



OMLAZUJÍCÍ SÍLA FYTOESTROGENŮ 6
ESTETICKÉ STŘÍPKY

BUNEČNÁ KONKURENCE 8
NOVINKY ZE SVĚTA

ATLASY STÁRNUTÍ PLETI 9
RESTART MLÁDÍ

TAJEMSTVÍ KRÁSY

KRÁSA OD A DO Z 10
SEZNAMTE SE S NEJNOVĚJŠÍMI OBJEVY, O KTERÝCH JSTE
MOŽNÁ NESLYŠELI. POZNEJTE NEJMODERNĚJŠÍ HITY
V KRÉMECH A V PÉČI

JAK VÉST ÚSPĚŠNÝ SALON 14
V 7. DÍLE NAŠEHO SERIÁLU VYSVĚTLUJE MARKETINGOVÝ
PORADCE RADIM ANDĚL, JAK SI VÍCE VYDĚLAT

UMĚNÍ JEMNÉ (D)EPILACE 15
ZPRÁVA Z ODBORNÉHO SEMINÁŘE (D)EPILACE NA TÉMA
„JAK EPILOVAT CHLOUPKY KRATŠÍ NEŽ 1,5 MM“

OŠETŘENÍ NOVÉ GENERACE 16
I MUŽI CHODÍ NA KOSMETICKÉ OŠETŘENÍ.
DO SALONU NATINUEL JSME DOPROVODILI FILIPA

PEČUJEME O KOSMETIČKY 18
O ČINNOSTI SPOLEČNOSTI INSPIRING BEAUTY JSME HOVOŘILI
S MANAŽERKOU MARKETINGU A PROPAGACE ING. DENISOU
NOVOTNOU SCHNEIDEROVOU

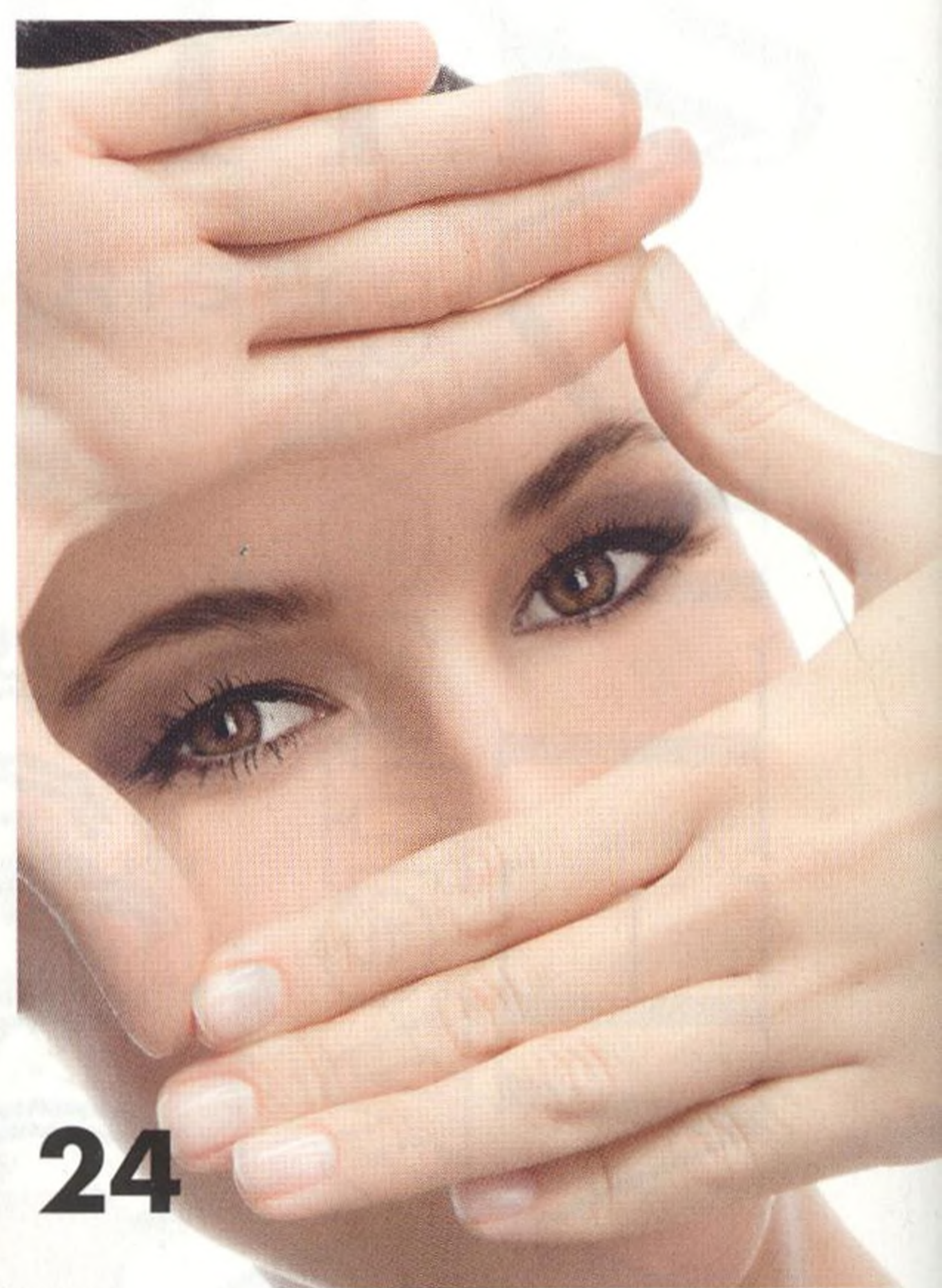
FRIDA KAHLO OŽILA! 22
TÉMATEM LETOŠNÍ SOUTĚŽE MAKE-UP MASTER CUP 2019,
KTEROU ORGANIZOVALA UNIE KOSMETIČEK, BYL VZHLED
ZNÁMÉ MEXICKÉ MALÍŘKY

