

Obsah

Krása a péče o tělo str. 17



Podle
vlastního rytmu
V zdravém těle zdravý duch
Sprcha nebo koupel?
Chvála nohou!
Je libo parfém?
Pozor na slunce!
Pleť jako broskvička

Moda, vzhled str. 49



Účesy str. 27



Hýčkej si hřívu
Vyber si střih
Sponky jsou prima!
Domácí výroba sponek
Hrátky s korálky
Hlavičky jak makovičky!
Rozverné copánky
Účesy z druhého konce světa
Pro sportovkyně
Kadeřnická skříňka

Oběť módy?
Který styl?
Život v modré
Sukně jsou fajn!
Chvála krásných košil
Huňaté teplo svetrů
Zaostřeno na rukávy!
Hra s barvami
Bláznivá tílka
Vylepši si trička
Tip top topy
Nachystejte si pareu –
plážové šátky

Malá šperkařská dílna
Vlastnoruční korálky
Netradiční korálky...
Impozantní příroda
Přehršel náušnic
Ruce samé zlato
Na každý den jeden
náramek
Brož do klopý si vlož
Záplava záblesků...
Originální šperkovnice

Doplňky str. 75



Šátky, šátečky
Etno šátky!
Můj milý kulíšek
Slušivý fleece
Bez rukavic ani ránu!
Taška pro tento den
Ze starých džín
Sezónní kapsičky
Až po prsty u nohou
Do deštivého dne
Vyrážíme k vodě...
U vody
Po návratu z koupání

Šperky str. 103



Kuchyně str. 725



Zdravě jíst znamená
dobře žít!

Pro dobrý začátek

Na slanou notu

Pro zdárný růst

Zázraky s rybami

Ryba na zdraví ti přidá

Poběž, bramboro!

Šokující pekařka

Celá paleta vitaminů

Renety, malináče...

Říkali jste červená?

Modré bobulky

Variace na žlutou barvu

Rozkošný čokoládový šok

Čokoládové proměny

Čas formiček

Sušenkové pochutnání

Piknikový košík

Dekorace str. 709



Udělej si pořádek!

Je to...

pohodlně uložené!

A la stračena

V rámečku za kačku

Suvenýry na šňůře

Všechno do krabice

Škola volá!

Dekorace na stůl...

Po návratu z vycházky...

Milé vlčí máky

Měkoučkové polštářky

Hmm, tady to ale voní!

Vázy ve všech podobách

Příjemné útulno...

Oslavy str. 195



Slet všech čarodějnic!
Noc hrůzy
Vánoční stromek
Slavnostní tabule
Karneval, bláznivý rej
Večírek v maskách
Čokoládové Velikonoce...
Oslava v přírodě
Večírek v pyžamu

Zahradničení str. 215



Vezmi to od semínek!
Láskyplná péče
Královny všech chutí
Bramborová a rajčatová party
Čerstvá zelenina ze záhonku
Trochu pichlavá zahrádka
Naslouchej řeči květin...
Její Veličenstvo růže

Pokusy a hry str. 233



Se vzduchem
Se světlem
Se zvukem
S vodou
S ledem
S mořem
Budoucí námořníci
Lehčí než voda