

OBSAH

- 08 **Chci motivovat a inspirovat**
Rozhovor s šéfkuchařem Markem Fichtnerem

KRÁSA

- 12 **Zaplétané & svázané** Trendy účesy
22 **Na stupních vítězů**
Oslnivé líčení v barvách drahých kovů
26 **Hvězda z obálky**
Proměna výherkyně soutěže s trend IT UP
30 **V nejlepším světle** Rozjasňovače pro zářivou pleť
42 **To nejlepší z matky Země**
Léčivá hlína a jíl pro krásnou pleť
48 **Domácí kosmetika** Vytvořte si vlastní pečující produkty

ÚVOD

Radost může mít mnoho podob. Předvánoční období bývá plné radostného očekávání. Vše pak vyvrcholí Vánoce, které by měly být svátky opravdové radosti. Rozdávané a sdílené. I vánoční vydání našeho magazínu se Vás proto snaží naladit na vlnu pohody a radosti. Této pozitivní emoci se mimochodem blíže věnujeme v rubrice Kouč. Navíc poradíme, jak udělat druhým radost dárkem, který si skutečně přáli.

Nechte se inspirovat tipy, jak doma vykouzlit sváteční náladu a jakými sladkými dobrotami ozvláštnit slavnostní stůl. Kam se vydat za tradiční i netradiční předvánoční atmosférou nebo při jakých zimních radovánkách se výborně odreagujete a zároveň posílíte své tělo. Zkrátka samozřejmě nepřijde ani péče o krásu, tentokrát ve znamení rozzářené pleti a oslnivého líčení.

Abyste však zářili i zevnitř, je třeba zůstat v rovnováze. Nalaďte se proto na klidnou notu, hodte za hlavu starosti všedních dnů a nenechte si nikým a ničím narušit pohodové chvíle strávené s lidmi, které máte rádi. Nadělujte sobě i druhým radost. Sdílená radost je totiž dvojnásobná radost.

Příjemné čtení a krásné vánoční svátky Vám přeje

Váš active beauty tým
activebeauty@dm-drogeriemarkt.cz

S. 22



S. 62



S. 78

INSPIRACE

- 54 **Lapení do sítě chutí** Sladké pečení
62 **Sváteční nálada** Předvánoční dekorace
64 **Mrazivá disciplína** Kouzlo zimních sportů
70 **Adventní toulky Evropou** Kam za předvánoční atmosférou i nákupy

ŽIVOTNÍ STYL

- 78 **Umíte se radovat?** Síla pozitivních emocí
84 **Něco si přej** Cesta ke splněným přáním
88 **Když hvězdy radí** Horoskop na prosinec

active beauty magazín č. 10 vychází 13. 1. 2017



TITULNÍ STRANA:
FOTOGRAFIE: Richard Nowak
MODELKA: Sabina Benešová