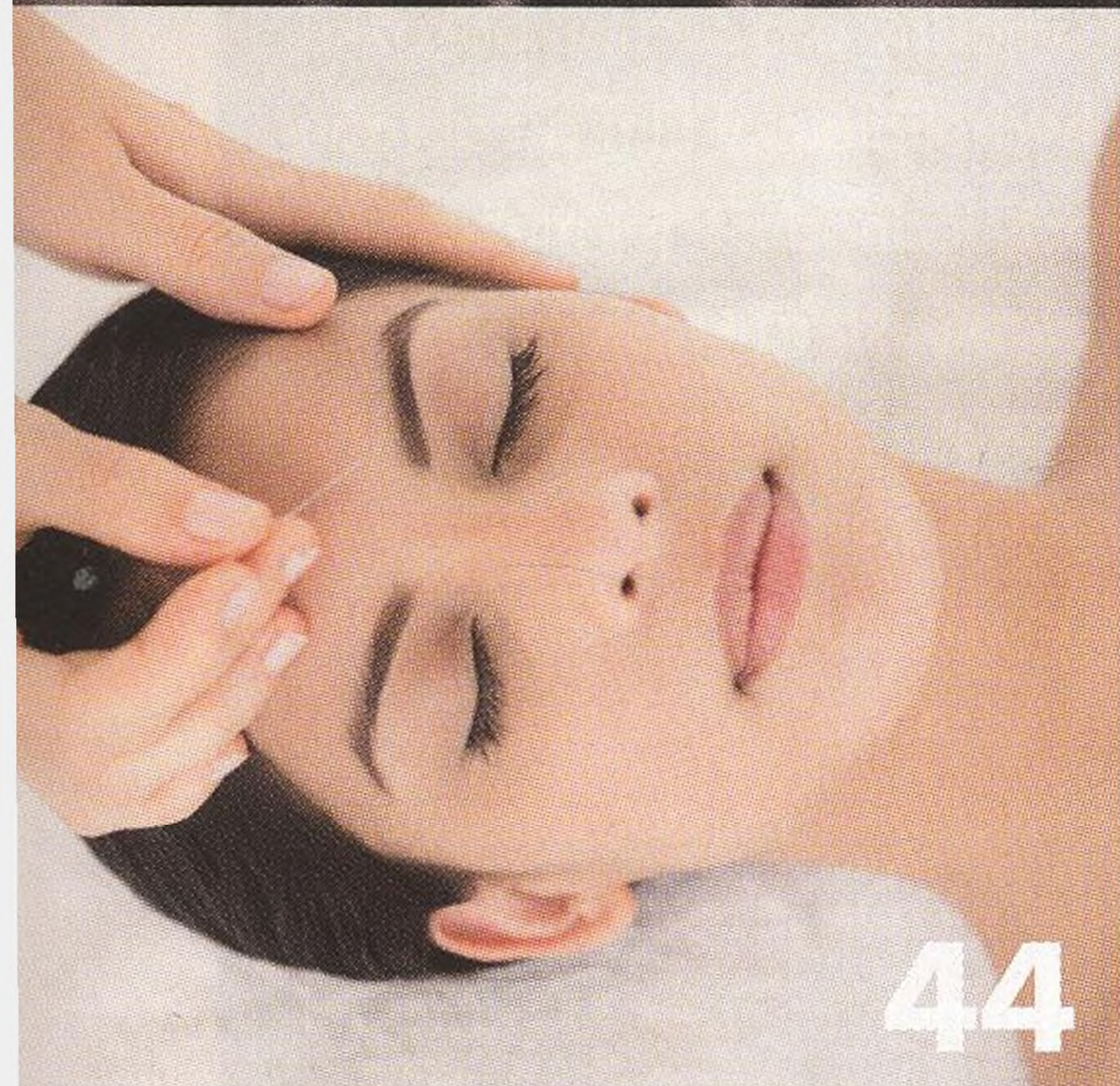
VŠEDNÍ DNY PŘINÁŠEJÍ STAROSTI A S NIMI STRES. JAK SE HO ZBAVIT?

