



6 TERAPIE DŘEVEM
ESTETICKÉ STŘÍPKY

8 JAK STAŘÍ SE CÍTÍTE?
NOVINKY ZE SVĚTA

9 4D OMLAZENÍ
RESTART MLÁDÍ

TAJEMSTVÍ KRÁSY

10 I PO LÉTĚ PLEŤ BEZ CHYBIČKY
PÉČE PO LETNÍM OBDOBÍ JE URČENÁ NEJEN K UDRŽENÍ KRÁSNÉHO OPÁLENÍ, ALE HLAVNĚ K DOPLNĚNÍ POTŘEBNÝCH ŽIVIN

14 „OBKLOPUJTE SE LIDMI S POZITIVNÍ ENERGIÍ!“
RADÍ ALEXANDRA FRIČOVÁ, S NÍŽ JSME SI POVÍDALY O TOM, JAK SE SPOLEČNOSTI DAŘÍ, CO JE V NÍ NOVÉHO A JAKÉ PLÁNY MÁ PRO NEJBLIŽŠÍ BUDOUCNOST SE ZNAČKOU PHYRIS

20 NOVÁ ÉRA OŠETŘENÍ
REPORTÁŽ Z OŠETŘENÍ NEW AGE G4 VE ŠKOLICÍM CENTRU BEAUTY GROUP

22 KOMU NENÍ SHŮRY DÁNO, V APATYCE NEKOUPI
SVÉ ZKUŠENOSTI PŘINÁŠÍ MIROSLAV SPILKA, KTERÝ PRACUJE V KOSMETICKÉ DISTRIBUCI UŽ 40 LET

24 CO STUDOVAT NEBO JAKÉ ZKOUŠKY SLOŽIT, KDYŽ SE CHCI VĚNOVAT SVÉ VYSNĚNÉ PROFESI V BEAUTY SLUŽBÁCH?

RADÍ ING. MONIKA KUBOVÁ DVOŘÁKOVÁ Z ASOCIACE KOSMETICKÝCH A KADEŘNICKÝCH OBORŮ ČR

30 6 DŮLEŽITÝCH KROKŮ K ÚSPĚŠNÉMU SALONU
POKRAČOVÁNÍ SERIÁLU MARKETINGOVÉHO PORADCE RADIMA ANDĚLA JAK VĚST ÚSPĚŠNÝ SALON

34 DOPŘEJME PLETI KOKTEJLY PRO KRÁSU
VITAMINY JSOU ORGANICKÉ LÁTKY, KTERÉ SI LIDSKÉ TĚLO NEUMÍ SAMO VYTVOŘIT A MUSÍ JE PROTO PŘIJÍMAT V POTRAVĚ. POTRAVOU PRO PLEŤ A VLASY JSOU KRÉMY A MASKY, Z NICHŽ VITAMINY ABSORBUJE

37 ODBORNICE RADÍ
JAK PEČOVAT O PLEŤ PO LÉTĚ?

40 STOP STÁRNUTÍ!
NEMLÁDNEME, ALE NENÍ DŮVOD NECHAT TĚLO NA BĚH ČASU REZIGNOVAT

42 CO NESMÍ CHYBĚT V DOBRÉM SALONU
JAKÝMI PRAVIDLY JE POTŘEBA SE ŘÍDIT, KDYŽ JAKO PODNIKATELÉ UVAŽUJETE O SVÉM SALONU

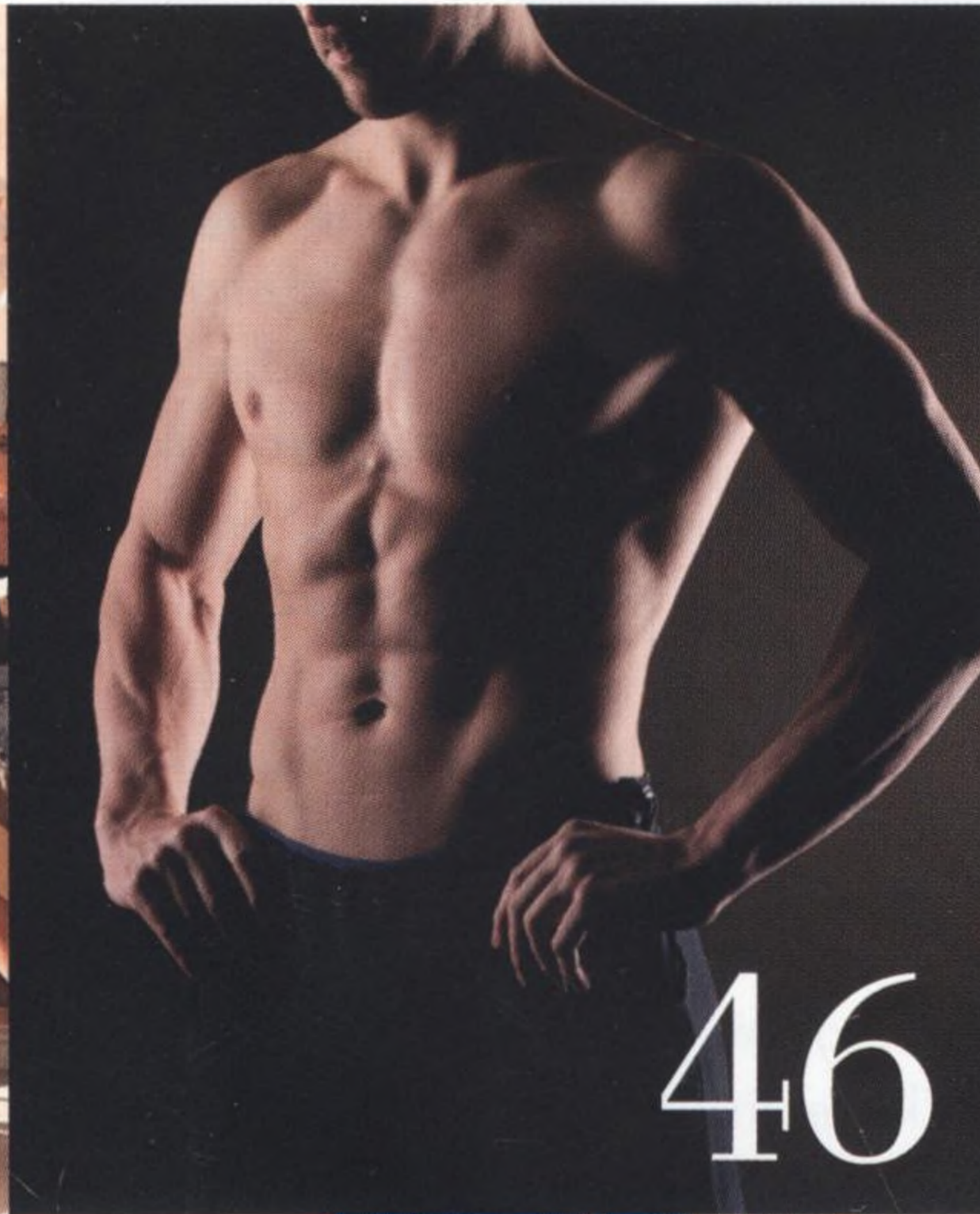
44 MLADŠÍ OBLIČEJ? BEZ DVOJITÉ BRADY!
I TEN SEBEMENŠÍ PODBRADEK KAZÍ PROFIL A PŘIDÁVÁ ROKY. VĚTŠINOU SE PŘIPISUJE NADVÁZE, ALE NEMUSÍ TO BÝT VŽDY CELÁ PRAVDA



