

BRASTY

BRANDED STYLE

Ako dodržať predsavzatia?

Ako na Nový rok,
tak po celý rok?
Poradíme vám,
ako toto príslovie
uviesť do platnosti.

Dovolenka snov!

Ako si správne užiť
zimnú dovolenku?
Nechajte si poradiť
naším článkom.

BRASTY MAG

ZIMNÉ VYDANIE • ČÍSLO 1 • JANUÁR 2020

Úvod

Predstavujeme vám nový internetový časopis Brastymag, ktorý sme pre vás niekoľko týždňov usilovne pripravovali. Snažili sme sa pre vás vytvoriť pútavé čítanie v atraktívnom kabáte, ktoré by sme chceli udržať aj pre nasledujúce čísla a pomaly tak budovali jednotnú vizuálnu stránku nášho polročníka. Ďalšie číslo vás teda čaká v lete! Pevne veríme, že sa vám bude zimné číslo Brastymagu páčiť a že si jeho čítanie užijete rovnako, ako sme si my užili jeho tvorbu. Zimné obdobie je v plnom prúde, takže neváhajte a vyberte sa na dovolenku na hory, kým ešte vládne priaznivé počasie.

Čo vás čaká?

Prvé zimné vydanie Brastymagu skrýva nielen to najlepšie, čo sa na našom online magazíne urodilo, ale aj úplne nové články, ktoré vás, ako dúfame, informačne obohatia. Okrem našich výberov top parfumov a hodínok si môžete prečítať tipy na výlet, horoskop pre nadchádzajúci rok, niečo málo o dodržiavaní novoročných predsavzatí či skvelý recept na tradičnú slovenskú pochúťku - halušky s bryndzou. Dúfame, že si čítanie užijete a že vám náš recept bude chutiť. ■

Slovo šéfredaktorov

Zimný Brastymag má jedno špecifikum - jeho tvorbu neriadil jeden šéfredaktor, ako tomu býva zvykom, ale rovno dvaja šéfredaktori. Veríme, že sa naše hlavy dali správne dokopy a že výsledok je nielen zrozumiteľný a zaujímavý, ale aj obsahovo kvalitný. Neváhajte nám dať spätnú väzbu, radi spoločne s vami posunieme Brastymag na vyššiu úroveň.

Veronika a Michael

3

TOP 3 hodinky

Ktoré musíte mať!

Armani Renato



Módne hodinky Armani Renato by nemali chýbať vo výbave žiadneho muža. Kvalitné ocelové puzdro a remienok sa hodí pre väčšinu udalostí, takže ich použitie nie je výrazne obmedzené spoločenskými konvenciami. Vodeodolnosť 5 ATM taktiež poteší. S týmito hodinkami budete skrátka šik kedykoľvek a kdekoľvek.

Daniel Wellington Classic Petite

Kto by nepoznal hodinky značky Daniel Wellington. Elegantný kúsok Classic Petite je ideálny pre dámy, ktoré vedia, čo chcú a neboja sa to dať najavo. Hodinky nekričia do celého sveta, ale decentne naznačujú, kto je ich nositeľka. Tieto hodinky vám nielen dodajú potrebné sebavedomie, ale aj ťah na bránku.



Tommy Hilfiger Trent

Tommy Hilfiger je symbolom pre ležérnu módu a rebelantského ducha. Hodinky Trent presne túto filozofiu symbolizujú. Jedná sa o klasický kúsok do spoločnosti, ktorý sa ale nebojí dať svetu jasne najavo svoj odpor voči zaužívaným konvenciám. S hodinkami Tommy Hilfiger Trent sa skrátka stanete osobnosťou. ■



Zimné novinky medzi parfumami



Pre ženy

Parfum Hermes Twill d'Hermès je ideálnym doplnkom každej ženy pre toto zimné obdobie. S týmto parfumom, ktorý v sebe snúbi bergamot, jazmín a santalové drevo budete voňať neodolateľne aj v týchto chladných dňoch. Či už na zjazdovke či doma pri krbe - s parfumom Hermes Twill d'Hermès budete vždy očarujúca.



