

# SEKRETURODY

1/29/2019  
egzemplarz  
bezpłatny



**IDEALNY ŚLUB  
TRENDY ŚLUBNE  
W MAKIJAZU**

.....●●.....

**WIOSENNY  
POWIEW ŚWIEŻOŚCI**

.....●●.....

**ODNOWA SKÓRY  
DZIĘKI FACEFITNESS**

**ZAWSZE IDEALNY  
BARBER SHOP  
ENKLAWA MĘSKOŚCI**

# Bi·es®

BLOSSOM COLLECTION

*Zapach  
w rozkwicie*



## NOWOŚĆ!

Nowa linia niezwykle kobiecych zapachów

**BLOSSOM ROSES** to zmysłowe połączenie aromatu kwiatów róży z szafranem, wzmocnione nutami paczuli i piżma.

**BLOSSOM ORCHID** zachwyci już od pierwszej chwili, nie pozostawiając nikogo obojętnym. To niezwykle intrygująca kwiatowo - orientalna kompozycja.

**BLOSSOM GARDEN** - zapach o pięknym, nieoczywistym rozwinięciu, z przeważającymi nutami peonii, jaśminu i białych kwiatów, zaskakująca cytryną i pieprzem.

**BLOSSOM MEADOW** jest kompozycją zapachową przywołującą na myśl zieloną łąkę w wiosennym rozkwicie. Nuty drzewne, białej ambry i piżma, przeplatają się z zapachem białych kwiatów i delikatną świeżością owoców.



[bi.es.uwodzi.zapachem](https://www.facebook.com/bi.es.uwodzi.zapachem)

[sklep.bi-es.eu](https://sklep.bi-es.eu)

[www.bi-es.eu](https://www.bi-es.eu)



[bies\\_perfumes](https://www.instagram.com/bies_perfumes)



# Spis Treści

4 Konkurs

## W ROLI GŁÓWNEJ

6 Piękno jest w każdej z nas  
– Anna Popek

## MUST HAVE!

12 Idealny ślub

## URODA POD LUPĄ

16 Trendy w makijażu ślubnym 2019  
18 Na czym polega fenomen aloesu?  
22 Uważniej z ciałem  
24 Wiosenny powiew świeżości  
30 Zastrzyk energii  
36 Idealny korektor  
40 Odnowa skóry dzięki facefitness  
42 Perfekcyjna maseczka  
48 Koloryzacja na medal  
50 Ochrona koloru

## MĘSKA STREFA

54 Barber shop – enklawa męskości  
56 Zawsze idealny



30  
Zastrzyk energii

24

Wiosenny  
powiew  
świeżości

18

Fenomen aloesu



50

Ochrona  
koloru

56

Męczyzna  
zawsze idealny

36

Perfekcyjny  
korektor



# syoss

CO I DLACZEGO WEDŁUG CIEBIE  
BĘDZIE NAJWIĘKSZYM  
MODOWYM TRENDEM  
TEJ WIOSNY?

#  
ZATRZYMAJ LOOK  
JAK Z SALONU

DO WYGRANIA

10x



ODPOWIEDŹ NA PYTANIE PRZEŚLIJ NA ADRES  
[KONKURS@SEKRETYURODY.COM](mailto:KONKURS@SEKRETYURODY.COM)

Z DOPISKIEM W TYTULE WIADOMOŚCI: „KONKURS SYOSS”.  
REGULAMIN DOSTĘPNY NA [WWW.SEKRETYURODY.COM](http://WWW.SEKRETYURODY.COM).  
CZAS TRWANIA KONKURSU 8.03-7.04.2019 R.





**SEKRETURODY**  
drogerie blisko Ciebie

Wydawca:

Espiro Group Sp. z o.o. – właściciel marki:  
Sekret URODY drogerie blisko Ciebie  
ul. prof. Ludwika Chmaja 6, 35-021 Rzeszów

Dział Reklamy i PR: Katarzyna Wolańska  
e-mail: [katarzyna.wolanska@sekreturody.com](mailto:katarzyna.wolanska@sekreturody.com)  
tel. 17 785 22 48

Skład i opracowanie graficzne: Agencja MIRAGE  
[www.agencjamirage.pl](http://www.agencjamirage.pl)

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam publikowanych w magazynie.  
Prezentowane produkty nie są tożsame z ofertą drogową każdego sklepu Sekret Urody.



[www.sekreturody.com](http://www.sekreturody.com)

# ANNA POPEK

# PIĘKNO

## JEST W KAŻDEJ Z NAS

Nie ukrywa swojego wieku, chociaż mogłaby z powodzeniem. Mało tego: zaręcza swoim rówieśniczkom, że... też mogą wyglądać na 10 lat młodziej! „Chcesz być piękna? Chcesz wzbudzać podziw? Chcesz przykuwać spojrzenia?” – pyta je na łamach książki „Piękna 50-tka. Porady dla ducha i ciała”. To, co im radzi Anna Popek, można jednak odnieść do kobiet w każdym wieku: i dojrzałych, i odkrywających swoją kobiecość: „Rozpocznij od przyjrzenia się samej sobie. Później wydobądź piękno, które jest w każdej z nas. Pozwól, by rozkwitło i zachwycało innych”. W swoim poradniku dziennikarka podaje patenty na zdrowie i urodę, ale też budowanie dobrych relacji z innymi i poczucia własnej wartości. Zanim jednak po niego sięgniecie, posłuchajcie, co gwiazda wyznała „Sekretowi Urody”

### Piękna – tak. Ale pięćdziesięcioletnia?! Trudno w to uwierzyć, jak się na Panią patrzy...

Sama się czasem dziwię: „Już? Kiedy to zleciało?”. (śmiech) Ale nie walczę na siłę z czasem, bo nie ma nic gorszego niż dojrzała kobieta udająca nastolatkę. A poza tym, z wiekiem coraz bardziej się sobie podobam. Tak! Lubię swoją dojrzałość i spokój, jaki wniosła w moje życie.

### Wierzę. Ale co Pani robi, że TAK wygląda? Co daje Pani taki uśmiech i power?

Praca! Wiem, jak to brzmi, ale... to prawda! (śmiech) Dlatego cieszę się, że wciąż mam jej tak dużo. Żartuję nawet, że moja praca trzyma mnie przy życiu. Chcąc dobrze wyglądać na wizji, staram się dbać o siebie nie tylko od święta. Ale to, że muszę być mentalnie przygotowana do zawodowych zadań, też sprawia, że mój organizm zawsze działa w trybie „czuwaj” – i nie ma „spocznij”, rozleniwiania się, tłumaczenia swoich słabości. Jeżeli bym jednak miała wskazać czynniki, które pomagają mi zachować tak dobrą formę, wyliczyłabym trzy: sen, woda i tlen.

### Sen? I mówi to osoba, która tak często zrywa się o czwartej rano i biegnie do studia?

Jeśli prowadzę poranny program, to oczywiście śpię krócej, ale... staram się odespać ten czas popołudniu, albo w przeddzień wcześniej się kładę. Na ogół staram się spać te siedem godzin. Pilnuję tego, bo wiem, jak ważny jest sen dla zdrowia i samopoczucia. I urody. Wypoczęta skóra inaczej reaguje na kosmetyki! Makijaż lepiej się trzyma, skóra jest sprężysta. Dlatego zamiast nocnego kina albo późnych wizyt u znajomych zazwyczaj wybieram przytulne wnętrza własnego mieszkania.

### To skoro już jesteśmy w temacie urodowym... Jak Pani dba o skórę?

Stosuję tzw. suchy masaż, czyli przed kąpielą szczotką z naturalnego włosia wykonuję lekki masaż ciała. Potem prysznic, a po nim – kilka razy w tygodniu – wcieram w ciało balsam, i to naprawdę grubą jego

warstwę. Na twarz kładę dobre maseczki i kremy – o tej porze roku głównie te nawilżające. Ale też dbam o to, by nawadniać ciało od wewnątrz. Rano, po przebudzeniu, wypijam dwie szklanki ciepłej wody z cytryną – nie tylko oczyszcza jelita, ale też hamuje nadmierny apetyt i rozświetla cerę. Kawę piję jedną, góra dwie – zastępuje ją yerba mate, tak samo pobudza. A w ciągu dnia parzę sobie mnóstwo herbat ziołowych: melisę, dziurawiec, rumianek, inne gotowe mieszanki. W ten sposób też naturalnie się wzmacniam i leczę. Czystek np. usuwa z organizmu toksyny i chroni go przed wirusami. Pokrzywa – wzmacnia włosy i paznokcie, usuwa nadmiar wody. Wypijam ją więc bladym świtem, przed pójściem do pracy, niweluje troszkę podpuchnięte oczy. A bratek – mój ulubiony – piję na dobrą cerę. Dodatkowo biorę witaminę E – ona też odpowiada za stan naszej skóry.

### Mamy sen i wodę. Został tlen – czyli oddech.

Życie... Ciągły ruch. Nie powiem, że maszeruję czy biegam, bo bym skłamała, ale codziennie się ruszam: albo idę na spacer z psem, albo do jakiegoś sklepu z dala od domu, po to tylko, by się trochę przejść, dotlenić. Wykorzystuję każdą naturalną okazję, żeby się ruszać. Jeżeli mam się dostać na 4 piętro, nie wsiadam do windy, tylko idę piechotą. Lubię też pilates, ale nie zawsze mam czas i możliwość, by pójść do klubu fitness, nawet jeśli wykupię karnet. Staram się więc nadrabiać zaległości sportowe w wakacje: chodzę na długie spacery, także z kijkami, pływam.

### Dodajmy do tego zdrowe odżywianie, bo to ono jest naszym paliwem. Wiem, że jest Pani wielką fanką żywności eko i bio, ale też... detoksu. Raz w roku oczyszcza Pani organizm.

Tak, już od kilkunastu lat każde wakacje zaczynam tak samo: jadę do Gołubia na Kaszubach, na dwutygodniowy detoks owocowo-warzywny, który przeprowadzam pod okiem wspaniałej dr Ewy Dąbrowskiej. Bardzo lubię ośrodek Wald-Tour, jest w moim klimacie – blisko natury, nad czystym Jeziorem Dąbrowskim, na skarpie, z której roztacza się





Anna  
Popok





piękny widok... Kocham naturę, w niej najlepiej odpoczywam. Dzień zaczynam od gimnastyki – bo trener, pan Wojtek, potrafi zmotywować. Zawsze zdumiewa mnie fakt, że te ćwiczenia są tak łatwe i przyjemne: powolne ruchy głową i ramionami, krążenia łokciami, nadgarstkami. Obiecuję sobie, że kiedy wrócę do domu, też będę je robić na dzień dobry, ale turnus się kończy i... wiadomo. (śmiech)

### O, chyba każdy z nas zna to z autopsji! W grupie zdecydowanie łatwiej się zmobilizować.

Tak! Czasami tak bardzo nie chce mi się wstać na ten trening... O 7.50 myślę, przekręcając się na drugi bok: „Nie idę! Jeszcze sobie pośpię”, ale gdy zamykam oczy, widzę ludzi, którzy już maszerują do lasu. Nie chcę być jedyną, która się poddała. Zrywam się więc z łóżka, szybko myję zęby, wskazuję w dres i pędzę na zbiórkę. To samo jest z jedzeniem – łatwiej przetrwać post, kiedy wszyscy wokół jedzą to samo, i nikt nie narzeka. Każdy, kto pierwszy raz wchodzi do stołówki – która wygląda trochę jak schronisko górskie – jest zdziwiony, że tu napraw-



### Chyba trudno na niej wytrwać? Zwłaszcza na początku, gdy wciąż w brzuchu burczy...

Zawsze trzeciego dnia – jak w zegarku, naprawdę! – pojawia się kryzys. W tym roku też mnie dopadł. Chociaż jestem osobą aktywną, a od domu, w którym śpię, do stołówki jest może 200 metrów, fizycznie nie byłam w stanie do niej dojść. Rano poszłam na śniadanie, wróciłam i od razu poszłam spać – spałam do obiadu, ale ocknęłam się i z trudem zwlokłam się z łóżka. Gdy wróciłam z posiłku, znów zapadłam w sen. I już nie wstałam na kolację – nie dałam rady, mój organizm się poddał. Nie walczyłam z nim. Bo w takich momentach słabości trzeba dać sobie pozwolenie na to, żeby się porządnie zregenerować. Dziś specjaliści od zdrowia i urody ciągle nawołują, byśmy zawsze odpoczywali aktywnie: narty, joga, nurkowanie, bieganie. A czasem człowiek potrzebuje zwyczajnie poleżeć w łóżku, porozciągać się, pomarzyć i... nic nie robić!

### Trochę poleniuchować. Włosi nazywają to „dolce far niente” – słodkie nicnierobienie.

Tak, i celebrytą to! A my? Przy tak intensywnym trybie życia, jaki prowadzę, pierwsza myśl, która mi przychodzi do głowy, gdy mam wolny dzień, to wcale nie ta, by spędzić go w sposób aktywny, tylko wręcz przeciwnie: zaszyć się w domu, wyłączyć telefon, wskoczyć w kaptcie i hażić w piżamie od rana do nocy. (śmiech) Nie pamiętam, kiedy ostatnio coś takiego zrobiłam, ale mam nadzieję, że w najbliższym czasie pozwolę sobie na taki luksus. A może nawet zrobię sobie cały wolny weekend? W sobotę dłużej pośpię, potem coś poczytam, pooglądam, ugotuję dobry obiad, a w niedzielę pójdę na długi spacer, np. brzegiem Wisły, albo pojeżdżę rowerem.

