

BRASTY

BRANDED STYLE

**7 TIPŮ, JAK SE
PŘÍJEMNĚ OSVĚŽIT
V HORKÝCH DNECH**

**JAK ZABAVIT HOSTY
NA SVATBĚ**

**ZNÁTE KOSMETIKU
DR. HAUSCHKA?**

LETNÍ VYDÁNÍ • ČÍSLO 3 • ČERVENEC 2020

BRASTY MAG



ÚVOD

Co se u nás během roku 2020 změnilo?

1. Spustili jsme italská e-shop – jedná se o nejnovější přírůstek do naší firemní rodiny.
2. Nově nabízíme unikátní **pleťovou a vlasovou kosmetiku**.
3. Do e-shopu jsme zařadili také nové **značkové šperky**.
4. Naše portfolio nyní obsahuje také chytré hodinky.

Co pro vás v létě chystáme?

Léto bude plné překvapení. Opravdu se máte na co těšit. Zmínit můžeme například celou řadu nových značek parfémů a hodinek! Překvapte své milované originálním dárkem. Drobný stříbrný šperk, hodinky, svěží letní vůně nebo okouzující niche parfém potěší každého milovníka módy.

SLOVO ŠÉFREDAKTORA

Milí čtenáři,
léto je po dlouhém čekání konečně zpátky! Rozhodli jsme se pro vás připravit menší ochutnávku toho, na co se u nás v e-shopu můžete těšit a zároveň bychom vám rádi zpřijemnil den zajímavými články nejen ze světa módy. Jedná se už o třetí vydání tohoto magazínu a opět jsme řešili stejný "problém". Které články do magazínu zařadit? Měli jsme tolik nápadů a témat a všechny články zněly úžasně a byly plné zajímavých informací. Jak už to tak ale bývá, ani online magazín není nafukovací a tak jsme pro vás vybrali články, které nám přišly nejvíc praktické a zajímavé. S létem přicházejí svatby a tak se dočtete o tom, jak zabavit hosty na svatbě a nebo jak se horkých dnech příjemně zchladit. Věříme, že to bude příjemné čtení.

Tým Brasty.cz





PERFEKTNÍ ÚČES SNADNO A RYCHLE

Dlouhé nebo krátké, všechny vlasy potřebují sem tam upravit. Přirozenost je sice krásná věc a nedbalé culíky a drdoly se pravidelně vrací do módy, přesto se ale ne vždy hodí nosit účes, ala právě jsem vstal a moje vrabčí hnízdo je umělecký záměr. Jak docílit perfektního looku, aniž byste před zrcadlem museli trávit dlouhé hodiny?

Zdravé vlasy jsou základ

Naprosto nejdůležitější věc, kterou byste měli ohledně svých vlasů řešit, je jejich zdraví. Suché, polámané a fénem či žehličkou pravidelně ničené vlasy nikdy nebudou dělat parádu. To samé platí v případě, že vaše vlasy často trápíte nešetrným odbarvováním. Základem krásných vlasů je dostatečná kvalitní výživa, a to jak v podobě správných vlasových přípravků, tak hlavně ta vnitřní. Zdravé vlasy potřebují především dostatek proteinů a vitamínů, které najdete třeba v oříšcích, semínkách, vejcích či olivovém oleji. Tak už žádné výmluvy a honem pospíchejte do zdravé výživy. Kdo chce mít kvalitní vlasy, musí se kvalitně stravovat.

Dopřejte si také dostatečné množství času pro výběr dobrého vlasového šamponu. Každý typ vlasů totiž potřebuje jinou péči. Kudrnaté vlasy si žádají šampony bohaté na oleje a keratin, který je krásně uhladí. Rovné a jemné vlasy zase budou vděčné, pokud je podpoříte šamponem dodávajícím objem a minimum zátěže. I toto jsou elementy, které vám posléze při úpravě vlasů ušetří hromadu času.

Nezapomínejte na večerní péči

Sice se říká, že je ráno moudřejší večera, ale u vlasů to zrovna neplatí. Aby vaše kadeře ráno nepotřebovaly k úpravě hromadu času, věnujte se jim, než půjdete zalehnout do postele. Každý večer je třeba vlasy rozčesat, ať se přes noc nezacuchají. Vyzkoušejte třeba některý z oblíbených hřebenů Tangle Teezer, které jsou k vlasům obzvláště šetrné.



