

Z titulní strany

- 12 OSOBNOST Z OBÁLKY: KATE WINSLET**
Je první herečkou, která byla čtyřikrát nominována na Oscara před třicátými narozeninami. Přesto trháky příliš nevyhledává a dává přednost menším britským produkcím
- 42 VZTAH BEZ LÁSKY**
Je jim přes třicet. Jsou osamělí a bojí se, že velkou lásku už prošli. Ženám tikají biologické hodiny, ale ani muži nechtějí zůstat sami. A tak si berou partnery, které nemilují
- 46 NOVOROČNÍ PŘEDSEVZETÍ**
Slíbili jste sami sobě, že konečně zhubnete, přestanete kouřit, naučíte se anglicky... Tak proč se smíříte s velikostí XL, kouříte jako fabrika a anglicky umíte pět slov?
- 54 Z POHÁDKY DO POHÁDKY**
Pohádky provázejí každého z nás od narození. Dětství bez nich by nebylo úplné. Děti baví, rozvíjejí jejich fantazii a hrají důležitou roli při utváření osobnosti
- 60 UMÍTE SE POHÁDAT?**
Krásné, harmonické manželství bez hádek. Tak si většina lidí představuje idylický vztah. Jsou ale hádky opravdu jen na škodu? A musí nutně přivést lásku do záhuby? Rozhodně ne
- 72 CHCI, ABYS BYL/A JEN SE MNOU!**
Doba bláznivé zamilovanosti dříve či později vyvane a jeden z partnerů ztratí potřebu trávit se svým protějškem veškerý čas. Pak může být překvapený, když zjistí, že být co nejvíc doma by měla být jeho povinnost



Navigátor

- 20 VÝZKUM**
Novinky nejen ze světa psychologie
- 26 MANUÁL: JAK PROMĚNIT ŠPATNÝ DEN V DOBRÝ**
Každý má občas „den blbec“. Poradíme vám, jak mít takových dnů co nejméně a co dělat, když už přece jen přijdou
- 28 ANALÝZA: NOVOROČNÍ BILANCOVÁNÍ**
Jakékoli násilí je hlavně obrana toho, kdo se cítí (tělesně, slovně či emočně) napadený
- 30 KARIÉRA: JAK SI ZAŘÍDIT KANCELÁŘ**
Každá kancelář o svém uživateli ledacos vypovídá
- 32 SEX: PŘESTALI JSME SE BÁT AIDS?**
Počet HIV pozitivních pacientů v ČR stále stoupá. Čím to je?
- 34 DIAGNÓZA: HRANIČNÍ PORUCHA OSOBNOSTI**
Trpí jí až polovina pacientů, kteří vyhledají psychologickou pomoc. Nejde o nic, co by na první pohled bilo do očí. Laici by o těch, kteří ji trpí, asi řekli, že jsou prostě divní



Smysly

80 OLEJOVÉ POHLAZENÍ

Přírodní rostlinné oleje jsou svým složením podobné tukům naší pokožky, a proto se skvěle vstřebávají a velmi účinně působí

84 EXPRESNÍ TIPY PRO KRÁSU

S našimi tipy můžete být sebevědomě upravená během chvilky

96 HOREČKA, SILNÁ ZBRAŇ PROTI INFEKCI

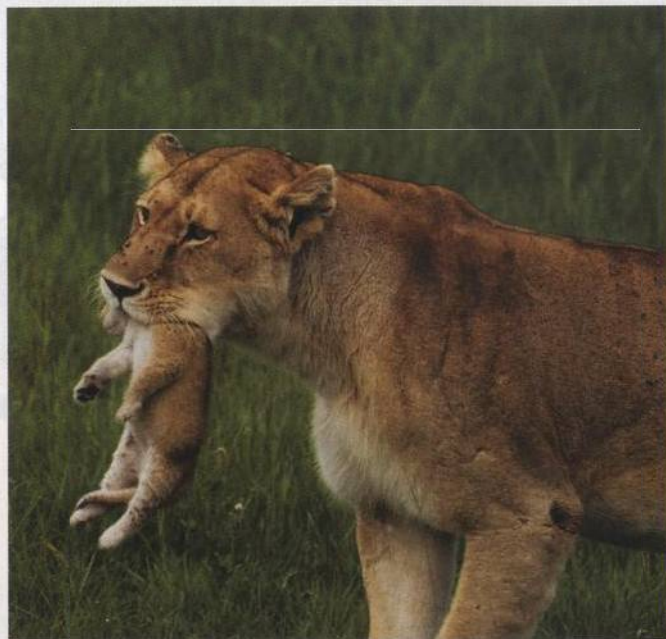
Přestože je horečka opravdu velmi nepříjemná, jde o zcela přirozenou reakci organismu, kterou se brání napadení viry a bakteriemi – ty totiž zvýšená teplota zabíjí

101 TEPLÉ SALÁTY

Podle starodávné čínské medicíny jsou potraviny a jejich kombinace, které nás zahřejí, a jiné, jež naše tělo ochladí

108 SAFARI, TO JE CESTA...

„Měla jsem farmu v Africe...“ Kdo by neznal tato slova, jimiž začíná Meryl Streep vyprávět svůj legendární příběh o lásce uprostřed africké divočiny



Scéna

116 FILM

Premiéry na plátnech kin

118 HUDBA

Novinky z hudebního světa

119 KNIHY

Nové čtení

122 ROZHOVOR SE ZUZANOU KAJNAROVOU