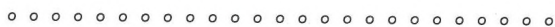


# OBSAH



- 04 **Pomáháme společně** dm podporuje veřejně prospěšné projekty
- 06 **Marmeládová královna** Rozhovor s Blankou Milfaitovou

## KRÁSA

- 10 **Ve slavnostních tónech** Hvězdný look na večírek
- 18 **Nadělujeme krásné chvíle** Tipy na dárky ze světa kosmetiky
- 26 **Lesk bez hranic** Oslnivé metalické líčení
- 30 **Trendy komplet** Overaly pro každou příležitost
- 36 **Působivý detail** Mašle jako módní doplněk
- 38 **Krémové pohazení** Kouzelná tělová másla
- 44 **Trochu jiná masáž** Dry brushing aneb suché kartáčování
- 48 **Krásná až do konečků prstů** Péče o nehty a nehtovou kůžičku
- 50 **Maraton v koupelně** Připravená na oslavu během chvíle

## ÚVOD

Záplava blyštivých světel v ulicích, které rozzáří dlouhé zimní večery a všudypřítomná vůně punče a cukroví jsou neklamným znamením blížících se Vánoc. Abychom si kouzlo adventu mohli vychutnat se svými blízkými v harmonii a pospolitosti, je občas potřeba povznést se nad staré křivdy, ukončit zbytečné boje a dospět k usmíření. Opuštění je totiž cestou k vnitřnímu klidu, jak se zamýšlí článek Umění odpouštět.

Na následujících stránkách vám dále mimo jiné poradíme, jak proplout fit a bez úhony úskalími předvánočních příprav nebo jak se během chvilky upravit tak, abyste ve slavnostních okamžicích zazářila svěží a v celé své kráse. Společně se vydáme do sněhového království za kouzlem běžkování a zároveň načerpáme pozitivní energii na cestě po prosluněných Kapverdách.

Těšit se můžete samozřejmě také na tipy na dárky, originální recepty, sváteční stolování, oslnivé líčení a mnohé další inspirativní podněty.

Pohodové svátky a příjemné čtení vám přeje

váš active beauty tým  
activebeauty@dm.cz



S. 24



S. 78

## INSPIRACE

- 56 **Delikatesy na sváteční stůl** Netradiční vánoční pochoutky
- 62 **Latté mnoha chutí a vůní** Trendy nápoj v pestrých variacích
- 66 **Stolečku, prostři se** Inspirace pro sváteční stolování
- 68 **Opojná lehkost běžkování** Bílou stopou
- 74 **Ostrov klidu a pohody** Na cestě po Kapverdách

## ŽIVOTNÍ STYL

- 78 **Umění odpouštět** Zbavujeme se zbytečné zátěže
- 84 **Ničím nerušené svátky** Jak ustat předvánoční kolotoč bez úhony
- 90 **Tiché nebezpečí** Žilní trombózy

active beauty magazín č. 1/2018 vychází 12. 01. 2018.



**TITULNÍ STRANA:**  
**FOTOGRAFIE:** Philipp Jelenska  
**PRODUKCE:** Geli Goldmann  
**MODELKA:** Jana/Elite Model SK  
**VLASY & MAKE-UP:** Sophie Chudzikowski