Pokud jste pyšnou majitelkou dlouhých vlasů, určitě zvažte jejich zapletení do copu. Při nočním převalování se totiž vlasy snadno lámou a cuchají. Dobré je také myslet na správné povlečení polštářů. Vyzkoušejte saténové, po kterém prameny hezky kloužou a mechanicky se nepoškozují jako u bavlněného materiálu. A co je největším hříchem, kterého se můžete na vlasech dopustit? Jít spát s mokrou hlavou. Vždy je lepší raději vlasy vyfénovat. Voda a hydratace je samozřejmě vlasům prospěšná, ale vlhká vlasová vlákna jsou křehká a velmi snadno se třepí a lámou.

Přizvěte na pomoc stylingové přípravky

Vzbudila jste se a vlasy vám trčí na všechny strany? Pořád není nic ztraceno, když zvolíte ty správné pomocníky. Pro uhlazení vlasů vyzkoušejte třeba stylingový krém pro nepoddajné vlasy **Tigi Bed Head After Party**. Pak už je stačí jen zafixovat lakem na vlasy a máte hotovo. Možností je i využití žehličky, která vlasy vytvaruje. V tomto případě však nezapomeňte vlasy chránit před horkem – například ochranným sprejem.

Pro majitele krátkých a středně dlouhých vlasů pak perfektně poslouží modelovací pasta či krém, které pevně udrží vlasy přesně tam, kde je chcete mít. A to bez zbytečného zatěžování či maštění. Stalo se vám naopak to, že vlasy po probuzení ztratily svůj objem? Na splhlé vlasy perfektně funguje vlasový pudr, který jim dodá zpět parádní objem a tvar. Sázkou na jistotu jsou osvědčené stylingové přípravky z řad značek L'Oréal Professionnel či Matrix.

Poslední záchrana jménem suchý šampon

To, co každým vlasům ubere na kráse je mastnota. Umaštěné kořínky či ofina budou vypadat vždycky neupraveně. O to jistě nikdo z nás nestojí. Naštěstí nám vlasoví experti hodili na pulty obchodů záchranné lano v podobě **suchého šamponu**. Ať už sypký či ve spreji, suchý šampon oddálí čas mytí vlasů a po jeho použití můžete v klidu vyrazit do práce i na schůzku. Suchý šampon s sebou můžete vzít na cesty, pod stan nebo na festival. Oceníte ho zkrátka všude, kde je nouze o teplou sprchu.



7 TIPŮ, JAK SE PŘÍJEMNĚ OSVĚŽIT V HORKÝCH DNECH

Sucho a období dusna se čím dál víc vkrádá do našeho života. Jak ale zdárně fungovat v takovém počasí? Přinášíme vám 7 tipů, se kterými si můžete zpříjemnit parné dny. Vyhrajte boj s horkem a užíjte si každý den na maximum!

Léto už je tady! Rtuť teploměru začíná atakovat 25 stupňů a sluníčko už pořádně opaluje! Pokud nepatříte k milovníkům tropického vedra a při pohledu na žhnoucí slunce se vám spíše než úsměv na tváři vaří v těle krev, nepropadejte panice. Máme pro vás tipy, jak horko zvládnout!

Ať už musíte snášet vedro v kanceláři, nebo vás dusný vzduch obtěžuje doma, je jasné, že bude třeba tělo trochu zchladit. Přemýšlíte, jak to zařídit? Snad vám bude inspirací náš dnešní článek, který vám pomůže bojovat s horkem jak doma, tak venku

Připravili jsme pro vás 10 tipů, jak se příjemně osvěžit v parných dnech

DO BOJE S LEDOVÝMI NÁPOJI

Když nás obklopuje horký vzduch, nejen že se potíme, ale také býváme mnohem víc unavení. Proto se hodí zabít dvě mouchy jednou ranou a připravit si skvělou domácí ledovou kávu. Neznáme příjemnější způsob, jak tělu dodat tolik kýžené osvěžení v kombinaci s notnou dávkou energie.



Když se řekne ledová káva, každý z nás si možná představí něco trochu jiného. Někdo holduje našlehané mléčné kávě, jiný preferuje do nápoje přidat pořádnou dávku zmrzliny a někteří si zase oblíbili populární cold brew. Jaký je mezi všemi nápoji rozdíl, a jak si takovou dobrotu připravit doma?

