

24

Za požítkem
Voda nás činí šťastnými,
fit a krásnými.



36

Jako sen

Kompletní balíček
na dovolenou: Spolehlivá
ochrana před sluncem,
perfektní plážový look,
jednoduché tipy
pro relaxaci.

Body & Soul

- 18** *Tak akorát:* Body positivity – o pozitivním vnímání svého těla.
- 24** *Zcela ve svém živlu:* Konečně u moře, u jezera nebo u potoka.
- 28** *Redakční sloupek:* Proč bychom měli častěji trapně tancovat.
- 30** *Ve svém nitru:* Meditace pro začátečníky.

Beauty & Style

- 36** *Letní speciál:* Hurá na dovolenou.
- 43** *Jaká matka, taková dcera... i vnučka:* Tipy pro krásu a péči o pleť předávané z generace na generaci.
- 47** *Lehce roztíratelné:* Krémy s gelovou texturou pro horké letní dny.
- 48** *Vysvětleno navlas přesně:* Muži mají rádi jasná sdělení.

Living

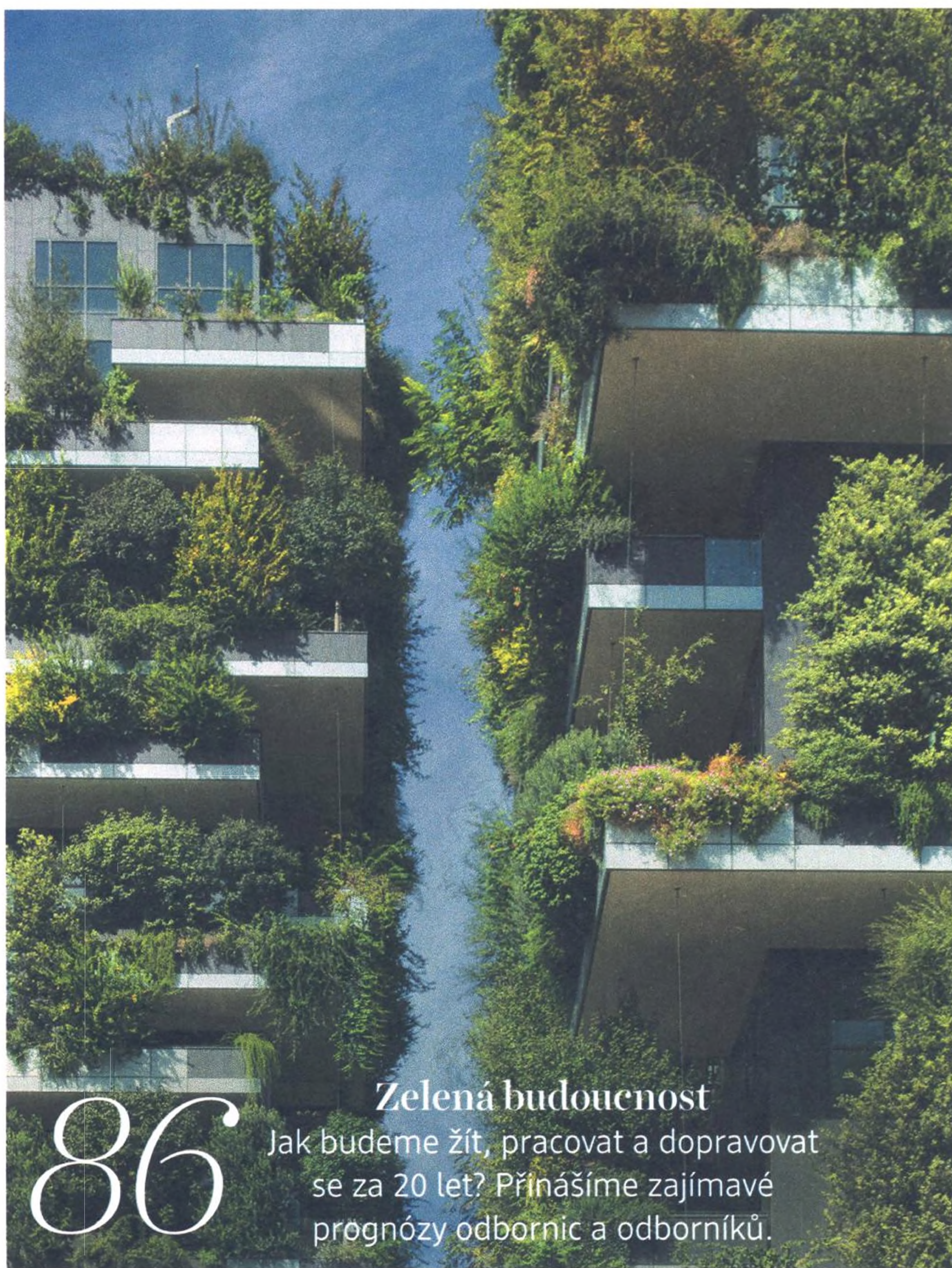
- 53** *Ve správném světle:* Osvětlení s atmosférou, které neohrožuje noční hmyz.
- 54** *Kaliméra, léto!* Bytové doplňky v typicky řeckém stylu.
- 56** *Pro kočku:* Čím potěšit našeho čtyřnohého miláčka k Mezinárodnímu dni koček.
- 59** *Víkendový projekt:* Vytvoření fotoknihy.



64

Šťastní bez uzenin?

S těmito recepty zaručeně: Chutné nápady pro vegetariánskou grilovací párty.



86

Zelená budoucnost

Jak budeme žít, pracovat a dopravovat se za 20 let? Přinášíme zajímavé prognózy odbornic a odborníků.

Taste & Travel

- 64** *Fiesta bez masa:* Skvělé recepty na vegetariánskou grilovací párty, které zaručeně zasytí.
- 71** *6 faktů o superpotravině:* Hrách.
- 73** *Tak chutná domov:* Představujeme vám oblíbené regionální recepty. Tentokrát chorvatský „brudet“
- 77** *3 tipy na uhašení žízně:* Lehké, ovocné a osvěžující nápoje do karafy.
- 78** *Sladkovodní perly:* Nejen moře, ale i řeky a jezera jsou krásnými prázdninovými cíli.

Earth

- 86** *Jak budeme žít za 20 let?* Na to jsme se zeptali těch nejpovolanějších.



Pravidelné rubriky

- 5 *Editorial*
- 9 *News*
- 12 *Rozhovor*
- 14 *Daydream*
- 94 *Horoskop*
- 96 *Best Age*
- 98 *Zelená sedma*

Další zajímavé články a inspiraci naleznete na » activebeauty.cz