











Recepta na urodę

Czy istnieje recepta na urodę? Tak!!! — trzeba ją jednak realizować... codziennie.

Gdy mówimy o pięknym wyglądzie starając się przybliżyć podstawowe zasady higieny i kosmetyki należy rozpocząć od czystości ciała. Ale czy można ją utrzymać...

Zaczynamy od wieczornej kąpeli. Wanna pełna pachnącej piany, a tą zapewniają różnego rodzaju płyny. Kogo stać na zakup paczków sosny, owoców jałowca lub kwiatów rumianku...

Nie musi to być gotowa maseczka kupiona w sklepie. Dostatecznie zastąpi ją reszta surówki z marchewki, którą podaliśmy na obiad...

Niestety pokutuje nadal w naszym społeczeństwie fałszywy pogląd, że zadbane i elegancka kobieta nie może być dobrą żoną, matką...

F.S. Autorka tych porad — Iwona Kołodziej jest finalistką konkursu Miss Polonia 83 i pracuje jako kosmetyczka.



Norweskie miasto Hammerfest jest najdalej na północ wysuniętym miastem w Europie. Liczący dziś około 8 tys. mieszkańców Hammerfest...

Jak odczytać się palenia?

Nie jeden palacz staje przed problemem. Wydaje się, że na właściwy sposób natrafił białoruski Instytut Sanitarno-Higieniczny...

Musimy sobie uświadomić tę prawdę, że szkodliwy i szkodliwy wygląd zależy od nas samych. Trzeba tylko odpowiednio zorganizować sobie czas i wśród codziennych zajęć znaleźć czas na siebie.

IWONA KOŁODZIEJ



Co mówi astrologia?

TEST SATURNA

Zmiany pozycji Saturna na nieboskłonach rzadko tylko zastają nas nieprzygotowanymi. Już długo naprzód przewidujemy różne przykre zdarzenia...

ją się po prostu w okolicy tej daty. Transyty czyli przejścia Saturna przez granicę znaków mają opinię...

W TELEWIZJI



W sobotę, 5 maja, pr. I w cyklu Historia Dramatu Polskiego TV przedstawi 'W moim dworcu' Stanisława i Witkiewicza...



W sobotę, 5 maja, w pr. I film USA 'Strach na wróble'...



W niedzielę, 6 bm, w p. I w godzinach wieczornych poznamy tegoroczną Miss Polonia...



W czwartek, 10 bm, 'Brudne pieniądze' — spektakl w Teatrze Sensacji...

REDAGUJE KANDYDAT NA MISTRZA DARIUSZ KLIMASZEWSKI



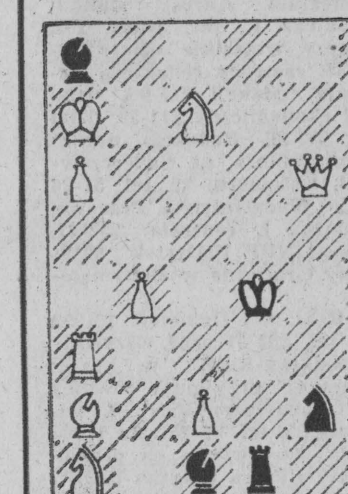
Po kilkumiesięcznej przerwie mistrz świata Anatolij Karpow ponownie wstąpił w turniejowe szranki...

Najpierw Karpow uczestniczył w imprezie zorganizowanej z okazji stoletnia szachowego klubu w Oslo...

