


OSIEM KOBIET DLA KOBIET

- 8 Anna Dereszowska
52 Ewa Błaszczyk

ZDROWIE

- 12 Lato optymistów
16 Czy szybkie jedzenie to samo zło?
20 Kiedy zostać mamą?
24 Mamo, chcę na wakacje
34 Opieka farmaceutyczna
36 Całe życie od nowa
38 Zapytaj farmaceutę
40 Jeszcze jeden powód, by schudnąć

RAPORT

- 27 W rytmie zdrowia i dobrego nastroju

NATURA

- 44 Wiąz niezwykle
48 Doktor tai chi

URODA

- 56 Stońce? Ależ tak!
60 Wody z kwiatów i owoców
64 Młodość w kapsułkach

KUCHNIA

- 68 Śniadanie skrojone na miarę
72 Korzeń życia
74 Sok: idealny koktajl odchudzający

PODRÓŻE

- 76 Wyspy marzeń

PSYCHOLOGIA

- 82 Pochwały
86 Czas na urlop

FELIETON

- 96 Ewa Woydytło:
Sprzyjaj szczęściu

POD UWAGĘ

- 98 Możemy tylko namawiać



czytaj str. 11 i 67