



**6 LIFTINGOVÝ KOKTEJL**  
ESTETICKÉ STŘÍPKY

**8 TRENDY V LÍČENÍ NA NADCHÁZEJÍCÍ SEZONU**  
**JARO A LÉTO**

JARO JE TADY A S NÍM PŘICHÁZEJÍ I NOVÉ TRENDY V LÍČENÍ. DIKTÁT BAREV SICE STÁLE VELÍ NOSIT ODSSTÍNY ČERNÉ A HNĚDÉ. TOTO JARO SE VŠAK MŮŽEME ODVÁZAT

**9 RELAXAČNÍ RITUÁL KRÁSY FOREST**

KOSMETICKÁ ŘADA NABÍZÍ MODERNÍ A BEZPEČNOU PÉČI O PLEŤ, KTERÁ CHRÁNÍ POKOŽKU PŘED STRESUJÍCÍM ŽIVOTEM VE MĚSTĚ

## TAJEMSTVÍ KRÁSY

**10 PŘIVÍTEJTE JARO S MLADISTVOU TVÁŘÍ!**

POSKYTNĚTE SVÉ PLETI PÉČI ALL INCLUSIVE. NESMÍ MÍT ŽÍZEŇ ANI HLAD, NESMÍ TRPĚT NEDOSTATKEM ČERSTVÉHO VZDUCHU ANI SLUNÍČKA, ALE NEOBEJDE SE ANI BEZ SPF OCHRANY

**14 EBERLIN BIOCOSMETICS – OSOBNÍ PLÁN PÉČE O PLEŤ**

S ALENOU JÍRŮ, MAJITELKOU BODY & CARE CLINIC, S NÍŽ JE SPOJENA KOSMETIKA EBERLIN, JSME HOVOŘILI O TOM, PROČ JI PRO SPOLUPRÁCI ZÍSKALA PRÁVĚ TATO ŠPANĚLSKÁ ZNAČKA

**16 KOLIK PENĚZ SI MŮŽETE DOVOLIT INVESTOVAT DO ZÍSKÁNÍ NOVÝCH KLIENTŮ NEBO PÉČE O TY STÁVAJÍCÍ?**

POKRAČOVÁNÍ SERIÁLU MARKETINGOVÉHO PORADCE RADIMA ANDĚLA JAK VĚST ÚSPĚŠNÝ SALON

**20 JAK SE ZBAVIT NECHTĚNÉHO TETOVÁNÍ**

NAJÍT NEJÚČINNĚJŠÍ ZPŮSOB ODSTRANĚNÍ TETOVÁNÍ ČI PERMANENTNÍHO MAKE-UPU JE JIŽ MNOHO LET CÍLEM MNOHA SPECIALIZOVANÝCH FIREM A ODBORNÍKŮ NA CELÉM SVĚTĚ