Pre mužov

Táto noc bude legendárna. S parfumom Mont Blanc Legend Night to ani inak nejde. Kardamon, céder a drevo Akigala je kombinácia, ktorá v zime pristane každému mužovi. Pozdvihnite svoj štýl o stupeň vyššie s vôňou, s ktorou zanecháte dobrý dojem ešte skôr, než si podáte ruky.



Dovolenka snow!

Tipy na zimnú dovolenku

Zima je ideálne obdobie, kedy vyraziť na dovolenku. Či už sa chystáte pred vianočným zhonom, alebo po ňom, na tú správnu dovolenku snow sa môžete vydať kedykoľvek. Takýto výlet na hory nemusí byť len o lyžovaní - vyskúšali ste už bežky? Vychádzkové tempo, príroda okolo vás a v mnohých prípadoch tiež krásne vyhlíadky. Na bežky môžete vyraziť ako na našich horách, tak napríklad do zahraničia. Nie každému ale môže vyhovovať aktívny spôsob trávenia dovolenky. Čo poradiť vám, ktorí len radi leňošíte a odpočívate skutočne naplno?

Vyrazte do kúpeľov! Kúpeľné rezorty na horách ponúknu tú správnu relaxáciu pre každého, kto potrebuje vypnúť od každodenných starostí. Hľadajte také, ktoré majú horúce pramene - nič sa nevyrovná posedeniu vo vonkajšom bazéne so skvelým výhľadom na zasnežené vrcholky hôr.

Chcete niečo neobvyklé? Vyskúšajte sánkovanie! Večerné alebo denné sánkovanie? Oboje je možné! Neváhajte napríklad navštíviť najdlhšiu sánkarskú dráhu na svete v rakúskom stredisku Wildkogel-Arena Neukirchen & Bramberg, kde si vychutnáte až 14 km dlhú jazdu.■





Ako vidí zimu *muž?*



Zimné obdobie je pre moderného muža veľmi náročné. Hoci sa to nezdá, muži riešia rovnaké problémy, ako ženy. Ale iba tí odvážnejší ich aktívne riešia, ako vyzeráť dobre aj v týchto chladných a suchých dňoch. Páni, nebojte sa používať krémy, ktoré zabránia popraskaniu a vysušeniu pokožky, jelení loj je samozrejmosť. A na cestách si dávajte pozor - soľ síce bráni vzniku poľadovice, ale tiež dokáže nepríjemne zničiť topánky. Preto nepodceňujte impregnáciu a čistenie ihneď, ako dorazíte domov. Len tak si udržíte vizáž dokonalého gentlemana. Vyvarujte sa tiež negatívnym myšlienkam, ktoré nikomu nepristanú, však skracujúce sa dni k nim priamo nabádajú. Zájďte si napríklad na punč na miestne vianočné trhy - ten nielen zahreje, ale privodí tiež dobrú náladu.

Ročný horoskop podľa znamení



Baran

21. 3. - 20. 4.

Tento rok sa rozhodne nevzdávajte. Saturn nad vami bdie a ukáže vám správnu cestu. Keby ste z nej náhodou zišli, tak vás tento planetárny pomocník zase vráti naspäť. Žiadne veľké prekvapenia nečakajte.



Býk

21. 4. - 21. 5.

Slobodomyselní býci sa môžu radovať. Rok 2020 totiž prináša prísľub vnútornej slobody a životných zmien, ktoré vďaka Uránu prebehnú hladko. Osobné šťastie a priaznivú zmenu máte na dosah.



Blíženec

22. 5. - 21. 6.

Úspechy v tomto roku budete mať zaručené, Ťažký minulý rok je za vami. Planéty vám budú naklonené, ak budete trpezliví a obozretní. Pamätajte - všetko je vo vašich rukách.



Rak

22. 6. - 22. 7.