DOMÁCÍ FRAPPÉ

Pro přípravu domácí ledové kávy, chcete-li řecky frappé, budeme potřebovat pouze studenou vodu, instantní kávu, mléko a cukr. Říká se, že tento populární nápoj vymyslel stánkař, který neměl po ruce konvici, a tak s pomocí ručního šlehače vytvořil osvěžující ledovou dobrotu.

LEDOVÁ KÁVA SE ZMRZLINOU

Pokud vás honí mlsná, můžete ledovou kávu vylepšit porcí dobré kvalitní zmrzliny. V tom případě nevolte tak velké množství ledu. S kávou výborně ladí smetanové, čokoládové či vanilkové druhy této studené pochoutky. Takovou dobrotu můžete ozdobit topingem nebo čokoládovými vločkami. Pokud si chcete dopřát ještě víc kalorií, tak na zmrzlinu přidejte porci slané karamelu.

COLD BREW

Ne každý ale stojí o stovky kalorií, které tradiční typy ledové kávy obsahují. Pokud uznáváte jednoduchost a rádi si vychutnáte chuť kávy bez koňské dávky mléka a cukru, můžete vyzkoušet cold brew. V podstatě se jedná o dlouze louhovanou kávu, která nepřišla do kontaktu s horkou vodou. Několikahodinová extrakce ve studené vodě dodává tomuto nápoji velmi lahodnou chuť.

Na přípravu cold brew budete potřebovat hrubě namletou kvalitní kávu, kterou nejnázne vylouhujete ve french pressu. Jeden díl kávy zalijte deseti díly studené vody, přikryjte potravinovou fólií a nechejte v lednici louhovat 12-24 hodin. Poté ji můžete zcedit sítkem french pressu. V závislosti na délce louhování vzniká různě silný nápoj, který je oproti klasické kávě sladší a méně kyselý. Pokud se vám bude zdát příliš silný, můžete ho naředit vodou. Cold brew vám vydrží v lednici až dva týdny.



DOMÁCÍ LIMONÁDA

Pokud nejste fanoušky kofeinu, připravte si raději osvěžující domácí limonády, které jistě zachutnají i dětem. V restauraci si za ně účtují často vysoké částky, ale jejich příprava je jednoduchá a doma vás vyjde mnohem levněji. Základem každé dobré limonády je kvalitní sirup. Vyrobit si můžete vlastní, a to hlavně z dostupných bylinek a květin, které lze v přírodě nasbírat (pampeliška, levandule, šeřík, máta) nebo můžete použít ovoce (maliny, borůvky, jahody, zázvor, citron). Pokud vás na takové výroby neužije, pořídte si kvalitní sirup z trhu nebo zdravé výživy. Poté stačí přidat sodu nebo bublinkovou minerálku, pár kostek ledu a dozdobit kousky čerstvého ovoce.



TIP: Znáte rýmovník? Tato nenáročná pokojová rostlina s vůní máty, meduňky a kafru umí díky vysokému obsahu esenciálních olejů nejen pomoci od ucpaného nosu, ale také příjemně osvěžit vzduch. Její dužnaté listy jsou navíc skvělé do domácí limonády nebo sirupu.

DODRŽUJTE PITNÝ REŽIM

I když nám vychlazené nápoje s ledem velmi chutnají a je příjemné si jimi zpestřit den, existují důkazy, že pro tělo jsou vhodnější tekutiny teplé. Právě horké nápoje totiž zvyšují pocení těla, které se následně ochlazuje. Ve výsledku jsou tak pro člověka vhodnější. Otázkou ale je, zda se chceme v parných dnech potit jako při tréninku v posilovně. Proto je více než samotná teplota nápojů mnohem důležitější dodržovat pitný režim a konzumovat hlavně čistou vodu. Tekutin bychom v extra horkých dnech měli vypít minimálně 3 litry.

OCHLAĎTE SI NOHY

Pokud pracujete v kanceláři, kde není zabudovaná klimatizace, můžete zkoušet alespoň ochladit dolní končetiny, které se často přehřívají a otékají. Určitě je třeba nohy v horku víc protahovat, proto se nebojte pravidelně procházet. Pomoc najdete také na toaletách. Pokud si můžete dovolit zamknout i místnost s umyvadlem či bidetem, neostýchejte se zout si boty a nohy zchladit proudem studené vody.

Výborným tipem jsou i studené vlhčené ubrousky či kapesníky. Stačí je vložit do mrazáku a nechat namrazit. Potom je můžete přikládat na tělo a užívat si příjemného ochlazení klidně přímo v kanceláři.