### Mówimy tu tylko o ciele, ale w Pani książce są także porady dla duszy: jak pięknie żyć...

Tak, nie skupiłam się tylko na tym, jak malować paznokcie i z jakich zabiegów korzystać, aby wyglądać młodziej, ale również jak pracować nad sobą mentalnie, żeby nie odczuwać procesu starzenia. Myślę, że słowem kluczowym jest tu „dyscyplina” – i ona dotyczy nie tylko zdrowej diety i codziennej porcji ruchu, ale też... naszych myśli. Ja we wszystkim szukam pozytywów (nawet, jeśli coś pójdzie źle), i znajduję! Radzę też paniom, by unikały przebywania w gronie zazdrosnych kobiet, bo to one są naszą główną złą. Opowieści o tym, że faceci są naszymi wrogami, włóżmy między bajki. Rozmawiam często z kobieta-

**RECEPTA NA MŁODOŚĆ I SZCZĘŚCIE? MYŚLĘ, ŻE SŁOWEM KLUCZOWYM JEST TU „DYSCYPLINA” – I ONA DOTYCZY NIE TYLKO ZDROWEJ DIETY I CODZIENNEJ PORCJI RUCHU, ALE TEŻ... NASZYCH MYŚLI. JA WE WSZYSTKIM SZUKAM POZYTYWÓW (NAWET, JEŚLI COŚ PÓJDZIE ŹLE), I ZNAJDUJĘ!**

dę je się tylko owoce i warzywa. (śmiech) Sama kiedyś nie wierzyłam, że na śniadanie można jeść kiszoną kapustę czy tartą rzepę. Teraz nie tylko lubię zakwas buraczany, ale i przyrządzam go w domu. Co roku na nowo odkrywam, że ten post działa kapitalnie na wszystkich – nie tylko waga spada, ale i cera się poprawia, sylwetki prostują, oczy błyszczą, a ciało jest wypoczęte.

mi i wszystkie mówią to samo: że to zazdrosne koleżanki najbardziej uprzykrzają im życie. Tyle, że w czasach, kiedy wojują feministki, słowa nie można powiedzieć przeciwko kobietom. A ja mówię! Na własnej skórze doświadczyłam ich zawiści. W książce opisuję kilka bardzo przykrych sytuacji, jakie mnie spotkały. Oczywiście nie podaję nazwisk, ale... jeśli ktoś jest dociekliwy, łatwo może się domyślić. Zresztą każda



**JAK WYDOBYĆ Z SIEBIE PIĘKNO? TRZEBA PIELĘGNOWAĆ URODĘ**

**NA CO DZIEŃ. ALE TEŻ ROZWIJAĆ SIĘ INTELEKTUALNIE:**

**ODKURZYĆ DAWNĄ PASJĘ ALBO ODKRYĆ NOWĄ, ZDOBYWAĆ WIEDZĘ.**

**TO TEŻ NAS ODMŁADZA I CZYNI ATRAKCYJNYMI.**

z nas ma swoje doświadczenie w tej kwestii, prawda? Dlatego kładę akcent na to, byśmy nie stały się takie jak one. Abyśmy nie wpadły w koleiny typowych przywar kobiecych: zazdrości, zawiści, ciągłego porównywania się albo oceniania innych pod kątem własnej urody, bo to jest strasznie dewastujące. Wszystkie znamy bajkę o królewnie Śnieżce – o tym, jak zła królowa całymi dniami patrzyła w lusterko i pytała: „Kto jest najpiękniejszy w świecie?” i w końcu kazała zabić tę, której tak zazdrościła urody. A bajki są potężną metaforą ludzkich zachowań archetypicznych! Finał znamy: myśliwy uratował dziewczynę. Śnieżka zwyciężyła! I to daje nadzieję.

**Myślę, że każda z nas ma w sobie coś pięknego. Tylko musi uwierzyć w siłę kobiecości...**

... i wydobyć z siebie całe piękno, oczywiście! Ale musi tego chcieć! I pracować nad sobą na co dzień. Nie mówię tu tylko o zabiegach urodowych, ale także rozwijaniu pasji i zdobywaniu wiedzy. To nas odmładza i czyni atrakcyjnymi. Uważam, że praca – jeśli wiemy, że potrafimy coś naprawdę dobrze zrobić – daje nam najwięcej pewności siebie. Nic więcej! Żadne słowa ukochanego nas tak nie uskrzydla, ani komplementy kolegów. Tylko to, co jesteśmy w stanie stworzyć sami, przy pomocy swoich rąk i mózgu, da nam tak silne poczucie własnej wartości.

**... ona z kolei sprawia, że czujemy się atrakcyjniejsze. Uśmiechamy się, wysyłamy dobrą energię i młodziemy. Pani przekonuje, że pięćdziesiątka to złoty wiek w życiu kobiety.**

Tak, bo wtedy już wiemy, co nam sprawia przyjemność, co lubimy, czego nie. Karierę mamy zbudowaną, dzieci odchowane, nie musimy więc biegać na wywiadówki i codziennie gotować obiadów. Możemy wreszcie zająć się sobą! „Odkurzyć” swoją pasję, czy nawet znaleźć nową, rozwijać się. Nadal wyglądamy dobrze, jesteśmy atrakcyjne, lubimy się podobać. Same plusy, prawda? I naprawdę radzę kobietom, by mądrze wykorzystały ten czas. I szukały pozytywów we wszystkim, co je spotyka. A jeśli nie znajdują żadnych? Niech zmienią życie! Niech nie boją się zmian! Warto o siebie zawalczyć! Najłatwiej usiąść i płakać: „Mam pięćdziesiąt lat, jestem już za stara, by otwierać nowy rozdział”. I co? Mamy pokornie czekać na koniec?! Nic z tego! Nikt z nas nie wie, ile nam jeszcze życia zostało: może rok, może pięć, a może ze dwadzieścia lat, dlatego tak ważne jest, żeby jak najpiękniej wykorzystać ten czas. Świadomie. W zgodzie ze sobą. Poza tym, kto powiedział, że tylko młodym i pięknym wolno przeżywać szczęście?

**Otóż to! Dziękuję za rozmowę. I życzę wielu ciekawych (czyli odmładzających) wyzwań!**

Dziękuję. Wystarczy dwa, ale fajne – i już będzie dobrze!



# MARION ENJOY COCO



MARION  
Enjoy  
COCO  
ODŻYWCZA  
MASKA  
z olejem  
kokosowym

MARION  
Enjoy  
COCO  
Ciesz się naturalną mocą składników i zaplanuj kompleksowe odżywienie. Linka stworzona do włosów suchych i zmęczonych ze szczególnością o niskiej porowatowości. Postaw na aromatyczny i egzotyczny kokos!  
Odżywcza maska do włosów zawiera olej kokosowy, który intensywnie regeneruje włosy, ułatwiając ich rozczesywanie. Masło shea wygładza i nadaje włosom blask, a olej naviłozowy olej z opuncji figowej

MARION  
Enjoy  
COCO  
ZABIEG OLEJOWANIA  
WŁOSÓW NA CIEPŁO  
z olejem kokosowym  
HOT OIL  
HAIR TREATMENT  
czeppek  
w żelazku  
99%  
NATURALNYCH  
SKŁADNIKÓW

MARION  
Enjoy  
COCO  
MLECZKO  
WYGŁADZAJĄCE  
z wodą kokosową  
SMOOTHING  
LEAVE-IN  
HAIR MILK

AŻ DO  
99%  
NATURALNYCH  
SKŁADNIKÓW!

Naturalna moc kokosów!  
do Twoich włosów



# IDEALNY ŚLUB

## TRENDY ŚLUBNE 2019

**M**ogłoby się wydawać, że moda ślubna to jedna z najbardziej konserwatywnych i najodporniejszych na nowości światowych wybiegów, dziedzina mody. Ostatnia dekada pokazała jednak, że suknie ślubne zaczynają się zmieniać z sezonu na sezon, a popularność danego motywu czy rozwiązania jest coraz krótsza i trwa czasem tylko dwa lub trzy lata. Zakres tego, co modne w danym sezonie, znacznie się zatem powiększył, gdyż jeden trend dopiero wchodzi a z drugim po prostu ciężko się rozstać. Poniżej prezentujemy kilka aktualnych trendów, dla których rok 2019 będzie łaskawy.

### ILLUSION BACK

Ten trend obserwujemy na pokazach sukien ślubnych i w kolekcjach czołowych projektantów już kolejny sezon. Jest to jednak rozwiązanie, które niezwykle przypadło do gustu przyszłym Pannom Młodym w Polsce i cieszy się wśród nich niesłabnącym zainteresowaniem. Pozostaje nam także i w naszej kolekcji ulec magii tego rozwiązania i przygotować modele sukien subtelnie zdobionych koronkami, gipiurą i perełkami, nie tylko na dekolcie ale przede wszystkim na plecach, czyli na niezwykle sensualnej części kobiecego ciała. Efekt, jaki robi Panna Młoda krocząc do ołtarza w sukni odsłaniającej plecy, pozostawia na gościach weselnych zawsze niezapomniane wrażenie.

### W STYLU KSIĘŻNICZKI

Jeśli myślimy o sukni w stylu księżniczki, od razu przed oczyma staje nam księżna Diana, obszerna spódnica, bogato zdobiony gorset i kilkumetrowy tren. Jednakże maj 2018 roku przyniósł rewolucję tego stylu. Księżna Meghan, dzięki swojemu zamiłowaniu do minimalizmu, prostej, satynowej sukni nadała znamiona królewskiego szyku. Jak grzyby po deszczu w kolekcjach na 2019 rok zaczęły pojawiać się projekty na-

wiążące stylem do kreacji Meghan. Swój wielki comeback przeżywa krepa, żorżeta, czyli te tkaniny, które na długo pozostawały w cieniu koronek i tiuli. Do łask wróciły także długie katedralne welony bogato zdobione haftami i koronkami.

### PIÓRA, KWIATY, LIŚCIE, 3D

Ulubione motywy, które od lat Panny Młode wybierają, jako final touch swoich wymarzonych sukien ślubnych, to delikatne piórka, kwiatuszki, liśki - w tym sezonie są to często całe gałązki spływające kaskadami na spódnice, najlepiej w wydaniu 3D. Nie tylko podkreślają w ten sposób romantyczny charakter kreacji, ale także czynią z każdego modelu niepowtarzalną dzieło sztuki. Ten trend to evergreen ślubnych propozycji. Klasyka, która nigdy nie wychodzi z mody i świetne rozwiązanie dla romantyczek.

### NAKED DRESSES

Przykryć tylko to, co konieczne - to dewiza projektantów, którzy postawili na prześwitujące, nowoczesne rozwiązania dla odważnych i przebojowych Panien Młodych. W kolekcjach Afrodyty Moda Ślubna obowiązkowo znalazło się kilkanaście modeli w tym stylu. Prześwitują nie tylko gorsety, ale i spódnice, do których użyto koronkowych godetów czy lekkich prześwitujących tkanin. Koronki i zdobienia służą w tych modelach do podkreślenia kształtów, nie do zamaskowania niedoskonałości sylwetki. Zatem jest to trend dla właścicielek idealnych figur, świadomych swoich atutów.

### DAJ MI NOGĘ

Co zrobić, aby podczas tańca dziewczęca muślinowa suknia z tradycyjnym gipiurowym gorsetem i długim rękawem zamieniła się w kuszącą kobietą kreację? Tylko jedno: zadbać o to, aby wybrany projekt miał rozcięcie w spódnicy. To rozwiązanie sprawdza się zarówno w spódnicach tiulowych, satynowych, jak i muślinowych, w których pojawia się w naszej kolekcji najczęściej. Jeśli planujesz sesję fotograficzną na górskich szczytach i zamierzasz bawić się na parkiecie do białego rana, to suknia z rozcięciem będzie idealnym rozwiązaniem.





**AFRODYTA**  
Bride Couture

Stylizacja:

**Dom Mody Ślubnej  
AFRODYTA**

ul. Asnyka 2 w Rzeszowie

**Atelier Ślubne  
AFRODYTA**

ul. 3-go Maja 4 w Rzeszowie

tel. 880 264 068, 784 803 006

[www.afrodyta-rzeszow.eu](http://www.afrodyta-rzeszow.eu)

Fb: AfrodytaModaSlubna

Makijaż:

**DEMI Małgorzata Ślęczka**

Dyplomowana kosmetyczka,  
wizażystka



### BOHEMIAN BLISS

Trend, który zatacza coraz szersze kręgi. Coraz więcej projektantów umieszcza delikatne, zwiewne i eteryczne suknie boho w swoich kolekcjach. Coraz więcej przyszłych Panien Młodych szuka w katalogu sukni z koronkowymi falbanami, luźnych, bez sztywnych gorsetów i fiszbin, co jest znakiem rozpoznawczym tego stylu. Suknie, dla których idealnym dodatkiem są sandały z paseczków, sutaszowe kolczyki i wianek, podbijają wybiegi podczas targów ślubnych i to tych niekoniecznie niszowych.

### TAŚMY

Jak podkreślić objętość sukni, nie odbierając jej przy tym zwiewności ani nie dodając wagi. To proste: wystarczy wykończyć brzegi sukni taśmami. Eleganckie i ponadczasowe rozwiązanie pasuje zarówno do klasycznych sukien w kształcie literki A, jak również do wielowarstwowych nowoczesnych projektów. W tegorocznych kolekcjach taśmy odnajdziemy przede wszystkim przy sukniach z tiulową spódnicą.

### GŁĘBOKI DEKOLT

Kobiecość, seksapil, pewność siebie to cechy Panien Młodych wybierających suknie z głębokim, wyraźnym dekoltem w kształcie literki V. W najnowszych kolekcjach możemy odnaleźć zarówno mocno wyeksponowane tiulowe dekolty, jak i delikatniejsze rozwiązania w postaci np. pęknięcia zasłoniętego częściowo koronką. Zasada jest jedna: wydłużamy optycznie szyję najmocniej, jak się da.

Podczas wybierania i decydowania się na suknię ślubną, należy jednak oprócz trendów obowiązujących obecnie w modzie ślubnej, brać pod uwagę również własne marzenia, upodobania czy - a może przede wszystkim - sylwetkę. Zdarza się również tak, że do naszego salonu przychodzą przyszłe Panny Młode z suknią swojej mamy z prośbą o dokonanie niewielkich poprawek, co uważamy za piękny i mający niezwykłą wymowę trend.





Makijaż:  
**DEMI Małgorzata Ślęczka**  
Dyplomowana kosmetyczka,  
wizażystka  
Współwłaścicielka gabinetu  
kosmetycznego Demi  
ul. 3-go Maja 2, Rzeszów  
tel. 602 767 471, 796 798 312  
Fb: DemiKosmetyka

FOT. MAREK MYSŁIWIEC DxFOTO

# TRENDY W MAKIJAŻU ŚLUBNYM 2019



Stylizacja:  
**Dom Mody Ślubnej  
AFRODYTA**

**K**ażda z nas, planując dzień swojego ślubu, pragnie się do niego idealnie przygotować. Kiedy mamy już ustalony termin ślubu - czas na rezerwację sali, wybór wymarzonej sukni ślubnej no i oczywiście zarezerwowanie terminu w salonie kosmetycznym czy studiu wizażu. Proponuję dużo wcześniej umówić się na indywidualną konsultację, abyśmy mogły bez pośpiechu zaplanować harmonogram zabiegów.

Szczegółowy wywiad z klientką pozwoli nam na wyeliminowanie ewentualnych błędów w pielęgnacji domowej, która stanowi podstawę w dbaniu o naszą cerę. Do pielęgnacji domowej polecam z pełnym przekonaniem polską markę Empire i kosmetyki Peel Mission, jak również markę M'ondunię. Kosmetyków tych używamy przy wykonywaniu zabiegów pielęgnacyjnych w naszym Salonie Kosmetycznym Demi w Rzeszowie.