Čakajú vás veľké skúšky, preto buďte v pohotovosti. To však neznamená, aby ste sa vzdali svojich snov. Vaša vysoká miera sebaovládania vám bude dobrým pomocníkom.



Lev

23. 7. - 22. 8.

Máte pred sebou jednoduchú úlohu - nenechať sa nikým a ničím rozhodieť. Len tak nebude váš rok ako na hojdačke. Ste symbolom svetla a sily - využite to.



Panna

23. 8. - 22. 9.

Dajte na svoju skvelú intuíciu a naučte sa včas rozpoznať, komu veriť a komu nie. Len tak budete môcť využiť všetky esá, ktoré máte v rukáve. Prílišná idealizácia bude vašim najväčším nepriateľom.



Váhy

23. 9. - 23. 10.

Nudu rozhodne nečakajte - rok 2020 bude pre Váhy veľmi turbulentný a vašim poslaním bude odstránenie všetkého z vášho okolia, čo vás ťaží. Vaša umiernenosť vás bude držať pri zemi a pomôže vám robiť správne rozhodnutia.



Škorpión

24. 10. - 22. 11.

Nadchádzajúce obdobie prinesie do vášho života priateľské vibrácie, ktoré budú mať pozitívny vplyv na vaše šťastie. S pomocou vašej vysokej inteligencie vypilujete svoje vzťahy takmer k dokonalosti, teda presne tak, ako to máte radi.



Strelec

23. 11. - 21. 12.

V tomto roku v sebe budete musieť objaviť žiaru, ktorú vyšlete do kontaktu s ostatnými. Nájdená príjemnosť a optimizmus totiž bude posilňovať nielen vás, ale aj vaše bezprostredné okolie. Oplatí sa vám to!



Kozorožec

22. 12. - 20. 1.

Sústredte sa na svoje ciele - máte ich totiž na dosah! Nemusíte sa spoliehať na ostatných, sami všetko zvládnete ukočirovať k vlastnej spokojnosti. Zázračné uzdravenie, poctivé zbohatnutie alebo osudová láska - nečakané udalosti rozhodne potešia.



Vodnár

21. 1. - 20. 2.

Rok 2020 vám dá poriadne zabráť, vy ale vždy nájdete silu povstať ako Fénix z popola. Načrtnuté vízie môžete posunúť o kus vpred, len je potrebné nestrácať vieru a poriadne sa do toho oprieť. Nakoniec sa vaša karta v dobré obráti.



Ryby

21. 2. - 20. 3.

Od planét dostanete do roku 2020 veľa posolstiev, ktoré vám prinesú astrálni trubadúri. Vaše porozumenie a prepojenie s ostatnými vám otvorí zlaté dvere do novej spoločnosti - nezľaknite sa a vstúpte do nového sveta príležitostí.



Ako očariť na plese?

Tohtoročná plesová sezóna je v plnom prúde, tak nezostávajú pozadu. Zúčastnite sa aj vy. Poradíme vám, ako sa stať pravou kráľovnou plesu a malý tip máme aj pre tancuchtivých gentlemanov. Nasledujte módné trendy a užite si zimné plesy vo veľkom štýle. Veď kedy inokedy máte možnosť tak skvele zažiť?



Šaty

Tohtoročnú sezónu frčia asymetrické strihy, volány, odhalené ramená a kontrasty medzi hornou a dolnou polovicou šiat. Čo sa farieb týka, veľmi moderný je odtieň púdrovej, staroružovej farby. Ďalej potom bordóvo-vínovej, smaragdovej a kráľovsky modrej. Nech už vyberiete akúkoľvek z nich, budete trendy.

Módu si môžete kúpiť, ale štýl, ten musíte mať.

Coco Chanel

Šperky

Krásna róba si žiada podporiť tými správnymi šperkami. O čo jednoduchší model zvolíte, o to výraznejší šperk si môžete dovoliť. Tohtoročné trendy prajú nápadným šperkom v podobe reťazí a kruhových náušnic, ale aj zástankyne jemnejších doplnkov neprídu skrátka. Vyskúšať môžete napríklad šperky s motívmi kvetov alebo vesmírnych telies. Nezabúdajte ani na dekoráciu do vlasov - využite kvetinové čelenky či farebné stuhy.