OMLAZENÍ OČÍ 24
VÁČKY POD OČIMA A SPADLÁ VÍČKA NÁM DODÁVAJÍ SMUTNÝ
VÝRAZ. JEN NA NÁS ZÁLEŽÍ, ZDA SI OČI NECHÁME OMLADIT
NA DLOUHOU DOBU, TEDY ZDA NAVŠTÍVÍME PLASTICKOU CHIRURGII

**SLUNEČNÍMI BRÝLEMI
PROTI VRÁSKÁM 26**
JEMNÁ A CITLIVÁ POKOŽKA OČNÍHO OKOLÍ SIGNALIZUJE
S PŘEDSTIHEM, ŽE ČAS NEZASTAVÍTE. KROMĚ KOSMETICKÉ PÉČE
NESMÍME OPOMÍJET ANI OCHRANU OČÍ PŘED SLUNCEM: NOSIT
BRÝLE A OČI NEMHOURIT

CO DĚLAT PRO KRÁSNÉ VLASY 28
JAK SPRÁVNĚ PEČOVAT O SVOU HŘÍVU?
ZEPTALI JSME SE ODBORNÍKŮ

ZNÁTE HAIRCONTOURING? 30
SNAD KAŽDÁ ŽENA VÍ, JAK ZA POMOCI MAKE-UPU LEHCE ZEŠTÍHLIT
TVÁŘ, OPTICKY ZKRÁTIT NOS ČI ZJEMNIT OSTŘE ŘEZANÉ RYSY.
PODOBNĚ SE DÁ KOUZLIT I S VLASY



24



28



8



34

HLEDÁ SE KOSMETIČKA ROKU 2019! 31

PROJEKT BEAUTY MASTER KOSMETIČKA ROKU 2019 NABÍZÍ MOŽNOST ZVIDITELNIT SEBE A SVOU PRÁCI. INSPIROVAT SE A VYRŮST PROFESNĚ I OSOBNOSTNĚ

