

active BEAUTY

Červenec + Srpen 2024



Promluvme si

34

Protože téma menstruace se konečně musí přesunout od tabu ke celospolečenské diskusi, provedla dm průzkum a zeptala se žen z 11 evropských zemí: Co je pro vás při řešení menstruace důležité?

★
ACTIVE
BEAUTY
REPORT
★



46

Oslňující lesk

Jak se slunce, vzduch a prázdninová nálada stanou našimi ideálními společníky pro dokonalé léto – o tom se dočtete v našem letním speciálu.

Body & Soul

- 17** *Hluboce se nadechnout...* v čem spočívá metoda 4711.
- 18** *Sounáležitost a společně „my“:* Ať už s lidmi ze sousedství, nebo v pletacím kroužku – je pěkné dělat věci společně.
- 24** *Studené nápoje – od sladkých po kyselé:* Osvěžující letní drinky.
- 26** *Méně je více...* Zaklínadlo, které může obohatit náš každodenní život. Otestujte, o kolik „méně“ potřebujete právě vy.
- 32** *Dovolená na prahu domova:* Inspirace pro chvíle prázdninové pohody.
- 34** *Menstruace: Musíme o ní začít mluvit:* Výsledky unikátního průzkumu dm.

Beauty & Style

- 45** *Kompletní sortiment:* Vlasové doplňky pro letní účesy.
- 46** *Jak si užít léto:* S našimi tipy budou vaše prázdninové dny zalité sluncem – bez ohledu na počasí.
- 55** *Skinifikace:* Trend v péči o pokožku hlavy.
- 58** *Barva a třpyt:* Sytá rtěnka, jemný lesk, nebo obojí?
- 61** *Krátké – a krásné:* Autorka článku popisuje, jak dospěla k radikální změně účesu.
- 64** *Ve třpytivé náladě:* Rozjasňovač dodá opálené pleti lesklý nádech.

Living

- 67** *Tam, kde vládne svoboda:* Dům v korunách stromů.
- 68** *Bellissima Italia!* Dekorace a doplňky inspirované Dolce Vita.
- 74** *Dočasný domov:* Při prázdninovém ubytování v soukromí objevíte nové světy.

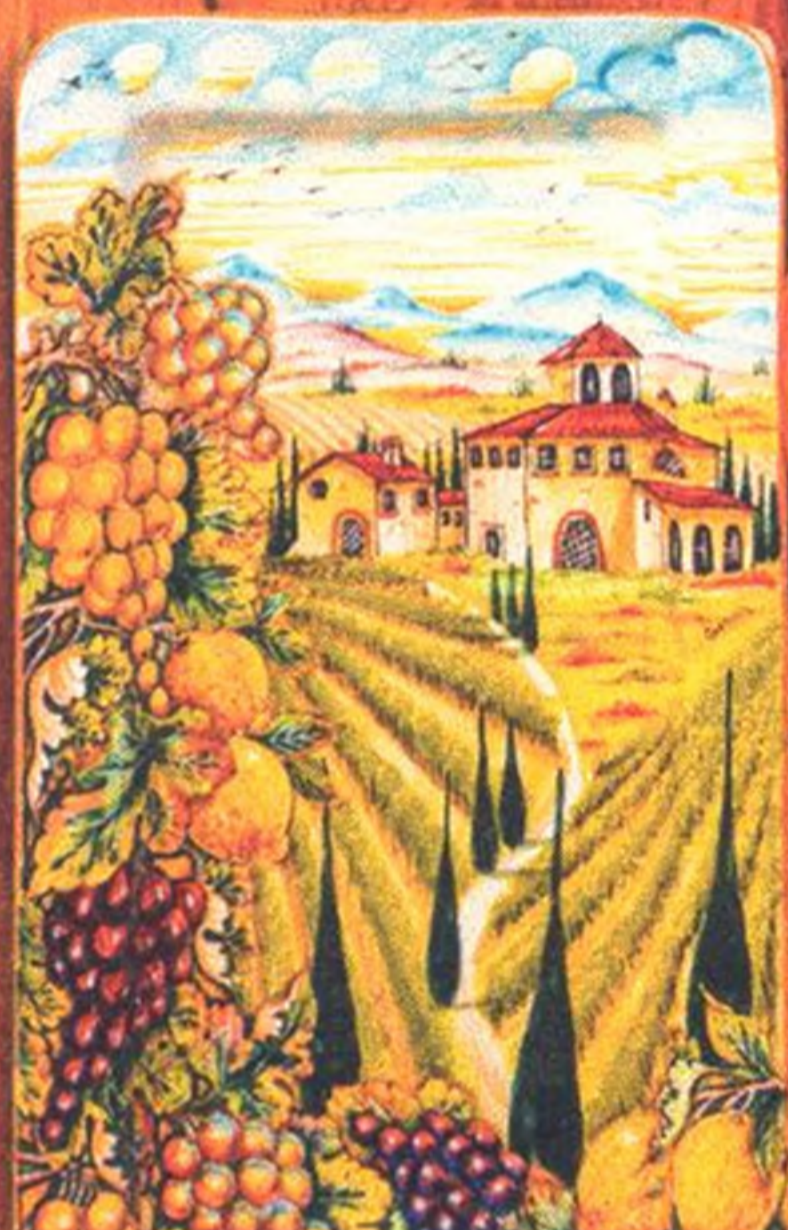
Mezinárodní
průzkum dm
na téma menstruace
naleznete v Press centru
na dm.cz.





