

MAGAZYN  
DLA KAŻDEJ KOBIETY

# SEKRETURODY

1/13/2015  
egzemplarz  
bezpłatny

**LOOK**  
*idealny  
na wiosnę*

**Dietetyczne  
porządki**  
Jak być fit na wiosnę?

**Zmienna  
i różnorodna**  
Bądź sobą w wyjątkowym stylu

**CELLULIT?**  
**Nie, dziękuję!**  
Kosmetyki wyszczuplające ciało

**Nawilżenie  
to podstawa!**

**Ciągle szukam  
wiatru w polu**  
- rozmowa z **Natalią Nguyen**



**NOWOŚĆ**

**BIO** TECHNOLOGIA CIEKŁOKRYSTALICZNA **7D** + **PLASMA** REPAIR COMPLEX

**INNOWACJA!**  
FORMUŁA DRUGIEJ GENERACJI  
DLA JESZCZE MŁODSZEGO  
WYGLĄDU SKÓRY\*



„Odkryłam nowoczesną pielęgnację, która odnawia moją skórę głębiej i bardziej intensywnie. Nowa linia Bielenda Biotechnologia Ciekłokrystaliczna 7D z Plasma Repair Complex doskonale rozumie naturę mojej skóry, rozbudzając jej potencjał młodości.”

*Polecam  
Edyta Olszówka*

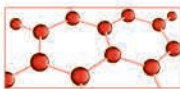
**KAPSUŁA MŁODOŚCI**  
**PLASMA** REPAIR COMPLEX

**NISKOCZĄSTECZKOWY**  
**KWAS HIALURONOWY**

**ROŚLINNE KOMÓRKI**  
**MACIERZYTE**

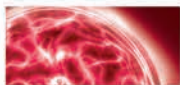
### ZAAWANSOWANA TECHNOLOGIA HI-TECH:

#### ■ Technologia Ciekłokrystaliczna



Inteligentny, transepidermalny promotor przenikania składników aktywnych do głębszych warstw skóry, umożliwiający działanie kremu na poziomie komórkowym – od wnętrza skóry.

#### ■ Plasma Repair Complex



Unikalna **KAPSUŁA MŁODOŚCI** transportująca bezpośrednio do komórek skóry bogaty kompleks odmładzający o niezwykłej skuteczności.

### SPEKTAKULARNE EFEKTY PRZECIWMARSZCZKOWE:

■ Potwierdzona badaniami skuteczność kremu.\*\*

Skóra widocznie zliftingowana i napięta	95%
Zmarszczki wyraźnie zredukowane	85%
Odczuwalna regeneracja i odżywienie skóry	95%

0% 25% 50% 75% 100%

\*\*Test In Vivo przeprowadzony pod nadzorem dermatologów na grupie 25 kobiet przez okres 4 tygodni.

- 24h nawilżenia
- Formuła bez parabenów, sztucznych barwników, oleju parafinowego, PEG
- Wysoka tolerancja skórna – widoczne odmłodzenie nawet skóry wrażliwej
- Formuły kremu dostosowane do potrzeb skóry **30+** **40+** **50+** **60+**

\*W porównaniu do kremów Biotechnologia Ciekłokrystaliczna 7D 1-szej generacji bez PLASMA REPAIR COMPLEX



## 4 KONKURS

Must Have!

6 Inspirujący ŻÓŁTY

W roli głównej

10 Ciągłe szukam wiatru w polu  
– rozmowa z Natalią Nguyen

Uroda pod lupą

- 18 Dietetyczne porządki
- 20 Czy krem rzeczywiście może odchudzić?
- 22 Cellulit? NIE, dziękuję!
- 26 Nawilżanie to podstawa
- 30 Zadbaj o swoje dłonie
- 34 LOOK idealny na wiosnę
- 36 Ukryj niedoskonałości
- 39 Jak wybrać idealny podkład?
- 40 Polecamy nowości
- 42 Aromatyczne orzeźwienie
- 46 Zmienna i różnorodna  
– bądź sobą w wyjątkowym stylu
- 50 Mydło wraca do łask!
- 52 Męska strefa

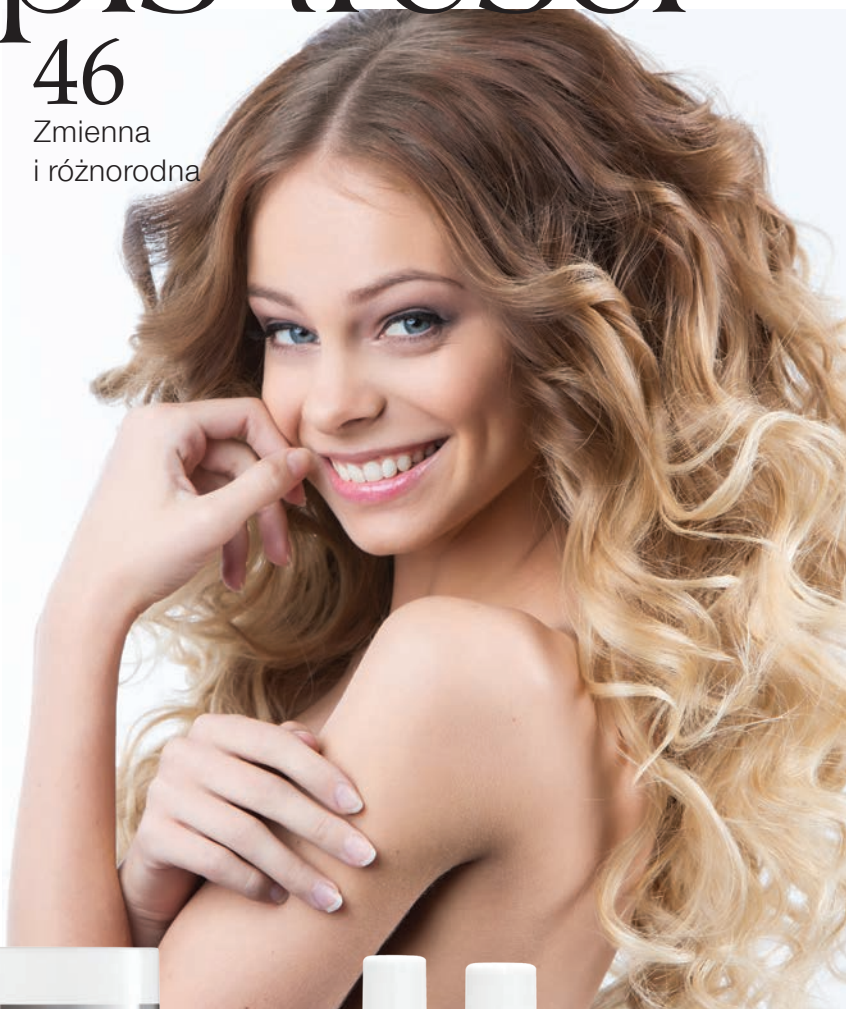
Warto poczytać

56 Obudź w sobie podróżnika

# Spis treści

## 46

Zmienna  
i różnorodna



6  
Must  
Have



26  
Nawilżenie  
to podstawa

42  
Aromatyczne  
orzeźwienie



30  
Zadbaj  
o swoje  
dłonie



34  
LOOK idealny  
na wiosnę



36  
Ukryj  
niedoskonałości



# KONKURS

## „Odkryj w sobie piękno”

*Dove wierzy, że piękno to nie tylko dobre samopoczucie i wspaniały wygląd ale również codzienna pielęgnacja. Produkty Dove odżywiają skórę oraz włosy oraz dają przyjemne uczucie pielęgnacji. Gdy wyglądasz i czujesz się pięknie, stajesz się szczęśliwsza. Tak kobieta powinna się czuć każdego dnia. Od początku istnienia Dove stawia kobiety w centrum wszystkich swoich działań i przekonań. Prawdziwe piękno obejmuje różnorodność – żadna kobieta nie powinna czuć się wykluczona ze świata urody, którą reprezentuje nasza marka. Kobiety są prawdziwą inspiracją.*

**Weź udział w konkursie i wygraj zestaw kosmetyków Dove, które o Ciebie zadbają. Napisz nam, które produkty DOVE najbardziej cenisz i dlaczego.**

DO WYGRANIA:  
kosmetyczka  
żel pod prysznic 500 ml  
kostka myjąca  
dezodorant  
szampon  
odżywka

x10



Odpowiedź wyślij na adres [konkurs@sekreturody.com](mailto:konkurs@sekreturody.com) do 30 kwietnia 2015 r.

Regulamin dostępny na stronie [www.sekreturody.com](http://www.sekreturody.com) od 27 marca 2015 r.







# SEKRETURODY

drogerie blisko Ciebie

Wydawca:

Espiro Group Sp. z o.o. – właściciel marki:  
Sekret URODY drogerie blisko Ciebie  
ul. Przemysłowa 5/38, 35-105 Rzeszów  
tel. 17 785 22 48, e-mail: kontakt@sekreturody.com

Dział Reklamy i PR: Magdalena Dziwisz  
e-mail: reklama@sekreturody.com  
tel. 17 785 22 48

Skład i opracowanie graficzne: Agencja MIRAGE  
www.agencjamirage.pl

Ceny podane w magazynie są orientacyjne.  
Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam publikowanych w magazynie.



www.sekreturody.com



6

SEKRETYRODY  
1/13/2015



199,99 zł  
Buty/RESERVED

MUST  
HAVE

15,99 zł  
Kolczyki/HOUSE



Inspirujący  
**ZÓŁTY**

139,90 zł  
Totebka/H&M



79,99 zł  
Spódnica/RESERVED



KOLEKCJA WIOSNA/LATO  
2015 MOHITO





199,99 zł

Sukienka/MOHITO



39,99 zł

Apaszka/RESERVED



39,99 zł

Okulary/RESERVED



89,99 zł

Torebka/RESERVED

Wiosna odrodzi się pod znakiem kontrastów i niejednoznacznych połączeń kolorystycznych. Kreacje proponowane przez projektantów sprawiają, że w tym sezonie kobiety będą zmysłowe i inspirujące. Nieodłącznym elementem tego wizerunku będzie żółć. Trudna do łączenia z innymi kolorami, ale tym razem zdecydowanie wraca do łask. Dominacja tego koloru sprawi, że czeka nas iście energetyzująca wiosna!

299,00 zł

Szpilki/H&M



**WIOSENNE KONTRASTY  
DODADZĄ CI CHARAKTERU! OTWÓRZ SIĘ  
NA KOLORY I SPRAWDŹ, JAKĄ  
POTRAFIĄ MIEĆ MOC.**



59,99 zł

Okulary/MOHITO



Żółć

doskonale harmonizuje z granatami i takie połączenie nie zaskoczyło na światowych wybiegach. Jednak ten słoneczny kolor będzie się równie dobrze prezentował z... bielą. To niestandardowe połączenie przywołuje na myśl lato i z pewnością będzie się nam ciepło kojarzyć. Pamiętajmy, że takie zestawienie kolorów będzie się pięknie komponować z opalenizną.

39,99 zł

Zegarek/HOUSE



89,99 zł

Sweter/MOHITO



179,99 zł

Buty/MOHITO



119,99 zł

Torebka/RESERVED



229,00 zł

Kimono/H&M



**POSTAW NA NIESTANDARDOWE  
ŁĄCZENIE KOLORÓW!**

KOLEKCJA WIOSNA/LATO  
2015 MOHITO





24,90 zł

Pierścionek/H&M

129,90 zł

Bluzka/H&M



115,00 zł

Zegarek/RESERVED

149,99 zł

Spodnie/MOHITO

REKLAMA

# EVELINE

COSMETICS

## Slim Extreme 4D

WYSZCZUPLANIE  
I MODELOWANIE SYLWETKI  
W 4 WYMIARACH



JOY  
TRENDY 2014

NR1

Najczęściej kupowane  
kosmetyki antycellulitowe  
i wyszczuplające w Polsce\*

\*Nielsen, 07-2013 – 06-2014, kosmetyki antycellulitowe i wyszczuplające.



Dołącz do nas na facebooku



www.eveline.eu



Natalia  
Nguyen



W ROLI  
GŁÓWNEJ

# Ciągle szukam wiatru w polu

Jest niezwykle kreatywna, pracowita i... ciekawa wszystkiego, co nowe. Dlatego cały czas szuka nowych wyzwań zawodowych. Pochodząca z Wietnamu, Natalia Nguyen, jurorka, którą znamy z programów „Pan i Pani House” i „Bitwa o dom” – jest nie tylko cenionym architektem z własnym biurem projektowym, ale i dekoratorem wnętrz. „Po godzinach” oddaje się także innym pasjom artystycznym. Jakim? Lepiej niech sama o nich opowie...

## **Orientalna uroda jest Twoim atutem. Czy jest też sekretem Twojej kariery w mediach?**

Oczywiście, że jest! I nigdy tego nie kryłam. Dzięki temu, że wyglądam orientalnie, zwracam na siebie uwagę nawet wtedy, gdy znajduję się w dużym gronie ludzi, na przykład na castingu w studiu telewizyjnym. I tak właśnie było, gdy startowałam do programu „Pan i Pani House”. Dzięki temu, że zostałam dostrzeżona, mogłam pochwalić się swoim dorobkiem. Gdybym nie była architektem ze sporym doświadczeniem w biurze projektowym, na pewno nie dostałabym tej pracy. Jednak, spośród wielu utalentowanych architektów, wybrano mnie. Dlatego mówię wprost: tak, oryginalna uroda pomaga w zdobyciu pracy. Ale żeby się w niej utrzymać, trzeba mieć talent, być osobą pilną, pracowitą, łatwo nawiązywać relacje z innymi i wciąż się uczyć.

## **Odwaga i determinacja też się przydają! Ty zawsze wiedziałaś, czego chcesz od życia. I czego nie chcesz. Za ciepłą posadkę w znanym biurze architektonicznym podziękowałaś.**

Nie, nie! To nie ja mówiłam pracodawcom: „dziękuję” – to raczej oni mi to mówili. (śmiech) W czasie studiów pracowałam chyba w sześciu biurach projektowych – i w każdym słyszałam to samo: „Jesteś zdolna – bez wątpienia – ale do tej firmy nie pasujesz” albo „Widzę, że jesteś kreatywna, ale my wolimy pracować „po swojemu”, więc... dziękujemy ci za współpracę”. O, w ten sposób się to odbywało! (śmiech) Co nie znaczy, że ja w tych firmach niczego nie robiłam – wręcz przeciwnie, dawałam z siebie naprawdę dużo. Nawet ZA dużo. I w tym tkwił problem.

## **Po prostu, nie pasowałaś do szablonu?**

Właśnie! Bo dobry, stuprocentowy pracownik w firmie architektonicznej nie może wychylać się ze swoimi pomysłami – a jeśli już, to dyskretnie – tylko ma spełniać żądania szefa. Swoje projekty niech lepiej schowa na dno szuflady – bo i tak nikt nigdy ich nie zrealizuje. Najwyżej ktoś rzuci na nie okiem i pomyśli: „Kreatywna jest, ale szalona!”. Trzeba rysować ciągle takie same garaże, tak samo projektować ściany i oświetlenie... Czasem tylko zmienia się stronę: z lewej na prawą albo odwrotnie. (śmiech) A potem znów to samo, to samo, to samo... dzień w dzień. To zabijało moją wenę twórczą. Wiadomo: jeśli masz dziecko, potrzebujesz stabilizacji materialnej i na etacie czujesz się bezpieczniej. Tyle że mnie na konto nie wpływało tyle, bym mogła normalnie żyć z córką w wynajętym mieszkaniu. Dobałam więc, jak miałam okazję.



**Na przykład gdzie?**

Gdzie tylko się dało! Nie bałam się żadnej pracy. Sama dzwoniłam po znajomych i mówiłam: „Jestem wolna i gotowa. Jeśli będziesz słyszał o jakiejś robocie, dawaj znać”. Pomagałam na różnych planach zdjęciowych. Najpierw pracowałam przy produkcji filmu, a później zostałam aktorką. Dzisiaj mam na koncie role w czterech filmach i już robię następny! Jak trzeba było zrobić polsko-wietnamski kalendarz dla jednej z korporacji, usiadłam i zrobiłam. Mimo że nie znałam się wtedy na grafice komputerowej! No i fajnie! Bo właśnie to najbardziej mnie kręci w dorywczej pracy – że przy okazji mogę się nauczyć czegoś nowego! Kiedy pewna znajoma, pracująca przy jednym z programów telewizyjnych, potrzebowała osoby, która pomogłaby jej przy kostiumach, powiedziałam: „Świetnie! Nie robiłam tego nigdy, ale przyjdę i ci pomogę”.

**Doświadczenie procentuje! Dziś jesteś gwiazdą i sama dbasz o swój wizerunek medialny.**

Jestem nie tylko stylistką, ale i makijażystką! Tej sztuki też nauczyłam się „przypadkiem”. W obu edycjach „Bitwy o dom” malowałam się sama – tylko do finału szykowała mnie Małgosia Urbańska, zaprzyjaźniona makijażystka – osobiście też wybierałam stroje. Nawet fryzjerki nie potrzebowałam. Zamykałam się w garderobie – po pół godzinie mogłam stawać przed kamerą.

