

# Obsah

- 05 **Zvyšujeme sebevědomí žen** Dove projekt sebedůvěry  
06 **Rozhovor** Jitka Čvančarová

## Krása

- 10 **Nadčasově krásná** Vychytaný make-up pro všechny  
20 **Ve víru červené** Trendy v barvení vlasů  
24 **Všestranný talent v prášku** Nepodceňujte pudry  
28 **Pečující hudba budoucnosti** Nová generace kosmetiky  
36 **Sladký obleček** Cukr jako přítel  
40 **Ozdobte se** Náušnice bez hranic

## Úvod

**Z**e stylového nebe prší opět kupa trendů. A to nejkrásnější na nich je, že se jich nemusí bát žádná žena. Rozumně zvolená cesta mezi aktuálními trendy a tím, v čem se člověk cítí nejlépe, představuje vždy správný směr. Jen se nesmíme bát zkoušet nové věci. Aktuálně frčí vlasy ve všech odstínech červené. Naše kadeře si budou vybírat z pestré škály od pronikavě zářivých až po temné nuance.

Cítíte se nejlépe v nepřehlédnutelné rumělkové, ale přepadají vás obavy z reakcí okolí? Pak je hodte ihned za hlavu, protože trend beauty positivity nepřipouští žádné kompromisy, co se sebedůvěry týká. Cesta k ní vede přes uvědomění si své vnitřní krásy, která se na rozdíl od té vnější nemění. Hýčkejte si ji a rozvíjejte například pomocí dobrých skutků a uvidíte, že žít přítomným okamžikem je mnohem příjemnější než stále upírat pohled do idealistické budoucnosti.

A jestliže přece jen chcete podpořit i tu vnější krásu, vsaďte na kosmetickou péči připomínající science fiction, která na úkor chemie a velkého množství přísad věří přírodní síle mořských řas a bakterií kyseliny mléčné.

Trendové čtení vám přeje

váš active beauty tým  
activebeauty@dm.cz

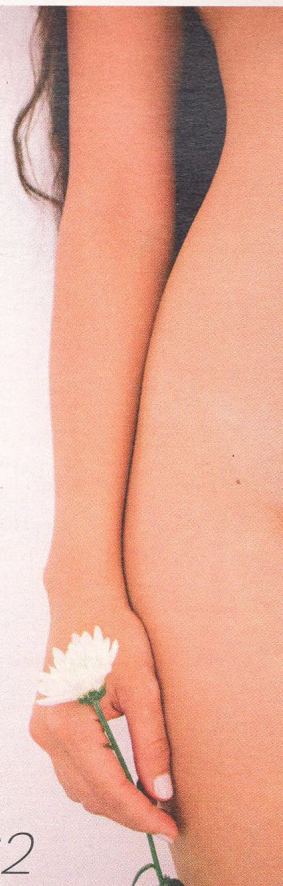
S. 28



S. 42



S. 62



## Inspirace

- 42 **Zapleťte se s přírodou** Pletený nábytek  
44 **Zelenina je mým masem** Jak na vegan pokrmy

## Životní styl

- 50 **Deset minut pro zdraví** Dopřejte si pracovní pauzu  
56 **Bělehrad** Město v pohybu  
62 **Síla sebelásky** Trend beauty positivity  
68 **Pomoc v růžových tónech** Rakovina prsu  
74 **Když krok tíží křečové žíly** Jak vznikají varixy

active beauty magazín č. 9/2018 vychází 26. 10. 2018.



FOTOGRAFIE: Susanne Spiel  
PRODUKCE: Tanja Hainzl  
MODELKA: Gina P./Tempo Models  
MAKE-UP & VLASY: Ina Maurer  
STYLING: Nadine Gurtner/Making Of