Warto wspomnieć tu o urządzeniu M'ondunię Volumetię Lift, za pomocą którego przeprowadzimy m.in. mikropeeling nanokrystaliczny – jest on

alternatywą mechanicznego złuszczenia, natomiast zabieg nanomezoterapii bezigłowej pozwoli nam odżywić nawet głęboko położone komórki skóry, rozjaśni ją, idealnie nawilży i oczyści. Wszystko to po to, aby w dniu tak wyjątkowym, na który tyle czekałaś – wyglądać olśniewająco. Odpowiednie przygotowanie skóry poprzez pielęgnację domową i gabinetową sprawią, że cera będzie perfekcyjnie nawilżona, odświeżona, zrewitalizowana, a makijaż wykonany w dniu ślubu przetrwa w stanie nienaruszonym do białego rana.

Zastanówmy się teraz nad wyborem naszego makijażu. Co roku trendy makijażowe, czy też trendy dotyczące fasonów sukien ślubnych, dodatków, kolorów delikatnie ulegają zmianom. Każdy sezon rządzi się swoimi prawami, a wielcy projektanci mody kreują nowości na dany sezon. Często są to bardzo odważne propozycje, którymi możemy się zainspirować tworząc ślubną stylizację. Wśród makijaży proponowanych przez największe domy mody na rok 2019 króluje makijaż naturalny, nawet make-up-no-make-up, utrzymany w kolorystyce beżu,



brązu, koralu, pastelowego różu czy szarości. Jest to propozycja nader uniwersalna, gdyż taki zestaw kolorów jesteśmy w stanie dopasować do każdej klientki.

Pamiętajmy oczywiście, że w makijażu nie trzymamy się sztywno wyznaczonych schematów. Makijaż to sztuka, którą indywidualnie dopasowujemy do klientki, aby podkreślić jej niepowtarzalną urodę, np. zmysłowe usta, a także zakamuflować pewne niedoskonałości, np. w proporcji czy asymetrii twarzy.

Trendy 2019 to przede wszystkim piękna, rozświetlona, wypoczęta cera. Do podkreślenia gładkości skóry zastosujemy rozświetlacz w rozsądnej ilości. Do twarzy proponuję rozświetlacz w kamieniu, natomiast na dekolt i ramiona świetnie sprawdzą się rozświetlacze w płynie.

zonie 2019 wracają do łask błyszczące, świetliste usta. Jest to spora odmiana po kilku sezonach matowych pomadek. Jeśli propozycja delikatnych ust nie przypadnie nam do gustu, zawsze możemy zdecydować się na szminkę w odważniejszym kolorze, np. fukcji czy czerwieni, pamiętając o tym, że oczy wystylizujemy delikatnie, podkreślając je np. jaśniejszym cieniem i naturalnymi rzęsami. Kolor pomadki powinien współgrać z tęczaówką i makijażem oka.

W makijażu ślubnym mamy przede wszystkim dobrze się czuć, dlatego idealnie dobrany kolor podkładu usunie oznaki zmęczenia z twarzy. Róż nada lekkości makijażowi, a bronzer pomoże wymodelować twarz, tuszując pewne mankamenty urody, np. zbyt wysokie i szerokie czoło, czy też za jego pomocą optycznie wyszczuplimy nos.



FOT. MAREK MYŚLIWEĆ DxFOTO



FOT. MAREK MYŚLIWEĆ DxFOTO

W dniu ślubu postawmy na wodoodporne kosmetyki, które przetrwają pocałunki, łzy wzruszenia i wielogodzinne tańce. Ważnym akcentem w makijażu ślubnym są starannie podkreślone oczy. Nie musimy decydować się od razu na mocne czy jaskrawe kolory. Neutralne kolory, subtelnie zaakcentowane oko za pomocą dodatkowych rzęs w postaci kępek, nadadzą spojrzeniu wyrazistości i głębi. Nie zapominajmy o wodoodpornym tuszu do rzęs. Prawie każdej z nas zdarzyło się uronić łezkę podczas błogosławieństwa czy życzeń, a byłymy tylko gośćmi, rola panny młodej niesie więcej wzruszeń. Brwi zaznaczamy naturalnie, aby nie sprawiały wrażenia przerysowanych. Warto podkreślić je cieniem, lub pomadką do brwi w naturalnym kolorze.

W makijażu ślubnym warto zachować umiar stosując zasadę jednego akcentu. Jeśli decydujemy się na wyrazisty makijaż oczu, na usta nałożymy pomadkę w stonowanym kolorze, np. zgaszonego różu. W se-

Pamiętajmy, że makijaż ślubny, musi spełniać warunki makijażu fotograficznego. Zadbajmy o zamaskowanie wszelkich niedoskonałości skóry i zasinień pod oczami dobrze kryjącym korektorem. Zagruntujmy go pudrem sytkim, który zmatowi cerę i nie pozwoli jej błyszczeć się nadmiernie. Nie bez znaczenia jest tutaj wybór kosmetyków wodoodpornych, czy też o przedłużonej trwałości. Dodatkowo warto utrwalić cały makijaż mgiełką tzw. fixującą, dzięki której nie będziemy musieli poprawiać makijażu podczas przyjęcia weselnego.

Nigdy nie narzucam klientce gotowego rozwiązania. Dokładnie słucham, w jakim makijażu czuje się ona dobrze na co dzień. Podczas makijażu próbnego warto pokazać klientce, jak może wyglądać korzystnie w pełnej stylizacji. Zaoszczędzi nam to stresu w dniu ślubu, a widząc uśmiech na twarzach swoich klientek wiem, że ten dzień będzie dla nich niezapomniany.

# NA CZYM POLEGA FENOMEN ALOEESU?

**Z**el aloesowy to surowiec niezwykle uniwersalny - zagłębiając się w informacje na jego temat można odnieść wrażenie, że jest to remedium na wszystkie problemy skórne. Jednak utarte powiedzenie głosi, że "co jest do wszystkiego, to jest do niczego" - czy faktycznie tak jest?

Absolutnie nie! Liczne badania naukowe potwierdzają skuteczność działania aloesu głównie w przypadku oparzeń i podrażnień - stąd aloes jest jedną z najczęściej wykorzystywanych roślin o właściwościach łagodzących, przeciwzapalnych i wspomagających regenerację skóry. Zawiera m.in. enzymy, cukry, związki fenolowe, aminokwasy, witaminy: A, C, E, B, minerały: miedź, cynk, chrom, żelazo, sód, potas, wapń, magnez. Stosuje się go w przypadku poparzeń słonecznych, drobnych urazów (otarcia naskórka), czy jako produkt wspomagający kuracje dermatologiczne (łuszczycę, egzemę, atopię).

Dzięki wspomnianym silnym właściwościom przeciwzapalnym, preparaty z aloesem wspomagają eliminację zmian trądzikowych, a ponadto zawarty w aloesie kwas salicylowy normalizuje pracę gruczołów łojowych i redukuje widoczność rozszerzonych ujść gruczołów łojowych ("porów").

Jednak aloes to przede wszystkim substancja silnie wiążąca wodę w naskórku - dzięki obecności lignin i mukopolisacharydów jest nieocenionym ratunkiem dla cer suchych, dojrzałych i odwodnionych. Mocno nawilża skórę, jednocześnie nie będąc komedogennym.

Z powodzeniem można stosować go pod ulubiony krem lub olej, by spotęgować ich działanie!

Aloes często określany jest mianem substancji mocno alergizującej - jak każda substancja roślinna może wywołać uczulenie u osób o skórze wrażliwej na ten składnik. Bardzo pomocne jest wyszukiwanie kosmetyków o potwierdzonej, wysokiej jakości soku aloesowego - jest to istotne, ponieważ sok aloesowy może być pozyskany w dwojaki sposób:

1. Poprzez ekstrakcję samego miąższu liścia, w czasie której miąższ zostaje "odfioletowany" od skórki,
2. Rozdrobnienie całego liścia aloesu, a więc zarówno miąższu, jak i jego skórki.

Niestety, w skórze liści aloesu znajdują się związki odpowiadające za właściwości alergizujące, wywołujące rumień i podrażnienie: aloina i emodyna! Dlatego decydując się na kosmetyk z aloesem warto zasięgnąć opinii eksperta lub producenta, jakiej jakości aloes wykorzystuje w swoich kosmetykach. Potwierdzeniem jakości surowca może być również certyfikat IASC (International Aloe Science Council). Wybierz najlepszą jakość i ciesz się jego uniwersalnymi właściwościami!

Eksperci marki Sylveco.

## ALOEVE ODŻYWCZY KREM DO TWARZY NA NOC

Krem na noc przeznaczony do codziennej pielęgnacji każdego typu cery. Zawiera oleje roślinne o cennych właściwościach regenerujących i przeciwstarzeniowych (z wiesiołka, jojoba i z pestek winogron). Masło Shea w połączeniu z alantoiną odżywiają i wspomagają odnowę komórkową, a organiczny ekstrakt z aloesu utrzymuje odpowiedni poziom nawilżenia.





**FA YOGHURT ALOE VERA MYDŁO W KOSTCE**

Wzbogacone proteinami jogurtu, pomaga utrzymać naturalną równowagę nawilżenia skóry. Waga 90 g



**SERUM PRZECIW ZMARSZCZKOM OPUNCJA FIGOWA+ALOES BIELENDA BOTANIC SPA RITUALS**

Serum wykazuje silne właściwości ujędrniające i uelastyczniające. Można je stosować do wszystkich rodzajów cery, nawet cienkiej, wrażliwej i suchej. Wyraźnie usuwa objawy zwiotczenia, wzmacnia i nawilża naskórek, podnosi jego gęstość. Odżywia nawet najbardziej wymagającą skórę.



**AA BOTANICAL INFUSION ALOES MEKSYKAŃSKI MOC REGENERACJI**

Sok z aloesu jest bogaty w łatwo przyswajalne substancje (minerały, witaminy, cukry), cenne ze względu na swoje właściwości odmładzające, wzmacniające skórę i poprawiające elastyczność oraz nawilżenie.

**ALOESOVE PŁYN MICELARNY DO DEMAKIJAŻU TWARZY I OCZU**

Delikatny płyn micelarny, który skutecznie usuwa makijaż twarzy i okolic oczu, pozostawiając skórę wyraźnie nawilżoną i ukojoną. Przeznaczony do każdego typu cery. Zawiera organiczny ekstrakt z aloesu o właściwościach silnie regenerujących i antyoksydacyjnych.



**ALOESOWE MLECZKO DO DEMAKIJAŻU ZIAJA**

Delikatnie oczyszcza oraz skutecznie usuwa makijaż. Aktywnie nawilża i zmiękcza naskórek. Zapobiega powstawaniu podrażnień. Przygotowuje skórę do dalszych zabiegów pielęgnacyjnych.

**LACTIMA EVERYDAY NAWILŻAJĄCY ALOESOWY ŁAGODZĄCY ŻEL DO HIGIENY INTYMNEJ LIRENE**

Przeznaczony do codziennej pielęgnacji higieny intymnej, długotrwale odświeża i przywraca uczucie czystości. Zmniejsza objawy dyskomfortu i łagodzi podrażnienia, przynosząc natychmiastową ulgę. Pomaga utrzymać pH okolic intymnych na naturalnym, fizjologicznym poziomie, zapewniając odpowiednią ochronę przeciwgrzybiczą oraz równowagę mikrobiologiczną.



**ALOES TO IDEALNA RECEPTA NA SKÓRĘ TWARZY, CIAŁA I WŁOSÓW.**





**KREM BIO ALOES NIE-PERFUMOWANY ZIAJA**

Nawilżający krem do twarzy z sokiem ze świeżych liści aloesu. Skutecznie łagodzi podrażnienia oraz zwiększa poziom nawilżenia naskórka. Przywraca skórze miękkość i elastyczność. Nie zawiera substancji zapachowych.



**ALOE ORGANIC KREM NA DZIEŃ ANTI-AGING AVA ECO**

Certyfikowany przez ECOCERT krem o skutecznym działaniu przeciwzmarszczkowym i wygładzającym skórę. Połączenie masła aloesowego, organicznego soku z liści Aloe Vera z ekstraktem z opuncji figowej, ekologicznymi olejami oraz składnikami aktywnymi przywraca skórze młody wygląd, nawilża ją, ujędnia i skutecznie łagodzi podrażnienia.



**FACEMED+ ALOESOWA MASECZKA BŁYSKAWICZNIE NAWILŻAJĄCA EVELINE COSMETICS**

O innowacyjnej recepturze, bazującej na ekstrakcie z naturalnego aloesu, ekspresowo nawilża i uelastycznia skórę. Wysokoskoncentrowany koktajl składników aktywnych: d-panthenolu, kwasu hialuronowego, witamin A i E łagodzi zaczerwienienia oraz opóźnia proces starzenia się skóry. Szybko się wchłania, delikatnie chłodzi przynosząc natychmiastowe ukojenie.

**ALOEŚOWY SZAMPON DO WŁOSÓW SUCHYCH ZIAJA**

Łagodnie myje i pielęgnuje włosy. Doskonale nawilża włosy, likwiduje uczucie suchości. Wygładza, zapewnia lepsze rozczesywanie i układanie. Zapobiega rozdławianiu się końcówek włosów. Dobrze się pieni, ma świeży i przyjemny zapach.



ALOE NAKŁADANY ZAMIAST KREMU, RANO I WIECZOREM, OCZYSZCZA CERĘ, ZAMYKA PORY I NADAJE MŁODZIEŃCZEGO BLASKU, CZYNIĄC TWARZ BARDZIEJ NAPIĘTĄ.



**FACEMED+ ODŚWIEŻAJĄCO-ŁAGODZĄCY ALOESOWY PŁYN MICELARNY EVELINE COSMETICS**

Jest przeznaczony do oczyszczania każdego rodzaju cery, także wrażliwej. Płyn doskonale usuwa zanieczyszczenia oraz makijaż, również wodoodporny. Dzięki innowacyjnej technologii Hydraconcept 3D™ już od pierwszego zastosowania skóra jest dobrze nawilżona i odświeżona.

**ANTYPERSPIRANTY REXONA ALOE VERA**

Rexona Aloe Vera to antyperspiranty dla kobiet o subtelnym zapachu aloesu, które dzięki innowacyjnej technologii MOTIONSENSE™ reagują na każdy ruch, wydobywając dodatkowe porcje zapachu i zapewniają świeżość przez cały dzień. Idealny antyperspirant dla kobiet, które oczekują ochrony przed potem i nieprzyjemnym zapachem przez 48h.





