

05 20

ŽIVOTNÍ STYL

- 5 *Může nicnedělání povznášet?*
Co jsme se v posledních týdnech naučili
- 14 *Rozhovor:* Erika Stárková
- 17 *ACTIVE BEAUTY měsíce:*
Dita Příkrylová
- 19 *Jaké by to bylo...* pro jednu nic neplánovat?
- 20 *A je zase tady:*
Stylové doplňky chránící před sluncem
- 22 *366krát děkuji:* Co si maminky opravdu přejí
- 24 *Ušlechtilé kapky:* Cenné oleje
- 27 *Místo pro načerpání síly:*
Pančavský vodopád



- 28 *Jak se daří mým předsevzetím?* Dotáhněte je do cíle
- 30 *Bylinky a koření podporující bystrost:* Jídlo s přidanou hodnotou
- 32 *Přirozená sladkost:* Zdravější pečeni
- 34 *Nadváha či podváha?* Rovnováha! O zdravé hmotnosti
- 36 *Není kam se hnát:* Zábava rozvíjející kreativitu

40

Oranžová, růžová, zlatá

Příroda vyznačuje tolik nádherných barev? Vaše líčení také bude!

ACTIVE BEAUTY

č. 6/20 vychází
12. června



KRÁSA

- 40 *Západ slunce:* Líčení plné hřejivé záře
- 48 *Slunce ve flakonku:*
Takhle voní jaro
- 52 *Svěží vánek:* Přírodní vůně bez chemie
- 56 *Jaro ve vlasech:*
Barevné hrátky s účesy
- 60 *Perfektně orámované:*
Obočí podle typu obličej
- 62 *Věčné mládí:* Anti-aging vychytávky pro každý věk
- 68 *Není záře jako záře:* Ochrana před jarním sluncem



Pravidelné rubriky

- 9 Impressum / Editorial
- 96 Horoskop
- 98 Fórum dm

HARMONIE

- 76 *Příliš mnoho textilu:* Fast fashion zatěžuje přírodu
- 82 *Každá maminka je jedinečná:*
Děti nepotřebují dokonalost
- 90 *Funkční trénink:* Tímhle cvičením posílíte opravdu celé tělo

27

Místo pro načerpání síly

Meditativní šumění a překrásný výhled, to je Pančavský vodopád.



Titulní fotografie:
Elizaveta Porodina
pro dm