LÉTO SI MUSÍTE VYCHUTNAT! 60

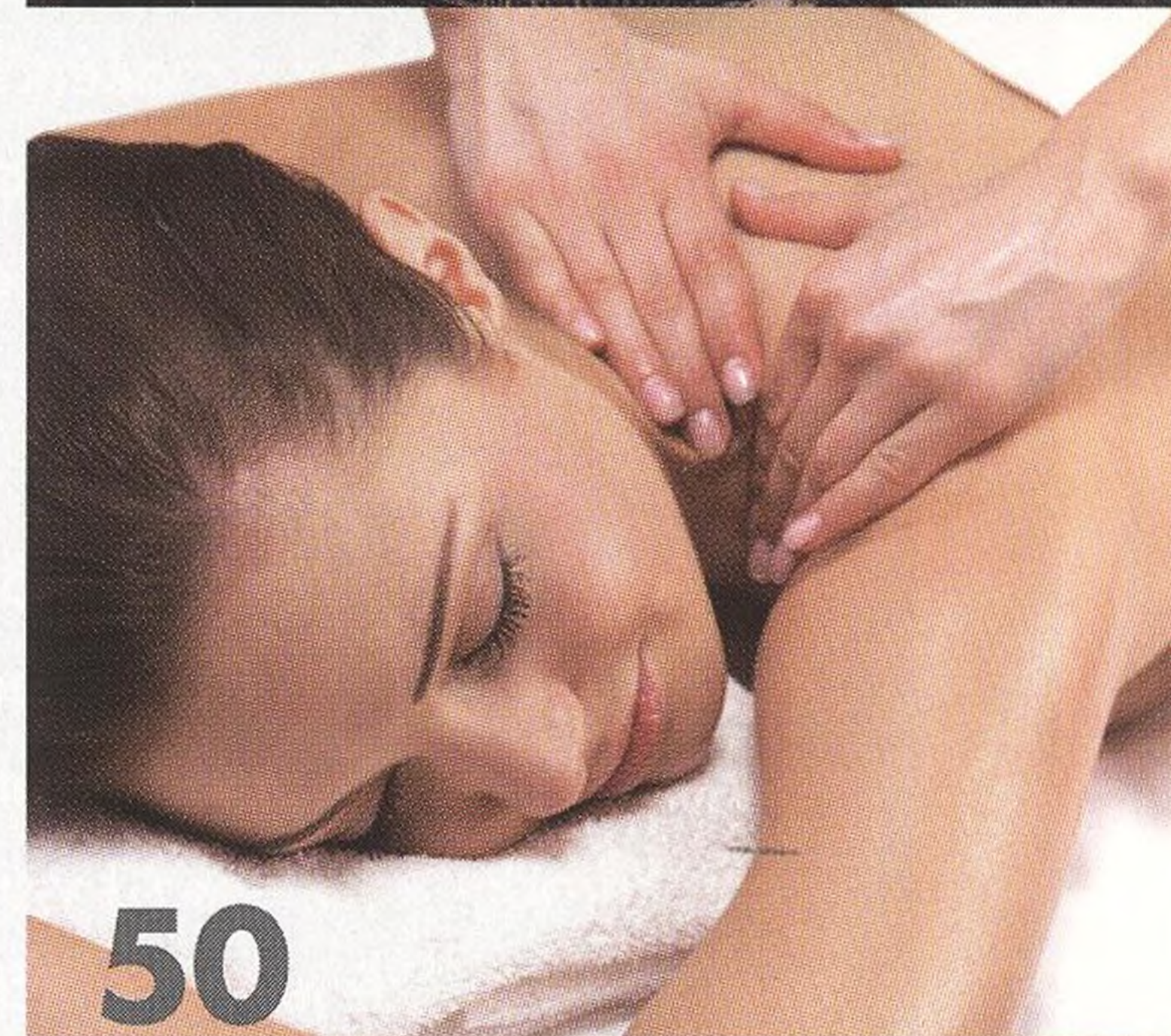
MOZAIKA VÝŽIVY