VĚJÍŘ SE VRACÍ DO MÓDY

Dávno neplatí, že vějíř patří do starého železa nebo do ruky malým dětem. Krásný módní doplněk využívali lidé k ochlazení už ve starověku a byli si dobře vědomi jeho praktických funkcí. Princip vějíře spočívá v okamžitém ochlazení těla proudem vzduchu, ale také pomáhá rychleji odpařovat pot. Tak si jeden pořídte a uvidíte, že se brzy stane vítanou součástí venkovní procházky i pobytu v kanceláři.



ZPŘÍJEMNĚTE SI HORKÉ NOCI

Největším nepřítelem v letním období nejsou ani tak dny, jako dusné a horké noci, kdy nemůžeme spát. Když už ani větrat nepomáhá, můžete namočit záclony nebo závěsy, které místnost ochladí a zvlhčí. Vyzkoušejte i trik s mrazákem. Pár hodin před ulehnutím do postele můžete svůj spací úbor nechat "zamrazit". Když ho pak obléknete, bude se vám mnohem lépe usínat.

Pozor: Ledová sprcha není příliš vhodná. Způsobí teplotní šok a uzavře póry v pokožce. Raději se po vlažné sprše neutírejte a nechte vodu vsáknout do pokožky.

SPRÁVNÉ VĚTRÁNÍ

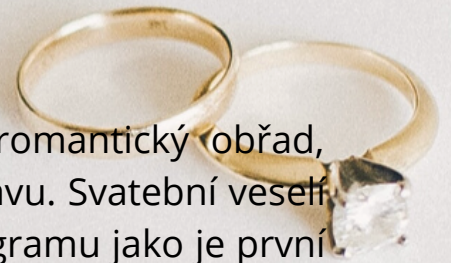
Určitě nepomůže, když v horku budete větrat přes den. Do místnosti tak vpustíte horký vzduch. Mnohem lepší je vyvětrat brzy ráno nebo jen v noci, kdy je venkovní vzduch chladnější. Přes den je pak nejlepší okna zavřít a ideálně také zatáhnout žaluzie, které prodlouží dobu chladného vzduchu v místnosti.



Jak zabavit hosty na svatbě

Svatebnímu dni plnému zábavy a smíchu je potřeba trochu pomoci. Aby hosté na vaši veselku jen tak nezapomněli a královsky se bavili, připravili jsme pro vás 10 tipů, jak je na svatbě zabavit. Poďte s námi načerpat inspiraci a proměnit váš speciální den v nejkrásnější zážitek pro všechny zúčastněné.

Když se koná svatba, všichni se těšíme nejen na romantický obřad, hromady skvělého jídla a pití, ale také na dobrou zábavu. Svatební veselí obvykle trvá skoro celý den a mimo tradiční body programu jako je první tanec novomanželů, zametání střepeň z rozbitého talíře nebo společné krájení dortu se hodí vymyslet, jak hosty na svatbě zabavit. Sedět totiž hodiny u stolu a pojídat dobroty se nejspíš každému brzy omrzí. A není nic horšího, než hosté znuděně sledující své hodinky. Pokud chcete, aby se na vaši svatbu vzpomínalo ještě dlouhá léta, budete muset k plánování hostiny, výzdoby a výběru svatebních šatů přidat ještě kolonku zábava.



TIPY NA ZÁBAVU PRO HOSTY NA SVATBĚ

V České republice bývá zvykem, že se o zábavu na svatbě starají svědci. Ti se tak odměňují za čest, která jim byla byla nevěstou a ženichem prokázána. Ne u každé svatby tomu tak ale je, a tak může být tento článek inspirací nejen jim, ale také samotným budoucím novomanželům, kteří chtějí udělat ze své svatby výjimečný zážitek.

Existuje spousta možností, jak zajistit, aby se vaši blízcí na veselce nenudili. Od různých svatebních her až po všemožná představení a vystoupení. Vybrali jsme pro vás 10 osvědčených způsobů, které povýší vaši svatbu na skvělou párty, na kterou se jen tak nezapomene. Navíc se díky svatební zábavě skvěle a přirozeně vzájemně seznámí vaši rodinní příslušníci nebo přátelé.

