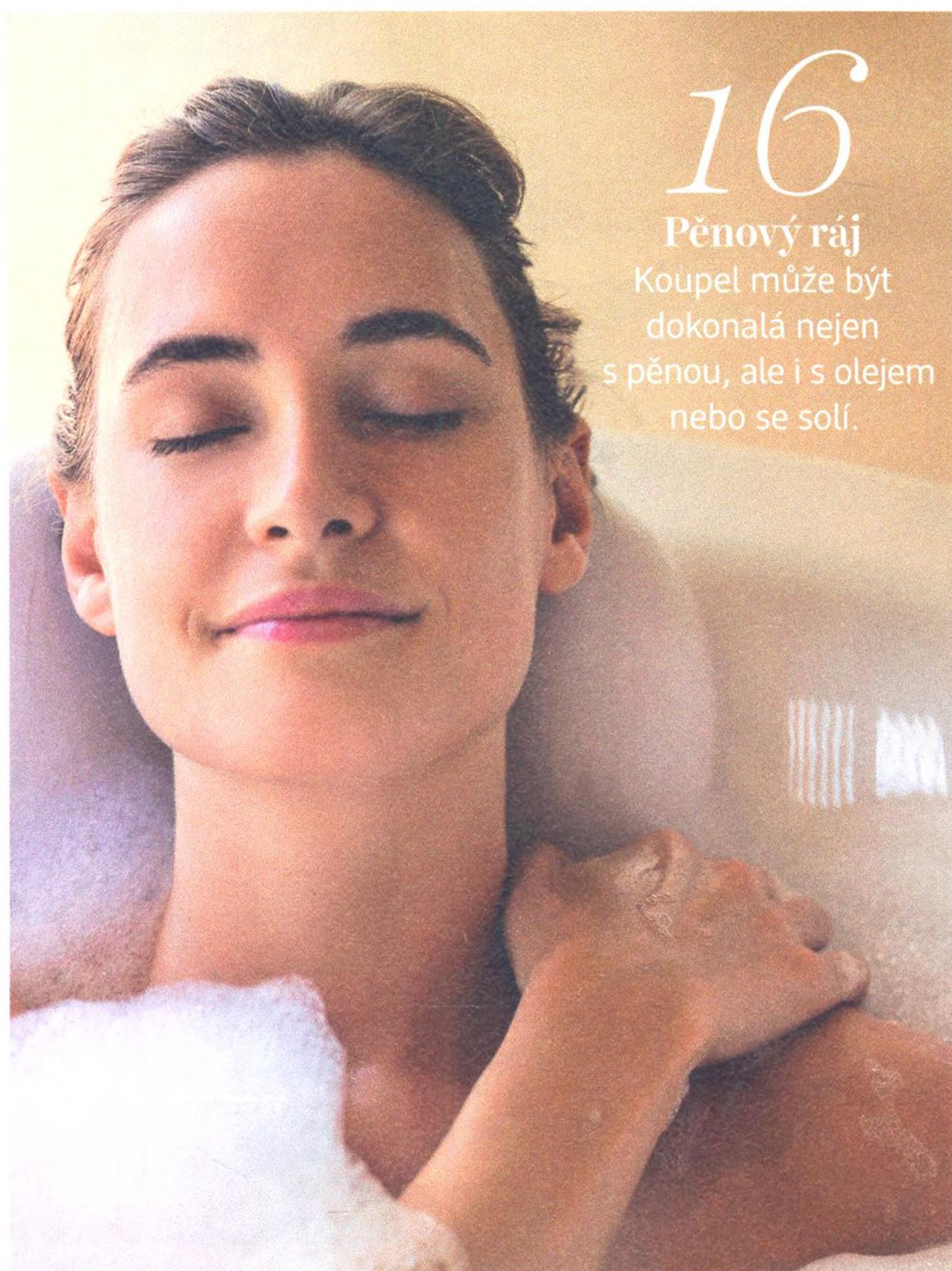




16

Pěnový ráj

Koupel může být dokonalá nejen s pěnou, ale i s olejem nebo se solí.

Body & Soul

- 15** *Mise hebká jako pohlázení:* Oblast kolen nyní vyžaduje zvláštní péči.
- 16** *Ponořte se do pohody:* Vana plná požitku.
- 20** *Když s vámi dítě přeruší kontakt:* To, že se dospělé děti od svých rodičů odstříhnou, není vůbec neobvyklé. O tom, jak se vyrovnat s jedním z nejbolestivějších druhů odloučení.
- 26** *Co pomáhá při nachlazení:* Produkty, které nyní oceníte.