**Tvoja finałowa stylizacja doczekała się wielu komentarzy w Internecie. Czytałaś je?**

Tak! Były genialne! (śmiech) Zdziwiło mnie, że ludzie wcale nie mówili: „O, rany! To jakaś wariatka!”, tylko skupili się na tym, by ocenić strój. Komuś się podobał bardzo, komuś wcale, to jest kwestia gustu. Natomiast ja tak „dziwacznie” ubrałam się specjalnie.

Bo walczę z wizerunkiem seksownej kobiety w szpilkach. Powinnyśmy nosić to, w czym czujemy się seksownie. Ja zawsze noszę się PO SWOJEMU. Spódnice, w której wówczas wystąpiłam, uszyłam sobie sama, bluzkę też. Płaszcz narzuciłam w ostatniej chwili – bo gdy wychodziłam z domu, rozpadło się i ochłodziło – i przez niego moja kreacja zrobiła się babcina. (śmiech). Ale za to buty miałam fajne! Włosy też, bo przed imprezą zrobiłam na nich szalone wzorki. A że akurat w markecie budowlanym kupiłam piękne storczyki, uznałam: „Co mi tam! Wepnę je we włosy!”. Miałam z tego wszystkiego niezły ubaw. A czy nie o to właśnie chodzi w modzie? Trzeba się bawić!

**Często słyszysz: „Natalia, pomóż mi! Doradź! Ja naprawdę nie mam się w co ubrać!”?**

Tak, bardzo często pomagam koleżankom – jako

**JESTEM NIE TYLKO STYLISTKĄ, ALE I MAKIJAŻYSTKĄ. OBA TE TALENTY ODKRYŁAM „PRZYPADKIEM”. I DZIŚ PROCENTUJĄ! SAMA DBAM O SWÓJ WIZERUNEK MEDIALNY. SPRAWIA MI TO RADOŚĆ I DAJE WIELKĄ SATYSFAKCJĘ.**



stylistka. Wiedzą, że jestem zakupoholiczką i zawsze chętnie buszuję między wieszakami. Wiedzą też, że ze mną zakupy robi się szybko. Po prostu, wchodzę z nimi do sklepu, wybieram ciuchy, mówię, w których będą wyglądać ładnie, co koniecznie muszą kupić. A potem zaczyna się jęczenie: „O, nie! Ja tyle kasy nie wydaję na siebie przez rok!!!”. (śmiech) A wcale nie są to zawrotne sumy! Moje koleżanki, po prostu, są oszczędne. Większość z nich ma już dzieci, i w nie ciągle inwestują. Albo w dom, wiadomo... Pytam je wtedy: „Nie chcesz na siebie wydawać? Twoja sprawa. Ale pomyśl: jak nie teraz, to kiedy?! Twoje dzieci już wszystko mają, mąż też. Zadbaj o siebie, żeby dobrze wyglądać”. Ja lubię kupować rzeczy TYLKO DLA SIEBIE. Oczywiście, jestem trochę do tego zobligowana zawodowo, bo pokazuję się publicznie. Ale ja zawsze byłam na bieżąco z modą. Uwielbiam i ubrania, i tkaniny. Kiedyś na targu w Wietnamie znalazłam aksamitny jedwab – tak delikatny w dotyku, w tak oryginalnych, intensywnych kolorach – musiałam go kupić. Jak wróciłam do Polski, narysowałam ubrania i z gotowymi projektami poszłam do krawcowej. I uszyła mi je!

**I dzięki temu masz coś swojego, unikatowego! To jest frajda, ale i satysfakcja, prawda?**

I to jaka! Kiedyś kobiety były kreatywne, bo w sklepach nie było wyboru. Jeżeli chciały mieć ładną spódnice, to najpierw szły na bazar, by kupić fajny materiał, a potem do krawcowej, aby odpowiednio go skroić. Dlaczego nie robimy tego dziś? Bo jeste-





**Imię i Nazwisko:** Natalia Nguyen

**Wiek:** 32 lata

**Zodiakalny:** Byk

**Zawód:** Architekt i dekorator wnętrz, z własnym biurem projektowym.

**Kariera:** Pochodzi z Wietnamu, a od siódmego roku życia mieszka w Warszawie. Tutaj skończyła szkołę podstawową i liceum. Tajniki zawodu architekta zgłębiała w Santa Monica College, West LA College, Los Angeles Institute of Architecture and Design oraz na Politechnice Warszawskiej. Widzowie poznali ją jako współprowadzącą program „Pan i Pani House”, który był emitowany na antenie TVN w 2012 roku. Wspólnie z ekipą remontową podróżowała po Polsce i pomagała projektować i urządzać wnętrza. Była także jurorką programu „Bitwa o dom”.

**Prywatnie:** Ma 9-letnią córkę An.





śmy wygodne. I myślimy, że w sklepie wyjdzie taniej. A nie zawsze tak jest! Bo można znaleźć jakąś ciocię, koleżankę czy inną fajną dziewczynę, która szyje dobrze i z radością – i na pewno da nam dobrą cenę! Same plusy! Taka sukienka będzie gatunkowo lepsza od sklepowej. Uszyje nam ją ktoś bliższy. A my wykorzystamy wreszcie te materiały, które zalegają nam w szafach. Ja wiele ubrań, w których wystąpiłam w „Bitwie...” zaprojektowałam sama. Dla siebie. Ale może w przyszłości stworzę jakąś autorską kolekcję ubrań? Bo jeżeli znajdą się chętni, żeby je kupować, to... czemu nie? Póki co, skupiam się na promocji marki Missingellement – bo od lat tworzę oryginalną biżuterię. Już teraz można wejść na moją stronę internetową ([www.natalianguyen.pl](http://www.natalianguyen.pl)), wybrać kamienie, z których składałyby się naszyjnik czy bransoleta – a ja każdemu stworzę je według jego gustu.

**Słyszałam, że masz także w planach warsztaty... kulinarne! To prawda?**

Tak! Bo gotowanie to moja wielka pasja – i odkryłam ją na długo przed architekturą. Zresztą, chyba dla wszystkich Wietnamczyków kuchnia jest miejscem niezwykle ważnym, a jedzenie i przygotowywanie posiłków wiąże się zawsze z celebracją. A ponieważ gotowanie sprawia mi wielką frajdę i jestem w tym dobra – jak twierdzą moi bliscy – pomyślałam, że przekażę moją wiedzę innym. Będziemy wspólnie przygotowywać dania kuchni wietnamskiej, a później jeść to, co udało nam się stworzyć z egzotycznych składników. Albo to, co się nie udało. (śmiech)

**WIELE UBRAŃ,  
W KTÓRYCH WYSTĄPIŁAM  
W „BITWIE O DOM”  
ZAPROJEKTOWAŁAM  
SAMA.**

**Pomysłów na życie na pewno Ci nie brakuje. Tylko skąd czerpiesz siłę na ich realizację?**

(śmiech) Ja po prostu nie umiem żyć inaczej: muszę być w ruchu, coś tworzyć, wymyślać czy planować. Dzięki temu, że uczę się nowych rzeczy, cały czas idę do przodu, rozwijam się. I to sprawia, że... dostaję skrzydeł. Spotkania z przyjaciółmi też bardzo ładują mnie dobrą energią. No i ruch. Mój narzeczonny jest wielkim fanem sportów wodnych i parę lat temu zaraził mnie swoją pasją. Śmieje się, że od tej pory, ciągle szukam... wiatru w polu. Czyli na urlopy jeżdżę tam, gdzie wieje i są najlepsze warunki do surfowania. Lubię adrenalinę – nie tylko w sporcie.

**Dziękuję za rozmowę.  
Ewa Anna Barytkiewicz**

# UDOSKONALAJĄCA PIELEGNACJA NAWILŻAJĄCA PERFEKCYJNA SKÓRA: KOLORYT. POWIERZCHNIA. PORY.

INNOWACJA

## SkinPerfection

PERFEKCYJNA SKÓRA

Iwona, 20 lat:

★★★★★

„Skóra w dotyku jest perfekcyjna. Taka, o jakiej zawsze marzyłam”\*



Anna, 34 lata:

★★★★★

„W 100% spełnia moje oczekiwania. Polecę go moim przyjaciółkom. To mój nr 1”\*

**SKIN PERFECTION**

Skoncentrowane Serum Udoskonalające 30 ml  
Krem Udoskonalający 50 ml

L'ORÉAL  
PARIS

\*Klub Ekspertek ofeminin.pl – badanie konsumenckie na próbie 2982 kobiet.



GARNIER

## EFEKT METAMORFOZY SKÓRY NATYCHMIAST I NA DŁUGO

INNOWACJA  
PRZECIW ZMARSZCZKOM\*

## Miracle Cream

**MIRACLE CREAM**

Krem przeciwzmarszczkowy na dzień i na noc 50 ml  
różne rodzaje  
Krem pod oczy 15 ml



\*Test konsumencki produktu po 28 dniach używania w grupie 129 kobiet. Millward Brown, 2014, test in home produktu na ogólnopolskiej próbie n=129 kobiet w wieku 30-55 lat.





**INSTITUTO ESPAÑOL**  
Perfumería y Cosmética  
desde 1903

Skóra wrażliwa to taka, która charakteryzuje się nadmierną przepuszczalnością naskórka i bardzo cienką warstwą lipidową. To właśnie z tego powodu bardzo często reaguje na czynniki zewnętrzne stanem zapalnym – zaczerwienieniem lub przesuszeniem. Dodatkowo nadwrażliwość skóry często powiązana jest z alergią, atopią lub zbyt płytkim unaczynieniem. Dlatego pielęgnacja tego typu skóry jest bardzo trudna. Należy pamiętać o wyborze odpowiednich kosmetyków tworzonych na bazie składników naturalnych, które będą wpływać na skórę bezinwazyjnie.

Marka Instituto Espanol szczególną uwagę zwraca na tego typu problemy skórne, które coraz częściej trapią kobiety. Zwłaszcza, że nadwrażliwość skóry bardzo często jest wtórna. Kosmetyki tej hiszpańskiej marki zapewniają silne nawilżenie, łagodzą podrażnienia, a także chronią przed promieniowaniem UVA i UVB.

Wyjątkowe są produkty ze śluzem ślimaka, które intensywnie **regenerują naskórek**, chroniąc go przed działaniem niekorzystnych czynników zewnętrznych, a przede wszystkim **stymuluje odnowę komórkową**. Dzięki tym właściwościom są nie tylko delikatne, ale również **opóźniają starzenie się skóry**. Dodatkowe składniki o działaniu odżywczym to alantoina, kolagen oraz witaminy A, C, E, B1, B2, B6, B13, proteiny, kwas glikolowy, mukopolisacharydy, enzymy proteolityczne. Śluz ślimaka jest również naturalnym antybiotykiem, dlatego kremy z tej serii łagodzą objawy trądziku.

### Skąd pomysł śluzu ślimaka w produktach kosmetycznych?

Już w starożytnej Grecji używano ślimaków jako środka medycznego. Stosowano go nie tylko do leczenia zmian skórnych, ale również do zwalczania ostrego kaszlu czy wrzodów żołądka. Jednak tak naprawdę wszystko ma swój początek w latach 80. XX wieku, a same dobroczynne właściwości śluzu ślimaka zostały odkryte niemal przypadkiem przez hodowców ślimaków z Chile. Zauważyli oni, że skóra na dłoniach zawsze była wyjątkowo miękka i delikatna, a rany goiły się szybciej i łagodniej.

Przeprowadzone później badania potwierdziły tezę, że śluz ślimaka posiada właściwości niezwykle szybkiej regeneracji naskórka oraz lecznicze. Dzieje się tak dzięki właściwościom mucyny, która szybko leczy otarcia i niewielkie ranki. W śluzie ślimaka znajdziemy również kwas hialuronowy, peptydy miedzi, peptydy przeciwdrobnoustrojowe i pierwiastki śladowe, w tym miedź, cynk i żelaz. Wszystkie te składniki sprawiają, że kremy dają widoczne efekty w leczeniu chorób skóry takich jak: trądzik, rozszerzone pory i zaskórniki oraz przebarwienia i blizny, a ponadto zapobiega starzeniu się skóry i utrzymuje odpowiedni poziom nawilżenia.

W 2008 roku amerykańscy i hiszpańscy naukowcy podjęli się kolejnych badań. Wykazały one, że preparaty do skóry zawierające w składzie ekstrakt ze śluzu ślimaka pomagają zachować prawidłową strukturę macierzy pozakomórkowej skóry, przeciwdziałając powstawaniu blizn (w tym potrądzikowych). Właściwości te sprawiły, że kosmetyki ze śluzem ślimaka stały się hitem ostatnich lat, rozchwytywanym niczym eliksir młodości i piękna.

Adrianna Martynkiewicz  
Dyplomowana Kosmetyczka



- ◆ zmniejsza blizny
- ◆ łagodzi przebarwienia
- ◆ wygładza zmarszczki
- ◆ stymuluje budowę tkanek



# Avena

Naturalna moc owsa.  
Kosmetyki idealne  
dla skóry wrażliwej.

- ◆ nawilża
- ◆ regeneruje
- ◆ wygładza



# Linia Aloe Vera

Kosmetyki na bazie  
wyciągu z aloesu  
w **100%**

- ◆ naturalne składniki odżywcze
- ◆ nawilża i regeneruje
- ◆ łagodzi podrażnienia
- ◆ wygładza





*bądź  
 fit*

*na*

*wiosnę!*



# Dietetyczne porządki

Wiosna, to czas gdzie wszystko dookoła się zmienia. Zwykle robimy porządki w szafie, w domu i w ogrodzie. A co z dietą i naszym stylem życia? Warto się nad tym zastanowić, przecież wiosna to doskonały czas na zmiany, sprecyzowanie celu i zadbanie o swoją urodę oraz dobre samopoczucie.

## DLACZEGO WARTO ZMIENIĆ DIETĘ?

Głównym powodem, dla którego warto zadbać o swoją dietę, to chęć troski o własne zdrowie, a także poprawę samopoczucia. Przewlekły stres, zmęczenie, brak ruchu oraz dieta bogata w żywność przetworzoną, wysokokaloryczną i ubogą w podstawowe składniki odżywcze nie tylko dodaje nam zbędnych kilogramów, zanieczyszcza organizm, ale osłabia naszą odporność, a przez to jest przyczyną wielu chorób cywilizacyjnych, choćby takich jak cukrzyca, choroby układu krążenia czy nowotwory. Należy pamiętać, że stosowanie diety, to nie tylko utrata zbędnych kilogramów, to przede wszystkim trwała zmiana nawyków żywieniowych i stylu życia, które pomogą nam cieszyć się zdrowiem i urodą przez długi czas.

## JAKA DIETA JEST NAJLEPSZA?

Często pojęcie „dieta” kojarzy się z licznymi wyrzeczeniami oraz nieprzyjemnym uczuciem głodu. Niestety takie nastawienie powstało z powodu stosowania bardziej lub mniej uzasadnionych diet alternatywnych, źle zbilansowanych i ogólnie dostępnych w Internecie. Dlatego najrozsądniej jest skorzystać z porady i pomocy dietetyka, który indywidualnie dopasuje nam dietę, uwzględniając nasz wiek, stan fizjologiczny, aktualną masę ciała, preferencje kulinarne i smakowe oraz inne parametry, potrzebne w ustaleniu programu żywieniowego. Nie tylko będziemy mieć pewność, że dieta jest odpowiednio zbilansowana i zawiera wszystkie niezbędne składniki odżywcze, ale zdrowo i bezpiecznie przejdziemy przez okres odchudzania, spożywając smaczne i lekkie posiłki zapobiegając tym samym powstaniu efektu jo-jo.

Warto zaznaczyć, że wiosna to czas obfitujący w kolory nie tylko w przyrodzie, ale i na talerzu, dlatego urozmaicamy swoją codzienną dietę w sezonowe warzywa oraz inne nowalijki, najlepiej pochodzące z własnego ogródka. Pamiętajmy, że to doskonała alternatywa dla wysokokalorycznych przekąsek, które dostarczają nam tylko pustych kalorii.

