

ŽIVOT a žena

Nedokážete si představit den, kdy byste nebyla online? Nejste náhodou závislá? Více na str. 74.



REDAKTORKA
MARTINA
UZSINI
NESLIBUJU!

Některé věci se mi loni fakt nepovedly: nevydržela jsem si psát deník, nezačala jsem pravidelně cvičit, nepřihlásila jsem se na angličtinu.

No a co? Na druhou stranu jsem úspěšně přestala kouřit a taky jsem přečetla velkou část z hromady knih, které jsem si kdys koupila a pak jsem dlouho nebyla schopná najít si na ně čas. Ale to, nač jsem obzvlášť hrdá, bylo rozhodnutí, že si nedám žádné novoroční předsevzetí! Jsem už totiž dost chytrá a do sebe zamilovaná, než abych se zbytečně tyrala plnými sliby, za jejichž nesplnění se jako ten nejkrutější soudce odsoudím do celý smrti a vzápětí se masochisticky popravím. Nic takového. Máte-li však vy samy chuť uvalit na sebe novoroční břímě, udělejte to alespoň lidumilným způsobem, o kterém se dočtete na str. 72. Metoda knizení je přátelská, protože není jak opravdu dosáhnout cíle a to šetrně, bez ztrát na životech. Žádné megalomanské plány, ale malé krůčky. Přejte příjemnou procházku!



Myslíš, že se počítají i implantáty?

MRKNI NA TY CHYTRÉ ČTYŘKY

Podobáte se spíš Kate Winslet než Gwyneth Paltrow? Nezapomínejte, ženy s bujnějšími křivkami dosahují v inteligenčních testech v průměru lepších výsledků než ženy velmi štíhlé. Vědci také zjistili, že dámy kypřejších tvarů mívají chytřejší děti. Zkrátka čím větší je rozdíl mezi objemem pasu a boků ženy, tím lépe! Podle odborníků to možná souvisí se zásobami mastných kyselin, které jsou v bocích uloženy. Že muži milují oblé tvary, je přece známo už dávno!



Chcete, aby vaše nohy byly šťastné? Dopřejte jim obložkovou masáž.

VYKRAČUJTE SI PO PLÁŽI

Dopřejte svým chodidlům tu nejpříjemnější možnou procházku a nechte je korpovat po zdravotní podložce Vita Beach, která je vyrobená z dvousložkového matného polyuretanu a funguje na principu reflexní terapie. Její nerovný povrch napodobuje obložkovou pláž, kdy se různé vysoké „výčnělky“ pohybují při chůzi na všechny strany a masírují tak reflexní zóny na chodidlech. Podložka se vlastně stará o prevenci či přímo léčbu vašich fyzických i psychických obtíží. Příjemný pocit jako na pláži si navíc můžete užít doma nebo v kanceláři! Podložky Vita Beach za cenu 3990 Kč si můžete objednat na www.vita-beach.cz.

* to vás bude zajímat...

ŽENY SE UMĚJÍ VÍC RADOVAT ZE ŽIVOTA
Nám ženám by se klidně mohlo přezdívat šťastnější pohlaví. Potvrzuje to australská studie, podle níž se ženy o čtvrt hodiny denně více radují a o šest minut méně hněvají. A také si dovedou prý věci víc užít, zatímco muži naopak silněji projevují nevoli při nepříjemných činnostech. Zlobí je především práce v domácnosti, dojíždění a nepříjemné činnosti v zaměstnání.

V AUTĚ ČICHÁM SKORICI
Nečekaný vliv na naše nálady mají vůně. Chcete-li se lépe soustředit na řízení auta, vědci doporučují přivonět ke skořici nebo kapucíně. Vůně citronu a kávy zase prospěje jasnosti myšlení. Fyzickému výkonu napomáhá máta, koncentraci levandule, toužíte-li naopak po klidném spánku, přivoněte k růži. A vůně kávy? Ideální proti stresu!



EKOMOBIL PŘICHÁZÍ
Vodafone představil první samonabíjecí mobil Samsung S7550 Blue Earth, který je vyrobený z recyklovaných materiálů a díky solárnímu panelu na zadní straně si sám obstarává energii na provoz. V jeho menu najdete například i funkci, která vypočítá úsporu CO₂ při chůzi v porovnání s použitím dopravního prostředku. Kupte ho za 7777 Kč.

Více se o chytrém mobilu dozvíte na www.vodafone.cz.