Vždy zažiarite s Pandorou alebo klasickými zirkónovými kúskami. Jednoduché šaty môžete ozvláštniť vrstvením šperkov.

Hodinky

Páni môžu oslniť dobre vybranými hodinkami, ktoré skvele zastúpia šperk. Vyberte si elegantný model s jednoduchým ciferníkom a koženým opaskom. Čo napríklad niečo od Daniela Wellingtona alebo Hugo Bossa?

Parfum

Na večer si pokojne môžete dovoliť výraznejší parfum. Kvetinové a drevité vône budú tento rok v kurze. K najobľúbenejším voľbám pre tohtoročnú zimu patrí Calvin Klein Obsession, DKNY Nectar Love alebo Marc Jacobs Decadence. Tak smelo do nich!



Ako dodržať novoročné predsavzatia?

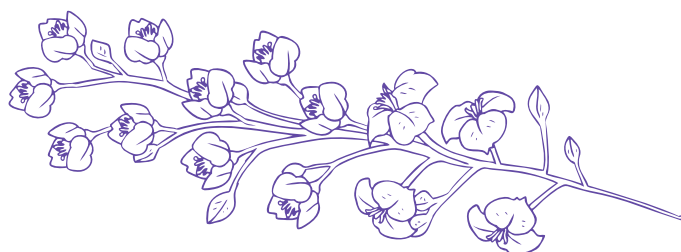
Obdobie januára si vždy spájame s akýmsi bilancovaním. Premýšľame nad minulým rokom a snažíme sa začať ten nový čo najlepšie. Preto si tiež dávame novoročné predsavzatia. Možno ich nemáte v oblube, pretože nechcete ísť so stádom a hovoríte si, že predsa veci môžete zmeniť kedykoľvek sa vám zachce. Je tomu ale naozaj tak? Nie je to skôr výhovorka, za ktorú sa schováva strach zo zlyhania? Pretože, priznajme si, ultra pevnou vôľou väčšina z nás nedisponuje. Štatistiky hovoria, že nakoniec zvom podľahne celých osemdesiat percent ľudí. Ako byť medzi úspešnou pätinou? Poradíme vám!

Tento rok vám to vyjde

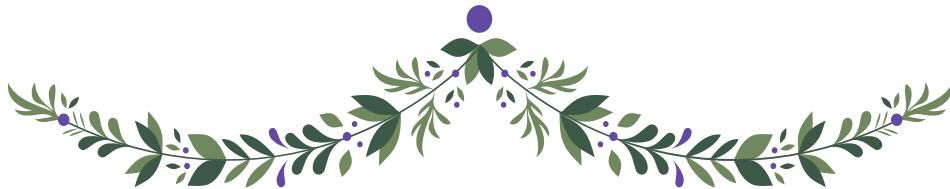
Existuje pár dôležitých aspektov, ktoré vám pomôžu tento rok konečne uspieť. Nebudeme vám tvrdiť, že to bude jednoduchá cesta, ale hádam vám pomôžeme predsa len dosiahnuť svoj cieľ o trochu ľahšie.

Nevzdávajte sa pri prvom neúspechu.