## ZACZNĘ OD JUTRA...

Czujesz, że chcesz zmienić siebie, że to najlepszy czas, aby zrobić dietetyczne porządki, jesteś już o krok od podjęcia decyzji, a jednak znów brak motywacji powoduje, że odkładasz tę decyzję na inny termin. Spokojnie, motywacji można się nauczyć, wystarczy że jasno sprecyzujesz swój cel, który będzie realny. Bardzo ważne w procesie odchudzania jest wsparcie nie tylko dietetyka, ale i bliskiej nam osoby, być może razem łatwiej będzie zmienić dotychczasowe nawyki żywieniowe? Istotne jest, żeby nie demotywować się przy pierwszej porażce czy pokusie. Najlepiej jest zastosować metodę małych kroków, stopniowo eliminując z jadłospisu cukier i inne produkty wysokokaloryczne na korzyść owoców, warzyw czy produktów o mniejszej zawartości tłuszczu. Z pewnością o najlepszych i najzdrowszych alternatywach poinformuje nas dietetyk.

sięca czy roku. Warto nagradzać siebie za sukcesy w odchudzaniu. Pamiętajmy jednak, że nagrodą nie powinno być jedzenie, można przecież zadbać o inne ważne potrzeby i dostarczyć sobie przyjemności w inny sposób (np. wybierając się do SPA lub kosmetyczki). Istotne jest, żeby doceniać wszystkie aspekty wynikające z diety, które prowadzą nas do zmiany stylu życia na zdrowszy.

## CZY SAMA DIETA WYSTARCZY?

Redukcja masy ciała jest procesem, który wymaga czasu i zaangażowania. Najskuteczniej chudniemy, gdy dieta połączona jest z aktywnością fizyczną. Stosowanie samej diety odchudzającej i spożywanie mniejszej ilości pokarmów spowalnia proces przemiany materii. Dlatego codzienne uprawianie sportu, nie tylko pozawala zachować nam sprawność fizyczną i cieszyć się zdrowiem,

## UROZMAICAMY SWOJĄ CODZIENNĄ DIETĘ W SEZONOWE WARZYWA.

Często pułapką osób odchudzających się jest tzw. myślenie czarno-białe, zwane również zasadą: wszystko albo nic. Polega ona na cyklicznym narzuceniu sobie rygorystycznego planu, a także na całkowitym porzuceniu go, wtedy gdy tylko pojawi się małe odstępstwo od diety. W konsekwencji ciągle wzdoty i upadki dietetyczne nie tylko nas zniechęcają, ale szkodzą naszemu zdrowiu. Dlatego ważne jest żeby zdrowo się odchudzać, ponieważ organizm, stopniowo dostosowuje się do zmieniających się warunków, a jedyne co możesz zrobić, to utrzymywać obrany wcześniej cel. Najlepiej założyć spadek masy ciała od 0,5–1kg tygodniowo i na tym się skupić. Sukces należy oceniać z perspektywy dłuższego czasu, na przykład mie-

ale pobudza metabolizm do szybszego spalania tkanki tłuszczowej. Należy pamiętać, że prawidłowe odżywianie i aktywność fizyczna, to najlepsza droga do trwałej zmiany nawyków żywieniowych, a także stylu życia.

Dbanie o siebie nie musi się jedynie ograniczać do przyjemnego smaku lekkich i wiosennych potraw. Dbanie o siebie to m.in. troska o własne zdrowie, sprawne ciało, zadowolenie ze swojego wyglądu, a także dobre samopoczucie.

mgr inż. Natalia Litwa  
dietetyk, doradca ds. żywienia  
e-mail: specjalista.zywienia@op.pl



# Czy krem rzeczywiście może odchudzić?

Na półkach sklepów można znaleźć kosmetyki rekomendowane jako produkty wspomagające odchudzanie i modelowanie sylwetki. Wiele kobiet zadaje pytanie czy sam kosmetyk faktycznie może spowodować, że kilogramy zaczną ubywać?

## WYSZCZUPLENIE KREMEM

Osoby postanawiające odchudzić się powinny przede wszystkim zwrócić uwagę na swój sposób odżywiania, zwiększyć ilość ruchu, a także warto wykonać podstawowe badania takie jak: morfologia, lipidogram, poziom glukozy i hormonów tarczycy. Bardzo ważne jest, aby w trakcie odchudzania nie zapominać, że skóra może mieć tendencję do wysuszenia, utraty sprężystości i zwiótczenia. Gubienie kilogramów powoduje, że skóra musi dostosować się do nowych warunków i sprawnie się obkurczyć. Stosowanie balsamów może jej w tym procesie pomóc. Warto jednak zaznaczyć, że dla kobiet, które postanawiają zmienić sposób odżywiania, zwiększyć ilość ruchu, aby zredukować nadwagę i cellulit, kosmetyk wyszczuplający jest bardzo istotnym, wspomagającym odchudzanie dodatkiem. Nowoczesny kosmetyk wyszczuplający zwykle jest w formie serum, co gwarantuje wyższą koncentrację składników i lepsze wchłanianie. Często ma w swoim składzie przyspieszającą metabolizm L-karnitynę oraz nowoczesny kompleks wyszczuplający np. Lipocell-Slim. Składniki te przyspieszają spalanie tkanki tłuszczowej, a zawarty w nich kolagen i pro-elastyna efektywnie zapobiegają utracie elastyczności skóry podczas odchudzania. Zawiera substraty, które skutecznie przeciwdziałają zmniejszeniu sprężystości skóry (na przykład olejek arganowy, komórki macierzyste, algi laminaria, kwas hialuronowy, mikrokryształy diamentu, 24 karatowe złoto i inne). Właściwy dobór kosmetyków powoduje synergiczne działanie i dzięki temu pozwala na uzyskanie zadowalającego efektu.

## RODZAJE KOSMETYKÓW WYSZCZUPLAJĄCYCH

Pośród kosmetyków wyszczuplających możemy znaleźć takie, które są polecane jako wspomagające utratę zbędnych kilogramów. Znajdziemy również produkty, które dodatkowo walczą z innymi problemami związanymi z nadwagą takimi, jak: rozstępny, cellulit, nadmierne odkładanie tkanki tłuszczowej w obrębie bioder, brzucha i pośladków. W ich składzie można znaleźć nowoczesne kompleksy wspomagające spalanie tkanki tłuszczowej i pomagające walczyć z cellulitem. Dodatki składników pobudzają

cych mikrokrążenie (na przykład kofeiny lub mikrokryształów diamentu) stymulują eliminację toksyn i przyspieszają metabolizm tkankowy. Kosmetyki o dodatkowym działaniu rozgrzewającym powodują rozszerzenie naczyń skóry i tym samym lepsze wchłanianie substancji aktywnych. Zaraz po ich aplikacji może być odczuwalne lekkie pieczenie.

## WYSZCZUPLANIE PLUS OCHRONA SKÓRY

Stosowanie produktów serii najlepiej zacząć już w trakcie kąpieli poprzez zastosowanie żelu myjącego z mikrogranulkami. Pozwoli on na usunięcie zrogowaciałego naskórka, pobudzi mikrokrążenie dzięki czemu wchłanianie substancji czynnych będzie bardziej efektywne. Potem można na skórę nałożyć odpowiedni balsam, mleczko czy olejek. Kosmetyki wyszczuplające powinny być aplikowane zaraz po wyjściu z kąpieli. Najlepiej nakładać je kolistymi ruchami, masując przy tym skórę aż do wchłonięcia preparatu.

## MOC OLEJKÓW –

### NOWY TREND W WYSZCZUPLANIU

Olejki wyszczuplające produkuje się na bazie olejku arganowego, słonecznikowego, rozmarynowego, sojowego, lawendowego, nagietkowego czy rumiankowego. Czynniki aktywne działają na

kowy i nagietkowy zmniejszają szorstkość skóry, poprawiają ukrwienie i działają przeciwzapalnie. Codzienna aplikacja połączona z lekkim masażem jest szczególnie rekomendowana dla kobiet, które chcą pozbyć się cellulitu, a u tych osób u których cellulit uległ zmniejszeniu wskazana jest dalsza aplikacja produktu w celu zapobiegania nawrotom tego problemu. Olejek bardzo dobrze nadaje się do pielęgnacji skóry w okresie lata i po opalaniu, bo szybko niweluje szorstkość skóry i nie dopuszcza do utraty elastyczności. Olejki są całkowicie bezpieczne dla skóry i praktycznie nigdy nie powodują podrażnień. Ujędniający olejek do ciała jest polecany jako uzupełnienie kuracji kremem lub serum.


## ODCHUDZANIE I PIELĘGNACJA

Kosmetyki wyszczuplające mogą być stosowane przez każdą kobietę. Poza aspektem wspomagania odchudzania zazwyczaj są to produkty o doskonałych właściwościach pielęgnacyjnych i regenerujących skórę. Są w stanie spełniać nie tylko rolę wspomagającą odchudzanie lecz mają bardzo wysoko oceniane właściwości pielęgnacyjne. Nadają się nawet do zastosowania na skórę wrażliwą i skłoną do podrażnień. Są skuteczne w poprawieniu wyglądu skóry i poprawy kolorytu. Mają dobre właściwości pielęgnacyjne i odżywcze oraz

## KOSMETYKI WYSZCZUPLAJĄCE NAJLEPIEJ NAKŁADAĆ JE

kilku poziomach skóry. Olej arganowy posiada wysoką koncentrację kwasów tłuszczowych, kwasów Omega-6, izoflawonów i witaminy E dzięki czemu działa antyoksydacyjnie, przyspiesza regenerację i zwiększa nawilżenie skóry. Olejki lawendowy i rozmarynowy pobudzają mikrokrążenie, mają działanie odświeżające i nadają skórze gładkość. Olej sojowy korzystnie wpływa na krążenie limfy, a oleje rumian-

efektywnie zapobiegają starzeniu i utracie elastyczności. Należy podkreślić, że jeśli ktoś spodziewa się, iż pomimo złych nawyków żywieniowych, braku ruchu i wysokokalorycznej diety wystarczy posmarować się kremem wyszczuplającym aby nastąpił spektakularny efekt modelowania sylwetki to zazwyczaj spotka się z rozczarowaniem.



Kosmetyki wyszczuplające to jeden z trzech elementów – obok odpowiedniej diety i ćwiczeń – które pomagają uzyskać nam upragnioną sylwetkę.

Pamiętajmy jednak, że preparaty tego typu, to nie czarodziejska różdżka i nic samo z siebie się nie robi. Należy pamiętać przede wszystkim o regularnym stosowaniu i odpowiednim masażu podczas aplikacji kosmetyku. Dopiero wtedy możemy osiągnąć upragniony skutek – zmniejszenie „pomarańczowej skórki” oraz wyraźną poprawę jędrności skóry.

**POWINNY BYĆ APLIKOWANE ZARAZ PO WYJŚCIU Z KĄPIELI.  
KOLISTYMI RUCHAMI, MASUJĄC PRZY TYM SKÓRĘ.**



Serum modelująco-wyszczuplające  
AA SlimLine 5HD  
AA



**URODA  
POD LUPA**

Aby skutecznie pozbyć się cellulitu, należy zaatakować go na wszystkich frontach. Kosmetyki pomogą nam ujędrnić skórę i ją odpowiednio ukrwić, a właściwa dieta zniszczy komórki tłuszczowe od wewnątrz. Samo nawadnianie organizmu nie wystarczy.

Wyliminuj z diety ostre przyprawy i sól. Ogranicz słodczyce i fast foody. Uzupelnieniem będą produkty lekkostrawne, takie jak ryby, chude sery czy ryż. Pamiętaj o owocach i warzywach. Są one źródłem witamin i mikroelementów, które łatwo się przyswajają. Warto wprowadzić do diety potrawy bogate w kwasy tłuszczowe omega-3, omega-6 i omega-9. Poprawiają one metabolizm tkanek zaatakowanych przez cellulit, przyspieszają spalanie tkanki tłuszczowej i zapobiegają odkładaniu się tłuszczu. Znajdziesz je w rybach, orzechach, olejach roślinnych czy oliwie.

# Cellulit?





### Body Art Trójaktywny krem antycellulitowy

DR IRENA ERIS

Nowatorski preparat antycellulitowy, którego skuteczność pozwala uzyskać potrójny efekt kuracji: Efekt I - wyciąg z imbiru pobudza mikrokrążenie, aby usprawnić transport substancji aktywnych wewnątrz skóry, Efekt II - FitoDHEA™ pomaga wzmocnić kolagenowy "szkielet" skóry, aby zredukować "skórkę pomarańczową", Efekt III - Pro-Lipolise™ stymuluje spalanie tłuszczu, aby wyszczuplić sylwetkę. 200 ml



Intensywne serum antycellulitowe, 200 ml  
FLOS LEK



### Intensywne serum redukujące tkankę tłuszczową

EVELINE COSMETICS

Gwarantuje intensywną redukcję podskórnej tkanki tłuszczowej, zwłaszcza w obrębie fałdów brzusznych, powodując szybką utratę centymetrów w obwodzie ciała, rzeźbiąc wcięcie w talii i nadając sylwetce kształt klepsydry. 150 ml

### Terapia antycellulitowa 14 dni. Domowa kriolipoliza + lifting termiczny

LIRENE

Dzięki stosowaniu żelu chłodzącego (rano) i rozgrzewającego (wieczorem) widocznie poprawia się mikrokrążenie w skórze. Żel rozgrzewający na noc usuwa nadmiar wody i toksyn z komórek skóry. 100 ml + 100 ml

# NIE, dziękuję!

**Ruch i aktywność fizyczna to nie-kwestionowani sprzymierzeńcy w walce z cellulitem. Dlaczego to tak ważne? Ponieważ sprzyjają nie tylko spalaniu tkanki tłuszczowej, ale również pobudzają układ immunologiczny, który szybciej usuwa niechciane toksyny z organizmu.**

Celem nie jest tylko spalanie tkanki tłuszczowej, ale również usprawnienie krążenia podskórnego. Wrogami pomarańczowej skórki są takie sporty, jak aqua aerobik, bieganie, szybki marsz oraz jazda na rowerze. Jeśli ktoś woli ćwiczyć w zaciszu własnego mieszkania, powinien skupić się na przysiadach, nożycach i wymachach nogami w tył przy jednoczesnym podpieraniu się np. o krzesło. Ruchy należy wykonywać wolno i starannie. Pamiętajcie! Domowy trening należy rozpocząć rozgrzewką i zakończyć rozciąganiem!



Krem antycellulitowy, 200 ml  
FLOS LEK

Serum antycellulit i wyszczuplanie  
BODY DIET24, 200 ml  
SORAYA

**Wygładzająca eksfoliacja.  
Antycellulitowe serum  
o działaniu złuszczącym**

LIRENE  
Zainspirowane zabiegiem  
eksfoliacji wykonywanym  
w gabinetach kosmetycz-  
nych. Złuszcza, wygładza  
i zmniejsza widoczność  
grudek oraz nierówności,  
zapewniając odpowiedni  
poziom nawilżenia skóry.  
200 ml



**Złoty peeling-masaż drenażujący z kofeina  
EVELINE COSMETICS**

Innowacyjna formuła bogata w aktywne mikro-  
granulki delikatnie usuwa obumarłe komórki,  
likwidując szorstkość i twardzenie się naskórka.  
Rewitalizujący masaż odświeża i dodaje energii,  
pozostawiając skórę jedwabście gładką. Wygład-  
zona i rozgrzana skóra jest gotowa na kurację  
antycellulitową.  
250 ml



**W walce z cellulitem  
liczy się przede wszystkim sys-  
tematyczność. Dotyczy ona również  
stosowania produktów kosmetycznych. Przy  
codziennej pielęgnacji skóry warto pamiętać o kil-  
ku zasadach.**

Wybieraj produkty, które łatwo się wchłaniają i mają kon-  
systencję lekkiego kremu lub żelu. Preparat należy wetrzeć,  
robiąc przy tym krótki masaż. Najlepiej zrobić to po kąpieli,  
gdy skóra jest rozgrzana, ponieważ lepiej będzie wchłaniać  
kosmetyk. Masaż rób od dołu do góry.  
Z pewnością przydatne będą tutaj masażery dedykowane  
specjalnie do pielęgnacji skóry pokrytej pomarańczową  
skórką. Pobudzeniu krążenia krwi sprzyja również ma-  
saż okrężnymi ruchami dłoni. Pamiętajmy jednak,  
że same preparaty do walki z cellulitem to nie  
wszystko. Należy wesprzeć je odpowied-  
nią dietą i aktywnością fizyczną.