W 100% PRZEBADANE ALERGOLOGICZNIE

# Natural Spa HAND CREAM



   [kosmetykiAA.pl](http://kosmetykiAA.pl)

## ZADBAJ O ZMYŚŁY I DŁONIE W DOMOWYM SPA

LINIA WYJĄTKOWYCH KOSMETYKÓW BOGATYCH W NATURALNE, ROŚLINNE SKŁADNIKI, KTÓRE ODŻYWIĄ I POPRAWIĄ KONDYCJĘ SKÓRY DŁONI W ZGODZIE Z NATURĄ.







Tekst:  
**Agnieszka Kotula**

psycholog, certyfikowana  
nauczycielka MBSR  
e-mail: [mindfulness.rzeszow@gmail.com](mailto:mindfulness.rzeszow@gmail.com)  
FB MindfulnessRzeszow

# UWAŻNIEJ Z CIAŁEM



**W**iosna i lato to czas, kiedy odślaniamy nasze ciała bardziej niż przez pozostałą część roku. W naszej kulturze przywiązujemy wielką wagę do wyglądu. Pielęgnujemy ciało na różne sposoby, myjąc je i nacierając coraz to bardziej zaawansowanymi i wyspecjalizowanymi kosmetykami, zdobiąc makijażem i perfumując.

Rzeźbimy ciała na siłowniach i w klubach fitness. Dbamy też coraz bardziej o to, jak i czym odżywiamy nasze ciała. Wkładamy niemało wysiłku wreszcie w to, jak je przyodziewamy. Równocześnie jednak zdajemy się być w coraz mniejszym kontakcie z naszymi ciałami, niczym pan Duffy z „Dublińczyków” Jamesa Joyce’a, który „żył w pewnym oddaleniu od własnego ciała”. Potrafimy bezlitośnie oceniać, osądzać i krytykować nasze ciała, porównując je z aktualnie obowiązującymi trendami wyznaczonymi przez dyktatorów mody. Pozostajemy przy tym zupełnie niewrażliwi na potrzeby swojego ciała. Któż z nas nie nadwyrężył go choć raz dążąc do jakiegoś celu wytyczonego przez umysł, np. przeciążając organizm podczas zbyt intensywnych ćwiczeń na siłowni, by dotrzeć do upragnionej wagi i figury czy wypijając jedną filiżankę kawy za dużo, by dokończyć zaległą pracę?

Mindfulness (uwaga) proponuje nieco inne podejście: wewnętrzne odczuwanie naszego ciała w łagodny, nieoceniający sposób. Tak o tym pisze profesor Jon Kabat-Zinn, wielki propagator uważności: „Kiedy zaczniemy przykładać się do prawdziwego doświadczania ciała i nie damy się wciągnąć w powierzchowne i pełne osądów myślenie o nim, nasza opinia o nim i o nas samych może diametralnie się zmienić. Zaczniemy od niesamowitych rzeczy, jakie potrafi nasze ciało. Potrafi chodzić, mówić, siadać, sięgać po różne rzeczy. Potrafi ocenić odległość, trawić jedzenie i rozpoznawać rzeczy dotykiem. Zwykle traktujemy to, jako coś zupełnie oczywistego i nie doceniamy możliwości naszego ciała, póki nie zachorujemy albo nie odniesiemy jakichś obrażeń. Wtedy dociera do nas, jak miłe było robienie czegoś, czego już robić nie możemy. Zanim więc zaczniemy przekonywać sami siebie, że nasze ciała są za bardzo takie czy owakie, może powinniśmy najpierw bardziej poczuć, jak to w ogóle jest mieć ciało, niezależnie od tego, jak ono wygląda i jak się czuje? Aby tego dokonać, trzeba się w nie wsłuchać i skupić na nim uwagę, nie osądzając go. Skupiając uwagę na brzuchu i na tym, jak się porusza, albo na nozdrzach i uczuciu, jakie wywołuje przepływające przez nie powietrze, wsłuchujesz się w odczucia własnego ciała związane z samym życiem. Te odczucia zwykle ignorujemy, bo są tak bardzo oczywiste. Kiedy się w nie wsłuchasz, przez tę jedną chwilę odzyskasz własne życie i własne ciało, staniesz się dosłownie bardziej realny i bardziej żywy”.

Skuteczną metodą doskonalenia takiego właśnie kontaktu z ciałem jest tzw. „skanowanie ciała” (bodyscan). To ćwiczenie w wersji nieformalnej może być bardzo krótkie i potrwać kilka minut czy nawet kilka sekund (gdy np. stoisz w kolejce do kasy), ale w formalnej wersji trwa 45 minut i jest to pierwsze podstawowe ćwiczenie uważności, które pacjenci Jona Kabat-Zinna w Klinice Redukcji Stresu wykonują przez sześć dni w tygodniu przez co najmniej dwa tygodnie. Tyle też minut systematycznej praktyki biorą pod uwagę badania naukowe (<https://goamra.org/>), które potwierdzają skuteczność ośmiotygodniowego treningu redukcji stresu opartego na uważności (MBSR – Mindfulness - Based Stress Reduction).

Możesz wykonać to ćwiczenie leżąc na piasku na plaży albo na trawie, czy na hamaku w przydomowym ogrodzie. W cieniu, w słońcu, czy po prostu w pokoju. Wybierz takie miejsce, gdzie będzie ci wygodnie i nic nie będzie ci przeszkadzało. To chwila dla ciebie. To twój czas zadbania o siebie. To taki mentalny prysznic dla twojego ciała i umysłu. Gdziekolwiek jesteś, połóż się lub usiądź wygodnie. Możesz się czymś przykryć. Możesz zamknąć lub choć przymknąć delikatnie oczy – dzięki temu wyostrzy się twój „wewnętrzny wzrok”. Zrób kilka świadomych oddechów. Nie musisz manipulować swoim oddechem. Po prostu zdaj sobie sprawę, że oddychasz i pozwól ciału, by samo oddychało. Robi to już kilkanaście czy kilkadziesiąt lat, nic nie musisz w tej chwili robić, by dalej tak było. Zauważ tylko, że oddychasz. Zauważ też, jak to jest to zauważyć. A później uświadom sobie swoje ciało. Tak, jak to rozumiesz. Może poczujesz ciężar swojego ciała na podłożu, na którym się znajdujesz. Uświadom sobie miejsca, które się z tym podłożem stykają i te, które nie mają z nim kontaktu. Może zarejestrujesz jakieś odczucia ciepła czy chłodu gdzieś w ciele, albo dotyk twojego ubrania na ciele. Pamiętaj, że cokolwiek się pojawi, jest w porządku, ale jeśli nic się nie pojawi – też jest w porządku. Nie sil się na nic podczas tego ćwiczenia. Pozwól, by wszystko było takie, jakie jest. I zacznij „skanować” swoje ciało, zaczynając od palców lewej stopy, przez łydkę, kolano, udo aż po obszar miednicy, i znów w dół do palców prawej stopy. Podążaj uwagą w górę wzdłuż prawej nogi podobnie, jak to miało miejsce w przypadku lewej. Gdy dotrzesz do miednicy, zbadaj dokładnie uwagą dolną i górną część pleców aż po barki i szyję. Następnie skieruj uwagę do brzucha i przesuwaj ją wyżej, do klatki piersiowej i obojczyków. Stąd popłynij uwagą do palców lewej dłoni i „skanuj” całą lewą rękę, poczynając od palców i przesuwając uwagę wyżej, aż do lewego ramienia. Dalej przekieruj świadomość do palców prawej dłoni i postępuj podobnie, jak w przypadku lewej ręki. Gdy już „przeskanujesz” całą prawą rękę i dotrzesz do prawego ramienia, obejmij uwagą gardło i całą szyję, twarz i całą głowę. Zakończ kilkoma świadomymi oddechami.

Jeśli pojawią się wątpliwości, czy we „właściwy” sposób wykonujesz ćwiczenie to sprawdź, co robisz, kiedy pojawiają się podczas ćwiczenia myśli. Czy możesz po prostu odnotować ich pojawienie się i nie angażować się w historię, które ze sobą niosą? Także te o „sukcesie” i „porażce” podczas tego ćwiczenia. Czy możesz łagodnie wrócić do „skanowania” obszaru ciała, na którym właśnie była twoja uwaga, zanim pozwolitesz myślom oderwać się od niego? Z czasem, jeśli będziesz ćwiczyć systematycznie, twoja uwaga stanie się coraz bardziej elastyczna, bo to właśnie m.in. kształtują ćwiczenia uważności, a umiejętność czytania sygnałów z ciała wzrośnie. Pytaj też siebie, co te sygnały z ciała ci mówią? Co mówi do ciebie twoje ciało? Może, kiedy zasypia podczas bodyscanu mówi, że jest zmęczone i potrzebuje wakacji ...

# WIOSIENNY POWIEW ŚWIEŻOŚCI

**S**kóra po okresie zimowym zwykle stwarza bardzo wiele problemów. Jest sucha, szorstka, pozbawiona kolorytu i sprawia wrażenie zmęczonej.

Kobiety dojrzałe mogą dodatkowo dostrzegać mniejszą elastyczność i zwiększenie widoczności zmarszczek. Skłania to do refleksji: „Jest mi potrzebna natychmiastowa regeneracja i poprawa wyglądu”. Na szczęście rynek kosmetyczny jest na tyle urozmaicony i bogaty, że można w nim znaleźć łatwą i szybką odpowiedź na praktycznie każdy problem skóry.

## CERA PO ZIMIE

Suchość skóry jest zwykle najbardziej istotnym problemem po okresie zimowym. Jest ona odzwierciedleniem uszkodzeń funkcji barierowych warstwy rogowej. Wielu osobom wydaje się, że samo dostateczne picie wody wystarczy, aby naskórek został nawilżony. Jest to niestety zupełnie błędne myślenie, bo nawilżanie naskórka jest związane z działaniem jego naturalnego czynnika nawilżającego i niestety samoistne nawilżanie jest bardzo powolne i musi być wspomaganie aplikacją zewnętrznych preparatów wspomagających, zwiększeniem ilości wody i odbudową warstwy lipidowej. W tym celu należy sięgać po odpowiednie kremy, maseczki, masła do ciała i peelingi. Na dzień zwykle należy wybierać kremy o lżejszej konsystencji, rozświetlające i nadające się pod makijaż. Wieczorem sięgamy po kremy o bardziej bogatym składzie lub nakładamy je grubszą warstwą.

Źródłami witaminy C są głównie owoce i warzywa, np. czarna porzeczka, kiwi, maliny, jeżyny, rzodkiewka, cebula, szpinak, groszek, ziemniaki, pomidory, pomarańcze, cytryna.

## KONSEKWENCJE SUCHOŚCI SKÓRY

Długotrwałe utrzymywanie się wysuszenia skóry powoduje brak elastyczności, uczucie ściągania, szorstkość przy dotyku, bladej kolorytu. W efekcie może to prowadzić do świądu i wyprysku. Do nadmiernego wysuszenia skóry szczególnie nie powinni dopusz-



Tekst:  
**Lek. med.  
Bożena Bierzniewska**

Specjalista dermatolog  
Ekspert Eveline Cosmetics  
INSTA – smartbox\_Catering  
[www.smartbox-catering.pl](http://www.smartbox-catering.pl)



## WIOSENNE SŁOŃCE

zczać alergicy, gdyż występuje u nich tak zwany „defekt ektodermalny”. Polega na uszkodzeniach warstwy rogowej prowadzących do trudności w utrzymaniu nawilżenia i płaszcza lipidowego. Nawet niewielkie zaniedbania w nawilżaniu mogą prowadzić do ujawnienia się podrażnień i zmian wypryskowych, które będą wymagały leczenia dermatologicznego.

## CZEGO POSZUKIWAĆ W KREMACH?

W celu odbudowy i regeneracji skóry należy poszukiwać w kremach do twarzy, jak również emulsjach i masłach do ciała, takich składników, jak: oliwa z oliwek, masło shea, olej kokosowy, olej arganowy, olejek migdałowy, olejek makadamia, mocznik, kwas hialuronowy i inne. Poszukując najwłaściwszego kremu nawilżającego warto podkreślić, że oprócz samego nawilżania i regeneracji uszkodzeń warstwy rogowej należy zwrócić uwagę na dodatkowe składniki, które są obecne w kosmetyku. Kobiety, które po zimie widzą, że ich cera jest poszarzała i pozbawiona kolorytu, mogą wybrać produkty z witaminą C i 24-karatowym złotem. W przypadku pogłębienia widoczności zmarszczek należy sięgać po kremy anti-aging zawierające nowoczesne peptydy odmładzające, witaminy, mikroelementy, kolagen oraz produkty liftingujące. Czasem warto wykorzystać kremy o bardziej luksusowym składzie zawierające na przykład: filtrowany śluz ze ślimaka czy odżywczy ekstrakt z kawioru. Po okresie zimowym w skórze przybywa wolnych rodników i dlatego należy zapewnić skórze „dostawę antyoksydantów”, takich jak: witamina E i koenzym Q10.

## CERA TRĄDZIKOWA

Okres zimowy niestety sprzyja nasilaniu trądziku i zwiększeniu zaskórników. Cera trądzikowa, mimo że zwykle jest tłusta, również wymaga systematycznego nawilżania. O suchości skóry trądzikowej łatwo przekonać się po jej umyciu, gdy odczuwalne jest uczucie napięcia i ściągnięcia skóry z niejednokrotnie towarzyszącym złuszczeniem i zaczerwienieniem. Cera trądzikowa wymaga umiejętnego łączenia kosmetyków, które mają działanie przeciwtrądzikowe (na przykład kosmetyki z węglem aktywnym, aloesem, kompleksami matującymi) z kremami o działaniu typowo nawilżającym i łagodzącym podrażnienia (zawierające na przykład kwas hialuronowy, d-pantenol i allantoinę).

## PEELINGI

Są bardzo ważnym elementem pielęgnacji skóry. Pomagają one usuwać martwy naskórek, wygładzają powierzchnię skóry oraz mają działanie ujędrniające. Peelingi ogólnie możemy podzielić na enzymatyczne i ziarniste. Pierwsze z nich rozluźniają wiązania komórek naskórka prowokując jego złuszczenie i poprawiają penetrację składników aktywnych zawartych w kremach. Peelingi ziarniste również wspomagają usuwanie martwych warstw naskórka, pobudzają mikrokrażenie, wygładzają powierzchnię skóry. Peelingi mają działanie ujędrniające skórę, w ich składzie często można znaleźć składniki, które dodatkowo mają działanie nawilżające i regenerujące. Nie należy jednak nadużywać peelingów (stosując je na przykład każdego dnia), bo może to doprowadzić do podrażnienia skóry. Lekkie działanie peelingujące a przy tym odżywcze i rozjaśniające ma na przykład witamina C i kosmetyki mające ją w składzie mogą być aplikowane nawet codziennie.