**22 JAK VYHRÁT NAD AKNÉ**

REPORTÁŽ Z OŠETŘENÍ PRODUKTY Z ŘADY ACNON VE ŠKOLICÍM CENTRU BEAUTY GROUP

**24 INFORMAČNÍ POVINNOSTI**  
**PODNIKATELŮ**

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

**26 JSTE KOSMETICKÝ POPULISTA,**  
**NEBO CHCETE OPRAVDU**  
**POMÁHAT LIDEM?**

ZÁKLADY MARKETINGU KOSMETICKÉHO SALONU PŘINÁŠÍ MIROSLAV SPILKA, KTERÝ PRACUJE V KOSMETICKÉ DISTRIBUCI UŽ 40 LET

**30 JAKÉ VŮNĚ SE HODÍ K JARU?**

JSOU TO TY, KTERÉ MÁTE RÁDY, KTERÉ SE K VÁM HODÍ, VYJADŘUJÍ VAŠI OSOBITOST, NÁLADU

**32 3 MODERNÍ CESTY K JEŠTĚ**  
**KRÁSNĚJŠÍ POSTAVĚ**

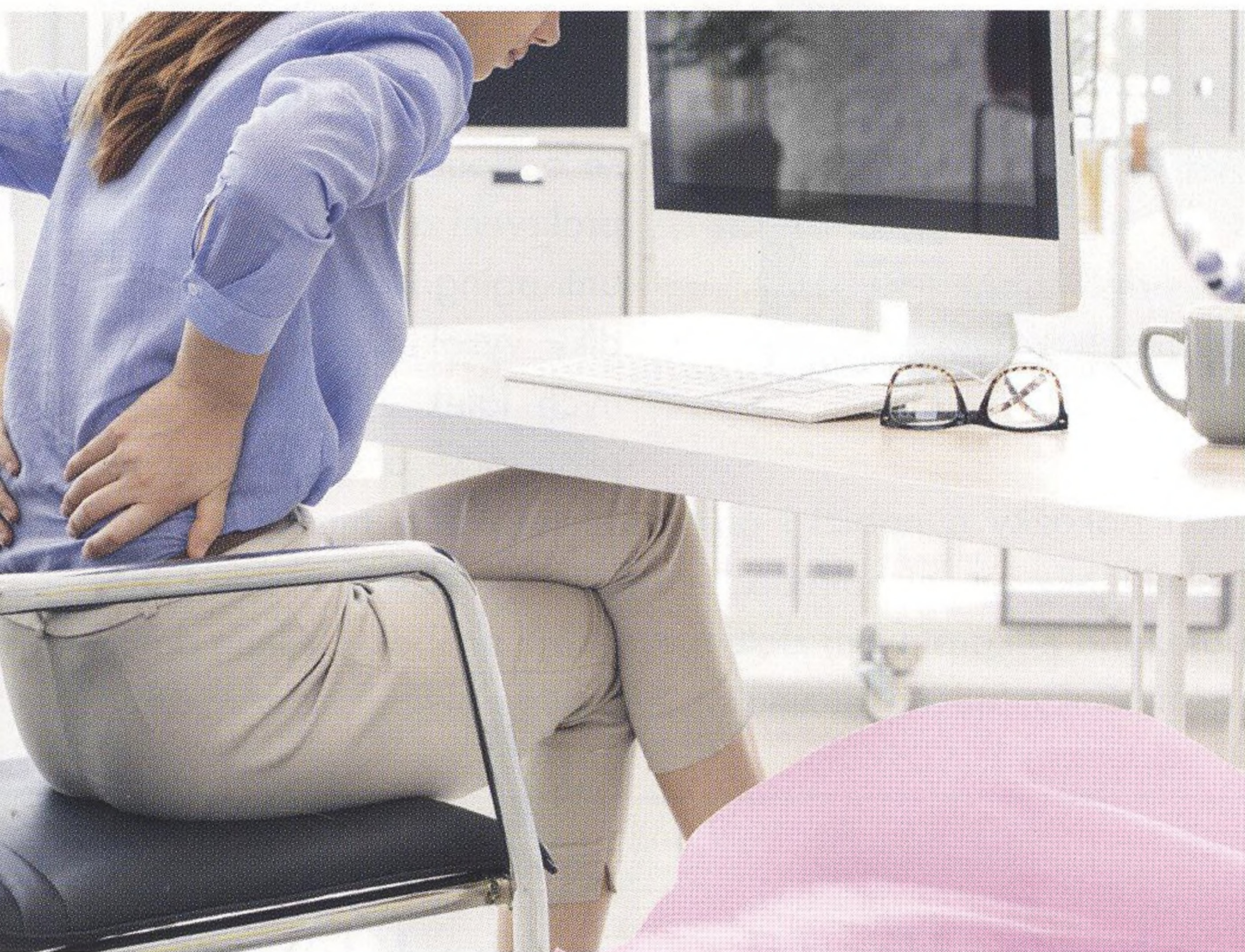
KUDY VEDE CESTA K ZÍSKÁNÍ VYSNĚNÉ POSTAVY V MODERNÍ VYSPĚLÉ SPOLEČNOSTI?