JEŠTĚ, NEŽ PŘEJDEME K SEZNAMU ZÁBAVNÝCH AKTIVIT NA SVATBU, JE TŘEBA PŘIPOMENOUT SI PÁR DŮLEŽITÝCH RAD:

Nepřehánějte to s množstvím zábavy. Je důležité, abyste nezískali dojem, že hosty musíte neustále bavit. Nechejte i na nich, jak si den užijí. Bohatě stačí, když budete mít vymyšlené 3 až 4 aktivity, po zbytek času nechejte zábavu volnou.

Nikoho ke hrám nenuťte. Ne každý je typ společenského člověka, který je rád středem pozornosti. Rozhodně nechte účast na zábavných aktivitách nepovinnou.

Vybírejte vkusně. Pokud zvolíte rozpačitou zábavu typu scénky s milenkou, můžete sklidit výsměch či pohoršení, v lepším případě trapné ticho a následné pomluvy.

Připravte si malou odměnu pro výherce. Je hezké, když zúčastněné namotivujete a odnesou si výhru. Nemusí to být nic velkého, stačí třeba dobrá čokoláda, květinka ze svatební kytice nebo pusa od nevěsty.



1.SVATEBNÍ HRY

Svatebních her existuje obrovské množství, záleží na vkusu a nátuře novomanželů či hostů, kterou z nich si budou chtít zahrát. Vybrali jsme ty nejoblíbenější.

Svatební kvíz

Vždy oblíbená zábava, při které si nevěsta a ženich sednou zády k sobě, vymění si jednu botu a zvednutím příslušné obuvi odpovídají na různé dotazy ohledně svého vztahu, které pokládá moderátor. Hodí se otázky typu kdo doma víc uklízí, kdo drží kasu, ale zvolit můžete i zábavnější dotazy. Například kdo víc doma nadává, kdo tráví víc času na toaletě nebo kdo je větší lenoch. Hrou jde o to ukázat, jak je pár sehraný a jak moc se shodne. Rozhodně zvažte dotazy na téma finance, sex nebo bývalé vztahy. S dotazy se to taky hodí nepřehánět, aby se obecenstvo nezačalo nudit. Naplánujte si jich maximálně 15.

Svlékání podvazku

Hra, nebo spíše představení, spočívá v tom, že ženich musí stáhnout nevěstě podvazek, aniž by k tomu použil ruce. Až se mu to povede, může podvazek střelit mezi nastoupené muže, kteří ještě nejsou ženatí. Kterého z nich trefí, na toho do roka čeká chomout. Střílení podvazku je obdobou házení svatební kytice, při kterém se seskupí svobodné dívky.

Hry na tanečním parketu

Vyzkoušet můžete nafukovací balóčky. Tato zábava spočívá v tom, že se jednomu z páru přiváže na nohu pomocí provázku zaváže balónek. Po startu musí každý zašlápnout balónek některého jiného páru. Komu vydrží nejdéle, zvítězí. Zábavnou alternativou je tanec v páru s pomerančem nebo jablkem, které se vloží mezi čela nebo hrudníky a nesmí při tančení vyklouznout.





2.FOTOKOUTEK

Dnes už nijak originálním, přesto velmi vyhledávaným zdrojem zábavy je vybavený fotokoutek. Najmout si můžete profesionálního fotografa, ale obsloužit ho zvládnou i známí, kteří to pro vás výměnou za pozvání na hostinu jistě rádi udělají zadarmo. Připravte cedulky s vtipnými nápisy, kníry a nejrůznější propriety, nebo si předem připravený balíček zakupte. Hosté si užijí hromadu zábavy a navíc budou mít na vaši svatbu hezkou památku.

3.TETOVACÍ KOUTEK

Zajímavým nápadem je také připravit koutek s dočasným tetováním. Ztvrdit svou lásku tetováním "navždy" mohou novomanželé i další páry. Falešné tetování zabaví ale i děti nebo klidně babičky, které nikdy nechtěly nebo nenašly odvahu jít pod opravdovou jehlu. Připravte se, že o obrázky bude velký zájem, proto neváhejte udělat dobré zásoby.

4.VÝSTAVA FOTOGRAFIÍ

Skvělou zábavou, při které se zavzpomíná a zabaví se i introverti, představuje fotogalerie vytištěných fotek z mládí nevěsty a ženicha. Pokud máte čas, můžete fotky opatřit i popisky, které zasvětlí do situace i hosty neznalé historie vašeho života. Fotek může být klidně hodně, jejich prohlížení se jen tak neomrzí. Můžete je zavěsit na provázky pomocí kolíčků nebo je prezentovat na nástěnce.