Wiosna to czas, kiedy trzeba pamiętać o stosowaniu ochrony słonecznej. O kremach zawierających filtry zwykle przypominamy sobie przed wyjazdem na wakacje, podczas gdy już wiosenne słońce bardzo szybko prowokuje uwidacznianie się przebarwień. Stosując krem na dzień należy zwracać uwagę, czy zapewnia nie tylko pielęgnację, ale również chroni przed niekorzystnym wpływem promieniowania ultrafioletowego. Wiosną wystarczą niskie faktory ochrony słonecznej.

## PIELĘGNACJA POWINNA BYĆ PRZYJEMNOŚCIĄ

Wiosenna pielęgnacja powinna być traktowana jako relaks i domowe spa. W biegu codziennych zajęć warto na kilkanaście minut zamknąć się w zaciszu łaźienki. Ważne, aby każdy etap pielęgnacji był staranny i zachowany. Dokładny demakijaż, pachnąca kąpiel, dwa razy w tygodniu nałożenie maseczki na twarz, szyję i dekolt lub peeling twarzy i ciała.

Skóra po peelingu i kąpieli jest rozluźniona i łatwo wchłania substancje odżywcze, które maksimum działania osiągają po 30-60 minutach. Czasem, gdy po upływie tego czasu suchość zaczyna być odczuwalna, warto powtórzyć aplikację kosmetyku. Nie wolno zapominać o pielęgnacji delikatnej skóry w okolicy oczu. Brak dostatecznego dbania o to miejsce przyczynia się nie tylko do wysuszenia i podrażnień, ale również do przyspieszenia utraty elastyczności i powstawania zmarszczek.

Odpowiednie i systematyczne zadbanie o skórę w okresie wiosny gwarantuje jej szybką regenerację, poprawę kolorytu, zapewni działanie liftingujące, przyspieszy procesy odbudowy i regeneracji.



❶ **SLIM EXTREME 4D CLINIC, ULTRA-AKTYWNY ANTICELLULITOWY KRIO-ZEL**, do codziennej terapii antycellulitowo-ujędrniającej. ❷ **WYGŁADZAJĄCA POMADKA OCHRONNA BANANA MOUSSE**, składniki: olejek bananowy, olej z Maruli, olejek kokosowy, masło Shea. ❸ **MATUJĄCO-WYGŁADZAJĄCY KREM NA DZIEŃ I NA NOC** przywraca równowagę cerze tłustej i mieszanej, z tendencją do błyszczenia. Dzięki regulacji wydzielania sebum skóra zyskuje matowy wygląd. Skoncentrowana dawka natury w postaci ekstraktu z żeń-szenia, maliny nordyckiej, szalwii, olejku z rokitnika doskonale niweluje niedoskonałości cery i pielęgnuje skórę trądzikową.





**PEELING HYDRO-KRYSTALICZNY ZŁUSZCZANIE I HYDROBALANS DERMIKA HYDROCLEAN**

Wyjątkowość peelingu hydro-kryształicznego wynika z zastosowania w nim technologii AquaPeel, mikrokryształów perlitu oraz specjalnej formuły hydrobalance. Dzięki nim peeling mechanicznie ściera naskórkę, poprawiając jednocześnie strukturę jego uwodnienia. Pozostawia Twoją cerę świeżą, promienną, jak po zabiegach hydradermabrazji. Formułę wzbogaciłmy ekstraktem z kwiatu lotosu, symbolu czystości absolutnej.

**DUETUS PEELING DO TWARZY**

Delikatny, drobnoziarnisty peeling przeznaczony do oczyszczania cery mieszanej lub z niedoskonałościami. Zawarte drobinki korundu i zmielonych nasion czarnuszki mechanicznie złuszczają martwy naskórek, wygładzając skórę. Węgiel aktywny oraz ekstrakt z lukrecji detoksykują, dogłębnie oczyszczają i wyrównują koloryt.



**KREM MIKROZŁUSZCZAJĄCY Z KWASEM MIGDAŁOWYM NA NOC ZIAJA**

Nawilżający krem z 3% zawartością kwasu migdałowego. Przywraca skórze naturalną równowagę i świeżość. Złuszcza i odnawia naskórek nie powodując podrażnień. Rozjaśnia powierzchniowe przebarwienia posłoneczne i popazalne. Zmniejsza zaskórniki i rozszerzone pory.

**GŁĘBOKO OCZYSZCZAJĄCY PEELING DO TWARZY MARION**

Kremowy peeling gruboziarnisty z naturalnym ścierniwem aktywnie złuszcza naskórek, ułatwiając jego regenerację. Oczyszcza pory, pozostawiając skórę gładką i miłą w dotyku. Składniki aktywne: ekstrakt z miodu, cytryna, zmielone pestki moreli.



**PEELING ENZYMATYCZNY 3 W 1 SORAYA**

Złuszcza naskórek, poprawia koloryt skóry, nawilża. Ekstrakt z Moringi doskonale usuwa ze skóry makijaż i wszelkie zanieczyszczenia, pozostawiając uczucie odświeżenia. Pollution Block Complex tworzy na skórze warstwę ochronną, dzięki czemu chroni skórę przed osadzeniem się zanieczyszczeń.



**PEELING DROBNOZIARNISTY Z OLEJKIEM Z CZARNEJ PORZECZKI LIRENE**

Skutecznie usuwa martwe komórki naskórka zapewniając błyskawiczne wygładzenie skóry. Poprawia mikrokrążenie oraz intensywnie nawilża, dzięki czemu skóra wygląda świeżo i młodo, a twarz jest doskonale przygotowana do kolejnych kroków pielęgnacyjnych.

**PASTA PEELINGUJĄCA DO TWARZY AA**

Zawiera cucurbitynę, naturalny aminokwas występujący w oleju z pestek dyni, który hamuje syntezę histaminy - substancji odpowiedzialnej za wystąpienie reakcji alergicznej i tym samym wspomaga łagodzenie zaczerwienienia, podrażnienia skóry.





## WIOSENNA PIELĘGNACJA POWINNA BYĆ TRAKTOWANA JAKO RELAKS I DOMOWE SPA.



### KWIATY POLSKIE MALWA KREM PÓŁTŁUSTY DO CERY SUCHEJ I NORMALNEJ URODA

Krem półtłusty do cery suchej i normalnej z wyciągiem z malwy i witaminą B5. Zapewnia intensywną pielęgnację. Nawilża i wspomaga naturalną ochronę skóry przed podrażnieniami.



### KREM NAWILŻAJĄCY DZIEŃ/ NOC OLEJ Z KONOPI + SZAFRAN BIELENDA

Jest bogaty w naturalne wyciągi roślinne, które głęboko regenerują i rewitalizują skórę. Redukuje niedoskonałości, zapobiega powstawaniu wyprysków, wspomaga rozjaśnianie przebarwień i blizn potrądzikowych.

### OCZYSZCZAJĄCY PEELING DO TWARZY SYLVECO

Hypoalergiczny, kremowy peeling z korundem przeznaczony do oczyszczania skóry ze skłonnością do przetłuszczania, z rozszerzonymi porami. Drobinki ścierające są mocne i doskonale złuszczają martwy naskórek. Peeling zawiera ekstrakt ze skrzypu polnego o działaniu normalizującym pracę gruczołów łojowych, łagodzącym podrażnienia i przyspieszającym regenerację.





**NOWA LINIA KREMÓW DO TWARZY I POD OCZY  
DERMO SYSTEM OD DELIA COSMETICS**

W trosce o codzienny komfort i bezpieczeństwo skóry marka Delia Cosmetics opracowała nową linię kremów Dermo System stworzoną zgodnie z autorską koncepcją marki - SOS (Save Our Skin). Cztery kremy do twarzy do stosowania na dzień i na noc oraz krem pod oczy powstały z myślą o niezawodnej pielęgnacji dostosowanej według potrzeb każdego rodzaju skóry. Nowe kosmetyki dołączają do serii Dermo System przeznaczonej do prawidłowego oczyszczania i demakijażu, zapewniając codzienną kompleksową pielęgnację.

**KREM Z EKSTRAKTEM  
Z ZIELONEJ HERBATY  
AVA LABORATORIUM**

Bogaty, intensywnie nawilżający krem ze składnikami o działaniu silnie antyoksydacyjnym. Wzbogacony w wyciąg z korzenia Imperata cylindrica, który dzięki niezwykłej zdolności zatrzymywania wody w naskórku - zapewnia długotrwały, wysoki poziom nawilżenia skóry nawet przez 24 godziny.



**KREMO-ŻEL  
HERBAL CARE**

To, aż 94% składników naturalnych! 0% oleju parafinowego i silikonów. Wysoka zawartość składników nawilżających, zapewnia skórze komfort również podczas pielęgnacji nocnej. Krem szybko się wchłania i stanowi idealną bazę pod makijaż.



**KREM ŁAGODZĄCY  
DO SKÓRY PODRAŻ-  
NIONEJ WYMAGA-  
JĄCEJ OCHRONY AA**

Krem z organicznym olejem z rokitnika, który przywraca prawidłowe działanie bariery lipidowej. Chroni przed niekorzystnym oddziaływaniem środowiska, poprawiając mikrocyrkulację, redukuje zaczerwienienia oraz łagodzi stany podrażnienia skóry.



**ANTYOKSYDACJA  
JAGODY ACAI  
ZIAJA**

Oczyszczający żel micelarny z peelingiem do twarzy zawiera naturalne substancje aktywne - jagody acai, glukonian wapnia, witaminę C, prowitaminę B5, naturalne substancje peelingujące oraz ściągająco-normalizujący cynk coceth sulfate, dzięki temu delikatnie oczyszcza skórę, wspomaga złuszczenie martwych komórek naskórka i pozostawia efekt nawilżonej skóry.



**NIVEA SILK MOUSSE  
APRICOT MARSHMALLOW**

Jedwabisty mus do mycia ciała pod prysznic NIVEA z ekstraktem z jedwabiu o zapachu moreli i słodkiej pianki cukrowej. Ciesz się chwilą, podczas gdy mus otuli Twoje ciało i zmysły niczym jedwab. Mus dzięki łagodnej formule pozostawia uczucie jedwabście miękkiej i gładkiej skóry.

**ORIENT TIME  
SERUM WYGŁADZAJĄCE  
AVA LABORATORIUM**

Azjatycka formuła serum sprawia, że skóra staje się jędrna, gładka, odżywiona i dotleniona. Bogaty w witaminę C ekstrakt z owoców róży azjatyckiej uelastycznia, wygładza i napina skórę. Centella asiatica działa silnie liftingująco i odmładzająco. Widocznie spłyca istniejące zmarszczki i hamuje powstawanie nowych.



**SKONCENTROWANE  
STIMUSERUM NA  
NOC LIRENE**

Specjalistyczne serum, zapewnia idealną pielęgnację uzupełniającą, gwarantując widoczny efekt rewitalizacji i stymulacji energetycznej skóry.

ZNAJDŹ SZYBKĄ I ŁATWĄ ODPOWIEDŹ  
NA KAŻDY PROBLEM SKÓRY.





# OCHRONA DŁONI NA WIOSNĘ

Po okresie zimowym kondycja skóry naszych dłoni jest widocznie pogorszona. Zimna i wietrzna aura powoduje, że skóra dłoni staje się sucha, ściągnięta, popękana i często zaczerwieniona, a paznokcie matowe – szczególnie, kiedy zapomnimy założyć rękawiczki. Stan ten pogarsza częsty kontakt z detergentami, bo wiele z nas zmywa naczynia, pierze ubrania przeznaczone do prania ręcznego i myje podłogi bez rękawiczek ochronnych. Na dodatek myjemy dłonie znacznie częściej niż inne części ciała, co doprowadza do osłabienia i tak cienkiego hydrolipidowego płaszczu chroniącego skórę.

Dlatego wiele z nas nie wyobraża sobie wiosny bez kremu do rąk. W torebce, na biurku w pracy, na stoliku nocnym – jest naszym to-

warzyszem, który pomaga zaradzić przesuszeniu, szorstkości, przebarwieniom i zmarszczkom na dłoniach. Must have pielęgnacji dłoni w tym czasie to smarowanie 2-4 razy dziennie, najlepiej po każdym kontakcie dłoni z wodą, a doraźnie – intensywna kuracja ratunkowa w postaci maski lub serum. Dlatego w Laboratorium Naukowym Lirene opracowane zostały cztery nowe kremy do rąk, które dzięki ekstraktom z szaławii, porzeczki, magnolii i róży otulą skórę niczym ciepłe rękawiczki, ochronią i zregenerują podrażniony naskórek. Wychodząc na dwór, zastosuj krem odżywczy RÓŻA bądź serum PORZECZKA – preparaty o bogatszej konsystencji. W codziennej domowej pielęgnacji najlepiej sprawdzi się szybko wchłaniający się krem nawilżający MAGNOLIA lub kojący SZALWIA.

## 1 PORZECZKA regenerujące serum do rąk i paznokci

Regenerujące serum do rąk i paznokci stworzone zostało dla skóry suchej, szorstkiej i zniszczonej – potrzebującej odmłodzenia. Profesjonalna formuła z 25% kompleksem regenerującym:

- intensywnie odżywia i wygładza,
- przyspiesza odnowę podrażnionej skóry,
- widocznie odmładza skórę dłoni i paznokci.

## 2 MAGNOLIA głęboko nawilżający krem do rąk i paznokci z olejkami sojowymi

Przeznaczony jest dla suchej i szorstkiej skóry dłoni, wymagającej codziennego odżywienia. Olejkowa formuła z 15% kompleksem nawilżającym:

- intensywnie nawilża szorstką skórę,
- zmiękcza i widocznie odżywia,
- przywraca dłoniom zadbany wygląd.

## 3 SZALWIA błyskawicznie kojący krem-maska do rąk i paznokci

To regenerująca kuracja dla bardzo suchej i popękanej skóry dłoni. Unikalna formuła z 20% zawartością kompleksu kojącego:

- widocznie regeneruje i odnawia skórę
- przynosi natychmiastowe ukojenie
- niweluje uczucie szorstkości i widoczne pęknięcia

## 4 RÓŻA intensywny odżywczy krem do rąk i paznokci

To idealny produkt dla skóry spierzchniętej i potrzebującej głębokiej odnowy. Dzięki skoncentrowanej formule z 30% kompleksem odżywczym krem:

- likwiduje uczucie suchości i ściągnięcia,
- łagodzi i koi podrażnioną skórę,
- chroni dłonie i paznokcie przed czynnikami szkodliwymi.