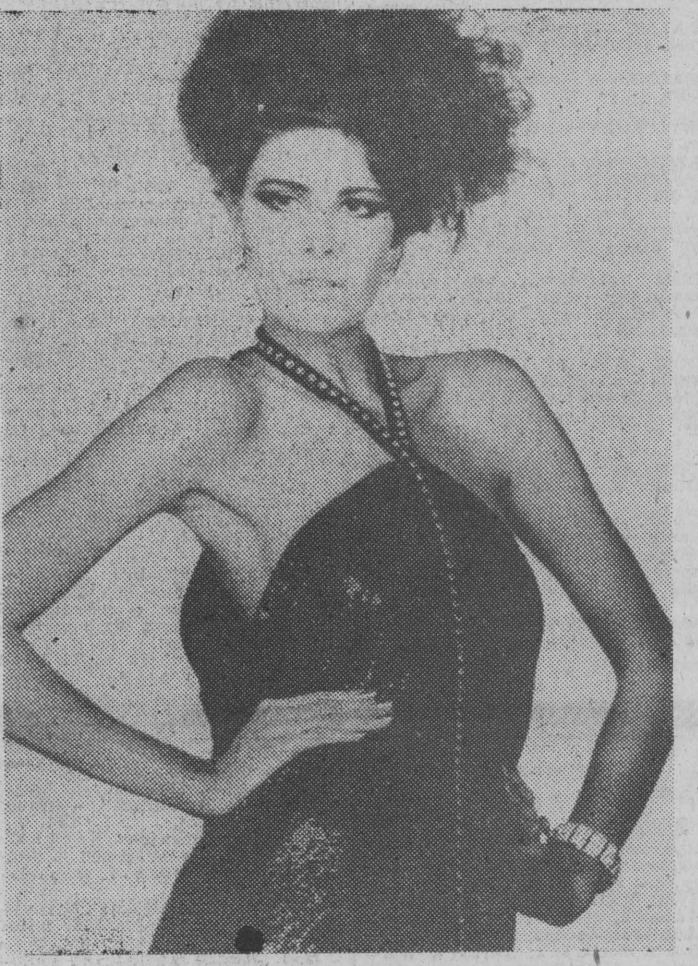
Bespółrośnie po zwycięstwie w Oslo, Anatolij Karpow rozpoczął grę w międzynarodowym turnieju w Londynie...

Po sześciu rundach z dorobkiem 5 pkt. prowadzi Karpow i Polugajewski...

Pod nieobecność kilku czołowych szachistów świata, w Łowiczu zakończyły się mistrzostwa ZSRR...



ZADANIE NR 53 MAJ W DWÓCH POZIOMIACH Wśród Czytelników, którzy w terminie siedmiodniowym zadania wylosujemy nagrodę książkową.



Uroda, wdzięki i elegancja. Fot. Archiwum



Ładny jestem, prawda??...

Jaskiniowe ZOO

Podziemne ZOO dla zwierząt żyjących w ciemności otwarte będzie w Orgnac-La-ven na południu Francji...

Syberia widziana z kosmosu

Naukowcy syberyjskiego oddziału Akademii Nauk ZSRR przygotowują 4-tonową pracę 'Badania aerokosmiczne bogactw naturalnych Syberii'...

KRZYŻÓWKA

POZIOMO: 5) lok, 8) brzeg przepaści, 10) nie wolno, 11) surowca na produkt...

WIELKI: 1) miasto z muzeum im. Przykockich, 2) zmotywniony powód, 3) krzak...



Rarytasy numizmatyczne

Numizmatykon zelektryzowała podana niedawno w prasie wiadomość o cennym numizmatykonie, który otrzymał Zamek Królewski w Warszawie...

W serii wydawniczej 'Nauka dla wszystkich' wydanej w Ossolinie pod patronatem oddziału krakowskiego PAN ukazała się interesująca książka dr. Lesława Morawickiego...

Mniej więcej autentyczne

'Dziewicy nie znalezione' — ogłasza 'Walka Miodych', pisząc o wyborach Miss Polonia w Łomży, które miały się odbyć...

Rysuje się nam problem w jachach — powiedział onegdaj wysokiej rangi urzędnik wojewódzki z Bialego-Stoku...

Moja sugestia jest to, aby każda para małżeńska miała zaplanowaną co najmniej jedną randkę tygodniowo...

Mniej więcej stuletni horoskop powie Ci powie. Pod zianami Barana. Dla Pana i Pani. Występują koloru złotego...

Mimo, że niedawno ukończył 19 lat, nadal jest niezwykle aktywnym twórcą, spełniającym sobie pierwsze miejsce wśród najwybitniejszych malarzy współczesnych...

Największy malarz współczesnych Włoch

Robottelli, chłopcy, rybacy — to najczęściej bohaterowie jego obrazów, malowanych w konwencji realizacyjnej...