PROČ WEB VAŠEHO SALONU POTŘEBUJE BLOG? A JAK JEJ PSÁT? 32

MARKETINGOVÁ PORADNA

PÁNOVÉ, VÍTEJTE V NAŠEM SVĚTĚ 34

MUŽI OBSAZUJÍ NAŠE TRADIČNÍ VÝSPY - CHODÍ NA KOSMETIKU, OBLÍBILI SI ESTETICKOU MEDICÍNU A RELAXUJÍ V HOLIČSTVÍ

DOKONALÉ TĚLO**LÉTO V PLAVKÁCH 38**

TRYSKOVÉ HUBNUTÍ JE VŽDY AKTUÁLNÍ TĚSNĚ PŘED LÉTEM, KDY SE PŘIBLÍŽÍ SEZONA LETNÍCH DOVOLENÝCH A TĚLO BY POTŘEBOVALO MALINKO VYTVAROVAT

POTIT SE JE LIDSKÉ, ALE... 42

POCENÍ OSTATNÍCH OBTĚŽUJE, TO SAMOZŘEJMĚ VÍME Z VLASTNÍ ZKUŠENOSTI. A TAK SE (VĚTŠINOU) SNAŽÍME, ABYCHOM NEOBTĚŽOVALI ANI MY SVÉ OKOLÍ.

OBEZITA ZKRACUJE ŽIVOT 45

SKLÁDAČKA TIPŮ, NOVINEK A INFORMACÍ O ZDRAVÍ A KRÁSE

KRK UŽ VÁŠ VĚK NEPROZRADÍ 46

SPOLU S PŘIBÝVAJÍCÍMI ROKY OBLIČEJOVÉ TKÁŇE I KŮŽE POVADAJÍ A KLESAJÍ. VÝSLEDKEM JE VRÁŠČITÝ KRK A DRUHÁ BRADA. TENTO PROBLÉM VYŘEŠÍ ZÁKROK ZVANÝ NECK LIFT

DARY ZEMĚ V KOSMETICE 48

UHLÍ, BAHNO, JÍL, KAMENY A KOSMETIKA? CO MAJÍ SPOLEČNÉHO? POMÁHAJÍ S ČIŠTĚNÍM PLETI DO HLOUBKY, LÉČÍ POKOŽKU HLAVY, TĚLA I KLOUBY