**30 + Anti age Mleczko intensywnie  
ujędrniające olejek kokosowy**

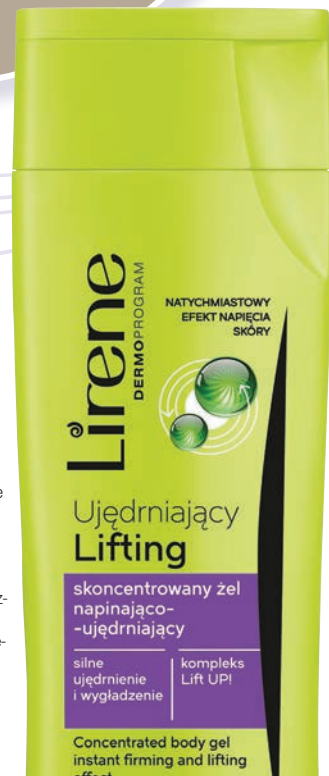
EVELINE COSMETICS  
Olejek kokosowy poprawia cyrkulację  
w komórkach skóry, uelastycznia i nadaje  
wyjątkową jędrność. Przywraca barierę  
ochronną naskórka i likwiduje uczucie  
szorstkości. MESotherapy ANTI-AGE Coc-  
tail™ gwarantuje bezinwazyjne przenikanie  
składników ujędrniających do głębokich  
warstw skóry.  
350 ml

**Ujędrniający lifting. Skoncentrowany żel  
napinająco-ujędrniający**

LIRENE  
Bogaty w aminokwasy, minerały i witaminy  
kompleks LIFT UP zapewnia  
skuteczny i długotrwały efekt napięcia  
skóry. Hialuronian nawilża, zaś ekstrakt  
z owoców hiszpańskiej pomarańczy  
odżywia skórę.  
250 ml

**Professional Home Expert Zabieg inten-  
sywnie wyszczuplający i redukujący cellulit  
CELLU-CORRECTOR**

BIELENDA  
Unikalny 5-etapowy zabieg składa się ze  
specjalistycznych preparatów, które intensywnie  
wyszczuplają i redukują cellulit. Ich receptura  
opiera się na formułach stosowanych w gabi-  
netach kosmetycznych. Wskazania: wszystkie  
formy cellulitu (tłuszczowy i wodny), nadmierna  
tkanka tłuszczowa, obniżona jędrność i elastycz-  
ność skóry, osłabienie skóry po przebytej ciąży  
lub dietach odchudzających, skóra mocno prze-  
suszona. Efekty zabiegu: widoczna redukcja  
tkanki tłuszczowej i cellulitu, doskonale wymo-  
delowane, gładkie, jędrne i sprężyste ciało.



# SOS dla skóry po zimie

*Słońce, wyższe temperatury za oknem oraz coraz dłuższe dni to znak, że zbliża się wiosna. Wraz z jej nadejściem budzi się w nas chęć do zmian – nowa garderoba, fryzura, makijaż... i tutaj pojawia się problem. Niestety wiosna bezlitośnie obnaża zniszczenia jakich zima dokonała na naszej skórze. Dlatego jeśli chcemy zachwycać piękną i pełną blasku skórą czas na gruntowne porządki i wprowadzenie w życie pielęgnacji, która przywróci skórze zdrowy wygląd.*

## PO PIERWSZE PEELING!

Peeling to podstawowy zabieg pielęgnacyjny, umożliwiający delikatne oczyszczenie skóry z martwych komórek oraz lepsze przenikanie składników aktywnych zawartych w kosmetykach do głębszych warstw skóry, pozostawiając ją gładką i miękką. Sięgając po peeling warto wybrać nowość – żel delikatnie peelingujący Dove z uwodnionymi kulkami z krzemionki, które pod wpływem wody stają się miękkie – idealne do oczyszczającego masażu. Regularnie stosowany peeling delikatnie usuwa naskórek, dzień po dniu odstawiając pełną blasku skórę.

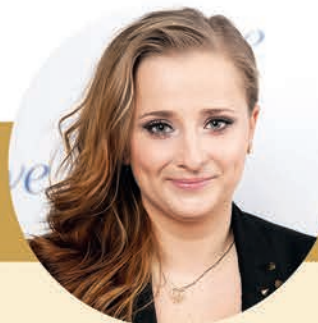
## OCZYSZCZENIE I NAWILŻENIE!

Pamiętaj o odpowiednim nawilżeniu skóry już podczas mycia. Wystarczy wybrać żel pod prysznic, którego formuła nie tylko oczyszcza skórę, ale i dostarcza jej solidną porcję substancji nawilżających. Myślisz – niemożliwe? W takim razie wyobraź sobie gęstą odżywczą pianę, która otula ciało i pielęgnuje skórę podczas mycia. Tak właśnie działają nowe żele pod prysznic Dove. W porównaniu ze zwykłymi kosmetykami myjącymi, żele Dove nie zawierają substancji SLS – substancji oczyszczających, które jednocześnie mogą wysuszać skórę. Zamiast tego kryją w sobie jeszcze więcej odżywczej formuły Nutrium Moisture™, która łagodnie myje skórę, zapewniając jej odpowiedni poziom nawilżenia. To naprawdę działa!

## REGULARNA PIELĘGNACJA

Ważne jest systematyczne i kompleksowe podejście do pielęgnacji. Warto stosować kosmetyki z tej samej linii, które doskonale się uzupełniają i wzmacniają swoje działanie, pozwalając na uzyskanie optymalnego efektu kosmetycznego.

Dodatkowo możemy wspomóc nasze działania wprowadzając zmiany w diecie i stylu życia. Lekka, niskotłuszczowa dieta, bogata w witaminy, warzywa i owoce oraz aktywny wypoczynek na świeżym powietrzu to elementy, które przyspieszają eliminację toksyn z organizmu, a co za tym idzie regenerację skóry po zimie. Warto więc każdego dnia znaleźć chwilę tylko dla siebie, aby na wiosnę zachwycać piękną, zdrową i wypielęgowaną skórą.



*Katarzyna  
Karbowska*

*Dział Badań i Rozwoju  
Produktów Unilever*

*Zastosowanie w codziennej pielęgnacji ciała żeli pod prysznic Dove z nową ulepszoną formułą Nutrium Moisture™ w widoczny sposób przyczynia się do poprawy wyglądu skóry, poprzez ograniczenie podrażnień i uszkodzeń spowodowanych codziennym oczyszczaniem. Formuła pozbawiona SLES (silnie myjący składnik powierzchniowo czynny) zapobiega wysuszeniu skóry. Ponadto żele Dove dostarczają więcej odżywczych składników, co pozwala zmaksymalizować regenerację skóry już w trakcie prysznica. Dzięki czemu wspomagają naturalne właściwości ochronne skóry i głęboko ją pielęgnują.*



1. Dove Deeply Nourishing, Żel pod prysznic, 500 ml  
2. Dove Silk Glow, Żel pod prysznic, 500 ml

3. Dove Pistachio Magnolia, Żel pod prysznic, 500 ml  
4. Dove Caring Protection, Żel pod prysznic, 500 ml



URODA  
POD LUPA

**Odpowiednio nawilżona skóra twarzy to nie tylko kwestie estetyczne, ale i ochronne. Skóra powinna być nawodniona w ok. 70%, ponieważ wtedy najlepiej spełnia swoją rolę płaszczka lipidowego. Czasem jednak niektóre obszary twarzy są odwodnione bardziej niż pozostałe. Dzieje się tak dlatego, że woda może się rozkładać nierównomiernie w tkankach skórnych. Są jednak na to sposoby.**

Należy szukać kremów, które w swojej formule zawierają cukry o właściwościach higroskopijnych. Jednym z nich jest kwas hialuronowy. Skutecznie zapewnia nawilżenie, a dodatkowo ujędźnia skórę i sprawia, że jest bardziej sprężysta. Innym przykładem jest Aquabioryl™, który pozostawia delikatny film na skórze sprawiając, że jest bardziej miękka. Natomiast λ-Karagen zapewnia długotrwałe nawilżenie.



Krem aktywnie nawilżający  
na dzień SPF 15, 50 ml  
DR IRENA ERIS



**KREM NAWILŻAJĄCY z aloesem i kwasem hialuronowym**  
GRACJA

Oparty na składnikach naturalnych, które intensywnie ujędrniają i przywracają skórze równowagę hydrolipidową. Chroni przed procesami starzenia się skóry, powstawaniem bruzd, zmarszczek i przebarwień. Wyciąg z aloesu działając z kwasem hialuronowym przynosi wielokrotne efekty pielęgnacyjne, nadając skórze jędrność i sprężystość, dzięki czemu zmarszczki zostają natychmiast wygładzone.  
50 ml

# Nawilżanie to podstawa!



**Odżywczy krem nawilżający na dzień**  
NIVEA

Intensywnie wygładza suchą i wrażliwą skórę twarzy, a także zapewnia jej niezbędne składniki nawilżające. Wzbogacony w naturalny olejek migdałowy i HYDRA IQ. Zawiera filtry UV.  
50 ml

**HYDRA BOOSTER PROFESSIONAL** Intensywnie nawilżający  
krem-żel na dzień i na noc  
EVELINE COSMETICS

Nowa formuła kremu-żelu oparta na aktywnym kompleksie nawilżającym wiąże i zatrzymuje cząsteczki wody bezpośrednio w głębokich warstwach skóry oraz przywraca naturalny zapas wilgoci w naskórku. Unikalna, lekka i orzeźwiająca konsystencja zapewnia przyjemne uczucie świeżości przez wiele godzin.  
50 ml



**Krem intensywnie nawilżający na dzień i na noc Aqua Cristal**  
LIRENE

Technologia Ciekłych Kryształów oraz właściwości błękitnych alg sprawiają, że kosmetyk intensywnie nawilża. Składniki aktywne - kompleks HydroCorn™ oraz wyciąg z trawy azjatyckiej przeciwdziałają utracie wilgoci i wydłużają efekt nawilżenia. Krem poprawia komórkową równowagę wodną, zapobiega procesowi utraty naturalnego zapasu wilgoci oraz przywraca skórze jędrność i elastyczność.  
50 ml



**Krem ujędrniająco-nawilżający na dzień**  
30+ Collagen HIAL+, 50 ml  
AA







#### Nawilżający balsam do ciała z owsem AVENA

Na bazie 100% wyciągu z owsa. Balsam dzięki nawilżającym i kojącym właściwościom owsa wzmacnia barierę ochronną skóry zapobiegając jej wysuszeniu. Nie podrażnia jej, doskonale nawilża. Idealne dla skóry dojrzałej, wrażliwej oraz suchej. Formuła nietłusta, łatwo się wchłania. 950 ml



#### Aloesowe nawilżające mleczko do ciała ALOE VERA

Aloes ma właściwości regenerujące i ochronne dla skóry. zawiera witaminy A, B1, B2, B6 i B12. Naturalne substancje dostarczają idealnego nawilżenia dla skóry. Twoja skóra będzie wyglądała bardziej młodo, zdrowiej i świeżo. 500 ml



#### Regenerujący balsam do ciała z kolagenem i ekstraktem ze ślimaka

AVENA COLLAGEN  
Kolagen zmniejsza zmarszczki i zapobiega powstawaniu nowych. Wnika nawet do drugiej warstwy skóry uzupełniając braki wody, dzięki czemu skóra jest bardziej gładka i miękka. Kolagen poprawia wygląd skóry zmniejszając przebarwienia i otwarte pory. 500 ml

**Czas upływa nieubłaganie, są jednak sposoby, by spowolnić proces starzenia się skóry. Jednym z nich jest odpowiednie nawilżanie całego ciała. Jest to ważne przede wszystkim po 30. roku życia, kiedy to skóra powoli zaczyna tracić naturalną wilgotność.**

Najważniejsze, by utrzymywać na skórze odpowiednią warstwę lipidową, która chroni i zapobiega parowaniu wody z głębszych warstw skóry, narażonej na uszkodzenia poprzez czynniki zewnętrzne oraz detergenty. Są jednak różne rodzaje skóry i nie ma uniwersalnego kosmetyku, który zaspokoi potrzeby wszystkich. Balsam czy masło nawilżające powinny być bogate w nienasycone kwasy tłuszczowe, które znaleźliśmy np. w olejku migdałowym czy w maśle shea. Pamiętajmy, że balsamy, mlecza czy masła muszą być stosowane regularnie dla efektu jędrnej skóry.



#### Nawilżający balsam do ciała pod prysznic NIVEA

Pierwszy Balsam do Ciała pod Prysznic NIVEA. Nowy sposób na szybkie i przyjemne nawilżenie. 250 ml



#### EMOLIACI - Kremowa emulsja do ciała, 300 ml PHARMACERIS



#### EMOLIENT Lipidowa emulsja LIRENE

Zawiera emolienty – składniki oleju ryżowego i sojowego bogatych w NNNK Omega 3, 6, i 9, które chronią skórę przed nadmierną utratą wody. Przywraca skórze naturalną równowagę oraz przyspiesza jej regenerację pozostawiając ochronną warstwę. 300 ml



#### Multinawilżający balsam do ciała 10w1 Beautiful Body, 400 ml, AA

**Luksusowy balsam głęboko nawilżający**  
**EVELINE COSMETICS**  
 z innowacyjną, ekspresowo działającą formułą bezpośrednio po aplikacji przywraca komfort napiętej skórze i gwarantuje długotrwałe, głębokie nawilżenie. Nowatorska receptura z olejkami arganowym, kwasem hialuronowym i olejkim kokosowym przynosi natychmiastową ulgę przesuszonej skórze. Na długo pozostawia ją gładką i wyjątkowo miękką.  
 225 ml



**BIOHYALURON 4D Mleczko do ciała głęboko nawilżające**  
**EVELINE COSMETICS**  
 Przełomowa technologia intensywnego nawilżenia we wszystkich warstwach skóry. Mleczko przeznaczone do codziennej pielęgnacji skóry wrażliwej i suchej. Nowatorska formuła stymuluje proces nawilżania, wspomaga regenerację naskórka oraz wzmacnia naturalną barierę ochronną skóry. Przyjemna konsystencja błyskawicznie wnika w najgłębsze warstwy skóry, intensywnie ją nawilżając.  
 300 ml

**Intensywnie odżywczy balsam do ciała do bardzo suchej skóry**  
**DOVE**

Dzięki specjalnemu połączeniu odżywiającego balsamu i rozświetlających drobinek otula skórę uczuciem dotyku miękkiego jedwabiu oraz nadaje jej naturalny blask. Zawiera unikalny DeepCare Complex z naturalnymi dla skóry składnikami odżywczymi oraz bogatym olejkim, by pomagać w stopniowej odbudowie wierzchnich warstw naskórka.  
 250/400 ml



**PAMIĘTAJMY, ŻE CAŁE**

**CIAŁO POTRZEBUJE**

**ODPOWIEDNIEGO NAWILŻENIA.**

**SPA Ameryka Nawilżające mleczko do ciała**  
**JAGODA ACAI & AWOKADO**

**BIELENDA**  
 Wykorzystuje niezwykle właściwości roślin rytualnych Ameryki – aktywnie regeneruje, nawilża i ujędnia skórę. Ciało odzyskuje niezwykłą miękkość, gładkość i elastyczność. Świeży, energetyzujący i egzotyczny aromat mleczka poprawia samopoczucie, pobudza i dodaje energii. Zawiera BIO OLEJEK PISTACJOWY – NATURALNE ŹRÓDŁO MŁODEJ SKÓRY.  
 250 ml





URODA  
POD LUPĄ

# Zadbaj o swoje dłonie

Pomalowane paznokcie uzupełniają ubiór kobiety i dodają charakteru. Jednak żeby wyglądały estetycznie – tak paznokcie, jak i dłonie – muszą być odpowiednio pielęgnowane. Nie jest to łatwe, gdy płytka paznokcia jest narażona na czynniki zewnętrzne, a szybki tryb życia nie sprzyja odpowiedniej diecie. Jest jednak kilka sposobów, by temu zaradzić.

## DOMOWE SPOSOBY

Zniszczoną i łamliwą płytkę paznokcia można zregenerować kilkoma prostymi sposobami. Odpowiednie natłuszczenie możemy zapewnić olejem rycynowym bądź oliwą zmieszaną z suszonym skrzypem. Sprawiają one, że skórki są wygładzone, a paznokcie odżywione. Ponadto oliwa jest idealna na wzmocnienie łamliwych paznokci. Jaki jest przepis? Należy lekko podgrzać pół filiżanki oliwy z oliwek. Wycisnąć do niej 2 kapsułki witaminy A+E. Dodać pół łyżeczki soku z cytryny. Dokładnie wymieszać, a następnie moczyć przez kilka minut.

Nieco więcej zabawy jest z maską odżywiającą, którą należy zrobić z przegotowanych ziemniaków, łyżki oliwy i łyżki mleka. Utworzoną ze składników papkę nakładamy na paznokcie i również trzymamy kilkanaście minut. Natomiast regenerację zapewni siemię lniane, które gotujemy do zgęstnienia.

Kondycję naszych paznokci poprawią również niewielkie zmiany zwyczajów. Sprzątanie w lateksowych rękawiczkach ochroni dłonie przed kontaktem z detergentami. Pamiętajmy również o delikatnych mydłach i kremach nakładanych po myciu rąk. A kupując zmywacz zwróćmy uwagę na obecność acetonu – jeżeli jest w składzie, to lepiej unikać tego produktu.

## PAMIĘTAJ O CODZIENNEJ PIELĘGNACJI

Paznokcie i dłonie nie lubią gorącego powietrza i przesuszenia, dlatego tak ważne jest codzienne pielęgnowanie. Kremy intensywnie nawilżające należy wetrzeć w dłonie i paznokcie. Jednak nie nakładajcie później lakieru – będzie źle się trzymał na tłustej płytce paznokcia.

