

TEREZIE

Magazín

*Nej modely
roku 2022*

*Hvězdné
kombinace
plavek a doplňků*

Soutěž!

Kdo získá tašku
Terezie Trusínové?

*Více radosti
pro rok 2023*

*Novoroční předsevzetí,
která opravdu dodržíte*



TEREZIE TRUSINOVÁ



Leden 2023

Editorial

**Nejdůležitější
ingrediencí
skvělého
vzhledu
na pláži
je sebevědomí.**



TEREZIE TRUSINOVÁ

 [instagram.com/terezietrusinova](https://www.instagram.com/terezietrusinova)
 [facebook.com/terezietrusinovacom](https://www.facebook.com/terezietrusinovacom)

Milé čtenářky, milí čtenáři,

V době, kdy držíte v rukou toto lednové číslo, se v zákulisí značky **Terezie Trusínová** již schyluje k focení nové kolekce pro rok 2023. A máte se opravdu na co těšit! Ale než naplno vykročíme do nového roku, chceme vám připomenout ty nejoblíbenější modely z kolekce roku 2022 a inspirovat vás k jejich kombinování s nejoblíbenějšími doplňky. Celá kolekce Terezie Trusínové je totiž navržena tak, aby se s jedinými plavkami a několika doplňky dalo vytvořit hned několik různých plavkových outfitů. Na následujících stranách proto jako na přehlídkovém mole najdete právě ty styly a kombinace, které jste si zamilovali nejvíce.

V těchto dnech si mnozí z nás dávají novoroční předsevzetí a podle statistik se 48 % z nich týká úsilí zhubnout. Častou motivací je přitom právě hubnutí do plavek. My v *Magazínu Terezie* vás ovšem rozhodně nebudeme vybízet k drastickým dietám ani extrémním cvičebním programům, které nemají nic společného se zdravým životním stylem a už vůbec ne s radostí ze života. Domníváme se, že tou nejdůležitější ingrediencí skvělého vzhledu na pláži je vaše sebevědomí a dobrý pocit ve vlastním těle. A právě to vám chceme dodávat i díky skvěle padnoucím plavkám značky **Terezie Trusínová**.

Uplynulý rok byl pro nás všechny plný nečekaných výzev a podobně tomu určitě bude i v roce, který právě začal.

Milé čtenářky a čtenáři, přejeme vám, aby vás v roce 2023 provázely pevné zdraví, štěstí a láskyplné vztahy. A nezapomínejte, že pokud jde o radost ze života, je především na každém z nás, jak často ji dokážeme dělat sami sobě i těm druhým.



Čtyři hvězdy roku 2022

Které modely plavek a doplňků značky Terezie Trusinová jste si oblíbily nejvíce? Představujeme vám zde čtyři nejžádanější styly uplynulého roku a inspiraci, jak je navzájem kombinovat.



Ženské Capri

Velkou přízeň si po právu získaly plavky **Capri**, které díky výstřihu do V se zavazováním za krkem dokonale zvýrazní ženskou siluetu a dodají mladistvý vzhled i ženám s větším poprsím.



Plavky Capri v červeném odstínu **Cosmopolitan** tvoří dokonalý pár se vzorovanou taškou **Burgundy/Gold**. Hravý mladistvý styl podpoří i řetízkový náramek s přívěsky ve tvaru mořských plodů **Gold Marine** a řetízkové náušnice **Gold Waterfall** nebo klobouk **Jasmina Beige**.



Elegantní Paris

Jednoduchost topu **Paris**, který můžete nosit s ramínky nebo bez nich, dává vyniknout sytě barevnému odstínu modré a vybízí ke kreativnímu kombinování.

Ještě elegantnější ráz celému outfitu dodají náušnice **Gold Chain Earring**.

Plavky Paris ve světlemodrém odstínu **Zaffiro** nebo tmavomodrém **Blue Rebel** si přímo říkají o společnost tašky **Beads**, jejíž modrozelené tóny a bohatá korálková výšivka svou texturou perfektně kontrastují s jednoduchostí plavkového topu.



Efektní Barcelona

Jednodílné plavky **Barcelona** přitahují pohledy originálním stříhovým řešením i efektním detailem zlaté spony. Je-li základem vašeho šatníku černá, tyto plavky do něj prostě patří.

Minimalismus černé barvy si žádá společnost výrazných zlatých šperků. Zvolíte-li masivní náramek ve tvaru mořské hvězdičky **Gold Star**, vytvoříte oslnivou kombinaci jako z přehlídkového mola.

A černá do třetice, tentokrát trochu jinak: taška **Black** dává na černém pozadí vyniknout barevné orientální výšivce jako z Šehrezádiných pohádek a bude vám stylovou průvodkyní nejen na pláži.