**34 PRODLOUŽENÍ DÉLKY ŽIVOTA O 10 %**  
NOVINKY ZE SVĚTA

**36 PROČ STÁRNEME**  
**A PROČ UŽ BYCHOM NEMUSELI**

TUTO OTÁZKU SI POKLÁDÁ ALENA KLENOT, KTERÁ SE JAKO VIZÁŽISTKA PROSADILA I V HOLLYWOODU





50

32



38

### KOSMETICKÉ TRIKY, KTERÉ SE VYPLATÍ ZNÁT

ZE VŠECH STRAN SE NA NÁS HRNOU REKLAMY SLIBUJÍCÍ PRODUKTY, PO KTERÝCH OMLÁDNEME, BUDEME MÍT ŠTÍHLOU MLADISTVOU POSTAVU, HUSTÉ VLASY... CO KDYBYCHOM SE ALE NA CHVÍLI VRÁTILY V ČASE A ZKUSILY NĚCO, CO ZNALY UŽ NAŠE BABIČKY?

44

### LIKVIDACE CELULITIDY RESTART MLÁDÍ

## DOKONALÉ TĚLO

48

### KDÝ JÍT NA PLASTIKU?

MÁTE-LI POCIT, ŽE NAVZDORY VEŠKERÉ PÉČI NA VÁS ZE ZRCADLA HLEDÍ NEZNÁMÁ TVÁŘ, NENÍ DŮVOD KE ZDĚŠENÍ. LEPŠÍ JE ZAJÍT NA KONZULTACI K ODBORNÍKOVÍ A POPTAT SE NA MOŽNOSTI RADIKÁLNĚJŠÍHO OMLAZENÍ

## VŠE PR/O ZDRAVÍ

50

### A ZÁDA UŽ NEBOLÍ!

JAK SI DOMA VYTVOŘIT MODERNÍ ERGONOMICKOU KANCELÁŘ, ABY NETRPĚLA NEJEN PRACOVNÍ ČINNOST, ALE ANI NAŠE ZDRAVÍ?

52

### NEJLÉPE PŮSOBÍ ŽIVÁ

DO SVÉ VÝŽIVY BYCHOM MĚLI ZAŘADIT DŮLEŽITOU SLOŽKU, KTERÁ BY MĚLA BÝT SOUČÁSTÍ NAŠEHO KAŽDODENNÍHO ŽIVOTA – PROBIOTIKA!

54

### ČISTĚ MONACKÝ ZÁŽITEK

V KOSMETICKÉM INSTITUTU RICHMONT NABÍZEJÍ DÍKY MODERNÍM TECHNOLOGIÍM OŠETŘENÍ NA MÍRU

56

### V HARMONII S PŘÍRODOU

NA OBLAST VÝCHODNÍ TYROLSKO SE V DOBÁCH, KDY SE V RAKOUSKU ZAČAL ROZVÍJET MASOVÝ TURISMUS, JAKSI ZAPOMNĚLO. DNES JE TO OBROVSKÁ VÝHODA

59

### OČISTNÉ KÚRY – ANO, NEBO NE?

SKLÁDAČKA TIPŮ, NOVINEK A INFORMACÍ O ZDRAVÍ A KRÁSE

60

### VYKROČTE POZITIVNĚ DO NOVÉHO DNE!

ZKUSTE SI RÁNO NASTAVIT BUDÍK O TROCHU DŘÍVE A ZACVIČTE SI. DO NOVÉHO DNE URČITĚ VYKROČÍTE SVĚŽÍ A PLNÍ SÍLY

62

### LÉČIVÁ SÍLA OVOCE (2)

ODPRADÁVNA JE ZNÁMOU SKUTEČNOSTÍ, ŽE RŮZNÉ DRUHY OVOCE MAJÍ VELMI PŘÍZNIVÝ VLIV NA LIDSKÉ ZDRAVÍ. PŮSOBÍ PŘEDEVŠÍM JAKO POTRAVINY S DIETETICKÝMI ÚČINKY

64

### ZDRAVÉ, ENERGIČKÉ A POVZBUDIVÉ POCHUTNÁNÍ

MOZAIKA VÝŽIVY