- ekspert marki MissX

**Intensywna Regeneracja  
Derma krem – kuracja do rąk i paznokci**  
LIRENE

Polecany do specjalistycznej pielęgnacji skóry bardzo suchej, szorstkiej i zniszczonej. Receptura kremu, dzięki formule DermoProtect, zapewnia natychmiastową regenerację i pomoc w szczególnie niesprzyjających warunkach np. zimą lub podczas codziennych domowych czynności.  
100 ml



**Aloesowy i kolagenowy krem do rąk**  
GRACJA

Dzięki odpowiednio dobranym składnikom przynosi natychmiastowe wygładzenie, ukojenie oraz skutecznie chroni skórę dłoni i płytkę paznokci. Zapobiega pierzchnięciu dłoni, likwiduje uczucie suchości i ściągnięcia skóry.  
100 ml



**HAWAII - nektarowy krem do rąk  
silna regeneracja i ochrona**  
DR IRENA ERIS

Rozkosz nawilżenia płynącą z nektaru egzotycznych kwiatów lotosu, lilii wodnej i bambusa. Olej z awokado głęboko odżywia skórę i zapewnia jej delikatny film ochronny. Specjalne liposomy zregenerują i zabezpieczą skórę przed efektem fotostarzenia.  
100 ml



**ZADBANE DŁONIE TO WIZYTÓWKA  
KAŻDEJ KOBIETY.**

**Waniliowy Krem - Maska do rąk  
i paznokci anti age**  
EVELINE COSMETICS

Innowacyjna formuła oparta na ARGAN REGENERATIVE COMPLEX™ odżywia dłonie sprawiając, że stają się one aksamitnie gładkie oraz wzmacnia paznokcie. Chroni wrażliwą skórę przed działaniem czynników zewnętrznych.  
50 ml

**Krem odżywczy do rąk z oliwą z oliwek**  
LE PETIT OLIVIER

Krem odżywczy do rąk z oliwą z oliwek, woskiem pszczoelim i gliceryną. Nawilża, odżywia i regeneruje skórę, sprawia, że jest miękka i jedwabista w dotyku. Doskonale się wchłania i nie pozostawia tłustego filmu. Polecany do skóry wrażliwej.  
75 ml



**Błyskawicznie nawilżający krem do rąk**  
NIVEA  
Niezwykle lekka formuła z technologią HYDRA IQ szybko się wchłania i doskonale nawilża dłonie.  
75 ml



**Nawilżający eliksir do rąk i ciała**  
ALLVERNE  
Lüksowy eliksir idealnie pielęgnuje skórę. Opracowany na bazie koktajlu olejów roślinnych - masło shea (karite), oleju arganowego i masła kakaowego oraz soku z aloesu doskonale nawilża, odżywia i zmiękcza naskórek, wzmacniając jego barierę ochronną.  
500 ml



**Nawilżający eliksir do rąk i ciała**  
ALLVERNE

Lüksowy eliksir idealnie pielęgnuje skórę. Opracowany na bazie koktajlu olejów roślinnych - masło shea (karite), oleju arganowego i masła kakaowego oraz soku z aloesu doskonale nawilża, odżywia i zmiękcza naskórek, wzmacniając jego barierę ochronną.  
500 ml







#### Bielenda CC Magic Nails 10w1

**BIELENDA**  
Produkt widocznie poprawia wygląd i kondycję paznokci. Dzięki formule CC Correction & Care odzyskują one ładny i zdrowy kolor. Systematyczne stosowanie CC Magic Nails zapewnia ochronę przed rozdławianiem, pękaniem i łamliwością. Delikatny odcień odżywki nadaje paznokciom lśniącego efektu naturalnego różu.

**Kompletny program odbudowy paznokci**  
**Odżywki z ceramidami, keratyną oraz multiwitaminowa**  
DELIA COSMETICS



**STOSUJ ODPOWIEDNIE ODŻYWKI, JEŚLI CHCESZ MIEĆ  
ZDROWE I PIĘKNE PAZNOKCIE.**

### ODŻYWKI PIELĘGNACYJNE

Kosmetyki do paznokci są równie dobrym sposobem na zachowanie zdrowego wyglądu dłoni. Nawet więcej – odpowiednio dobrane potrafią zdziałać cuda. Najlepsze odżywki to te, które wzmacniają płytkę paznokci, regenerują ją oraz sprawiają, że paznokcie są bardziej elastyczne, a nawet dostarczają niezbędnych substancji takich, jak keratyna, wapń, krzem, magnez oraz witaminy. Trzeba jednak pamiętać, że efekt nie jest natychmiastowy, wymaga przynajmniej 2-3 tygodni stosowania.

#### Odżywki wielofunkcyjne

MISS X

Odżywki są bardzo dobrze tolerowane przez płytkę paznokcia oraz skórę wokół. Poprawiają wygląd paznokcia oraz odżywiają, a także chronią płytkę paznokcia przed szkodliwymi czynnikami zewnętrznymi. Nadają połysk i pielęgnują

#### TOP COAT UV

Utwardzacz z efektem UV 3w1  
EVELINE COSMETICS

Formuła oparta na innowacyjnym kompleksie Long-gloss complex™ tworzy na paznokciach trwałą warstwę, która przedłuża trwałość lakieru oraz utrwała jego kolor. Lakier nadaje paznokciom efekt fluorescencyjnej poświaty w promieniach UV.



**PREMIERA W MAJU!**  
**SZUKAJ W DROGERIACH**  
**SEKRET URODY**

**Odżywka wzmacniająca z diamentami**

EVELINE COSMETICS  
 Ekstremalnie wzmacniająca odżywka zabezpieczająca słabe paznokcie przed łamaniem, pękaniem i rozdzwajaniem. Unikalna formuła o przedłużonym działaniu z tytanem i diamentami tworzy na powierzchni paznokci super twardą powłokę, która zabezpiecza przed kruchością, łamaniem i uszkodzeniami.



Odżywka  
**MAXI SHINE TOP COAT**  
 INGRID

**Intensywna regeneracja**

JOKO

To preparat, który wzmacnia, utwardza i pogrubia płytkę. Intensywnie regeneruje miękkie, cienkie i rozdzwajające się paznokcie. Łączy rozdwojoną płytkę w całość, zapobiegając jej dalszemu rozszczepieniu na końcach. Najlepszy efekt zapewni stosowanie odżywki od 4 do 6 tygodni.



Marka Le Petit Olivier, to francuski producent kosmetyków naturalnych, których właściwości opierają się na oliwie z oliwek z Baux de Provence.

Ten wyjątkowy składnik sprawia, że produkty tej marki są idealne dla skóry suchej i wrażliwej.

Posiadają także właściwości odżywcze i regeneracyjne. Le Petit Olivier istnieje od 2003 r. ale już teraz zyskała sobie popularność na niemal całym świecie.

*Naturalne kosmetyki  
 prosto z Francji*



**NOWOŚĆ NOWOŚĆ**





# LO

## idealny na wiosnę

Świeża cera i pastelowy makijaż oka to idealna propozycja na nadchodzące wiosenne dni.

Wiosną chowamy do szuflady ciężkie podkłady do twarzy i chętnie sięgamy po lekkie fluidy, takie jak kremy CC. Ich największą zaletą jest podwójne działanie, czyli jednoczesna pielęgnacja i makijaż twarzy.

Dlatego makijaż rozpocznij od nałożenia kremu CC Magical Colour Correction, który ujednostoi cerę oraz nada jej naturalny i promienny kolor. Następnie czoło, nos i brodę przypudruj pudrem Art Make Up, a policzki muśnij różem Satin Blush w apetycznym różowym odcieniu Soft Pink.

Subtelny, pastelowy makijaż oczu to gorący trend tego sezonu. Na całą ruchomą powiekę nałóż matowy cień Mono Eyeshadow w kolorze liliowym. Zewnętrznym kąciok oka oraz załamaniem powieki podkreśl cieniem w kolorze przydymionego fioleto Charming Violet. Rzęsy wytuszuj maskarą X-Treme Noir, która sprawi, że będą intensywnie czarne, pogrubione i wydłużone.

Usta zaznacz pomadką Color Edition w kolorze delikatnego różu Sweet Sugar. Elementem końcowym makijażu są pomalowane paznokcie. W tym celu użyj lakieru nr 932 z kolekcji Mini Max.



URODA  
POD LUPA

# OK

## NEO GLAM

... to makijaż kobiety świadomej swoich atutów, pewnie stąpającej po ziemi. Klasyczny makijaż oczu w stylu smoky eyes podkreśla elegancję i kobiecą naturę, zaś neonowy akcent ust wydobywa dominujące alter ego. Wiosna inspirując swoimi intensywnymi kolorami, tak samo jak abstrakcyjne motywy na twarzy modelki, nakłania do nutki szaleństwa tworząc na twarzy piękną melodię.

Jednym z najważniejszych kroków makijażu jest bezapelacyjnie przygotowanie płótna, jakim jest nieskazitelna, piękna cera prezentująca się perfekcyjnie przez wiele godzin. Bestseller jakim jest podkład SKIN BALANCE Pierre Rene Professional spełnia wymagania, bez względu na to, z jakim rodzajem cery mamy do czynienia. Utrwalenie podkładu ryżowym pudrem sypkim LOOSE POWDER Pierre Rene Professional zapewni jego profesjonalne, matowe wykończenie.

PALETTE MATCH SYSTEM Pierre Rene Professional – system do indywidualnej kreacji makijażu zawierający 112 intensywnie napigmentowanych cieni prasowanych otwiera drzwi do nowych możliwości w dziedzinie kosmetyków kolorowych. Kreacja palety kolorów wg własnych upodobań umożliwi stworzenie makijażu wyjątkowo łagodnego, jak i niezwykle ekstrawaganckiego. Każdy kolor z osobą inspiruje do stworzenia kolejnego dzieła sztuki, a jedyną granicą jest nasza wyobraźnia, dlatego też nie ograniczamy się narzuconym przeznaczeniem kosmetyków. Cień, zaaplikowany w odpowiedni sposób, sprawdzi się idealnie także na ustach. Pozostawiając go solo z bazą pod cienie, stworzy niesamowity efekt matu, zaś muśnięty bezbarwnym błyszczkiem nabierze zupełnie nowego wymiaru.

Koniecznym, definiującym makijaż krokiem jest podkreślenie oczu wyraźnym akcentem rzęs. Piękna firma otulająca oko nadaje tajemniczości, subtelności pozwalając uwodzić świat spojrzeniem w każdej chwili!



Kosmetyki marki PIERRE RENE



URODA  
POD LUPĄ

# UKRYJ NIEDOSKONAŁOŚCI

Idealna cera to coś, czego pragnie każda kobieta. Niedoskonałości na skórze twarzy mogą odbierać pewność siebie, ale na szczęście są na to sposoby. Niestety nie da się od ręki zlikwidować wszystkich problemów, z jakimi się borykamy, ale na szczęście są na to sposoby. Wystarczy tylko odpowiednio dobrać i zaaplikować kosmetyki stworzone w celu ukrywania niedoskonałości.

Aby kosmetyki dobrze spełniały swoje zadanie, należy nałożyć na twarz bazę pod makijaż. Dzięki temu dłużej trzymają się na skórze oraz nie zmieniają koloru pod wpływem światła. Pamiętajmy jednak o tym, że jeżeli baza posiada jeszcze właściwość wyrównywania koloru skóry, to należy dobrać ją odpowiednio do koloru cery. Najlepiej robić to na granicy żuchwy, ponieważ twarz jest zawsze nieco ciemniejsza, a powinna mieć kolor wyrównany z szyją.

Bardzo często kosmetyki nie dają oczekiwanego efektu tylko dlatego, że zostały źle użyte. Przy maskowaniu niedoskonałości skóry przede wszystkim niezbędna jest wiedza, jak stosować poszczególne korektory do twarzy.

**Zielony korektor.** Czerwone przebarwienia oraz wypryski powinny być przełamane zielonym odcieniem. Pozwoli to na skuteczniejsze ukrycie niechcianych śladów na przykład po trądziku czy popękane naczynka. Tego typu korektor to również dobre rozwiązanie w przypadku

zaczzerwienionych policzków – najlepiej użyć tutaj korektora w kremie, ponieważ łatwiej go rozprowadzić po większej powierzchni.

**Korektor beżowy** (z fioletowym odcieniem). Doskonale sprawdzi się w ukrywaniu plamek lub fragmentów skóry, które odbiegają kolorem od reszty. Można nim również zatuzszować pieprzyki.

**Korektor o ton jaśniejszy od koloru skóry.** Tego typu korektor jest zdecydowanie najbardziej uniwersalny. Aby ukryć opuchliznę pod oczami należy nałożyć go na jej granice. (Pamiętajmy, by nie nanosić go na całą powierzchnię pod okiem – to tylko uwidoczni nasz mankament). Natomiast przy podkowach pod oczami można już skórę zamalować całkowicie korektorem, ale – wiadomo – z umiarem. Korektorem jaśniejszym od skóry z łatwością zamaskujemy również wklęsłe uszkodzenia skóry, np. po trądziku.



**Fluid intensywnie kryjący SPF 10**  
LIRENE  
Intensywnie i długotrwanie kryje wszelkie niedoskonałości cery, dzięki technologii podwójnego krycia. Naturalnie dopasowuje się do skóry, nie powodując efektu maski. Kwas hialuronowy i wyciąg z ostropestu intensywnie nawilżają skórę.

**Korektor kryjąco-rozświetlający z olejkami arganowym 8w1**  
EVELINE COSMETICS  
Doskonale maskuje i pokrywa wszystkie niedoskonałości skóry wokół oczu. Odżywcza formuła bogata w olejek arganowy i kwas hialuronowy intensywnie wygładza, długotrwanie nawilża oraz chroni naskórek przed wysuszeniem. Ujędrnia i napina delikatną skórę wokół oczu.



**RADIANCE Fluid rozświetlający SPF 15**  
DR IRENA ERIS  
Doskonale wtapia się w skórę, idealnie wygładza cerę i wyrównuje jej koloryt subtelnie ją rozświetlając. Zawiera innowacyjną, opatentowaną technologią ILLU SPHERE TM, która inteligentnie wychwytuje i rozprasza każdy rodzaj światła naturalnego lub sztucznego na powierzchni skóry, nadając efekt optycznego wygładzenia zmarszczek, świetlistości i promiennego blasku.

**ABY SKUTECZNIE UKRYĆ NIEDOSKONAŁOŚCI,  
KONIECZNIE ZAPOZNAJ SIĘ Z ZASADAMI  
STOSOWANIA KOREKTORÓW.**

**Podkład mocno kryjący z olejkami arganowym**  
DELIA



Podkład satynowy AA



**CASHMERE FINISH mat & cover foundation**, JOKO  
Zapewnia efekt mocnego, długotrwałego krycia i zmatowienia skóry, bez efektu maski. Nowa formuła sprawia, że fluid idealnie się rozprzodza i doskonale stapia ze skórą.

**Puder kryjący w kremie**  
LIRENE

Powstał na bazie odpowiedniej ilości pigmentów i składników aktywnych. Perfekcyjnie kryje wszelkie niedoskonałości cery, zmniejsza widoczność zmarszczek. Składniki aktywne (Glucam®, Echinacea) sprawiają, że skóra jest dobrze nawilżona i świeża przez cały dzień.



Kamuflaż w kremie PAESE



101 IVORY



Kremy korygujące niedoskonałości - BB, CC i DD  
DELIA COSMETICS



Podkład matujący do twarzy AffiniMat MAYBELLINE



Korektor rozświetlający PAESE

**WARTO WIEDZIEĆ**

Przed nałożeniem korektora, warto zastosować jeszcze krem na dzień. Aplikuj go poprzez wklepywanie w niedoskonałość, nie wychodź jednak poza jej granice. Staraj się ograniczać „zamalowaną” powierzchnię twarzy, by nie przesadzić i uniknąć efektu maski. Po wklepaniu korektora należy chwilę poczekać, aż preparat zwiąże się ze skórą, a dopiero potem delikatnie nałożyć podkład, by nie zetrzeć nałożonego wcześniej korektora. Do wykończenia użyj pudru sypkiego.



**UNDER TWENTY ANTI ! ACNE**  
UNDER TWENTY  
Produkt dwufunkcyjny w innowacyjnym, dwustronnym opakowaniu, kryje w sobie aktywny korektor punktowy o działaniu antybakteryjnym i maskujący fluid punktowy. Można używać oddzielnie jako pojedyncze produkty.

**MY COLOR CODE**  
LIRENE

Fluidy inspirowane kolorystycznymi typami urody, ułatwiające kobietom dobranie idealnego odcienia. Dzięki połączeniu doskonale dobranych pigmentów i bieli tytanowej fluid idealnie kryje wszelkie niedoskonałości cery nie powodując efektu maski.