Stylová Roma

Sportovní střih jógového tílka se u plavek **Roma** inovativně proměnil v mimořádně působivý plavkový top. Jeho silueta dodá vašeho plážového outfitu ducha současné modernity.

Černou barvu plavek skvěle doplní subtilní křehká krása skleněných náušnic **Gold Glass Earrings**.

Nenápadná elegancie tašky s klasickým vzorem přivede váš plážový vzhled k naprosté dokonalosti. **TI**

V hlavní roli jste vy! SOUTĚŽ!!!



Děkujeme všem, kdo se zúčastnili vánoční soutěže o tašky **Terezie Trusinová** a zaslali nám své fotografie v plavkách od naší značky. Všechny nám udělaly nesmírnou radost, protože právě dobrý pocit z vlastního těla (také) díky našim plavkám je tím hlavním, co chceme našim zákaznicím předávat. Tři vylosované účastnice soutěže odměníme taškou podle vlastního výběru, která bude perfektně korespondovat s jejich plavkami.

Vítězkami se stávají **Milena Hartigová, Jarmila Kloboučková a Anna Hvězdíková!**

Všem třem dámám gratulujeme a přejeme jim, aby jim plavky i doplňky **Terezie Trusinová** dělaly na plážích co nejvíc radosti. **TI**



Novoroční předsevzetí, která opravdu dodržíte

Proč většina novoročních předsevzetí skončí fiaskem nejpozději v únoru?

Protože si jako předsevzetí dáváme věci, které ve skutečnosti neděláme rádi. Pojďme to tentokrát vzít z úplně opačného konce.

Od Nového roku budu ráno běhat, přestanu jíst cukr nebo lepek, přihlásím se do fitka, začnu šetřit, přestanu pít víno a koukat u toho na seriály na *Netflixu*, umiňujeme si v duchu a představujeme si, že v nadcházejícím roce konečně oživne naše lepší já, které vede náš vysněný naplánovaný život. Jenže když si potom máme zavázat tenisky a vyběhnout do temného a mrazivého

lednového rána, ukáže se, že naše lepší já nás nechalo na holičkách. Je tu pořád jenom to staré já, které nesnáší tu ohavnou tmou a zimu, natož aby na náledí podávalo nějaké fyzické výkony. Podle výzkumu časopisu *Forbes* osmdesát procent lidí poruší svá novoroční předsevzetí nejpozději v únoru. A není divu. Naprostá většina předsevzetí, která si ukládáme, se totiž týká věcí, které ve skutečnosti děláme neradi, anebo naopak omezení něčeho, co děláme rádi. Naše hypotetické lepší já s radostí vymění čokoládový muffin a karamelové latté za salát z quiny a kombuchu, ale v realitě je to trochu smutné.

Jak z toho ven?

Dávejme si taková předsevzetí, která nám neudělají ze života peklo, a přesto nás o malý krůček posunou kýženým směrem: tedy ke zdravějšímu a šťastnějšímu životu.

Tady je několik příkladů pro inspiraci:

1.

Každý týden mějte na co se těšit. Naplánovat si něco, na co se budete těšit, je velmi účinný způsob, jak být v každodenním životě šťastnější. Teď hned si například můžete koupit po internetu lístky do divadla nebo si v zoo zarezervovat procházku s průvodcem. Utrácet za zážitky je podle psychologů pro náš pocit štěstí daleko efektivnější než hromadit věci.

2.

Když sportovat, tak stylově. Kupte si stylovou běžeckou soupravu, chic oblečení do tělocvičny anebo – jak jinak – úžasné plavky. Průzkumy ukazují, že atraktivní výbava nás doopravdy dokáže přimět, abychom častěji chodili cvičit nebo plavat.

3.

Splňte si sen. Možná už léta fantazírujete o tom, že začnete malovat akvarely, budete znovu cvičit na klavír anebo se věnovat józe. Jednou. Až budete mít víc času. Což v překladu znamená „nikdy“. Dejte těmto svým snům konkrétní podobu a přihlašte se do výtvarného kurzu nebo si předplaťte hodiny klavíru.

4.

Těšte se z toho, co máte. Šperky, parfémy a krásné boty si neschovávejte jen na zvláštní příležitosti. Zkrášlete si jimi všední den a vyrazte v nich do práce třeba hned druhého ledna.

5.

Objevujte svůj svět. Vystupte cestou z práce o zastávku dřív a zkuste se podívat na ulice, jimiž každodenně chodíte, očima turisty. Vypněte aplikaci na počítání kroků a zkuste ve svém městě zabloudit, objevit místo, kde jste ještě nikdy nebyli, na známých místech najít detail, kterého jste si předtím nikdy nevšimli. Dopřejte si procházku plnou malých dobrodružství.

Text: Barbora Šťastná