

26



14



14

Šerm je moje vášně

Rozhovor s nejúspěšnějším českým šermířem Alexanderem Choupenitchem.

26

Je váš mozek fit?

Únava a přetížení mohou vypadat podobně jako začátky Alzheimerovy nemoci. Jak na tom skutečně je váš mozek, odhalí kognitivní testy.

40

Jeden základ, dvě jídla

Chutě dětí a dospělých se často výrazně liší. Uvařte si s námi chytří základ, který snadno upravíte na míru malým i velkým.

86

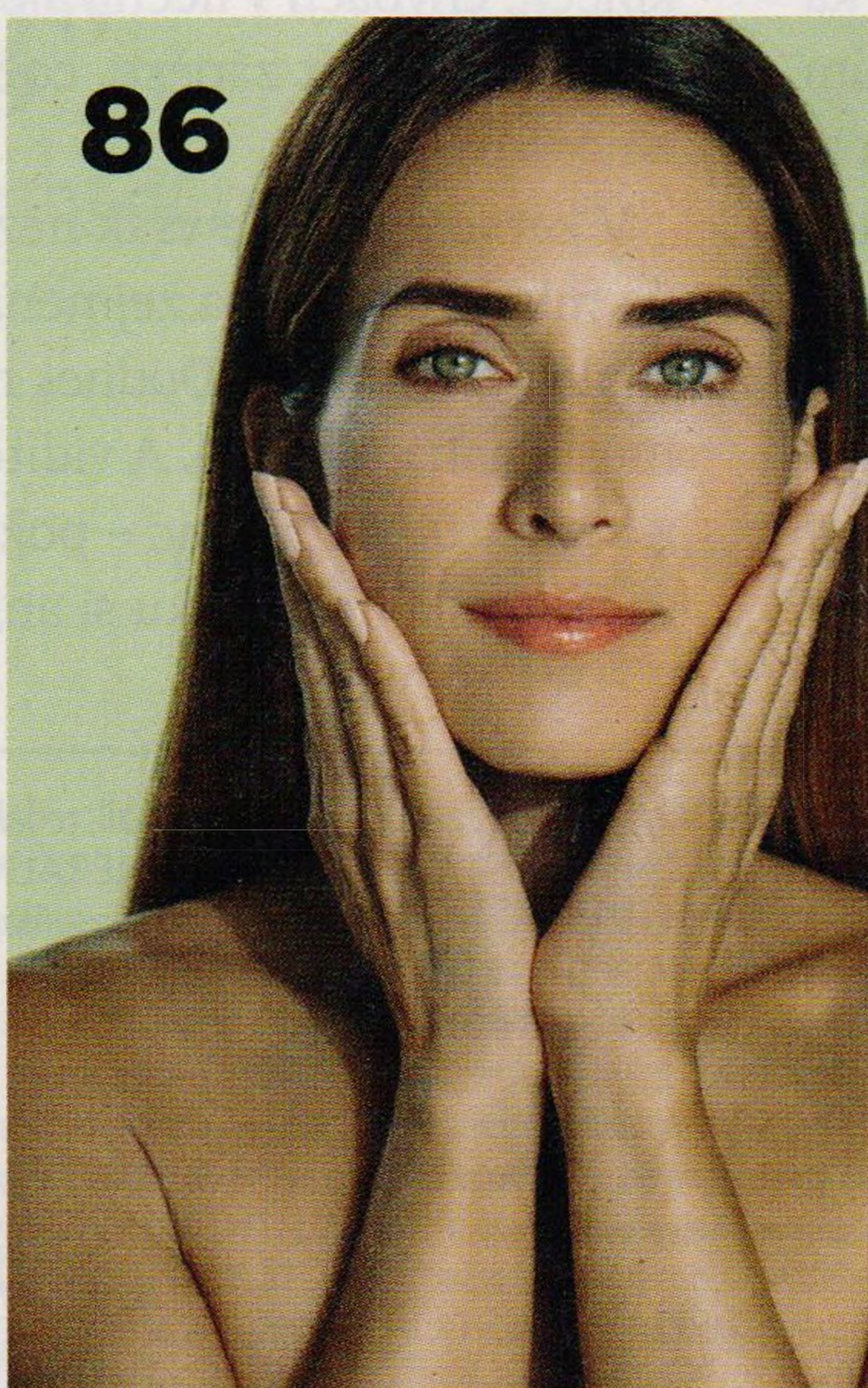
Make-up, co ubere roky

Stačí malinko a vaše tvář může během pár vteřin vypadat o mnoho mladší.

40



86



Cover: Alexander Choupenitch
Foto: Lukáš Wagneter
produkce a styling: Lucie Lu Gregorová