OBSAH

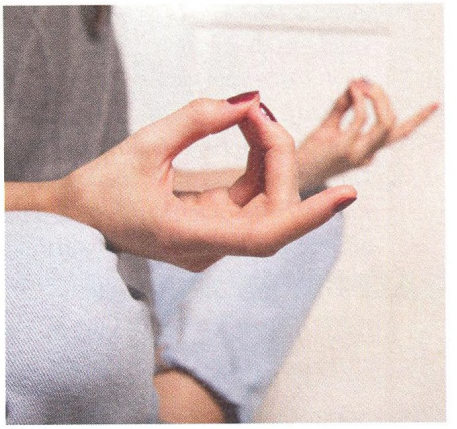
04 **Servis** Nový začátek

KRÁSA

08 **Zimní královna** Výrazné trendy looky
12 **Malířské potřeby** Tajemství kosmetických štětců
16 **Kráska z titulky** Proměna vítězky beauty academy
20 **Návrat ke kořínkům** Přírodní vlasová kosmetika
24 **Zdání klame** Ochrana před zimním sluncem
28 **5 odstínů denimu** Nestárnoucí džíny

S. 8

S. 32



S. 38

ÚVOD

E xistuje mnoho věcí, které nás utvářejí. Lidé, kteří nás obklopují a inspirují, životní zvraty, sny, které se nevyplnily, i přání, která se nám podařila uskutečnit. Tento seznam by mohl pokračovat do nekonečna, ale není nutné ho vypisovat. Důležité je, že bez ostatních, kteří vytváří náš svět, bychom nebyli takoví, jací jsme. Proto Vám na straně 50 přinášíme autentické příběhy lidí, kteří se v rámci kampaně „Pro vše, čím MY jsme" svěřili, kdo jejich život nejvíce ovlivnil.

Nastávající rok se ponese ve znamení sounáležitosti. Toto číslo active beauty magazínu se snaží vytvořit most mezi rokem 2015 a 2016 a motivovat k novým začátkům. Vyzkoušet můžete mimo jiné digitální detox, jednoduchá prstová cvičení pro rychlé uvolnění i povzbuzení nebo recepty na zdravou snídani. Chybět nebudou ani kosmetické tipy a rady, jak v chladném zimním období pečovat o svou pokožku i vlasy. Navíc Vám přinášíme exkluzivní reportáž o proměně vítězky dm beauty academy, která se na Vás usmívá z titulní stránky.

Přejeme Vám mnoho inspirujících nápadů při čtení nového čísla active beauty magazínu.

Váš active beauty tým
activebeauty@dm-drogeriemarkt.cz

INSPIRACE

30 **Snídaně u mě doma** Dokonalá snídaně
32 **Obilné dobroty** Domácí müsli
36 **Dobré ráno!** S produkty dmBio
38 **Jóga v malíčku** Prstová cvičení pro relaxaci
42 **Žádný mobil po ruce** Digitální detox

ŽIVOTNÍ STYL

46 **Víte, co si přejete?** Jak vyplnit své sny
50 **Životní změny** Skutečné příběhy
52 **dm pomáhá dětem** Spolupráce s organizací Charita česká republika
54 **Když hvězdy radí** Horoskop na rok 2016
58 **Zdraví** Péče o pokožku v zimě

active beauty magazín č. 1/2016 vychází 26. února 2016.

S. 12

FOTOGRAFIE: Maria Brinkop/Edition Fackelträger, Doris Erben, Gary Holmes, PR