5. MOŽNÁ PŘIJDE I KOUZELNÍK

Vyhledávanou zábavou na svatebních akcích bývá i kouzelník. Ten může buďto vystoupit s vlastním půlhodinovým představením, my ale doporučujeme spíše variantu, při které kouzelník korzuje mezi hosty a předvádí malé a jednoduché triky. Nechat zmizet minci, vytáhnout růži z rukávu pro potěchu krásné dámy nebo okouzlit karetním číslem dneska umí spousta bavičů, kteří vykouzlí úsměv na tváři všech svatebčanů.



6. KARIKATURISTA

Pokud chcete, aby si hosté odnesli něco na památku, mimo fotky z fotokoutku, můžete nabídnout zajímavou alternativu v podobě kreslení karikatur. Karikaturista nepatří mezi nejlevnější zábavu, ale dokáže odvést spoustu práce během chvíli. Hosté se mohou nechat nakreslit nebo sledovat, jak zkušený kreslíř obrázky vytváří.

7. VYUŽIJTE DOVEDNOSTÍ VAŠICH PŘÁTEL

Pokud máte omezený rozpočet a za svatební zábavu nechcete utrácet desetitisíce, využijte toho, že jsou mezi vašimi přáteli lidé, kteří něco umí. Možná někteří z nich zvládnou ohnivou show, historický šerm nebo zajímavé taneční představení. Za zábavné číslo je můžete odměnit třeba lahví dobrého alkoholu nebo jinou protislužbou, a některým bude stačit i upřímné poděkování. Nebudeme si nalhávat, že svatba není finančně náročná. Vaši přátelé vám jistě rádi podají pomocnou ruku.



8.SVATEBNÍ STROM

Forma zábavy, ze které vznikne památka pro novomanžele. Na malířské plátno se nechá namalovat nebo natisknout strom bez listů (s větvemi obvykle ve tvaru srdce), na které se následně pomocí barviček natisknou otisky prstů jednotlivých svatebčanů (můžete přidat i podpis perem). Vznikne tak svatební strom hostů, zajímavý a originální obraz, který bude perfektní vzpomínkou na svatební den a zároveň i skvělou dekorací do domácnosti.



TIP: Výbornou možností, jak svatební knihu zpestřit je vložení fotografií z polaroidu. Dnes seženete tyto fotoaparáty poměrně levně a jejich výhodou je okamžité vyvolání fotky. Tu si mohou hosté ponechat a nebo ji vlepit pro vzpomínku právě do svatební knihy.



9.SVATEBNÍ KNIHA HOSTŮ

Novinku na poli svatební zábavy představuje svatební kniha hostů. Seženete ji na internetu, nebo můžete vytvořit svou vlastní. K tomu vám poslouží blok se silnými čistými papíry v pevné vazbě, do kterého mohou svatebčané psát svá přání, zodpovídat otázky týkající se svatby nebo přidávat různé tipy a rady do manželství. Na konci dne vám tak vznikne krásná památka, kterou můžete pročítat znovu a znovu.



10. AŽ SI MAJÍ DĚTI KDE HRÁT

Zabavit je potřeba nejen dospělé hosty, ale také ty nejmenší. Děti si umí vymyslet svou vlastní zábavu samy, ale po čase se mohou začít nudit, proto se určitě vyplatí myslet i na ně. Vhodnou zábavou jim může být dětský koutek s omalovánkami, knížkami a dalšími hračkami. Pokud máte svatbu venku, můžete vyzkoušet pískoviště nebo malý bazének. Nezapomeňte myslet i na místo, kde se malé děti mohou prospat a nabrat sil.

Nezapomeňte na dárek pro svědky

Protože se o zábavu a program na svatbách často starají svědci, určitě byste neměli jejich snahu nechat bez povšimnutí. Pokud jde o svědka, tak jej potěší třeba láhev kvalitního alkoholu nebo značkové hodinky. A pokud se jedná o svědkyni, tak určitě nešlápnete vedle s parfémem nebo hekým šperkem. Možností jak se odvděčit je opravdu hodně a fantazii se meze téměř nekladou.





Znáte kosmetiku Dr. Hauschka?

