

STRANA 14

NESTYĎTE SE ZA SKALPEL

Objevte aktuální trendy v estetické medicíně! Plastičtí chirurgové se shodují, že boduje hlavně přirozenost. A zákroky už se také netajíme.

STRANA 24

PLASTIKA NA VLASTNÍ KŮŽI

Zmenšení prsou týden po týdnu. Přečtěte si autentickou zkušenost s úpravou dekoltu.

STRANA 42

ŠTÍHLÁ V KAŽDÉM VĚKU

Ženské tělo se v průběhu života mění a obvykle se to dotkne i naší váhy. Poradíme, na co se při hubnutí soustředit v které životní dekádě.

STRANA 46

ROZPROUDIT LYMFU

Lymfatický systém ovlivňuje nejen vzhled pokožky, ale i celkové zdraví. S věkem však obvykle začne stagnovat. Pomůže správné dýchání, pohyb i masáže.

STRANA 68

SEBEVĚDOMÍ VE VÝSTŘIHU

Umí plastická chirurgie spolu s ňadry pozvednout i sebevědomí? A budete to s vylepšeným dekoltem pořád ještě vy?

STRANA 86

TEJPEM PROTI VRÁSKÁM

Estetické tejpování pomocí kineziologických tejpů dokáže účinně bojovat proti vráskám a nevhodné mimice. Alternativa pro všechny, kdo nefandí botoxu.