68

Magico, vero?
Kouzelná keramika di Vietri je jen jednou z mnoha interiérových inspirací našeho průvodce slunnou Itálií.



108

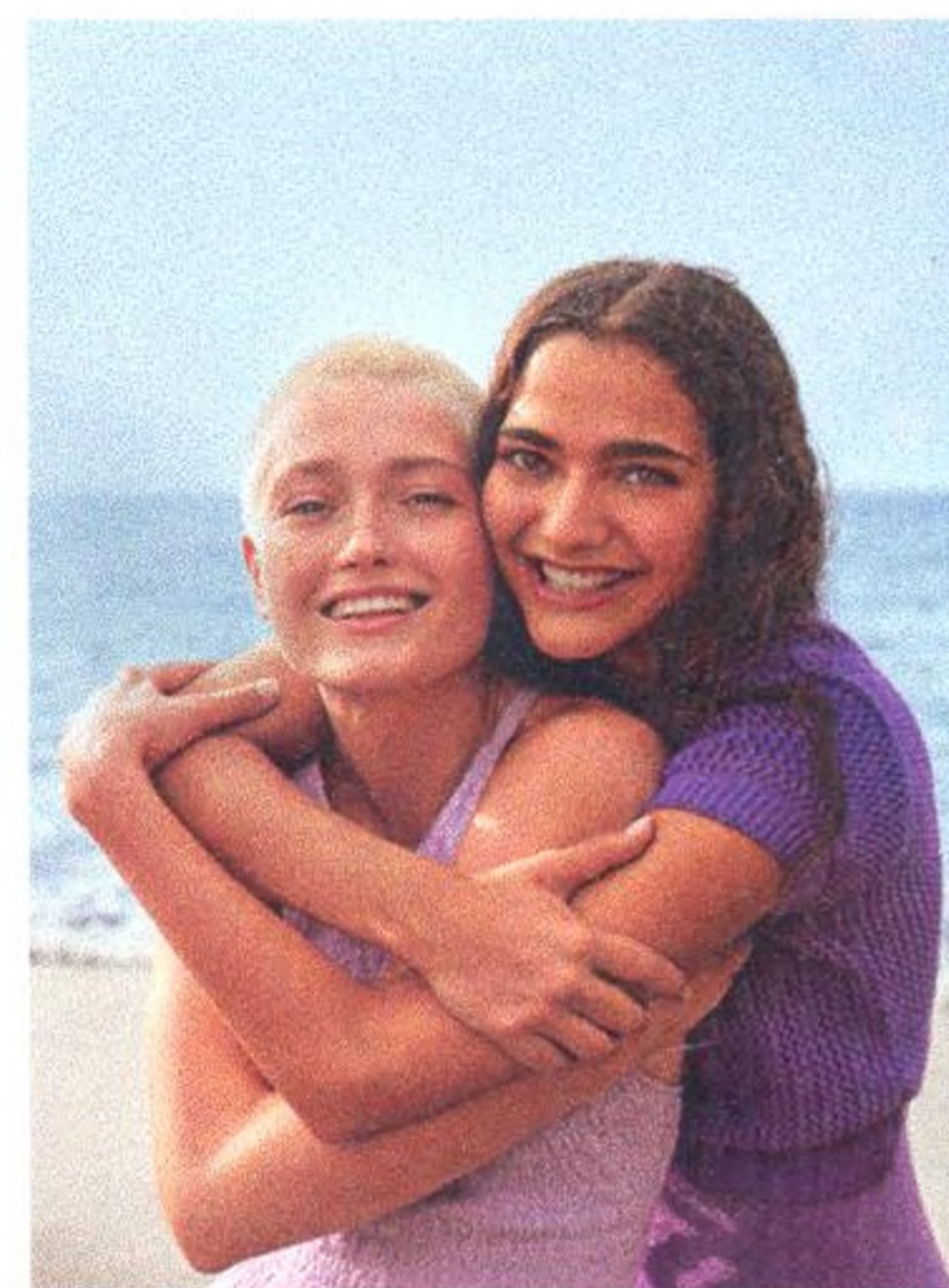
Královna hlubin
Sylvia Earl, nejslavnější oceánografka na světě, s námi hovořila o budoucnosti oceánů.

Taste & Travel

- 79** *Zhmotněná touha po cestování:* Mnohem víc než suvenýry v podobě selfie.
- 80** *Rychlá večere:* S těmito recepty bude příprava letní večere otázkou chvilky.
- 86** *3 x ovocný moučník:* Kreativní variace s ovocem.
- 89** *Tak chutná domov:* Představujeme vám oblíbené regionální recepty. Tentokrát rizoto z černé sépie.
- 92** *Oáza požitků:* Speciality místní kuchyně, kultura a uvolněná atmosféra – Maribor, druhé největší město Slovinska, doslova zve k návštěvě.

Earth

- 99** *Zázemí: Živý plot:* Domov mnoha živočichů.
- 100** *Nechte se inspirovat báječnými nápady:* Levitující zahrady ochlazující město, kompost uprostřed sídliště a další projekty, které náš život jednoduše mění k lepšímu.
- 107** *Kempování: S láskou k přírodě:* Udržitelné a stylové nápady na kempingové vybavení.
- 108** *Je na čase začít jednat:* Interview s legendární oceánografkou Sylvii Earle.



Pravidelné rubriky

- 5 Editorial
- 9 News
- 12 Rozhovor
- 14 Jeden den pro...
- 114 Zelená sedma
- 116 Horoskop
- 118 Finále s čísly
- 119 Impressum