A close-up portrait of a woman with brown hair styled in an updo, holding a large slice of grapefruit over her left eye. She has vibrant, colorful eye makeup and red lipstick. The background is a solid, bright green color.

# ZASTRZĄYK ENERGII





## SORAYA #FOODIE SMOOTHIE DO CIAŁA SUPERNAWILŻAJĄCE

To niezwykle skuteczne smoothie do ciała, które w mgnieniu oka spełni wszystkie potrzeby Twojej skóry. Kosmetyk delikatnie, lecz skutecznie pielęgnuje skórę ciała, zapewniając jej zdrowy, zadbane wygląd na długi czas. Dzięki zawartości ekstraktu z melona, zapewnia głębokie nawilżenie skóry, które czyni ją gładką i aksamitnie miękką.

## BĄBELKOWA PIANKA MYJĄCA DO CIAŁA I DŁONI ZIAJA

- Delikatna pianka o okrutnie cytrynowym zapachu urodzinowego ciasta.
- Łagodnie oczyszcza skórę kwaśnymi bąbelkami.
- Orzeźwiający cytrynowo-waniliowy seans pozostawia Twoją skórę smakowicie pachnącą.



## NIVEA CARE 3W1 LEKKI KREM DO TWARZY PRZECIWMARSZCZKOWY

Przeznaczony do każdego typu cery. Stworzony z myślą o tym, by dzięki cennej Witaminie E oraz Filtrom UV chronić skórę i dbać o utrzymanie jej młodego wyglądu na dłużej, każdego dnia! Formuła kremu dodatkowo zawiera innowacyjne hydrowoski, które błyskawicznie rozpuszczają się po kontakcie ze skórą.



**SUKCESEM PIĘKNEGO I ZDROWEGO CIAŁA JEST CAŁOROCZNA, KOMPLEKSOWA PIELĘGNACJA Z DOBRZE DOBRANYMI KOSMETYKAMI.**

## CLEANSING LINE 2 W 1 ŻEL + BALSAM DO CIAŁA AVA LABORATORIUM

Przeznaczony do codziennego użytkowania pod prysznicem nawet przez osoby o suchej skórze bez potrzeby dodatkowego jej natłuszczenia. Ma delikatny, owocowy zapach. Pozostawia skórę gładką, delikatną i nawilżoną, umiarkowanie się pieni, dobrze spłukuje.



## MLECZKO DO CIAŁA CYTRYNOWIEC + MIĘTA BIELENDY BOTANIC FORMULA

Botaniczne mleczko do ciała ma aksamitną konsystencję i piękny zapach, jest bogate w naturalne wyciągi roślinne, dzięki czemu głęboko regeneruje i nawilża, odżywia, ujędźnia i zmiękcza skórę.



## NATURE BOX POMEGRANATE SZAMPON

Nature Box Granat ze 100% tłoczonym na zimno olejem z granatu, znanym z zawartości witamin i antyoksydantów – chroni włosy farbowane przed blaknięciem, zapewniając im intensywny, lśniący kolor na długo. Bardzo suchej skórze zapewnia dogłębne nawilżenie dla uczucia odżywionej skóry przez cały dzień.



## WITAMINOWY BALSAM Z OLEJEM SEZAMOWYM LIRENE

Witaminowy balsam o lekkiej konsystencji zapewnia natychmiastowe i długotrwałe nawilżenie oraz błyskawicznie wchłanianie. Wykazuje silne działanie kojąco-łagodzące oraz poprawia kondycję skóry. Piękny zapach sprawia, że stosowanie balsamu jest przyjemnością, a skóra pozostaje zrelaksowana.





**WIELOFUNKCYJNY ŻEL BAMBUSOWY BEAUTY KEI**

Idealny na ciało, twarz i włosy.

- łagodzi podrażnienia;
- intensywnie nawilża;
- odżywia skórę;
- opóźnia efekty starzenia.

Może być stosowany na twarz, ciało i włosy.

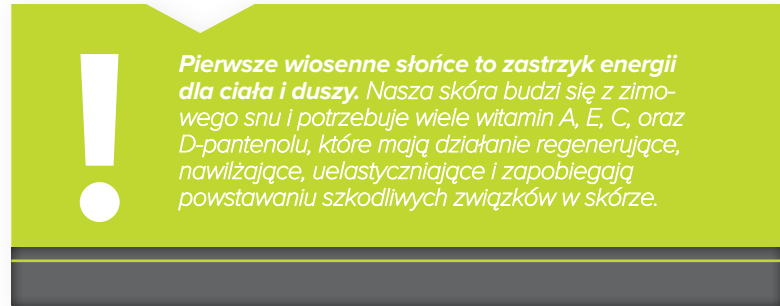
**LEKKI BALSAM ODŻYWCZY DO CIAŁA LIRENE**

Bogaty w aminokwasy, minerały i witaminy naturalny Jedwab Morski, posiada właściwości stymulujące skórę do wielopoziomowej odnowy, zapewniając jej elastyczność i gładkość. Ma delikatną, lekką konsystencję, idealną dla skóry normalnej.



**MASŁO DO CIAŁA IMBIR + DZIĘGIEL BIELENDA BOTANIC FORMULA**

Botaniczne masło do ciała jest bogate w wyciągi roślinne. Ma aksamitną, kremową konsystencję i piękny zapach. Głęboko nawilża, ujędrnia, zmiękcza i regeneruje ciało. Zapewnia świeży wygląd skóry i wydobywa jej naturalne piękno.



**KOSMETYKI NA WIOSNĘ MUSZĄ ZAPEWNIĄĆ UCZUCIE ŚWIEŻOŚCI – NIE TYLKO DEZODORANTY, ALE RÓWNIEŻ ŻELE POD PRYSZNIC I DO KĄPIELI, BALSAMY DO CIAŁA, A TAKŻE AROMATYCZNE WODY I PERFUMY.**



**KOSTKI MYJĄCA DOVE**

Ze względu na łagodne działanie i skuteczne oczyszczanie są polecane nawet do oczyszczania skóry suchej, wrażliwej i skłonnej do podrażnień.

Dodatkowo tworzą gęstą odżywczą pianę, która nie tylko doskonale oczyszcza, ale i pielęgnuje skórę. Prawdziwą ucztą dla zmysłów są nuty zapachowe różnorodnych wersji kostki Dove. Połączenie niebieskiej figi i owocu pomarańczy zadziała regenerująco i stymulująco, a porcję orzeźwienia i energii o poranku zapewni duet ogórka i zielonej herbaty.



**NATURE BOX MASKA DO WŁOSÓW MORELA**

Odkryj naturalne piękno swoich włosów z nowymi maskami Nature Box ze 100% tłoczonymi na zimno olejami, znanymi z zawartości witamin i antyoksydantów. Intensywna formuła do spłukiwania zapewnia intensywną pielęgnację i dogłębne odżywienie włosów. Morela nadaje włosom jedwabistą miękkość i blask.

**ORZEŹWIAJĄCO-ENERGETYZUJĄCY ŻEL POD PRYSZNIC VIANEK**

Żel pod prysznic, zawierający ekstrakt z szalwii, wspaniale odświeża i orzeźwia. Łagodne środki myjące dokładnie oczyszczają i równocześnie pielęgnują skórę przesuszoną. Połączenie sorbitolu i kwasu jabłkowego gwarantuje poprawę nawilżenia, dzięki właściwościom wiązania wody w naskórku. Po zastosowaniu ciało nabiera wigoru, a skóra zyskuje miękkość i elastyczność.



# Dove



Dove pielęgnuje,  
Ty czujesz się  
pięknie







**BOGATY ODŻYWCZY  
HIALURONOWY  
KREM DO CIAŁA  
EVELINE COSMETICS**

Składa się z unikalnej kompozycji skoncentrowanych składników aktywnych. Błyskawicznie łagodzi uczucie podrażnionej i suchej skóry, głęboko ją odżywia i przywraca odpowiednią elastyczność oraz miękkość. Dzięki aksamitnej formule krem wchłania się błyskawicznie, a zarazem pozostawia na skórze nietyłsty film wygładzający i chroniący przed przesuszeniem.



**ŻEL  
DO SKÓRY SUCHEJ  
BIO-OIL**

Olejki to aż 87% składników aktywnych żelu. Najważniejszym z nich jest Olejek Bio-oil, od 30 lat znany ze swoich specjalistycznych właściwości oraz udokumentowanej skuteczności w pielęgnacji skóry suchej. Dzięki innowacyjnej kompozycji, żel niemalże w całości działa aktywnie na skórę!



**INTENSYWNIE ODŻYWCZE  
MASŁO DO CIAŁA  
VIANEK**

Puszyste, aromatyczne masło do ciała zawierające bogactwo składników intensywnie odżywczych (masło kakaowe, masło shea, olej rokitnikowy, olej z pestek moreli). Pielęgnuje każdy rodzaj skóry, przywracając jej komfort i aksamitną gładkość, szybko się wchłania. Po zastosowaniu skóra pozostaje miękka, idealnie nawilżona i elastyczna przez dłuższy czas.

**ODŻYWCZA MGIELKA DO CIAŁA  
PAPAJA & TAMARILLO  
FARMONA**

Zawarte w mgielce proteiny mleczne oraz ceramidy, a także kompleks nawilżający wygładzą i nawilżą naszą skórę w trakcie upałów. Dzięki temu po każdym rozpyleniu mgielki nasza skóra stanie się miękka jak miąższ tamarillo.



**ORZEŻWIAJĄCY ŻEL POD  
PRYSZNIC Z LIMONKOWO-  
CYTRUSOWYM KOKTAJ-  
LEM EGZOTYCZNYM ZIAJA**

Łagodnie myje, pozostawia skórę czystą i zadbaną. Zmienia kąpiel w energetyzującą aromaterapię. Zapewnia skórze wyjątkowo świeży, limonkowy zapach. Tworzy delikatną, pielęgnującą pianę.



**MELISA BALSAM DO CIAŁA  
SILNIE NAWILŻAJĄCY  
I UJĘDRNIAJĄCY  
URODA**

Bogaty m.in. w: wyciąg z melisy, który regeneruje, łagodzi, uspokaja i odświeża. Chroni przed działaniem wolnych rodników i promieni słonecznych. Wyciąg z zielonej herbaty spowalnia efekt starzenia się skóry, pobudza jej mikrokrążenie, uelastycznia. Olej z orzechów makadamia zawiera minerały, takie jak: potas, fosfor, wapń oraz witaminy B1 i B2. Doskonale nawilża, wygładza i działa przeciwstarzeniowo, pielęgnuje skórę suchą i wrażliwą.



**BOTAVIKOS ENERGY  
OLEJEK DO CIAŁA**

Każdy z produktów Botavikos zawiera co najmniej 95% naturalnych składników pochodzenia roślinnego. Produkcja naszych kosmetyków jest inspirowana zasadą korneoterapii, której istotą jest intensywne regeneracja skóry poprzez dbałość o jej naturalną barierę (warstwę) ochronną. Olejek nadaje elastyczność i świeżość skórze każdego rodzaju. Zmiękcza skórę po kąpiel. Nadaje się do masażu aromaterapeutycznego.

**MASŁO DO CIAŁA DAIRY FUN**

Apetyczne masło do ciała o delikatnej kremowej konsystencji doskonale nawilża i odżywia, pozostawiając przyjemny film na skórze. Aromat brzoskwiń działa odświeżająco i energetyzująco, a ciało staje się wyjątkowo gładkie i miękkie w dotyku.





Uroda pod lupą

### ŻEL + OLIWKA POD PRYSZNIC: OLIWKA Z MANGO LIRENE

Żel intensywnie nawilża oraz poprawia kondycję skóry, chroniąc ją przed wysuszeniem. Dzięki zawartości wosku z mango wzmacnia barierę naskórka, hamuje utratę wody, działa nawilżająco i zmiękcza. Specjalnie dobrane składniki sprawiają, że żel pozostawia na skórze warstwę ochronną.



### OLEJEK DO KAPIELI I POD PRYSZNIC FARMONA

Sięgając po olejek do kąpieli i pod prysznic dostarczymy swojemu ciału bogactwa naturalnych olejków owocowych i zawartych w nich składników odżywczych oraz witamin A, E i F zamieniając prysznic w fontannę młodości. Masaż z wykorzystaniem olejku podczas kąpieli ujędźni skórę i pomoże w redukcji cellulitu, który jest do kitu.

### ŻELE POD PRYSZNIC DOVE GO FRESH

Kolekcja odświeżających żeli pod prysznic Dove Go Fresh, zapewni Ci kremową, obfitą i miękką pianę, z ferią wspaniałych zapachów – to sposób na codzienny rytuał piękna Dove. Żele zadbają o Twoją skórę i otulą Cię takimi orzeźwiającymi zapachami, jak Gruszka i Aloes, Mandarynka & Gardenia Tahitańska, czy Granat i Werbena Cytrynowa, które z pewnością poprawią Ci nastrój.



# CATRICE

COSMETICS

## NOWOŚCI WIOSNA-LATO 2019

## FOR ALL MAKE UP ARTISTS AT HEART



\* JUŻ OD  
**10,99 ZŁ**

#MAKEUPARTISTSATHEART  
CATRICE.EU

\*MAKSYMALNA & SUGEROWANA CENA DETALICZNA



# IDEALNY KOREKTOR



## MULTIFUNKCYJNY KOREKTOR W PŁYNIE AA SENSI SKIN MULTI CONCEALER

Ekspresowo i precyzyjnie ukryje nawet najbardziej dokuczliwe problemy cery, takie jak cienie, sińce pod oczami, podrażnienia, popękane naczynka czy krostki. Dzięki formule z kolagenem i kwasem hialuronowym doskonale pielęgnuje, nawilża zapewnia komfortowe uczucie i naturalny efekt przez cały dzień.



## KOREKTOR ROZŚWIETLAJĄCY ACTIVE LIGHT PUPA

Lekka, stapiająca się ze skórą formuła została wzbogacona o innowacyjny składnik Phyto Complex, który pomaga rozjaśnić cienie pod oczami i przywraca skórze naturalny, jasny kolor. Koryguje niedoskonałości skóry, widocznie minimalizuje oznaki zmęczenia, pięknie rozświetla oraz nadaje cerze świeży i promienny wygląd.



