

OBSAH



- 03 **Iniciativa** dm pomáhá dětem
- 06 **Servis** My je víc než já

KRÁSA

- 12 **Nová sezóna** Trendy ze světa vlasového stylingu
- 18 **Dokonalý účes** Tipy na profesionální pomocníky z dm
- 20 **Řasenku, prosím!** Jak si vybrat správnou maskaru
- 26 **Móda na doma** Pohodlně, ale šik
- 28 **Krása z přírody** Tajemství přírodní kosmetiky
- 32 **Domácí lázně** Wellness den ve vlastní koupelně

ÚVOD

Naše dětství, životní zkušenosti, rodina, přátelé, vzpomínky a ještě mnoho dalšího. To vše nás dělá tím, kým dnes jsme. A někdy jsou to i zcela neočekávané situace nebo setkání, která mohou dát našemu životu nový směr. Všichni jsme ovlivňováni a formováni lidmi, kteří nás v průběhu života doprovázejí. A právě to dělá každého z nás jedinečným. Nikdo z nás se nestal sám o sobě člověkem, jehož tvář se na nás dívá každý den ze zrcadla. Vlivy, které utváří naši osobnost, se budeme podrobně zabývat v rubrice Kouč.

Důležitý pocit sdílení, sounáležitosti a vzájemné pomoci se však táhne jako červená nit celým tímto vydáním. Ať už jde o společné stolování (na str. 40) nebo netradiční výlety za saunováním (str. 50).

Obklopujte se lidmi, které máte rádi a obohaťte tak svůj život. I Vy jste pro ostatní nepostradatelní a jedineční.

Příjemné čtení Vám přeje
Váš active beauty tým
activebeauty@dm-drogeriemarkt.cz



S. 12



S. 47



S. 30



INSPIRACE

- 40 **Všichni ke stolu** V dobré společnosti chutná nejlépe
- 46 **Bio brunch** Pochoutky od dmBio
- 48 **Útulný domov** Stylové bytové doplňky
- 50 **Blahodárné pocení** Vyzkousejte netradiční saunování

ŽIVOTNÍ STYL

- 56 **Proč jsme takoví, jací jsme?** Co nás ovlivňuje
- 62 **Naslouchejte svému srdci** Nejlepší osobní rádce
- 66 **Zdravý úsměv** Vše pro zoubky jako perličky
- 70 **Účinná péče** Šikovné pomůcky dentální hygieny
- 72 **Horoskop na listopad** Když hvězdy radí
- 74 **Zdraví** Záhadný skřípot zubů

active beauty magazín č. 9/2015 27. 11. 2015.

S. 48