RELAXACE, VÝŽIVA A POHODA**JAK DOBŘE A DEMOKRATICKY STÁRNOUT 50**

JAK SVĚT POSOUVÁ HRANICE NAŠÍ KRÁSY A MLÁDÍ, UŽ PO SEDMNÁCTĚ PŘEDSTAVIL SVĚTOVÝ KONGRES ESTETIKY A ANTI-AGINGU AMWC

ABY VÁS SLUNCE NEPOKOUSALO! 52

SLUNEČNÍ PAPSRYKÝ NÁM DODÁVAJÍ VITAMIN D, ALE MŮŽOU I NADĚLAT VRÁSKY A PIGMENTOVÉ SKVRNY

SALÁTOVÉ ORGIE! 55

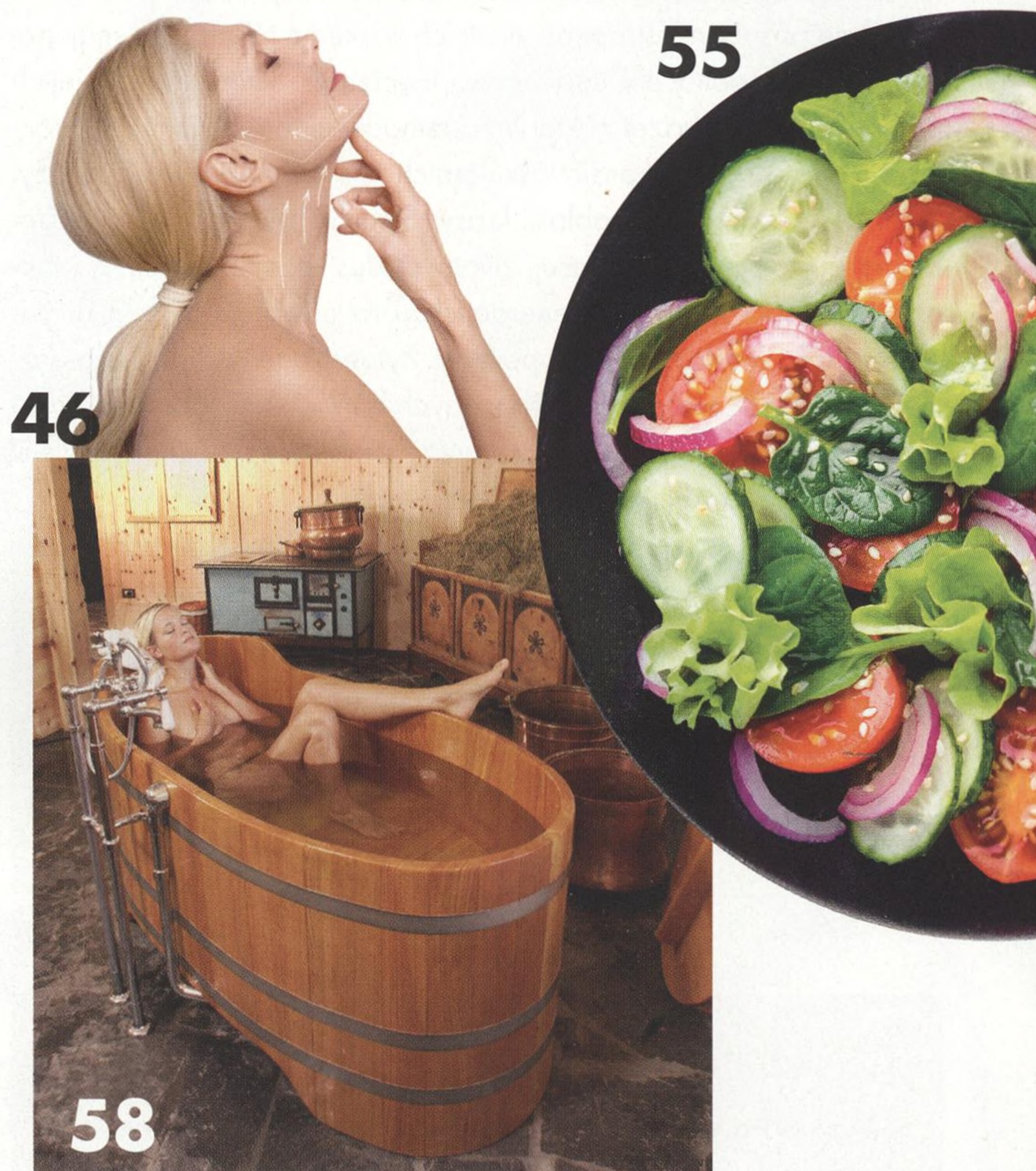
KDY JINDY SI DOPŘÁT ŠTAVNATÉ SALÁTY PLNÉ VITAMINŮ A CHUTÍ NEŽ PŘÁVĚ TEĎ, KDY JE SPOUSTA ČERSTVÉ ZELENINY VŠUDE KOLEM?

DESATERO PRO ZDRAVÝ SPÁNEK 56

JAK BY MĚL VYPADAT KVALITNÍ SPÁNEK, KTERÝ VÁM PŘINESE ODPOČINEK A ORGANISMU POTŘEBNOU REGENERACI?



38



46

55

58

POHÁDKOVÉ PASTVINY PRO POHODU 58

LOUKY SEISER ALM JSOU JEDNÍM Z NEKRÁSNEJŠÍCH KOUTŮ DOLOMIT. NE NADARMO BYLY V ROCE 2009 ZAPSÁNY MEZI PAMÁTKY UNESCO JAKO PŘÍRODNÍ SVĚTOVÉ DĚDICTVÍ

STYLOVĚ NA TŮŘE I VE FITKU! 61

CO FUNKČNÍ OBLEČENÍ UMÍ, ZE KTERÝCH MATERIÁLŮ SE VYRÁBÍ A JAK SE O NĚJ STARAT?

MÁJOVÉ RADOSTI PRO GURMÁNKY 63

SEZNAMTE SE S DOBROTAMI, KTERÉ SE OBJEVILY V OBCHODECH