## KOREKTOR ONE DROP COVERAGE WEIGHTLESS CATRICE

Jedna kropla to wszystko, czego potrzebuje Twoja skóra: trwały, odporny na pot korektor zapewnia intensywny efekt kryjący i ma niezwykle lekką konsystencję. Zaledwie jedna kropla wystarczy, by uzyskać pełny efekt kryjący. Jednocześnie dzięki zawartości kwasu hialuronowego jego formuła nawilża skórę. Produkt dostępny jest w 4 odcieniach.



## KOREKTORY CUSHION CORRECTOR MAKEUP REVOLUTION

Pięć odcieni, które pomogą skorygować niedoskonałości na skórze.

- Zielony korektor nadaje się do kamuflażu zaczerwienień lub trądziku różowatego.
- Pomarańczowy jest idealny do zakrywania cieni i ciemnych plam.
- Bananowy rozjaśnia i wyrównuje koloryt skóry.
- Brzoskwinia przykrywa cienie i jest świetna dla jasnych odcieni skóry.
- Light jest świetny do użycia pod oczy.



## KOREKTOR CAMOUFLAGE+ MATT ESSENCE

Wodoodporny korektor matuje skórę i - dzięki intensywnie kryjącej formule - w niezawodny sposób kryje cienie pod oczami. Można nim nawet czasowo zakryć tatuaż.



## BOURJOIS HEALTHY MIX KOREKTOR

Korektor Healthy Mix z witaminami przykrywa cienie i opuchliznę pod oczami. Występuje w trzech odcieniach pełnych blasku, formuła jest bardzo lekka, idealnie łączy się ze skórą, by efekt był jeszcze bardziej naturalny.

## NO DARK CIRCLES ROZŚWIETLAJĄCY KOREKTOR POD OCZY LIRENE

Rozświetlająca, pielęgnacyjna formuła rozjaśnia skórę pod oczami, nadając jej zdrowy, wypoczęty wygląd. Aksamitna konsystencja sprawia, że korektor optycznie stapia się ze skórą i wygląda bardzo naturalnie.



## HYPOALLERGENIC COVER EYE&SKIN CONCEALER BELL

Hypoalergiczny korektor kamuflujący znakomicie kamufluje wszelkie niedoskonałości cery. Jego formuła została tak opracowana, że nadaje się do stosowania również w okolicach oczu. Przykrywa cienie pod oczami i optycznie wygładza skórę wokół nich. Zapewnia mocne, długotrwałe krycie oraz duży komfort użytkowania. Ma lekką konsystencję, nie działa wysuszająco. Na skórze nie zmienia koloru i nie zbiera się w jej załamaniach.

## HYPOALLERGENIC SKIN CAMOUFLAGE CONCEALER BELL

Hypoalergiczny, nowoczesny korektor retuszujący to wielozadaniowy kosmetyk o kremowej konsystencji, który idealnie przygotowuje skórę do dalszych etapów nakładania makijażu. Nadaje się do wszystkich typów skóry. Każdy z jego czterech kolorów pełni inną funkcję.



### CONTOUR CONCEALER PIERRE RENE

Korektor w płynie kryjący cienie pod oczami, oznaki zmęczenia, drobne zmarszczki, przebarwienia oraz inne niedoskonałości skóry. Umożliwia również konturowanie wybranych partii twarzy, a lekka, aksamitna konsystencja dobrze się rozprowadza, dając naturalne wykończenie. Odpowiedni dla wszystkich typów cery. Bezzapachowy.



### CONCEALER SENSATION EVELINE COSMETICS

Paleta korektorów Concealer Sensation to idealny zestaw odcieni, które pokrywają wszystkie niedoskonałości skóry, aby wyglądała świeżo i promiennie. Korektor może być stosowany osobno lub pod podkład. Zielony polecamy przeciw zaczerwienieniom, żółty doskonale maskuje zmęczenie i cienie pod oczami, fioletowy – stosujemy przeciw przebarwieniom, a beżowy, uniwersalny będzie odpowiedzią na wszystkie problemy.

### MAX FACTOR RADIANT LIFT PODKŁAD

Długotrwały podkład, który zapewni krycie od średniego do mocnego, jednocześnie nadając skórze rozpromienioną i zdrowy wygląd. Formuła wzbogacona o kwas hialuronowy pozostawia cerę nawilżoną, natomiast filtr SPF30 chroni ją przed szkodliwymi działaniami promieni UV.



### RISE & SHINE TUSZ DO RZĘS MAX FACTOR

Rewitalizująca formuła z witaminą C, proteinami, kofeiną, która wzmacnia i odżywia strukturę rzęs od wewnątrz. Oczy wyglądają na optycznie powiększone i wypoczęte. Rzęsy są uniesione i wydłużone od nasady, aż po same końce. Miękka, wyprofilowana szczoteczka zapewnia łatwą i równomierną aplikację.



### ESSENCE MASKARA POGRUBIAJĄCO-WZMACNIAJĄCA I NEED A MIRACLE!

Maskara ze specjalną szczoteczką w kształcie fistaszka zapewni długie i zachwycająco pogrubione rzęsy. Dzięki specjalnie opracowanej formule z kompleksem zawierającym pigment maskara wzmacnia rzęsy i kryje je intensywnym kolorem. Wystarczy pojedyncza aplikacja, by uzyskać spektakularny efekt.



### RIMMEL WONDER LUXE BLACK TUSZ DO RZĘS

Maskara z efektem pełnej objętości, z formułą wzbogaconą o 4 drogocenne olejki dla efektu gęstych i gładkich rzęs! Nigdy więcej dni złych rzęs! Natychmiastowa pełna objętość od nasady aż po końce. Idealne rozdzielenie rzęs oraz kontrola objętości. Bez rozmywania i kruszenia.



### DEBORAH MILANO 24ORE INSTANT MAXI VOLUME

Maskara do rzęs z przełomową formułą, która dodaje czarującej objętości od nasady aż po końce każdej rzęsy: +170% efektu objętości już od pierwszej aplikacji. Bogato napigmentowana, długotrwała formuła zapewni niesamowitą wydajność i wygląda świeżo przez cały dzień.





# CHRONI BLASK ( TWOJEJ ) SKÓRY

LIVE THE LONDON LOOK

**RIMMEL**  
LONDON



OCHRONA  
PRZED  
ZANIECZYSZCZENIAM  
POWIETRZA



DLA BLASKU  
KTÓRY TRWA



Tekst:  
**Marina Morozewicz**

wizażystka, beauty trener  
Beauty Studio Komilfo  
Kraków, ul. Lubelska 10/U1  
FB: Marina Morozewicz Make up Artist  
[instagram.com/marina.morozewicz/](https://www.instagram.com/marina.morozewicz/)  
+48 798 627 920

# ODNOWA SKÓRY DZIĘKI FACEFITNESS



# MASAŻ TWARZY

**M**asaż twarzy może całkowicie zmienić twoje podejście do pielęgnacji - a także wygląd twojej skóry. Odpowiednio wykonany pomaga kosmetykom spełnić obietnice o pięknej cerze, relaksuje i działa jak dobry lifting. Jeśli jeszcze nie wprowadziłaś go do swojego programu pielęgnacji, po tym artykule zmienisz zdanie. Zobacz, co dobrego może dać ci masaż twarzy i jak go wykonać, by osiągnąć najlepsze rezultaty.

## POBUDZA KRĄŻENIE

Niezależnie od tego, jak intensywny masaż twarzy wykonujesz, ruchy twoich dłoni zawsze pobudzają krążenie krwi. Tym samym twoja skóra dotlenia się i odzyskuje zdrowy kolor. Lekko zaróżowiona skóra po zabiegu to oznaka, że cera wzięła głęboki oddech! Lepsze krążenie sprawia, że twoja skóra będzie promienna i dłużej zachowa młody wygląd.

Dobra aplikacja kremów, olejków oraz innych kosmetyków ma kluczowe znaczenie dla ich działania. Nakładanie ich od niechcenia nie pomoże im odmienić wyglądu twojej skóry, ale jeśli podczas codziennej pielęgnacji będziesz pamiętać o masażu twarzy, szybko osiągniesz efekt „wow!”. Nawet delikatne ruchy wspomagają wchłanianie cennych składników aktywnych z kosmetyków w głąb skóry i tym samym zwiększają ich efektywność.

## ROZLUŻNIA MIĘŚNIE TWARZY

Relaksujący masaż twarzy jest przyjemny dla napiętych mięśni, ale ich rozluźnienie ma kluczowe znaczenie dla twojego wyglądu. Spięte mięśnie twarzy formują na niej zmarszczki, których z pewnością nie lubisz oglądać w lustrze. Rozluźnione działają na zmarszczki jak żelazko i sprawiają, że stają się mniej widoczne.

## POMAGA POZBYĆ SIĘ OPUCHLIWY

Żadna z nas nie lubi opuchlizny. Niezależnie od tego, czy pojawia się ona tylko pod oczami, czy sprawia, że cała twoja twarz przypomina balon, z pomocą masażu jesteś w stanie ją zmniejszyć, a nawet całkowicie się jej pozbyć. Delikatne opukujące ruchy pobudzą system limfatyczny i pomogą ci przywrócić dobry wygląd w niedługim czasie.

## DZIAŁA JAK LIFTING

Odpowiednia technika masażu pozwoli ci osiągnąć efekt naturalnego liftingu bez potrzeby wychodzenia z domu. Regularnie pobudzane mięśniami twarzy są odpowiednio ukrwione i dotlenione, a skóra poprawia swoją elastyczność i wzmacnia się. Masaż pomaga unieść „chomiczki”, zapobiega opadaniu powiek i przeciwdziała utracie jędrności. Sprawia, że wyglądasz lepiej. Chyba nie potrzebujesz już innych argumentów?

# MASAŻ BANKAMI

**N**owoczesny rozwój technologii oferuje wiele metod pozbywania się zmarszczek: masaże, maski, kremy do pielęgnacji różnych rodzajów skóry i na każdą porę dnia, zastrzyki młodości. Jednym z nich jest masaż próżniowy bańkami.

## WSKAZANIA DO ZABIEGU

Co jest przydatne w próżniowym masażu twarzy? Przywraca włókna kolagenu, sieć kapilarną i niewystarczający przepływ krwi w nich. Pozwala to na:

- usunięcie głębokich blizn;
- pozbycie się zmarszczek rozluźniając napięcie mięśni;
- poprawę kondycji skóry, zmniejszając zwiotczenie;
- wyeliminowanie obrzęków i cieni pod oczami;
- usunięcie drugiego podbródka.

# MASAŻ TANAKA

**O**kazuje się, że sam masaż twarzy może zapewnić skórze młody i zdrowy wygląd. W zależności od rodzaju pobudza krążenie krwi, wzmacnia mięśnie, poprawia napięcie skóry. Masaże twarzy są szczególnie popularne w Japonii oraz Korei Południowej.

Bardzo modny wśród blogerek urodowych masaż autorstwa japońskiej wizażystki, Yukuko Tanaki sptycha zmarszczki, redukuje opuchliznę, wyszczupla i poprawia owal twarzy. Według niej masaż twarzy może odjąć nam nawet 10 lat!

## MASAŻ TWARZY TANAKA

JAKIE SĄ EFEKTY MASAŻU:

- przeciwdziałanie powstawaniu zmarszczek
- niwelacja opuchnięć twarzy pod oczami
- wyszczuplenie twarzy
- usuwanie napięć mięśni twarzy
- dotlenienie tkanek

# PERLEK MASE



## MINERALNY ZABIEG OCZYSZCZAJĄCY Z ZIELONĄ GLINKĄ LIRENE

Dogłębnie oczyszcza i przywraca świeży, promienny wygląd skóry. Glinka kaolinowa głęboko oczyszcza, łagodnie ściąga pory i pozostawia skórę spektakularnie odświeżoną. Mineralny kaolin ma działanie ściągające i oczyszczające skórę z toksyn i zanieczyszczeń, przywracając jej równowagę.

## MASKA NA TKANINIE NA OKOLICE OCZU – EFEKT MOTYLA - SKUTECZNE NAWILŻENIE MARION

Chaos przed wielkim wyjściem? Nie tym razem! Zrób krok do pielęgnacyjnej zmiany i daj się wciągnąć w wir pozytywnych zdarzeń. Przeobraż się w pięknego motyla i rozwiń skrzydła fantazji. Niech moc aromatów otuli Twoje zmysły niczym aksamit balowej sukni, a pielęgnacyjne składniki przeniosą do świata szampańskiej zabawy.



## KOREAŃSKIE MASECZKI W PŁACHCIE DO ZADAŃ SPECJALNYCH BEAUTY KEI

Wyjątkowe maseczki do zadań specjalnych

- Widoczne efekty
- Skuteczne i intensywne działanie
- Wygoda i łatwość użycia
- Różnorodność



# CYJNA CZKA



## NORMALIZUJĄCA MASECZKA DO TWARZY VIANEK

Zawiera glinę zieloną i węgiel aktywny, które wykazują wyjątkowo silne właściwości detoksykujące, oczyszczające i normalizujące. Łagodzą zmiany skórne, przyspiesza regenerację, dostarczając jednocześnie skórze składników mineralnych, potrzebnych do szybszej odnowy. Po zastosowaniu skóra staje się dotleniona, odświeżona i widocznie zmatowiona.



## AA MULTIMASKA OCZYSZCZANIE PORÓW + KONTROLA SEBUM

1. Maseczka oczyszczająca pory peeling 2 w 1. Aktywny węgiel głęboko oczyszcza skórę i odblokowuje pory, a tlenek cynku reguluje wydzielanie sebum. Kwas azelainowy normalizuje proces złuszczenia naskórka oraz redukuje ilość zaskórników i wykwitów skórnych.
2. Nawilżająca maseczka seborregulująca. Kwas migdałowy reguluje pracę gruczołów łojowych, zapobiegając nadmiernemu błyszczeniu się skóry. Hydromaniol™ wraz z kwasem hialuronowym intensywnie nawilżają skórę, chroniąc ją przed nadmiernym przesuszeniem.



## BIELENDA CLOUD MASK BĄBELKUJĄCA MASECZKA ENERGETYZUJĄCA - MANGO BALANGO

Poczuj się jak na bezstroskich wakacjach. Zaaplikuj na swoją skórę maseczkę dodającą energii, mającej zapach prawdziwego mango. Popraw nawilżenie naskórka i zaserwuj cerze koktajl z ekstraktem z mango, papają i olejem awokado. Dzięki związkom zatrzymującym migrację wody z naskórka oraz witaminom i minerałom, cera odzyska komfort, promienność, gładkość i piękny wygląd, bez zbędnego obciążenia.