Korektor LASTING FINISH RIMMEL

# Jak wybrać idealny podkład?

Dla większości kobiet podkład to absolutna podstawa codziennego makijażu, stosowany niezależnie od pory roku czy pogody. Podstawową rolą fluidów jest krycie i tuszowanie niedoskonałości cery, tak, aby wyrównać i ujednolicić jej kolor. Drugą, niezmiernie ważną funkcją, jest matowienie skóry.

Wybierając fluid idealny dla siebie, warto przede wszystkim określić rodzaj cery. Inny bowiem kosmetyk należy stosować mając skórę suchą, mieszaną, tłustą czy problemową.

**Dla cery suchej** przeznaczone są podkłady o właściwościach nawilżających.

**Dla cery tłustej** lub mieszanej – przede wszystkim matujące, takie jak Lirene City Matt czy Lirene Nature Matte. Warto zwrócić uwagę na to, czy fluid jest odpowiedni do wieku skóry. Inne składniki znajdują się bowiem np. w podkładzie dla nastolatek, a inne w tym dla kobiet w wieku dojrzałym. Cera dojrzała zasługuje na podkłady zawierające dodatkowo składniki o działaniu anti-aging, które znajdziemy we fluidach Lirene Satin Lift.

Aby cera wyglądała na świeżą i wypoczętą, warto zastosować podkład rozświetlający, taki jak Lirene Magic Make up – nawilżający krem zmieniający się w rozświetlający fluid lub Lirene Glam&Matt – fluid zawierający pigment soft focus, który rozświetlając skórę jednocześnie ją matuje.

Dobry fluid powinien nie tylko doskonale wyrównywać kolor skóry, ale także pielęgnować i chronić ją przed promieniami UV. Fluide Lirene zawierają zaawansowane składniki aktywne, zazwyczaj stosowane w kremach pielęgnacyjnych, takie jak witamina E, witamina C, kwas foliowy, Glucam, a także kwas hialuronowy czy wyciąg z ostropestu.

Kiedy dobierzemy rodzaj fluidu, przychodzi czas na odcień. Jeśli gubimy się w gąszczu numeracji i nazw, warto skorzystać z nowej propozycji Lirene – linii My Color Code. Lirene My Color Code to jedyne na rynku fluide inspirowane kolorystycznymi typami urody, ułatwiające kobietom dobranie idealnego odcienia. Ich kolorystyka została przygotowana we współpracy ze znaną wizażystką – Anną Orłowską. Innowacyjna formuła, oparta na synergii działania polimerów silikonowych z mikrocząsteczkami, zapewnia perfekcyjnie matowe wykończenie makijażu. Dzięki połączeniu doskonale dobranych pigmentów

## W BOGATEJ OFERCIE LIRENE KAŻDA KOBIETA ZNAJDZIE PODKŁAD IDEALNIE DOPASOWANY DO POTRZEB SWOJEJ CERY.



i bieli tytanowej fluid idealnie kryje wszelkie niedoskonałości cery nie powodując efektu maski. Proteiny jedwabiu nadają skórze idealną gładkość, a hialuronian poprawia jej nawilżenie i jędrność.

Fluide Lirene My Color Code dostępne są w 4 odcieniach dopasowanych do kolorystycznych typów cery:

- WIOSNA CREAM VANILLA
- LATO COOL SAND
- JESIEŃ WARM GOLD
- ZIMA PINK PORCELAIN

Aby podkład spełnił swoją funkcję – czyli poprawiał wygląd skóry przez wiele godzin – musimy, oprócz właściwego doboru, odpowiednio go zaaplikować. Duże znaczenie ma oczyszczenie i nawilżenie twarzy. Na tak przygotowaną skórę, nakładamy niezbyt dużą ilość podkładu (aby nie powstał efekt maski), rozgrzewając go wcześniej w dłoniach. Rozpoczynamy od środka twarzy, delikatnie „wmasowując” go w skórę. Warto wypróbować pędzle lub gąbeczkę ułatwiającą aplikację.



**Eye Liner Color Mat**  
JOKO

Płynny EYE LINER jednym ruchem rysuje na powiece perfekcyjną, matową kreskę, która dzięki formule longlasting zachowuje intensywny kolor do 16 godzin. Precyzyjną aplikację i wyrazisty kolor zapewnia bogactwo pigmentów oraz kremowa konsystencja. Zapewnia matowe wykończenie na oku, a lekko rozarty doskonale pasuje do przydymionego makijażu.



**POMADKA COLOR EDITION**  
EVELINE COSMETICS

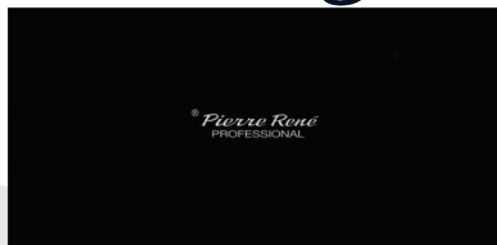
Krótki tekst informujący o produkcie. Kilka zdani charakKolekcja 12 pomadek o nasyconych i żywych kolorach odzwierciedlających najnowsze trendy w makijażu. Kremowa i ultralekka konsystencja pomadki Color Edition zapewnia przyjemną aplikację, a przedłużona trwałość sprawi, że będziesz cieszyć się wspaniałym kolorem przez cały dzień.



**Wiosna to czas, kiedy nie tylko natura budzi się do życia, a my zrzucamy zimowe ciuchy i wkładamy do szafy. Budzą się również producenci kosmetyków kolorowych, którzy śledząc trendy, chcą sprostać oczekiwaniom klientek.**

W tym sezonie marki kosmetyków kolorowych postawiły z jednej strony na lekkość kolorów, z drugiej – na ich intensywność. Dzięki temu każda kobieta może wybrać coś dla siebie z nowych wiosennych kolekcji stworzonych specjalnie z myślą o nadchodzącym sezonie wiosna-lato 2015.

# Polecamy NOWOŚCI kosmetyczne



**Palette Match System**  
PIERRE RENE

Profesjonalny system do kreacji własnej palety kolorów! Dwa rozmiary palet do wyboru: 6-ścio i 10-cio sztukowy. 112 bestsellerów kolorystycznych cieni do powiek – ogromny wybór, wiele możliwości. System oparty na magnetycznej budowie umożliwiającej wymianę wkładów w kilka sekund.



**PUDER BRĄZUJĄCY HD Beauty Innovation**  
INGRID

Niezwykle trwałe i jedwabiste pudry brązujące w kamieniu INGRID HD Beauty Innovation. Zawarty w produkcie drogocenny olejek arganowy ujędrnia, nawilża i odżywia skórę. Dzięki zawartości mineralnych pigmentów twarz jest naturalnie matowa, bez plam i smug, a efekt „muśnięcia słońcem” utrzymuje się przez wiele godzin. Idealny do modelowania konturu twarzy. Polecany dla wszystkich typów cery. Najlepszy efekt uzyskasz stosując pozostałe produkty z linii INGRID HD Beauty Innovation.

**Specjalistyczny podkład matujący**  
PAESE

Wyjątkowy, bezwodny podkład o pudrowym, aksamitnym wykończeniu i bardzo mocnym efekcie krycia. Sprawia, że cera jest delikatna i aksamitna w dotyku oraz nie wymaga dodatkowego użycia pudru. Nie podkreśla rozszerzonych porów, nie przesusza skóry i znakomicie się z nią stapia.



**MASKARA COLOSSAL GO EXTREME**  
MAYBELLINE

EFEKT: Do 16 razy grubsze rzęsy bez sklejanie i grudek. DZIAŁANIE: Pierwsza podwójnie wyprofilowana szczoteczka precyzyjnie rozdziela rzęsy i zapewnia podwójny zastrzyk objętości dla rzęs. Formuła ze zwiększoną zawartością kolagenu dla efektu ekstremalnie pogrubionych rzęs bez grudek



*Kocie oczy i usta podkreślone czerwienią  
- obowiązkowy look tej wiosny*

Kreska na powiekach powinna być graficzna i bardzo zdecydowana!

W duecie z mieniącym się złotem i gorącą czerwienią będzie przebojem nadchodzącej wiosny. Welurowa rozświetlona cera jest doskonałym tłem dla mocnych akcentów: czerwonej szminki i czarnego eye liner. Skóra pełna blasku, delikatnie podkreślone kości policzkowe i lśniące, wyraziste usta, a na powiekach świetliste, metaliczne refleksy z dominującą kreską. Oto klucz do sukcesu.

# 1. TWARZ

Perfekcja i długotrwały efekt, bez efektu maski. Skóra pełna wiosennego blasku.

# 2. OCZY

Mocna i zdecydowana linia na powiekach.

# 3. USTA

Wyrazisty kolor + idealne krycie = MEGA efekt przez wiele godzin



CASHMERE FINISH mat&cover podkład

PUDER spiekany mineral



TUSZ pogrubiający czarny



EYE LINER z pędzelkiem czarny



CIENIE duo PERFECT YOUR LOOK 203 satin



POMADKA nawilżająca w odcieniu RED HOT



URODA  
POD LUPĄ

# Aromatyczne orzeźwienie



Kojąco-wygladzający luksusowy balsam pod prysznic  
olejek migdałowy  
EVELINE COSMETICS  
350 ml



Arganowe kremowe  
mydła do ciała,  
ZIAJA  
500ml



Nawilżający żel pod prysznic z aloesem  
ALOE VERA  
Aloes pobudza i nawilża wszystkie typy skóry, dzięki jego naturalnym właściwościom nadaje i miękkość i dobre samopoczucie. Doskonały żel pod prysznic dla całej rodziny. Sposób użycia: zaaplikować na gąbkę lub na rękę i wmasować w całe ciało. Splukać wodą.  
1250 ml



**Żel pod prysznic  
NIVEA CREME SMOOTH**  
NIVEA  
Innowacyjna formuła wzbogacona masłem shea, które zapewnia głębokie nawilżenie oraz odnowę komórkową. Zapobiega utracie wilgoci. Skóra gładka i miękka w dotyku również po kąpieli. Delikatny, lekki zapach  
250/500 ml

**Nawilżający żel pod prysznic z owsem**

AVENA  
Właściwości kosmetyczne: nawilża, oczyszcza i wygładza, dostarczając składników odżywczych, których potrzebuje zdrowa skóra. Doskonale dla skóry dojrzałej, wrażliwej i suchej. Sposób użycia: zaaplikować na gąbkę lub rękę i wmasować w całe ciało. Splukać wodą.  
1250 ml



**Pielęgnujący żel pod prysznic  
NIVEA CREME CARE**

NIVEA  
Zawiera składniki nawilżające: Hydra IQ i prowitaminę B5. Zapach oryginalnego NIVEA Creme. Pielęgnuje i jednocześnie rozpieszcza miękką pianą. pH odpowiednie dla skóry.  
250 ml/500 ml

Szybki prysznic ma tę przewagę nad kąpielami, że nie naraża naszej skóry na utratę lipidowej warstwy ochronnej aż tak bardzo. Natomiast długie kąpiele naruszają tę warstwę, co skutkuje późniejszym przesuszeniem skóry. A zatem czym się kierować przy wyborze żelu pod prysznic? Często wybieramy go na podstawie zapachu. Aby zachować się on jak najdłużej na naszym ciele, warto zaopatrzyć się w produkty w tej samej linii zapachowej. Pamiętajmy jednak, że równie ważny jest skład tego kosmetyku. Czego szukać w opisie produktu?

**Dobry żel pod prysznic powinien zawierać:**

- delikatne składniki myjące
- substancje natłuszczające o działaniu łagodzącym (np. aloes lub owies),
- składniki odżywcze, takie jak na przykład witamina B5, która wspomaga prawidłowe funkcjonowanie naskórka.



**Żel + oliwka pod prysznic:  
oliwka z MANGO**

LIRENE  
Intensywnie nawilża i poprawia kondycję skóry, chroniąc ją przed wysuszeniem. Dzięki zawartości wosku z mango wzmacnia barierę naskórka, hamuje utratę wody, działa nawilżająco i zmiękczająco. Pozostawia na skórze warstwę ochronną.  
250 ml

**Różany ogród - żel pod prysznic**

LIRENE  
Delikatnie oczyści skórę i otuli zapachem róży. Ekstrakt z kwiatu róży doskonale nawilża i tonizuje. Proteiny jedwabiu poprawiają kondycję skóry oraz pozostawiają ją jedwabście miękką i gładką. Zapewnią uczucie odświeżenia przez cały dzień.  
CENA: 400 ml

**Nowy peelingujący żel pod prysznic  
DOVE Gentle Exfoliating**

DOVE  
Zawiera składniki delikatnie złuszczone oraz lipidy uzupełniające, dzięki którym skóra jest odżywiona i nawilżona. Wypróbuj – bardziej miękka i gładka skóra już po pierwszym prysznicu!  
250/500 ml





**NIVEA**

GŁADKA SKÓRA BEZ

# *Żadnych  
Wymówek*



**BALSAM DO CIAŁA  
DO SPŁUKIWANIA**



**GŁADKA SKÓRA**

**# Żadnych Wymówek**

**BALSAM DO CIAŁA  
DO SPŁUKIWANIA**

- BEZ WYCHODZENIA  
SPOD PRYSZNICA
- BEZ LEPKIEJ WARSTWY
- BEZ CZEKANIA  
NA WCHŁONIĘCIE

**TRUDNO CI ZNALEŹĆ 10 MINUT NA WKLEPANIE BALSAMU DO CIAŁA, MIMO ŻE WIESZ, IŻ ZADBANA I GŁADKA SKÓRA DODA CI PEWNOŚCI SIEBIE? W CZORAJ ZASPAŁAŚ, DZISIAJ NIE MASZ CZASU, NIE LUBISZ CZEKAĆ AŻ BALSAM SIĘ WCHŁONIE, PRZESZKADZA CI LEPKA WARSTWA NA SKÓRZE...**

Zamiast szukać kolejnych wymówek, lepiej sięgnij po rewolucyjny balsam do ciała pod prysznic!

- ✦ bez wychodzenia spod prysznic
- ✦ bez lepkiej warstwy na skórze
- ✦ bez czekania na wchłonięcie się balsamu

**NAWILŻONA I GŁADKA SKÓRA  
BEZ ŻADNYCH WYMÓWEK, CODZIENNIE!**

POZBAŹ SIĘ WYMÓWEK NA [NIVEA.pl/#zadnychwymowek](https://www.nivea.pl/#zadnychwymowek)



**1 UMYJ SIĘ  
ŻELEM**



**2 NAŁÓŻ  
BALSAM**



**3 SPŁUCZ  
CIAŁO**



**4 I GOTOWE!**





Mario Testino to twórca m. in. legendarnych już zdjęć członków królewskich rodzin i odkrywca wielu światowych top-modelek. Pracował nad obrazami gwiazd, ikon stylu, okładkami najważniejszych magazynów, a teraz wspólnie z ekspertem Arminem Morbachem stworzył także obrazy dla kolekcji Trendy Schwarzkopf 2015. Motywem przewodnim dla tej pary twórców stała się międzynarodowość, a inspiracją były kobiety ze Szwecji, Francji, USA czy Japonii. Światowość, różnorodność, zmienność i wyjątkowość każdej kobiety – to właśnie oddaje najnowsza kolekcja trendów, Schwarzkopf Trendy Looks 2015. Mamy tu do czynienia z frywolnością Pastel Story, zadziornością Micro Fringe, naturalną kobiecością Backcombed Grunge czy buntowniczym stylem Double Square. Jedną z modelek, które stanęły przed obiektywem Mistrza jest Magdalena Jasek.

**WAŻNE JEST, BY FRYZURA W PEŁNI PASOWAŁA DO  
INDYWIDUALNEGO STYLU.**



TRENDY  
2015

# ZMIENNA i RÓŻNORODNA

*bądź sobą  
w wyjątkowym stylu*

## WYJĄTKOWE, PLASTYCZNE I MIĘDZYNARODOWE

Trendy Looks 2015 pozwalają każdej kobiecie dokonać indywidualnego wyboru. Mario Testino podsumowuje ten kierunek krótkim manifestem: – Rób to, co Ci pasuje. Niezależnie, czy stawiasz na lekkość i kobiecość czy spokój i swobodę. Ta kolekcja fryzur wpisuje się w najnowsze trendy modowe prezentowane przez takie sławy jak Gucci, Louis Vuitton czy Saint Laurent i podobnie jak w modzie, obowiązuje tu zasada: seksownie i dziko albo swobodnie i na luzie. Oznacza to, że każda kobieta może doskonale dopasować swój styl do sytuacji i indywidualnych upodobań. Każda kobieta mogłaby znaleźć się na okładce – mówi ekspert Schwarzkopf Armin Morbach, komentując Schwarzkopf Looks 2015. – W tym roku chcieliśmy pokazać to także na zdjęciach i dlatego każdy look pokazujemy w podobnych ujęciach – dodaje, nawiązując do współpracy z Testino. – Można mieć swoje „Wielkie Wyjście” na co dzień. Mógłbym zrobić zdjęcie kobiety noszącej nasz look Double Square np. w drodze na wieczną kolację w restauracji – podkreśla Morbach. – Jestem przekonany, że każdy oglądałby się za nią.

