

# OBSAH

Úvod .....	11
Kapitola 1: Nový přístup .....	13
Kapitola 2: Péče o pleť .....	25
Kapitola 3: Péče o ruce a nehty .....	49
Kapitola 4: Zdravé nohy .....	55
Kapitola 5: Inspirace pro intimní chvíle .....	61
Kapitola 6: Vnitřní/vnější krása .....	85
Kapitola 7: Líčení .....	105
Kapitola 8: Vlasy .....	129
Kapitola 9: Styl .....	153
Kapitola 10: Pracovní styl .....	169
Kapitola 11: Slavnostní příležitosti .....	177
Kapitola 12: Nezapomenutelné svatby .....	187
Kapitola 13: Nástrahy těhotenství .....	193
Kapitola 14: Krása a roční období .....	197
Kapitola 15: Doplnky .....	211
Kapitola 16: Přehled a pořádek .....	221
Kapitola 17: Péče o věci a jejich údržba .....	227
Kapitola 18: Krása těla .....	235
Kapitola 19: Optické klamy .....	249
Kapitola 20: Modelky a známé osobnosti .....	261
Kapitola 21: Krásná za pár minut .....	267
Kapitola 22: Krásná podle peněženky .....	273
Kapitola 23: Krásná na cestách .....	279
Kapitola 24: V době nemoci .....	283
Kapitola 25: Bleskové kosmetické triky .....	289
Kapitola 26: Naléhavé diety .....	299
Na závěr .....	307
O autorce .....	309
Rejstřík .....	311