62



42



46



44

DOKONALÉ TĚLO

- 46 POSTAVA PRO LEPŠÍ ŽIVOT**
NADVÁHA ČI PŘÍMO OBEZITA JSOU STRAŠÁKEM MODERNÍ DOBY. JDE O PROBLÉM NEJEN ESTETICKÝ, ALE I ZDRAVOTNÍ. POMOC NABÍZEJÍ BARIATRICKÉ OPERACE, PO NICHŽ SE PACIENT ZBAVÍ KIL. ALE CO S NADBYTEČNOU KŮŽÍ?
- 48 REVOLUČNÍ LÉČBA KŘEČOVÝCH ŽIL**
V ČESKÉ REPUBLICE JE NOVĚ K DISPOZICI NEJMODERNĚJŠÍ ZPŮSOB ŘEŠENÍ KŘEČOVÝCH ŽIL ECHOTERAPIÍ

RELAXACE, VÝŽIVA A POHODA

- 50 TERAPEUTICKÝ RELAX V „ČISTÉM RÁJI“**
V BALNEOLOGII EXISTUJE POJEM TERAPEUTICKÁ KRAJINA. VĚDA TU EXAKTNĚ POPISUJE TO, CO MNOZÍ ZNÁME Z VLASTNÍ ZKUŠENOSTI: V KRÁSNÉ PŘÍRODĚ SE LÉPE DÝCHÁ, UVOLŇUJE SE NAPĚTÍ SVALŮ I MYSLI
- 53 PODZIMNÍ POVZBUZENÍ**
I KDYŽ OPÁLENÍ MIZÍ STEJNĚ JAKO UBÝVÁ ENERGIE Z DOVOLENKOVĚ „DOBITÝCH BATEREK“, JSOU ZPŮSOBY, JAK SE I VE VŠEDNÍCH DNECH „NAKOPNOUT“

- 54 „JSEM ZASTÁNKYNĚ PŘIROZENOSTI“**
ROZHOVOR S DIVADELNÍ A FILMOVOU HEREČKOU, MODERÁTKOU A CHOREOGRAFKOU DANOU MORÁVKOVOU

- 58 ZDRAVÍ Z FERDINANDOVA PRAMENE**
COVID POODEŠEL, KLIENTI SE VRÁTILI. DO MARIÁNSKÝCH LÁZNÍ JE MOŽNÁ PŘILÁKAL I FAKT, ŽE SE V LOŇSKÉM ROCE STALY JAKO SOUČÁST ZÁPADOČESKÉHO LÁZEŇSKÉHO TROJÚHELNÍKU PAMÁTKOU SVĚTOVÉHO DĚDICTVÍ UNESCO

- 60 ROSTLINY, KTERÉ NÁM MŮŽOU ŠKODIT (5)**
NĚKTERÉ ROSTLINY MŮŽOU OBSAHOVAT LÁTKY, KTERÉ JSOU PRO ZDRAVÍ ČLOVĚKA NEBEZPEČNÉ

- 62 NÁVRAT DO HISTORIE**
PÉČE O NEHTY, RTY A VLASY PŘED 90 LETY

- 64 SE SKLENICÍ KE ŠTÍHLÉ LINII**
VĚDOMÉ ZASOBOVÁNÍ TĚLA VODOU JE PŘIROZENÁ ANTI-AGINGOVÁ KÚRA. NIKDO PŘECE NECHCE, ABY SE Z NĚJ STAL VYSCHLÝ STAŘÍK NEBO SESCHLÁ STAŘENKA



64