1. **Jedno predsavzatie stačí** - nebudte nenásytní vyberte si len jednu úlohu. Budete sa tak môcť koncentrovať naozaj len na jednu vec a budete mať väčšiu šancu, že zvíťazíte.
2. **Postupujte po krôčikoch a buďte konkrétny** - je síce pekné stanoviť si, že schudnete 20 kg, ale to samotné k úspechu nepovedie. Radšej sa zamerajte na to, že namiesto výťahu vždy použijete schody, cvičiť začnete 2x týždenne a raz za týždeň si povolíte obľúbenú sladkosť. Konkrétne kroky vás nakoniec k vytúženému cieľu dovedú.
3. **Odmeňujte sa** - každý drobný úspech sa počíta a zaslúži si odmenu. Motivujte sa do ďalšieho počínania, je to veľmi dôležité.
4. **Zapojte svoju predstavivosť** - keď prestanete fajčiť, konečne budete môcť ušetrené tisíce premeniť vo vysnívanú dovolenku v Egypte, alebo nové auto. No neznie to lákavo? Predstavujte si, čo všetko sa stane, až so svojím zlozvykom skončíte.
5. **Nebojte sa požiadať o pomoc** - zverte sa so svojím cieľom partnerovi i priateľom. Vysvetlite im, ako dôležité pre vás je tento rok predsavzatie dodržať a poproste ich, nech vám v kritických chvíľach pripomenú, prečo ste si ho dali.



A KONEČNE - **Nevzdávajte sa pri prvom neúspechu!** Každý občas môže zísť z cesty. Dôležité je sa nevzdávať a skúšať to znova. Nakoniec sa vám to iste podarí. A pocit, ktorý budete mať pri pozitívnom výsledku sa nedá nahradiť ničím iným.



Tak čo myslíte, pôjde to tento rok? Veríme, že vám naše rady budú nápomocné. Vyriechnúť ono želanie ťažké nie je, horšie je potom dodržať, čo ste si slúbili. Budú vás atakovať najrôznejšie výhovorky a určite vymyslíte sto dôvodov, prečo práve dnes neist cvičiť. Ale skúste odolať. Skúste aspoň raz vydržať a naozaj svoje predsavzatia neporušiť. Uvidíte, koľko sily a sebavedomia získate, keď znova po roku budete bilancovať, tentokrát o štíhlejšom, zdravšom a veselšom roku. Stojí to za to :) Prajeme Vám čo najpevnejšiu vôľu! ■



Chronograf

- čo to je a prečo ho chciet?

Cieľom chronografu je presné meranie času, na čo odkazuje tiež grécky pôvod slovného spojenia chronograf, ktoré vychádza z výrazov chronos a grafes, v preklade čas a písať. Jednoducho povedané, chronograf sú analógové stopky. Ako ale spoznať hodinky s chronografom?

Väčšinou ich spoznáte podľa niekoľkých komplikácií (menších číselníkov) na ciferníku a tlačidiel nad a pod korunkou. Komplikácie sú najčastejšie tri - merajú sekundy, minúty a hodiny. Horným tlačidlom najčastejšie spustíte a zastavíte meranie, spodným celé stopovanie času vynulujete. Či si to chceme pripustiť alebo nie, chronograf má v dnešnej dobe viac dizajnovú funkciu, než funkciu merania času. Hoci určite existujú príležitosti, kedy presné meranie času s pomocou chronografu radi využijete, väčšinou bude skôr skrášľovať hodinky samotné. Na tom ostatne nie je nič zlé.

Prečo chciet hodinky s chronografom?

Jednoduchá odpoveď sa priamo ponúka - aby ste mohli presne merať čas. Veľa ľudí však nepotrebuje merať čas s presnosťou až na 1/1000 sekundy, preto prevažuje estetická funkcia. Hodinky s množstvom komplikácií pôsobia dobrým dojmom a vedia byť aj elegantné. Predovšetkým všeličo o svojom nositeľovi prezradia, či už je to dochvíľnosť, alebo záľuba v zložitých veciach.



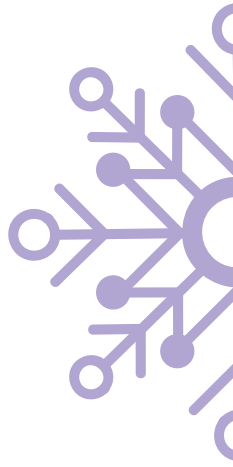
Telové mlieka - najlepšie pomocník na zimu

V zime naša pokožka dostáva zabrat'. Buď je vystavená mrazivému vzduchu vonku, alebo je prehrievajú v prekúrených miestnostiach. Neustále striedanie extrémnej teploty na ulici a doma jej tiež rozhodne na kráse nepridá. Myslite na ňu a doprajte jej v zimných mesiacoch poriadnu starostlivosť. Ako? Zčať môžete telovým mliekom. Až uvidíte výsledky pravidelnej starostlivosti, hĺbkovo hydratačné telové mlieko sa rýchlo stane vašim dobrým priateľom.

