



značný náskok. Ráno použijte váš běžný denní krém a na něj naneste lehký make-up. Pokud pracujete v kanceláři, použijte takový, který odráží světlo. Stejný efekt má i pod umělým osvětlením, takže vaše tvář bude vypadat celý den svěže. Na lícni kosti můžete použít rozjasňovač, ale to už pro vás znamená pár minutek navíc. Mnohem rychlejší je naprášit na lícni kosti růž ze širokého štětce. Okamžitě získáte zdravější, a tudíž i atraktivnější barvu. K tomuto umírněnému líčení se hodí decentní oblečení, které můžete, stejně jako Pavlína, doladit perličkami.

## Jídelníček od kulturisty

### Existuje nějaká kosmetická značka, kterou preferujete před ostatními?

Oblíbila jsem si kosmetiku Guerlain. Používám krémy na noc, na den i oční krémy. Ráda si nechám v kosmetickém salonu poradit. Všechny produkty, které jsem zatím na doporučení vyzkoušela, jsou výborné.

### Čím si uděláte „kosmetickou“ radost?

Ráda zajdu do parfumerie a tam vyzkouším nějaký nový parfém. Už se mi ale párkrát stalo, že jsem si vůni koupila spíš kvůli atraktivnímu obalu než kvůli obsahu. Takový parfém pak většinou někomu věnuji.

### Jaký je váš oblíbený parfém?

Vůně Daisy od Marca Jacobse. Tu jsem objevila v době, kdy v Česku ještě nebyla k dostání. A věrná jsem jí dodnes.

### Jak se staráte o své vlasy?

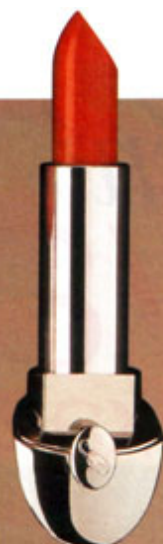
O můj účes se stará kadeřník Libor Šula. V patnácti letech jsem si obarvila vlasy na černo. To byl můj jediný úlet. Od té doby jsem barvu na vlasech neměla. Občas chci po Liborovi, aby ze mě udělal novou ženu, ale on mě naštěstí nikdy neposlechne. Maximálně mi zastříhne konečky a doporučí vhodnou vlasovou kosmetiku.

### Jakou používáte?

Hlavně Kérastase. Je velmi důležité pochopit, jaké máte vlasy, a pak musíte používat produkty vhodné přímo pro ně.

### Cvičíte?

Manžel mě občas přihlásí do posilovny, dokonce mi i sežene trenéra. Většinou to vydržím tak půl roku... Co ale určitě mohu doporučit, to je konzultace u kulturisty Romana Maršátka. Díky němu se mi výrazně zlepšil životní styl. Roman mi na základě pohovoru upravil jídelníček. Teď jím osmkrát denně. Mám výborně



### ← Luxusní rtěnka

zanechává na rtech sametový pocit. Speciální složení pomáhá zvětšit objem rtů, perfektně vykreslí kontury a líčení dokončuje efektním leskem.

**Rouge G,**  
Guerlain, 990 Kč



### ↳ Matná a hebká

Přirozený matný vzhled bez jediné chybičky. Make-up není parfémovaný, neucpává póry a je vhodný i pro citlivou pleť.

**Stay Matte,**  
Rimmel, 159 Kč



