

22

NA BOSO

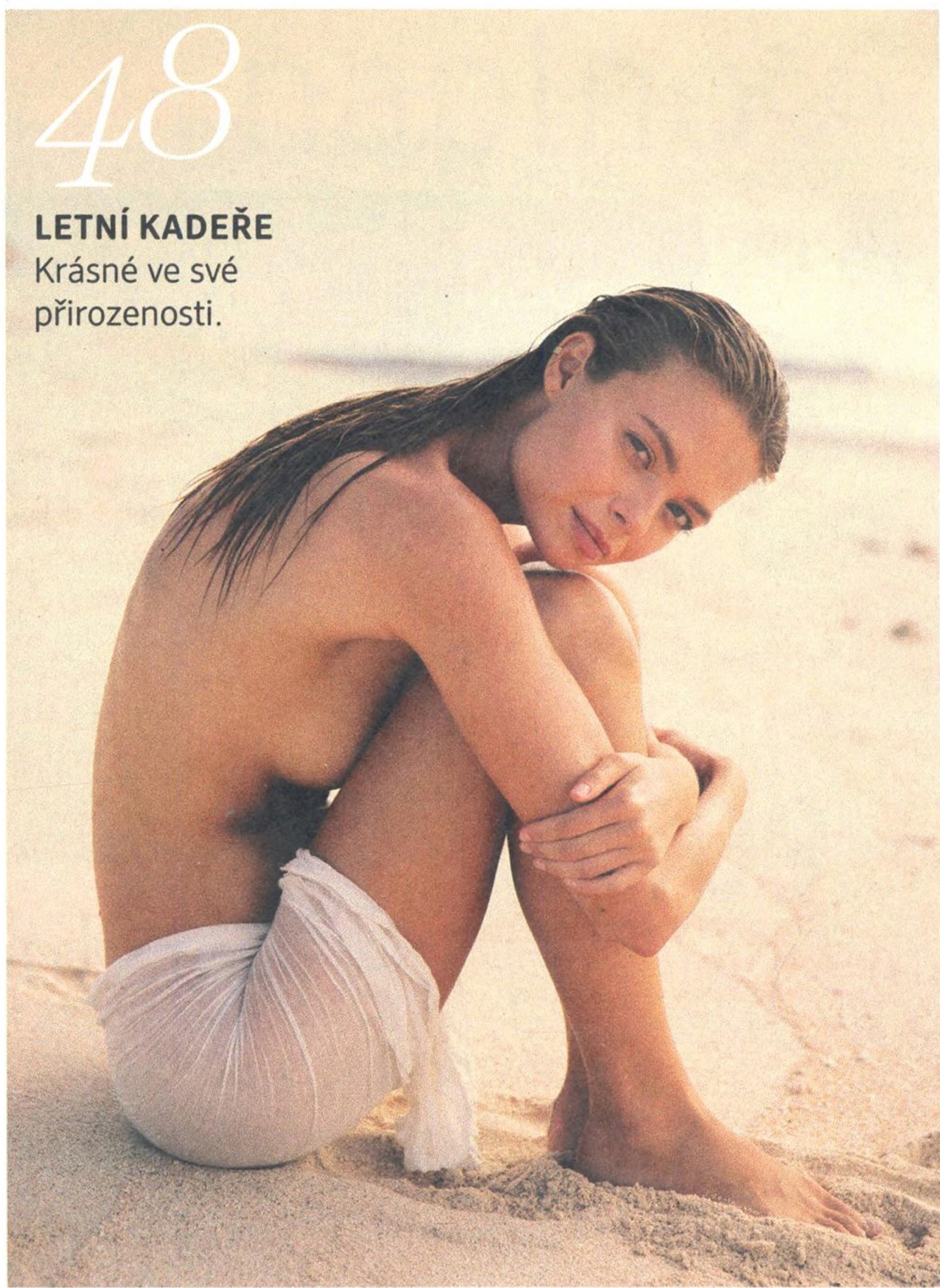
Vychutnejte si blahodárný účinek chladné vody a prohřátého písku.



48

LETNÍ KADEŘE

Krásné ve své přirozenosti.



Body & Soul

- 22** *Nejkrásnější léto:* Poradíme vám, jak ho učinit (ještě) krásnějším.
- 33** *Dovolená bez diety:* Stravovací návyky nelze změnit ze dne na den, vyzkoušejte redukcionismus.
- 38** *Znovu se zamilovat:* Je ve vašem každodenním životě stále místo pro city?

Beauty & Style

- 44** *Make-up pro mořské panny:* Voděodolný a v odstínech léta.
- 48** *Vlasy bez tepelné zátěže:* Poradíme vám, jak se v létě obejít bez fénu, kulmy a žehličky na vlasy.
- 52** *Připraveni na večer?* Po dlouhém dni stráveném na slunci prahne naše pokožka po nezbytné péči.