## CIĘCIE TO PODSTAWA

Wiek nie ma praktycznie znaczenia, liczy się cięcie. – Nasze looki są dla wszystkich kobiet. 60-lątka może spokojnie wybrać naszą propozycję Double Square lub Backcomb Grunge – mówi Armin Morbach. Ważne jest także, by fryzura pasowała do indywidualnego stylu. Tu cięcie ponownie pełni funkcję kluczową. – Chcieliśmy pokazać to w naszej kolekcji Trendy Looks 2015, bo pewne jest jedno: nawet najlepszy kolor będzie wyglądał dobrze tylko wtedy, gdy towarzyszy mu odpowiednie cięcie.

## PASTEL STORY

Delikatny, prosty i naturalny – tak Armin Morbach, ekspert Schwarzkopf, podsumował look Pastel Story. Jasne włosy i pastelowe kosmyki nadadzą każdej kobiecie świeżego i młodego wyglądu. Pastel Look wymaga tylko niewielkich zmian. Dodatkowy odcień nada długim, rozjaśnianym włosom nowego wyglądu. Inspiracją dla Armina Morbacha i Mario Testino były fryzury prezentowane najczęściej przez bloggerki. – Chcieliśmy jednak uzyskać łagodniejszy efekt, stąd pomysł na pastele – wyjaśnia Armin. To, co wyróżnia trend Pastel Story, to jego plastyczność – fryzury zmieniają się całkowicie w zależności od stylizacji. Są „dziewczęce” w połączeniu z prostym strojem, „rockowe” w połączeniu z trampkami oraz legginsami i „porywające”, gdy towarzyszy im kolorowy płaszcz – wymienia Morbach. Look nie sprzyja jednak zbyt lśniącym włosom. – Linia cięcia powinna być raczej ostra, a ten efekt można uzyskać używając pudru do włosów – dodaje ekspert.





# Wybierz swój

# NO WY LOK

# na wiosnę



#### MICRO FRINGE

Miejsko, nowoczesnie i bez kompromisów – Micro Fringe dobrze wpisuje się w stylistykę wielkich metropolii. Silne kobiety mogą wykorzystać go jako manifestację swojego charakteru. – O to właśnie chodzi w stylu Micro Fringe – mówi ekspert Schwarzkopf Armin Morbach. – Powstał z myślą o kreatywnych kobietach, które chcą się pokazać. Odważne kolory i regularnie ścięte linie – to cechy charakterystyczne Micro Fringe. – Najważniejszym elementem tego stylu jest krótka grzywka. Długość włosów może się przy tym różnić – wyjaśnia Morbach. Czyste, proste struktury i ekstremalnie krótkie grzywki dosłownie okalają twarz. Dlatego Micro Fringe tak dobrze sprawdza się przy ciemnych odcieniach, które można podkreślać czarno-fioletowymi lub niebiesko-czarnymi refleksami – dodaje. Ten look świetnie wygląda na włosach zdrowych, gładkich i lśniących.

#### BACKCOMB GRUNGE

Słodka czy sexy? Teraz możesz wybrać obydwie opcje. Backcombed Grunge to swoboda stylizacji. – Ten look szczególnie dobrze oddaje nasze motto “Rób, to co Ci służy” – mówi fotograf, Mario Testino. Jeżeli ten look wybiera blondynka, powinna mieć naprawdę jasny odcień – piękny jasny blond Claudii Schiffer byłby idealny – dodaje ekspert, Armin Morbach. Dobrze, by włosy miały długość co najmniej do brody, tak by dały się zebrać nisko z tyłu głowy w koński ogon. Ważne, by włosy nie zasłaniały twarzy, ale już każda kobieta może sama zdecydować czy woli nosić przedziałek z boku czy po środku głowy. Dodatkowa rada Armina – włosy najlepiej zaczesać do tyłu szczotką. Nasz ekspert na pewno poleca produkty do intensywnej pielęgnacji, które pozwolą utrzymać piękno i zdrowie włosów.

#### DOUBLE SQUARE

Trochę buntowniczo, wywrotowo i korespondująco z trendami lat 80-tych – taki jest Double Square. Kobiety go noszące będą przyciągały wzrok. – Joanna d’Arc na ulicy” – tak widzi ten styl Armin Morbach. W tym looku nie ma wyraźnych linii, jest jedna całość albo pojedyncze akcenty – ocenia Armin. Stylizację definiuje łamana linia, ale cięcie i kolor są równie ważne. Odważny kontrast kolorystyczny, czerwień lub czerni w połączeniu z szarpanymi konturami, nadaje wyjątkowego charakteru tej stylizacji. Ten look idealnie pasuje do kobiet wyzwolonych – wyjaśnia ekspert Schwarzkopf. Czarny garnitur czy czerwona suknia wieczorowa to doskonały pomysł na stylizację do Double Square. Prosta linia widoczna jest także w makijażu: wyraźnie podkreślone oczy i głęboki, czerwony odcień szminki dopełniają look.

**WIEK NIE MA ZNACZENIA - LICZY SIĘ**

**CIĘCIE! WTEDY NAWET NAJODWAŻNIEJSZY**

**KOLOR WYGLĄDA DOBRZE.**





**MYDŁA PROWANSALSKIE  
Z POŁUDNIA FRANCJI**

LE PETIT OLIVIER

To, co je wyróżnia to przede wszystkim wysoka jakość. Produkowane są według tradycyjnych receptur, a ich składniki są w pełni naturalne i bazujące na olejach roślinnych. Delikatne dla każdego rodzaju skóry, nawet dla wrażliwej i alergicznej. Mydło charakteryzuje się unikalnymi aromatami, które występują tylko na terenie południowej Francji.

**Pielęgnujące mydło w kostce  
MILK/ ALOE VERA & FLOWERS**

NIVEA

Pielęgnujące mydło łagodnie myje pozostawiając delikatny zapach i przyjemnie gładką skórę.

**Kremowe mydło w kostce  
z ekstraktem z bawełny**

ARKO

**PALMOLIVE NATURALS Rumianek i Witamina E**

PALMOLIVE

Klasyczne mydło Palmolive - od dekad uwielbiane i cieszące się zaufaniem. Pielęgnuje Twoją skórę i wzbogacone jest ekstraktem z rumianku.

**Kremowa kostka myjąca**

DOVE

Zawiera 1/4 kremu nawilżającego oraz delikatne substancje myjące, dzięki czemu nie wysusza skóry jak zwykle mydło. Zapewnia odpowiedni poziom nawilżenia skóry.

**Fa Yoghurt Aloe Vera z kompleksem prebiotycznym**

- kremowe mydło o delikatnym zapachu, FA

**Fa Greek Yoghurt z proteinami jogurtu**

- kremowe mydło o delikatnym zapachu migdałów, FA

Kostki myjące Fa zawierają cenne składniki i pomagają utrzymać naturalny poziom nawilżenia. Delikatnie myją i inspirują pachną.

**WARTO WIEDZIEĆ**

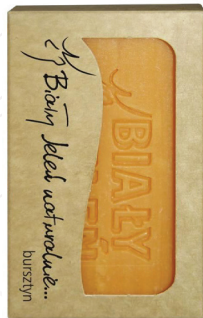
Mydła znane są od bardzo dawna, a ich wynalezienie przypisuje się Fenicjanom. Początkowo stosowane były głównie do przemywania ran i prania, dopiero później stały się podstawowym kosmetykiem kojarzonym z czystością. Później mydło zostało wyparte nieco przez żele pod prysznic. Teraz jednak powoli znów wraca do łask. Przede wszystkim dlatego, że teraz mydła robione są raczej z tłuszczu roślinnego, zawierają więcej substancji pielęgnujących, a także nawilżających. Często też działają antybakteryjnie.



### Mydło naturalne BIOomega z lukrecją i hibiskusem

BIAŁY JELEN

Zawiera ekologiczne, certyfikowane oleje oraz bogate w olejki eteryczne ekstrakty z korzenia lukrecji i kwiatów hibiskusa, które wpływają pozytywnie na kondycję skóry, poprawiając jej elastyczność i działając przeciwzapalnie. Przebadane dermatologicznie i aplikacyjnie wśród osób w kierunku alergii i atopii.



### Hipoalergiczne mydło naturalne z bursztynem

BIAŁY JELEN

Mydło toaletowe z olejem z bursztynu przeznaczone jest do pielęgnacji skóry zmęczonej, wymagającej dużego zasobu energii potrzebnej do odnowy komórkowej skóry. Bursztyn poprawia nawilżenie i natłuszczenie skóry powodując wzrost jędrności i elastyczności skóry. Posiada badania dermatologiczne.

URODA  
POD LUPA

to  
ca do task



BEKLA MA

# PRAGNĘ ODŚWIEŻAJĄCEJ PIELĘGNACJI, KTÓRĄ POKOCHA MOJA SKÓRA

*Maya Gabeira*  
MAYA GABEIRA, PRO SURFER



Fa mydła w kostce 100 g,  
różne rodzaje

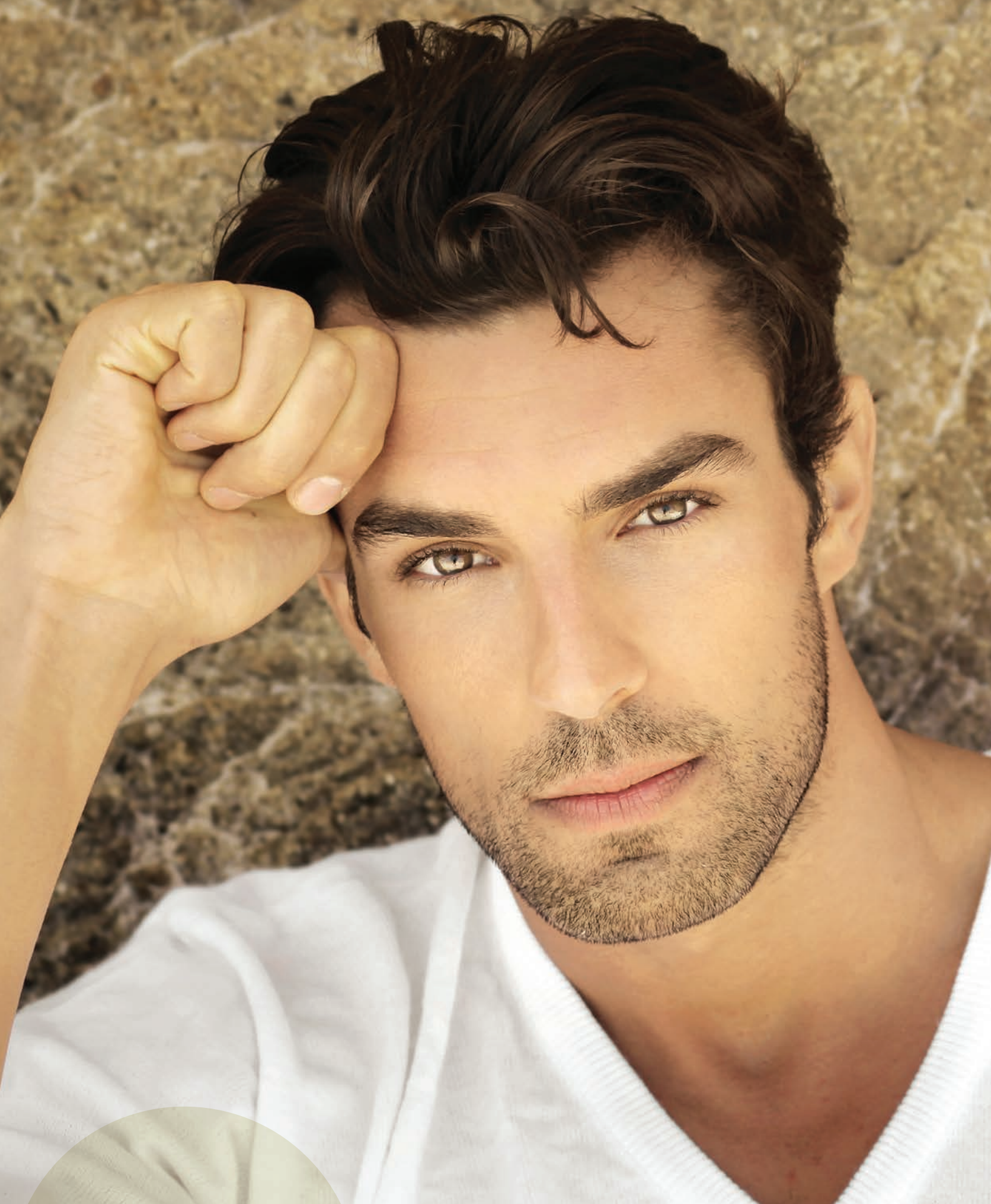
Fa płyny do kąpieli 500 ml,  
różne rodzaje

Fa zele pod prysznic 250 ml,  
różne rodzaje

Fa zele pod prysznic 400 ml,  
różne rodzaje

POCZUJ SIĘ **Fa** NTASTYCZNIE







**MĘSKA  
STREFA**

# Męczyzna zadbany, to męczyzna atrakcyjny

Od kilku lat firmy kosmetyczne zwracają coraz większą uwagę na potrzeby mężczyzn w kwestii pielęgnacji skóry. Z jednej strony ma to związek z wciąż zmieniającymi się trendami. Coraz więcej panów zdaje sobie sprawę, że zadbana i zdrowo wyglądająca skóra jest niezbędnym elementem wizerunku nowoczesnego mężczyzny. Natomiast druga strona jest taka, że męska skóra – z racji swojej budowy - rzeczywiście potrzebuje odpowiedniej pielęgnacji.

## **NATURA MĘSKIEJ SKÓRY**

Skóra pełni takie same funkcje zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn. Jednak trzeba zaznaczyć, że w budowie szczegółowej skóra męska różni się znacznie od tej kobiecej. Największy wpływ na taki stan rzeczy mają hormony. To głównie testosteron sprawia, że skóra panów jest bardziej tłusta, poprzez wydzielanie większej ilości łoju. Ma to również swoje dobre strony. Dzięki temu męska skóra jest bardziej odporna na czynniki zewnętrzne, tak fizyczne, jak i chemiczne. Jest ona również grubsza, a pierwsze zmarszczki pojawiają się zazwyczaj ok. 40. roku życia, są jednak głębsze niż te u kobiet. Wszystkie te cechy męskiej skóry sprawiają, że potrzebuje ona odpowiedniej pielęgnacji.

## **KLUCZ DO ODPOWIEDNIEJ PIELĘGNACJI**

Przede wszystkim należy stosować kosmetyki dedykowane dla panów, ponieważ zawierają one niezbędne składniki odpowiednie dla charakteru męskiej skóry. Wykazuje ona tendencję do nadmiernego rogowacenia, dlatego stosowany preparat do mycia nie powinien przesuszać naskórka. Panowie powinni pamiętać, że ze względu na silniejsze wydzielanie łoju przez ich skórę, najlepiej by kremy, których używają, były nawilżające i o lekkiej bazie. Dzięki temu unikną świecenia się skóry.

Natomiast kosmetyki do golenia i po goleniu nie powinny zawierać alkoholu. Zamiast tego w ich składzie

należy szukać takich substancji, jak alantoina, wyciąg z nagietka (łagodzi podrażnienia), filtry UVA i UVB (chronią skórę), glicerol i sorbitol (nawilżają) oraz substancje antyseptyczne. Dodatkowym atutem w składzie męskich kosmetyków z pewnością są retinoidy i kwas glikolowy, ponieważ działają przeciwłojotokowo oraz pomagają zlikwidować zaskórniki.

## **ENERGETYZUJĄCE ZAPACHY**

Skład kosmetyków to jedno, ale zapach jest również ważny. (Choć mężczyźni z pewnością wybierają go bardziej podświadomie). Producenci stawiają na orzeźwiające nuty zapachowe, a także na uczucie świeżości. Dlatego kosmetyki myjące często bazują na cytrusach i mentolu. Część żeli pod prysznic zawiera również minerały izotoniczne, które pomagają zregenerować się skórze i mięśniom po intensywnym uprawianiu sportu. Ich skład pomaga zmyć ze skóry bakterie odpowiedzialne za przykry zapach. To dzięki temu męskie żele pod prysznic zapewniają świeżość nawet do 8 godzin.

Nowoczesny mężczyzna przede wszystkim jest teraz bardziej świadomy swojego ciała i konieczności jego pielęgnowania. Nie ogranicza się tylko do wody i mydła, ale dobiera odpowiednie dla siebie kosmetyki, rozszerzając zawartość swojej kosmetyczki do kremów, produktów pielęgnujących skórę w trakcie golenia i po goleniu, żele i szampony.