Postarat se o pleť neznamená jen každodenní odličování, používání pleťového krému nebo peelingu. Nejdůležitější je výběr té správné kosmetiky, nejlépe v bio kvalitě. Ideální volbou je proto přírodní kosmetika Dr. Hauschka.

Čím je tak výjimečná?

Extrakty z čisté přírody, dlouhé roky výzkumů a žádné testování na zvířatech. Tím vším se kosmetika Dr. Hauschka může pochlubit. Obsahuje rostlinné výtažky ze vzácných bylin a minerální substance a také dbá na přírodní proces naší kůže. To znamená, že rozlišuje mezi denním a nočním rytmem pokožky. **Německá společnost Wala Heilmittel vyvinula kosmetiku jako stvořenou pro naše tělo.** Díky ojedinělým výrobním procesům jednotlivých rostlinných výtažků, vyvážené kompozici a účelnému balení nepotřebují jednotlivé přípravky žádnou dodatečnou syntetickou konzervaci.



Proto neobsahují žádné barvicí, vonné ani syntetické látky, jichž jsou plné spousty kosmetických přípravků, které se na našem trhu tváří jako bio a přírodní, a přitom jimi vůbec nejsou.

Kosmetika Dr. Hauschka je rovněž výjimečná tím, že nerozlišuje své výrobky podle typu pleti. Jejím cílem je zbavit pleť jejích výkyvů – suchosti, problematičnosti, mastnoty – tím, že se pleť snaží vyrovnat tak, aby znovu našla zdravý a vyvážený střed. Pokožka je povzbuzována k tomu, aby si všechny potřebné látky dokázala dodávat sama a zůstala tak aktivní co nejdéle.

Historie kosmetiky

A jak kosmetika vůbec vznikla? Díky spojení chemika doktora Rudolfa Hauschky a zakladatele společnosti Wala Heilmittela. Právě Hauschka společně s kosmetoložkou Elisabeth Sigmund v roce 1967 vytvořili kosmetiku, která vycházela z poznatků získaných při výrobě více než tisíce různých druhů homeopatických a anthroposofických léčiv.



Kosmetika je vhodná pro ženy a muže v každém věku a samozřejmě také pro děti. Jistě ji ocení i ti, kteří na běžnou kosmetiku často mívají nepříjemné alergické reakce. Vyzkoušet můžete i péči o vlasy, o ruce a nohy nebo některý z dalších přípravků intenzivní péče o pleť a pokožku.



Těstoviny Zozzona

*Tradiční římská
pochoutka*

Ingredience:

360 g těstovin rigatoni
250 g klobásy
200 g proužků veganské slaniny
3 žloutky
350 g konzervovaných cherry rajčátek
100 g tvrdého ovčího sýru Pecorino Romano
1 střední cibule
olivový olej, sůl, pepř

PŘÍPRAVA: 20 MIN

VAŘENÍ: 30 MIN

PORCE: 4 PORCE

1. Příprava klasického římského pokrmu Zozzona není nijak náročná. Jemně nakrájenou cibulku zpěníme na pánvi s kapkou olivového oleje, následně přidáme nakrájenou slaninu a klobásku a osmahneme dozlatova.
2. Přidáme cherry rajčátka, ochutíme solí a pepřem a necháme dusit zhruba 15-20 minut za občasného míchání, ať zredukujeme přebytečnou šťávu. Mezitím rozšleháme žloutky se špetkou soli a pepře a přidáme nastrohaný ovčí sýr Pecorino. Mícháme s citem, dokud nám nevznikne hustý krém.
3. Těstoviny Zozzona uvaříme al dente, scedíme a za zpěvu naší oblíbené písničky od Pavarottiho vysypeme na pánev. Přidáme i žloutkový krém a mícháme opatrně, aby nám ani jedna Zozzona nevypadla z pánve. Podáváme s láskou a posypaným Pecorinem Romanem.





Na co se můžete těšit příště?

Jestli jste náš letní **BrastyMag** dočetli až sem, pak vám moc děkujeme. Doufáme, že se vám naše třetí číslo líbilo. Čtvrté vydání máme v plánu vydat v zimě, takže se můžete opět těšit na tipy na zimní dovolenou, jak se připravit na ples nebo které hodinky s vámi hravě zvládnou zimní lyžovačku nebo potápění v tropické Asii.

Děkujeme za vaši přízeň a na viděnou zase v zimě!
:-)

Napište nám své podněty a připomínky na e-mail info@brasty.cz.

S láskou připraveno v

BRASTY