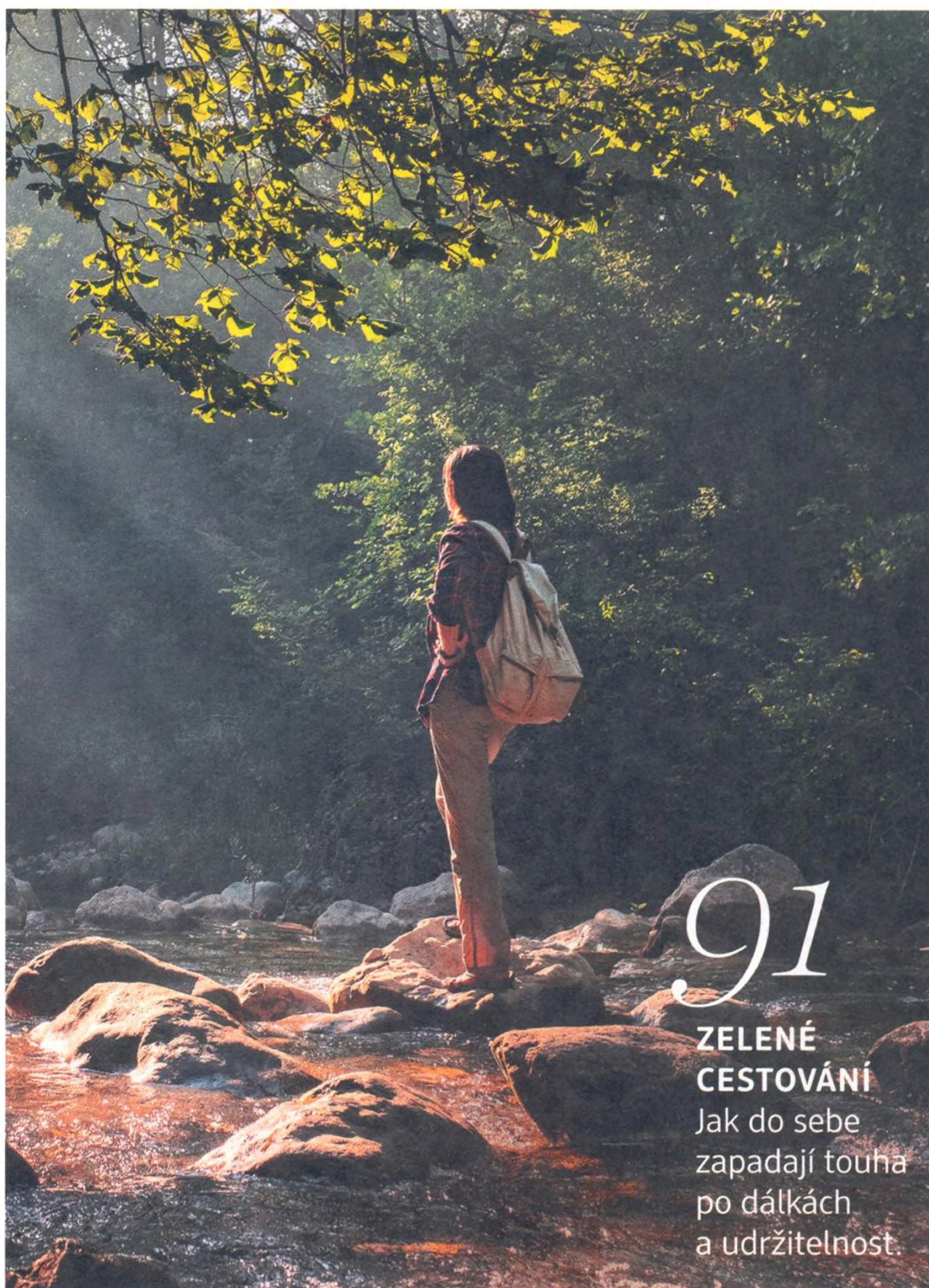
Living

- 59** *Víkendový projekt:* Připravte svůj byt na horké dny a naučte se správně větrat.
- 63** *Stinné místo k jídlu, pití a odpočinku:* Jak proměnit balkon či zahradu v útulnou oázu pod širým nebem.
- 66** *Pomocník měsíce:* Kyselina citronová.

78

HOSTINA POD ŠIRÝM NEBEM

Atmosféru nevykouzlí ubrus,
ale dobří přátelé.



91

ZELENÉ CESTOVÁNÍ

Jak do sebe
zapadají touha
po dálkách
a udržitelnost.

Taste & Travel

- 70** *Víkend v Mostaru:* Tentokrát navštívíme Bosnu a Hercegovinu.
- 78** *Dneska vaříme venku:* Ať už na grilu, nebo na ohni.
- 82** *Takhle chutná léto:* Zavařování není jen pro babičky. S našimi triky začne bavit i vás.

Earth

- 87** *Nekonečná krása:* Jak se můžete nechat inspirovat přírodou a profitovat z ní.
- 91** *Zelený turistický průvodce:* Cestujte udržitelně.



Pravidelné rubriky

- 3 *Editorial*
- 7 *News*
- 14 *Rozhovor*
- 16 *Daydream*
- 96 *Horoskop*
- 97 *Impressum*
- 98 *Zelená sedma*

16

Zelené projekty

30 let dm

activebeauty.cz