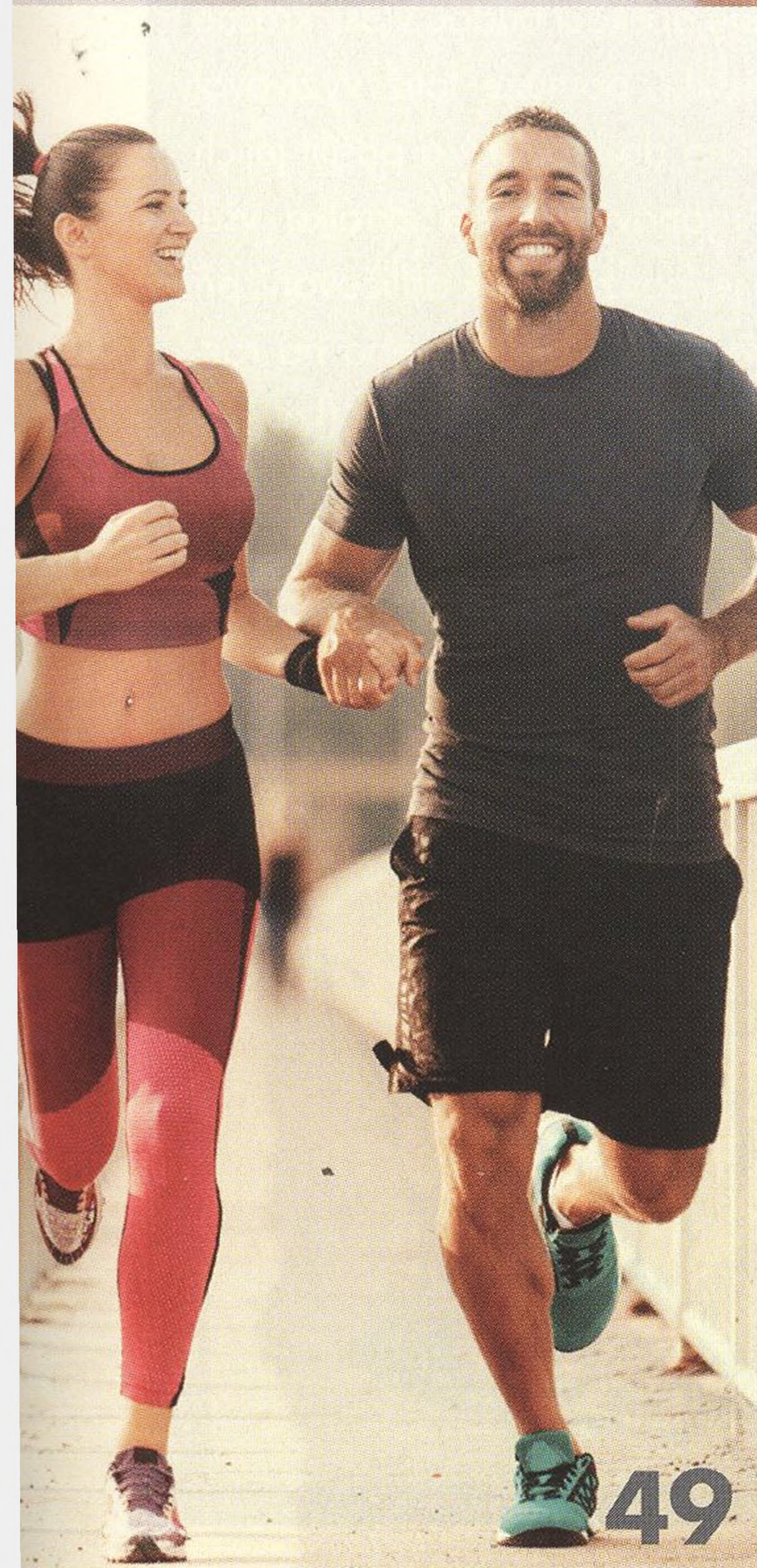
46



44



50



49



54



58