

Obsah

- 04 **Člověk jako každý jiný. Výjimečný.**
Nová dm kampaň Respekt
- 06 **Sportující lékař** Rozhovor s kardiochirurgem
Janem Pirkem

Krása

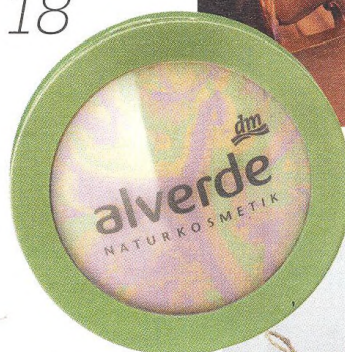
- 10 **Mějte odvahu** Pohrát si s výraznějším líčením
- 18 **Barevná korekce** Tajemství pleťových korektorů
- 20 **S čistým štítem** Odlehčující očistná kúra
- 26 **Co jste vždy chtěli vědět o vlasech** Otázky a odpovědi
- 30 **Ať žije růžová** Něžné tóny pro váš šatník

Úvod

Je za námi období vánočních svátků a oslav nového roku, nesoucí se většinou ve znamení hojnosti, kdy si plnými doušky užíváme všeho dobrého. Začátkem roku pak tedy zpravidla přichází čas na celkové odlehčení. Proto se i první letošní vydání našeho magazínu naladilo na vlnu minimalismu.

Nejde přitom jen o materiální aspekty, ale o snahu celkově se oprostit od nepotřebných zbytečností, zaměřit svou pozornost na to, co je pro nás podstatné a dělá nám radost a po „velkém úklidu“ v celém životě si vychutnat pocit osvobození, který otevírá nové možnosti.

S. 18



S. 54



S. 48



Inspirace

- 32 **Maličkosti s velkým účinkem** Ekologické tipy na každý den
- 34 **Začněte den s chutí** Dobroty nejen pro víkendový brunch
- 40 **Pestrost na talíři** Jídelníček podle dmBio
- 42 **Balkán plný kontrastů** Skryté poklady jihovýchodní Evropy

Životní styl

- 48 **Správný čas na změnu** Zaměřeno na předsevzetí
- 54 **Méně je více** Ve znamení minimalismu
- 58 **Když hvězdy radí** Horoskop na leden a únor