Kosmetyki nawilżające dla  
mężczyzn **MEN Energy ON**  
LIRENE

**Fa Men Xtreme Invisible, FA**  
Wyjątkowo skuteczna formuła dezodorantu w sprayu  
Fa Men Xtreme Invisible Power zapewni ochronę  
przed potem i nieprzyjemnym zapachem nawet do 72  
godzin. Opatentowana formuła Fa Men Xtreme Invisi-  
ble Power skutecznie chroni przed pozostawianiem  
śladów na białych, czarnych i kolorowych ubraniach.



**FA Men Xtreme Heat Control Dezodorant  
w sztyfcie, FA**  
Fa Men Xtreme Heat Control Anti-Perspirant  
sprawdza się do 50°C. Formuła Heat-Proof  
dostosowuje poziom ochrony, wówczas gdy  
podnosi się temperatura - dla extra kontroli nad  
potem. Podczas sportu, w stresie i w upale.



**INVISIBLE POWER ANTY-  
PERSPIRANT W KULCE**  
NIVEA

Innowacyjna ochrona Twojej  
białej i czarnej odzieży przed  
powstawianiem plam po użyciu  
antyperspirantu. Niezawodna  
ochrona przed nieprzyjemnym  
zapachem przeciwdziała  
nadmiernemu poceniu i jest  
łagodna dla skóry.



## SKÓRA KAŻDEGO MĘŻCZYZNY WYMAGA ODPOWIEDNIO DOSTOSOWANEJ PIELEGNACJI.



**Przeciwlupieżowy szampon  
z trawą cytrynową  
SCHAUMA**

**Wkłady do maszynki  
MACH3 TURBO, GILLETTE**  
Maszynka Gillette Mach 3 Turbo łączy  
w sobie zaawansowane technologie  
golenia, które współpracują razem jako  
jeden, spójny system zapewniający do-  
kładne, komfortowe golenie, produkcie.



**Żele do golenia z serii MACH3**

**GILLETTE**  
Żele Gillette z serii MACH3 zawierają  
aktywne składniki ułatwiające poślizg - gli-  
cerynę oraz masło kakaowe. Dzięki nim na  
skórze wytwarzana jest specjalna warstwa  
ochronna, która redukuje tarcie, równo-  
cześnie minimalizując ryzyko powstawania  
podrażnień.



**STRESS PROTECT**  
**ANTYPERSPIRANT W KULCE**  
 NIVEA  
 Skuteczna ochrona przed poceniem nawet w stresujących sytuacjach – zawiera formułę StressProtect i kompleks cynku. Zapewnia 48h ochronę antyperspirantu oraz NIVEA® MEN Care Complex.



**REXONA MEN INVISIBLE**  
**BLACK & WHITE 150ML, REXONA**  
 Chcesz pachnieć świeżo, czuć się pewnie i świetnie wyglądać przez cały dzień? Sięgnij po Rexona Invisible Black & White – unikalny antyperspirant gwarantujący niezawodną i niewidoczną ochronę. Jego unikalna formuła zapobiega również powstawaniu nieestetycznych plam na białych i czarnych ubraniach.



**WARS ZERO łagodzący żel do golenia**, WARS ZERO zapachu, ZERO parabenów, ZERO sztucznych barwników. Doskonale zmiękcza zarost odczuwalnie zwiększając komfort i skuteczność golenia. Zawarte w nim aktywne składniki - wyciąg z aloesu, witamina E, prowitamina B5 - łagodzą podrażnienia powstałe w trakcie golenia, pielęgnują i nawilżają skórę.

**SHOWER REFRESHER:**  
**Żel do mycia ciała i włosów**  
 DR IRENA ERIS



**Żel do mycia twarzy antybakteryjny MEN PROTECT**  
 AA

# OCHRONA W NAWET NAJBARDZIEJ XTREMALNYCH WARUNKACH

*Thomas Vilaceca*

THOMAS VILACECA,  
 LIFESAVING WORLD CHAMPION



Fa antyperspirant roll-on 50 ml, różne rodzaje

Fa antyperspirant 150 ml, różne rodzaje

Fa antyperspirant w szyćcie 50 ml, różne rodzaje

POCZUJ SIĘ **Fa** NTASTYCZNIE



# Obudź w sobie podróżnika!

## 5 sposobów na obniżenie kosztów wyjazdu

Wiosna to czas, kiedy nie tylko przyroda budzi się do życia, ale i my. Warto w tym okresie dać sobie parę dni na relaks i odpoczynek po zimie. Tym bardziej, że krótki wyjazd wcale nie musi być kosztowny, nawet jeśli wybieramy się za granicę. Ponadto w okresie przedwakacyjnym ceny hoteli i biletów samolotowych czy autokarowych są niższe niż podczas sezonu. Wiosna jest zatem idealnym okresem do podróżowania – nie tylko minimalizujemy koszty, ale również odwiedzamy nowe miejsca w pierwszych słonecznych dniach.

### PLANUJ Z WYPRZEDZENIEM

Planowanie nie tylko daje nam komfort odpowiedniego przygotowania się do podróży, ale również może znacznie obniżyć koszty. Jak wszyscy wiemy, czas to pieniądz, zatem warto zainspirować się tym starym przysłowiem. Kupowanie biletów ze znacznym wyprzedzeniem może obniżyć ich koszt nawet o 40% – wszystko oczywiście zależy od tego z jakiego środka transportu korzystamy i w jakie miejsce się udajemy. Niezmiernie znaczenie ma również okres, w jakim wybieramy się na wycieczkę. Lipiec i sierpień są miesiącami, kiedy – na przykład – cena biletów lotniczych jest dość wysoka. Dlatego najlepiej zorientować się w jakich miesiącach koszty podróży będą niższe. Najpewniej będą to miesiące wiosenne – kwiecień, maj oraz wrzesień i październik. W tym okresie nie tylko bilety lotnicze są tańsze, ale i noclegi.

### WYKAŻ SIĘ SAMODZIELNOŚCIĄ

Nie jest żadną tajemnicą, że wykupując wycieczkę wypoczynkową w biurze podróży musimy się liczyć z dodatkowymi kwotami związanymi z kosztami organizacyjnymi. Dlatego samodzielność w wypadku podróżowania poptaca – i to dosłownie. Szukając odpowiedniego transportu, powinniśmy jednak zwracać uwagę na miejsce docelowe i jego odległość od wybranego noclegu, a także zorientować się jak wygląda komunikacja miejska miasta, do którego się wybieramy. Dzięki temu z łatwością zaplanujemy dotarcie do hotelu lub hostelu. Jeśli decydujemy się na nocleg w hostelu z zapleczem gastronomicznym, możemy zaoszczędzić poprzez przygotowywanie sobie posiłków. W ten sposób możesz uniknąć drogich posiłków w restauracjach. Zwłaszcza, gdy podróżujesz do miejsca, gdzie ceny są wyższe niż w Polsce.





### **SZUKAJ TANIEGO TRANSPORTU**

Środek lokomocji, jaki wybierzemy, powinien być dostosowany do odległości, jaką chcemy przebyć.

Czasem bardziej opłaca się wybrać jazdę autokarem. W takim wypadku warto zajrzeć na stronę [www.Polskiego Busa](http://www.PolskiegoBusa), gdzie odpowiednio wcześniej kupione bilety mogą być naprawdę tanie i to nie tylko po Polsce. Polski przewoźnik oferuje podróże również do Berlina, Pragi, Wilna i Wiednia.

Alternatywą do transportu tradycyjnymi metodami są loty. Rozwój linii lotniczych sprawił, że koszty podróży tym sposobem są naprawdę niewielkie. Aby znaleźć najtańsze połączenia, warto korzystać z porównywarek cenowych typu Skyscanner, Momondo czy Kayak lub portali publikujących najbardziej korzystne oferty, takie jak np. [mlecznepodroze.pl](http://mlecznepodroze.pl).

### **BĄDŹ CZUJNY!**

Czasem atrakcyjna cena może być impulsem do spontanicznego zdecydowania się na ofertę podróży. Pamiętajmy zatem o serwisach oferujących zakupy grupowe, takich jak SweetDeal czy Groupon.

Możemy tam znaleźć oferty wycieczek krajowych i zagranicznych, których koszt obniżony jest czasem nawet o połowę. Warto od czasu do czasu odwiedzać te strony, ponieważ atrakcyjne oferty mogą zostać wykupione bardzo szybko. Pamiętajmy jednak, by przed zakupem dokładnie przyjrzeć się ofercie, sprawdzić co gwarantuje i w jakim czasie może zostać zrealizowana.

### **POSTAW NA PRZYGODĘ – SPOSÓB „NA STUDENTA”**

W ostatnich latach pojawiło się wiele możliwości, dzięki którym młodzi ludzie za niewielkie pieniądze mogą odkrywać świat. Na ten rodzaj podróżowania decydują się tylko najbardziej odważni i wytrwali.

Z jednej strony rzeczywiście jest to metoda mało wygodna, ale jednak zapewnia o wiele więcej atrakcji, można poznać ciekawych ludzi i bardziej „wgryźć” się w kulturę i specyfikę danego miasta, zwłaszcza jeśli jest się obcokrajowcem. Z czym to się wiąże? Z podróżowaniem na stopa lub umawiając się wcześniej

**WARTO WCZEŚNIEJ POCZYTAĆ**

**O MIEJSCACH, KTÓRE**

**CHCEMY ODWIEDZIĆ.**

z ludźmi podróżującymi w tym samym kierunku na przeznaczonych do tego portalach (np. [blablacar.pl](http://blablacar.pl)), nocowaniem pod namiotem lub korzystanie z bardzo popularnej ostatnio możliwości, jaką jest couchsurfing. Portal o tej samej nazwie cieszy się powodzeniem już od niemal 10 lat, a swoich zwolenników ma w prawie 230 krajach. Główną ideą portalu jest możliwość nawiązywania kontaktu z użytkownikami z całego świata, którzy oferują darmowe zakwaterowanie, czyli nocleg we własnym domu lub udostępnienie miejsca na kanapie w pokoju gościnnym.

Pamiętajmy jednak o tym, by zawsze w miarę możliwości sprawdzić danego użytkownika i poczytać opinie, jakie pojawiają się o nim na portalu.



# Wiosna przy książce

KSIAŹKI  
DLA  
CIEBIE

Kojarzycie inicjatywę o nazwie 52 Books Challenge? Zakłada ona, że w ciągu roku przeczyta się 52 książki, czyli tyle ile jest tygodni w 2015. O tej ambitnej zabawie wiele mówiło się w mediach społecznościowych przy okazji postanowień noworocznych, dlatego teraz przypominamy o niej tym, którzy biorą w niej udział lub dopiero chcą się dołączyć. Jednocześnie polecamy trzy ciekawe pozycje, które mogą uzupełnić dotychczasowy wynik. Pamiętajmy jednak, że w czytaniu najważniejsza jest przyjemność, a nie wyścig!



## Wpadki i wypadki Joséphine F. - Mazarine Pingéot

Historie miłosne zawsze kończą się źle – twierdzi Mazarine Pingéot. Ta czterdziestoletnia francuska pisarka i wykładowczyni filozofii ma za sobą już trzy życia. O pierwszym – dzieciństwie spędzonym w ukryciu i jego bolesnych stygmatach – opowiedziała w powieściach Bouche cousue i Bon petit soldat. Drugie zaczęło się pośród oślepiających błysków fleszy. W 1994 roku fotoreporterzy przyłapali ją przed wejściem do jednej z paryskich restauracji razem z François Mitterandem, jej... ojcem. Przez całe lata ukrywano przed światem fakt, iż jest jego córką, aż wreszcie sensacyjna tajemnica wyciekła na tamy prasy plotkarskiej. Żony, kochanki

i ukrywane dzieci prezydentów Francji to łakomy kąsek. Potem Mazarine poukładała sobie życie – związała się z ukochanym mężczyzną, została matką, aby w końcu rozstaniem z mężem zburzyć i zbudować je na nowo. Twierdzi, że wreszcie uwolniła się od przeszłości i choć nie wierzy w miłosne happy endy, jeszcze nigdy nie czuła się tak dobrze jak teraz. Własna historia zainspirowała ją do napisania powieści o perypetiach trzydziestoparoletniej Joséphine Foyolle, nieco przewrotnego chic-litu określanego jako autoironiczna komedia depresyjna.

WYDAWCA: Wydawnictwo Literackie

## Sztuka umiaru - Dominique Loreau

Umiarowanie w jedzeniu i nauczenie się czerpania z tego przyjemności to klucze do lepszego życia. Wystarczy zmienić nawyki żywieniowe, by odzyskać zdrowie i dobre samopoczucie, a także by chronić środowisko naturalne i... swój portfel.

Autorka książki "Sztuka prostoty" Francuzka od ponad dwudziestu pięciu lat mieszkająca w Japonii, opisuje styl życia w nowym kraju. Japończycy kierują się we wszystkich sferach życia prostą zasadą: "mniej znaczy więcej". Loreau stawia diagnozę, że mieszkańcy Zachodu stali się, w ciągu zaledwie pół wieku, maszynami do spożywania, namawia do refleksji nad naszym stosunkiem do jedzenia, będącym źródłem wielu

współczesnych bolączek cywilizacyjnych i prowadzącym do hiperkonsumpcji.

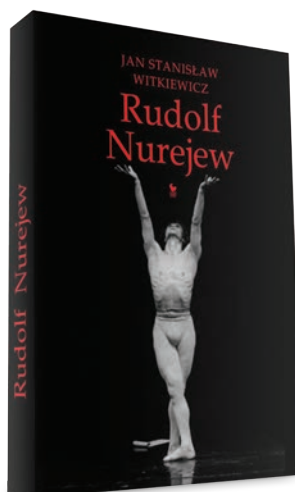
Loreau w swojej książce przedstawia sekrety zdrowej, prostej i smacznej kuchni, namawia do większego umiaru w jedzeniu i zachęca, abyśmy wsłuchali się nie tylko w potrzeby ciała, ale też ducha. Książka dostarcza wielu wskazówek, które pomogą zmienić na zawsze nawyki żywieniowe na lepsze pod względem ekonomicznym i ekologicznym, a jednocześnie pozwolą czerpać prawdziwą przyjemność z jedzenia. "Sztuka umiaru" uczy jak osiągnąć harmonię ciała i umysłu, oraz odzyskać radość życia.

WYDAWNICTWO: Czarna Owca



## Rudolf Nurejew

- Jan Stanisław Witkiewicz



Opowieść o życiu i dokonaniach jednego z najsłynniejszych tancerzy. Urodzony na Syberii, absolwent renomowanej Leningradzkiej Szkoły Choreograficznej im. Kirowa, zdecydował się na ucieczkę z ZSRR i poprosił o azyl we Francji. Tworzonymi przez siebie choreografiami przywrócił popularność klasycznym baletom, takim jak Dziadek do orzechów i Jezioro łabędzie. Tańczył z największymi primabalerinami XX wieku, a przy tym jako pierwszy sprawił, że tancerze przestali być jedynie tłem do występów balerinek i zaczęli odgrywać na scenie główne role. Zdyscyplinowany i niezmordowany w pracy, zapewniającej mu bajorne honoraria, obdarzony niesłychaną witalnością, prowadził też bardzo burzliwe życie erotyczne.

WYDAWCA: Wydawnictwo Iskry

# bruno banani

NOT FOR EVERYBODY



ABSOLUTELY YOU.  
ABSOLUTE WOMAN.

NEW



bruno banani  
NOT FOR EVERYBODY

ABSOLUTE WOMAN

bruno banani





# ZAKOCHAJ SIĘ W GŁADKIEJ SKÓRZE TWOJEGO MĘŻCZYZNY BEZ ŚLADU PODRAŻNIEŃ

**Idealnie gładka skóra** bez podrażnień jest źródłem dobrego samopoczucia Twojego mężczyzny. Doskonale jednak wiesz, jak często Wasze poranki zaczynają się od przegranej walki z zaczerwienieniami wywołanymi przez golenie nieodpowiednią maszynką. Dzieje się tak, ponieważ zarost każdego mężczyzny rośnie w unikalny sposób, więc stosowanie maszynki jednorazowej często skutkuje podrażnieniem skóry.

**Marka Gillette** oferuje Wam proste rozwiązanie. Wystarczy wymiana maszynki jednorazowej na maszynkę z wymiennymi ostrzami, abyście wspólnie mogli cieszyć się korzyściami płynącymi z komfortowego i precyzyjnego golenia. Maszynka Gillette MACH3 posiada aż trzy ostrza osadzone na ruchomej główce, dzięki czemu idealnie dopasowuje się do kształtu każdej twarzy. Maszynka Gillette Mach3 pozwala również na dokupienie wymiennych ostrzy, które wystarczają na jeden miesiąc użytkowania.

## MACH3 vs. zwykła jednorazówka



10 razy lepszy komfort golenia  
w porównaniu do maszynki jednorazowej  
i zero podrażnień za mniej niż 10 PLN miesięcznie

# Gillette MACH3

Nowe portfolio produktów  
**Gillette Mach3**  
dostępne od 1 stycznia 2015