Beauty & Style

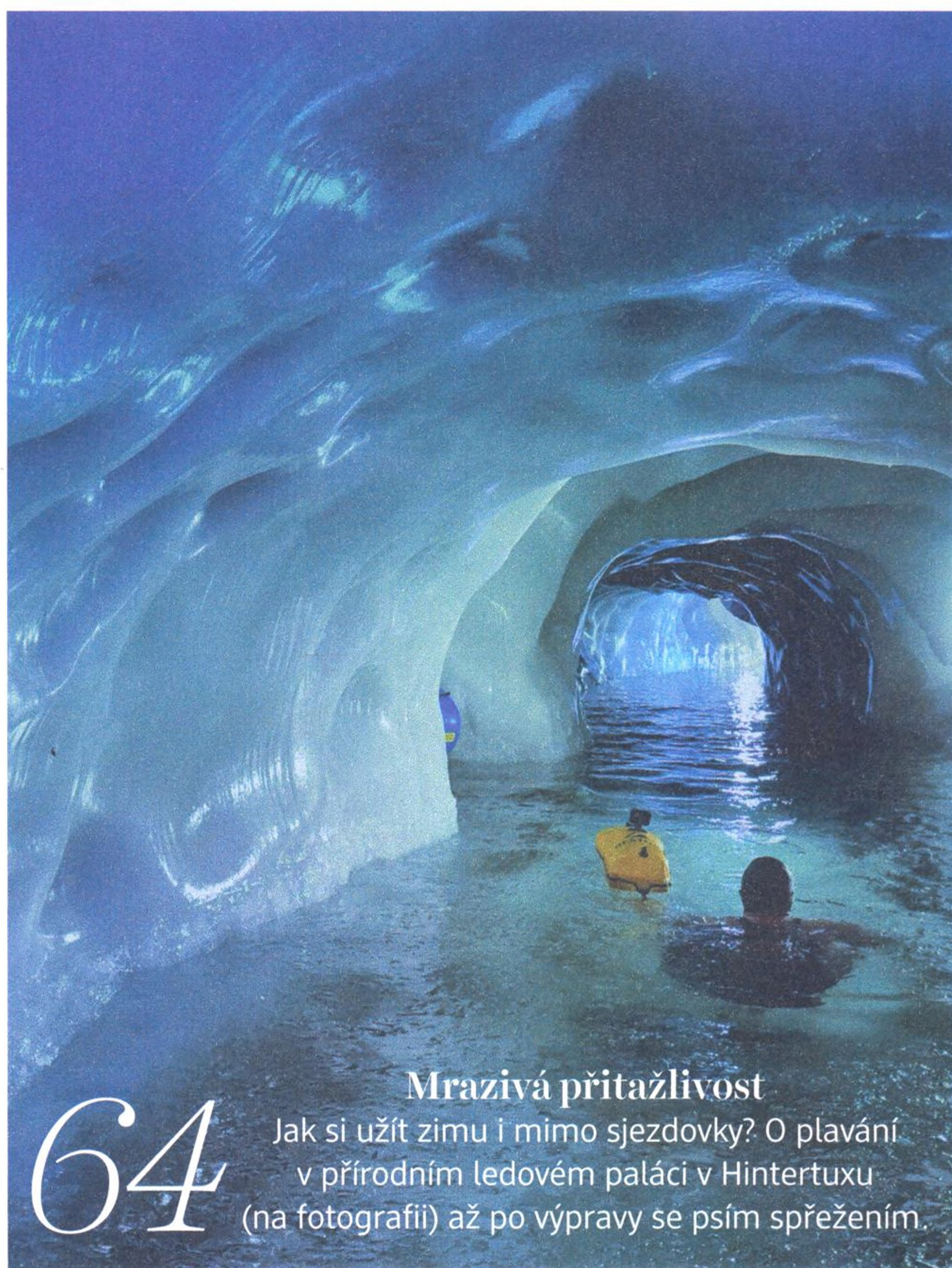
- 37** *Best Hair Days:* Zapletené účesy jsou ideálním stylingem na zimní dny.
- 38** *V odstínech zelené:* Výrazné i elegantní variace.
- 44** *V dobrém i ve zlém:* Jak styling obočí odráží ducha doby.



54

Teplé odlesky

Tlumené světlo,
přírodní materiály
a další tipy pro útulný
domov.



64

Mrazivá přitažlivost

Jak si užít zimu i mimo sjezdovky? O plavání
v přírodním ledovém paláci v Hintertuxu
(na fotografii) až po výpravy se psím spřežením.

Living

- 53** *S lehkostí papíru:* Složit si z něj můžeme nejen vlaštovku, ale i ne jeden bytový doplněk.
- 54** *Aby bylo útulno:* Pomocí několika malých triků lze během chvilky vytvořit hřejivou domácí atmosféru.
- 60** *5 tipů, jak zmírnit každodenní shon:* Méně stresu při přípravách na svátky.

Taste & Travel

- 63** *Už jsme zase na cestách...* Právě teď je ideální čas začít plánovat.
- 64** *Zima trochu jinak:* Evropské destinace, kde si můžeme užít sních a led i bez lyží.

- 68** *Kolem světa sousto za soustem:* Proč nás streetfood tak okouzljuje – recepty ze všech kontinentů.

- 76** *Gastronomické know-how:* Cizrna.

- 79** *Tak chutná domov:* Představujeme vám oblíbené regionální recepty. Tentokrát srbskou sýrovo-vaječnou pitu.

Earth

- 83** *Tři otázky pro... mě:* Obohacující alternativa k věčným novoročním předsevzetím.
- 84** *Bio zažívá obrovský boom:* Udržitelná produkce potravin se těší stále větší oblibě.
- 88** *Ten, kdo zná tajemství sněhových krystalů:* Všechny unikátní, každý jedinečný.

*Pravidelné rubriky*

- 5 Editorial
9 News
12 Jeden den pro...
94 Zelená sedma
96 Horoskop
98 Finále s čísly
99 Impressum