Parfémované telové mlieka

A teraz novinka! Vyskúšajte telové mlieko s vôňou vášho obľúbeného parfumu. Nielen, že vašej pokožke doprajete luxusnú starostlivosť, ale navyše si vaša telová kozmetika perfektne sadne s vašou vôňou. Obľúbené voňavé tóny tak vydržia o to dlhšie. Ak neviete, ktoré mlieko zvoliť, skúste napríklad populárny Chloé Chloe, Coco Chanel, Armani Si alebo unisex Calvin Klein One. ■

Vlasová kozmetika na zimu



Ako sa starať o vlasy v zimnom období?

Prechod z mrazu do vykúrenej miestnosti, časté nosenie čiapky, vietor ... to je len slabý výpočet faktorov, ktoré v zime ohrozujú kvalitu našich vlasov. Nenechajte nič na náhodu a doprajte svojej hrive poriadnu starostlivosť!

Zdravá strava = zdravé vlasy

V prvom rade sa zamerajte na **zdravý jedálniček**, ktorý je aj v zimnom období nutné udržiavať plný vitamínov a bielkovín. Základ tvorí ovocie a zelenina, ku ktorým pridajte ryby, vajcia a kvalitné mäso. Nebojte sa siahnuť aj po výživových doplnkoch!

Kvalita sa vyplatí

Čiapka síce vlasy chráni pred víchrom, ale tiež sa vďaka nej pokožka zaparuje a vznikajú lupiny. Rozmaznávajte preto vlasy kvalitným vyživujúcim šampónom a kondicionérom. Zvyknite si používať aspoň raz za 14 dní vyživujúcu masku či olejček. Na zimu sa obzvlášť hodia **uhladzujúce mlieka**, ktorá zabránia elektrizovaniu prameňov. Vyskúšajte napríklad obľúbené mlieko Matrix Smooth Setter alebo zlatistý elixír Orofluido.



Halušky s bryndzou

Najlepšie zimné jedlo



Suroviny:

750 g zemiaky
250 g hladká múka
soľ
250 g bryndza
150 g slanina



Postup:

Surové zemiaky nastrúhame na jemnom strúhadle ako na harule, pridáme soľ, múku a zamiešame. Cesto pretlačíme cez sito na halušky alebo nasekáme na doske a zhadzujeme do vriacej osolenej vody. Halušky tiež môžeme vykrajovať lyžičkou namočenou vo vriacej vode. Varíme asi 4-5 minút. Až halušky vyplávajú na povrch vody, tak sú uvarené. Buď ich scedíme a prepláchneme studenou vodou, aby sme ich zbavili slizkosti, alebo ich vyťahujeme dierovanou vareškou, prípadne naberačkou.

V teplej mise, prípadne rovno v hrnci, ich dobre premiešame s bryndzou, ktorá sa na horúcich haluškách rozpustí. Na tanieroch ich potom ešte polejeme rozškvarenou, na kocky nakrájanou, slaninou. Môžeme ozdobiť jarnou cibuľkou.

Dobrú chuť.

Na čo sa môžete tešiť nabudúce?

Ak ste náš zimný Brastymag dočítali až sem, potom vám veľmi ďakujeme. Dúfame, že sa vám naše druhé číslo páčilo. Tretie vydanie máme v pláne zase na leto, takže sa môžete opäť tešiť na tipy na letnú dovolenku, ako sa pripraviť na festivaly alebo ktoré hodinky s vami hravo zvládnu letné športovanie aj slnenie pri vode.

Ďakujeme za vašu priazeň a dovidenia zase v lete :-)

S láskou pripravené v

BRASTY