**PRZECIWMARSZCZKOWA MASKA NA TKANINIE Z KOENZYMEM Q10 EVELINE COSMETICS**

Nasączona 20ml odmładzającego serum skutecznie poprawia jędrność skóry, regeneruje, wygładza i redukuje zmarszczki. Maska zwiększa napięcie i gęstość skóry, intensywnie nawilża i rewitalizuje. W ciągu kilku minut przywraca skórze najwyższy poziom odżywienia, jędrności i blasku. Zabieg pozostawia skórę naturalnie rozświetloną, odmłodzoną i jedwabście miękką.



**MASECZKA ODŻYWCZA OLEJEK ARGANOWY HERBAL CARE**

Ta maseczka to remedium na problemy skóry suchej i bardzo suchej, odbudowujące jej warstwę lipidową, uzupełniające niedobory substancji odżywczych oraz długo-trwale i intensywnie nawilżające. Dzięki kosmetykowi twarz z dnia na dzień staje się zregenerowana, gładka i pozbawiona odczucia suchości.

**PERFEKCYJNE MASECZKI NAWILŻAJĄ WYSUSZONĄ SKÓRĘ, POPRAWIAJĄ WYGLĄD SKÓRY, ODŻYWIAJĄ.**

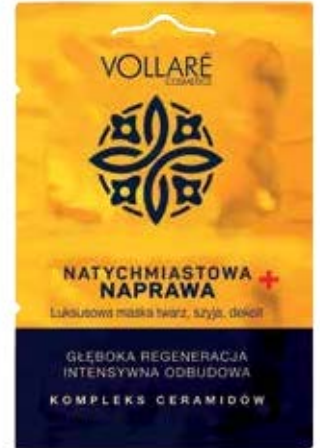
**WITAMINOWY KOKTAJL DLA SKÓRY REWITALIZUJĄCA MASKA Z WITAMINĄ C - PEEL OFF LIRENE**

Rozświetlona, wyraźnie odmłodzona i gładka skóra jak po profesjonalnym zabiegu u kosmetyczki. Witaminowa maska z witaminą C typu peel off, zawierająca ekstrakt z aceroli o silnym działaniu antyoksydacyjnym, zapewni widoczne efekty już po 1 użyciu!



**MASKA NATYCHMIASTOWA NAPRAWA VOLLARÉ COSMETICS**

Dzięki zawartości ceramidów i odżywczych olejów, głęboko regeneruje skórę i zapobiega jej wysuszeniu. Wzmacnia barierę hydrolipidową naskórka chroniąc go przed nadmierną utratą wody. Cera pozostaje intensywnie nawilżona i maksymalnie odżywiona, zabezpieczona przed działaniem czynników zewnętrznych. Maska przeznaczona do każdego rodzaju skóry dojrzałej.



**MASKA ENERGETYZUJĄCA NA TKANINIE MAŁPA**

Sięgnij po energetyzującą maseczkę sprytniej MAŁPKI. Zawarte w masce ekstrakty z kiwi i kwiatu bananowca przyczyniają się do odżywienia i intensywnego zregenerowania cery.



**SIEDEM MASECZEK PIĘKNOŚCI - PIELEGNACJA NA KAŻDY DZIEŃ TYGODNIA DERMIKA**

Zestaw maseczek Dermiki to kwintesencja skutecznej i przyjemnej pielęgnacji na każdy dzień tygodnia. Starannie dobrane składniki o intensywnym działaniu tworzą kompozycje dostosowane do potrzeb Twojej skóry i chwili.

**SERUM-MASKA WYGŁADZAJĄCO-NAPINAJĄCA RADICAL AGE ARCHITECT**

Skoncentrowana moc działania w serum-masce wygładzająco-napinającej, gwarantuje natychmiastowy i spektakularny efekt. Tarcza ochronna PEM&BLUE LIGHT PROTECT ogranicza negatywne skutki promieniowania niebieskiego i pola elektromagnetycznego. Preparat głęboko liftinguje, napina skórę, wygładzając zmarszczki i poprawiając owal twarzy. Serum-maska wzmacnia włókna podporowe i macierz elastynową, przywracając właściwą gęstość kolagenu, a skórze – jędrność, elastyczność i młody wygląd.







**MASKA ODMŁODZENIE I WYGŁADZENIE ZMARSZCZEK 2 X 5 ML SKIN UP**

Skin UP™ maska maksymalne odmłodzenie i wygładzenie zmarszczek z peptydem biomimetycznym, czerwoną algą, minerałami i zieloną glinką. Peptydy przeciwdziałają ciągłym napięciom i naprężeniu naskórka oraz skutecznie redukują długość i głębokość zmarszczek. Zielona glinka ujędrnia i wygładza drobne zmarszczki. Algi nadają blasku, wyrównują koloryt, działają silnie antyoksydacyjnie, zapewniając nawilżenie, odżywienie i dotlenienie. Minerale wzmacniają i regenerują skórę. Twarz staje się wyraźnie wygładzona, odmłodzona i nawilżona.



**OLEJKOWE SUPER ODŻYWIENIE REGENERUJĄCA MASKA Z OLEJKIEM ROZMARYNOWYM - PEEL OFF LIRENE**

Intensywnie wygładzona i odżywiona skóra jak po profesjonalnym zabiegu u kosmetyczki. Regenerująca maska typu peel off, zawierająca ekstrakt z liści oliwnych, olejek rozmarynowy oraz algi, zapewni widoczne efekty już po 1 użyciu!



**KIELISZEK WINA GLINKOWA MASECZKA NA DOBRANOC SORAYA**

Maseczka z różową glinką i bogatym w antyoksydanty ekstraktem z winogron zadziała niczym eliksir młodości na zmęczoną po całym dniu cerę. Innowacyjna maseczka, której nie trzeba zmywać sprawia, że skóra przez całą noc korzysta z jej dobroczynnego działania. Rano cera będzie nawilżona, jedwabiście gładka, jędrniejsza, bardziej napięta i wypoczęta.



**AA MULTIMASKA OCZYSZCZANIE + NAWILŻANIE**

1. Energetyzująca maseczka oczyszczająca - glinika biała wraz z tlenkiem cynku doskonale oczyszczają skórę z toksyn i wszelkich zanieczyszczeń, niwelując oznaki zmęczenia.
2. Maseczka intensywnie nawilżająca - kwas hialuronowy zapewnia długotrwały efekt nawilżenia, wygładza i uelastycznia skórę. Oleje ze słodkich migdałów i jojoba regenerują i odbudowują skórę, nadając jej miękkość i gładkość.



More than makeup

HYP⊙Allergenic



### DUETUS MASECZKA DO TWARZY

Maseczka do twarzy przeznaczona do zaawansowanej pielęgnacji cery mieszanej lub z niedoskonałościami. Glinka zielona i olej z konopi oczyszczają i zmniejszają pory, regulując proces wydzielania sebum. Zawarty w maseczce węgiel aktywny posiada zdolność przyciągania oraz pochłaniania toksyn i różnego rodzaju zanieczyszczeń. Kwas salicylowy dogłębnie oczyszcza i rozjaśnia powierzchowne przebarwienia. Ekstrakt z lukrecji gładkiej, sorbitol oraz olej z pestek winogron odpowiadają jednocześnie za utrzymanie odpowiedniego poziomu nawilżenia.

### INTENSYWNIE REWITALIZUJĄCA MASKA NA TKANINIE Z 24K GOLD EVELINE COSMETICS

Nasączona 20ml odżywczego serum zapewnia intensywną poprawę kondycji skóry, silnie wygładza, przywraca skórze blask i redukuje widoczność zmarszczek. Wzbogacona złotem pomaga redukować oznaki starzenia i stresu, dostarczając skórze intensywnego nawilżenia i precyzyjnie ją liftingując. Zabieg pozostawia skórę jedwabiście gładką, jędrniejszą i pełną młodzieńczego blasku.



### MASECZKA DETOKSYKUJĄCA CZARNY RYZ HERBAL CARE

Zawarte w niej drobinki ryżowe peelingują i wygładzają skórę, a wtóruje im olejek ryżowy, który odżywia i zapobiega przesuszeniu cery. Węgiel z drzewa ubame wychwytuje i usuwa zanieczyszczenia oraz toksyny, przywracając skórze promienny wygląd. Protection System zabezpiecza skórę przed uszkodzeniem wywołanym przez toksyczne substancje, a ekstrakt z herbaty działa przeciwutleniająco, regenerując i tonizując skórę.



MASECZEK NIE DA SIĘ  
"PRZEDAWKOWAĆ" - MOŻESZ JE  
STOSOWAĆ NAWET CODZIENNIE  
PODZAS WIECZORNEGO  
ODPOCZYNKU.



# Vp ANEK

polski z natury





# KOŁORYZACJA NA MEDAL

**P**iękne, lśniące włosy w kolorze idealnie dobranym do karnacji to marzenie każdej z nas, dlatego tak często poddajemy je zabiegowi koloryzacji. Jeśli jednak chcemy, aby były one zdrowe i zachowały swoją siłę i witalność, bardzo ważny jest dobór odpowiednich kosmetyków.

Takich, które będą bezpieczne dla włosów, nie zniszczą ich podczas farbowania i przede wszystkim na każdym etapie otoczą je wyjątkową pielęgnacją. Mając to na uwadze, laboratorium Delia Cosmetics stworzyło nowoczesne i bezpieczne trwałe farby z linii Cameleo OMEGA+, które dzięki skoncentrowanym wzbogaconym składnikom sprawiają, że włosy będą wyglądały pięknie długo po koloryzacji. Unikatowa kompozycja pigmentów zapewnia intensywne wnikanie koloru we włosy i maksymalny efekt - włosy zyskują intensywny kolor i stają się odporne na wypukiwanie.

W produktach używanych do koloryzacji niezwykle istotna jest zawartość odpowiednich składników pielęgnujących, które otulą włosy kolorem nadając im jednocześnie głęboką barwę. To szczególnie ważne przy pielęgnacji włosów delikatnych i zniszczonych zabiegami fryzjerskimi.

Cameleo Permanent Hair Color Cream gwarantuje włosom podwójną ochronę już podczas farbowania, dzięki zawartości serum OMEGA+, będącemu kompozycją pięciu naturalnych olejów (makadamia, sezamowego, kukurydzianego, słonecznikowego i oliwy z oliwek), która intensywnie nawilża i wygładza. W połączeniu z aktywatorem i kremem koloryzującym ostaną i pielęgnuje włosy już w trakcie koloryzacji. Ostatnim elementem koloryzacji, który zapewni regenerację włosów i ochronę koloru, będzie nałożenie balsamu z keratyną bezpośrednio po farbowaniu. Najmodniejsze kolory w tym sezonie to wciąż brązy i pełna gama blondów – od najjaśniejszych ciepłych i słonecznych, po chłodne, zgaszone. W odważniejszym wydaniu spotkamy się z różnymi tonacjami różu i pomarańczy. W najnowszych trendach w koloryzacji włosów powrócą znane zabiegi w tym balejaże, które mogą dodatkowo osłabić strukturę włosa, dlatego też powinniśmy zwrócić szczególną uwagę na składniki pielęgnacyjne w produktach stosowanych do koloryzacji, które dodatkowo nadadzą włosom piękny kolor i naturalny, zdrowy odcień. Warto również wybierać kosmetyki, które zostały wcześniej przebadane przez lekarzy dermatologów i zapewnią, że nie uczulą naszej skóry.

Ekspert marki Cameleo od Delia Cosmetics



## SUPER COLOR BOOSTER

Linia farb do włosów o innowacyjnej formule stworzonej dla uzyskania jeszcze większej intensywności i trwałości koloru. Farba o kremowo-żelowej konsystencji idealnie przylega do powierzchni włosa, nie spływa i wnika w głąb jego struktury. Równomiernie i mocno pokrywa min. 50% siwych włosów (w zależności od wybranego odcienia i koloru wyjściowego).

## L'OREAL PARIS CASTING CREME GLOSS FARBA DO WŁOSÓW 503 CZEKOLADOWE TOFFI

Formuła kremu bez amoniaku zapewnia optymalne pokrycie siwych włosów. Krem odtwarza bogactwo naturalnych kolorów włosów, pełnych widocznych refleksów. To tak, jak gdyby Twój kolor odżył na nowo. Trwały efekt utrzymuje się aż do 28 myć włosów.

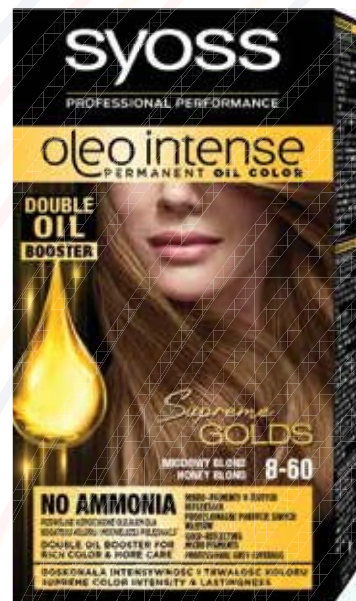






### CAMELEO PERMANENT HAIR COLOR CREAM

Gwarantuje włosom podwójną ochronę już podczas farbowania. Serum OMEGA+ to kompozycja pięciu naturalnych olejów, która intensywnie nawilża i wygładza. W połączeniu z aktywatorem i kremem koloryzującym osłania i pielęgnuje włosy już w trakcie koloryzacji. Balsam z keratyną nakładany po farbowaniu odżywia, zapewnia regenerację i ochronę koloru. Paleta Cameleo OMEGA+ zawiera 27 kolorów - od srebrnych i popielatych blondów, poprzez intensywnie czerwienie i ciepłe brązy, aż po głęboką czerń.



### SYOSS OLEO INTENSE

Zapewnia wyjątkową intensywność i doskonałą trwałość koloru, profesjonalne pokrycie siwych włosów oraz do 90% więcej blasku\*.

\*w porównaniu do włosów niefarbowanych

## CZY WIESZ, JAKIM TYPEM KOLORYSTYCZNYM JESTEŚ?

### FARBA LONDA AGEDEFY

Odkryj pełne pokrycie siwych włosów, naturalnie wyglądające kolory i regenerujące właściwości odżywcze w jednym produkcie! Opracowana specjalnie dla kobiet doświadczających oznak starzenia się włosów. Innowacyjna formuła stworzona z myślą o włosach siwych, jednocześnie przywracająca pełen blasku kolor i młodzieńczą miękkość oraz połysk.



### SCHWARZKOPF PURE COLOR WASHOUT ŻEL KOLORYZUJĄCY DO WŁOSÓW

Nawilżający żel koloryzujący do włosów z technologią Aquaxyl, aloesem i kaktusem. To łatwy sposób na idealny kolor do kilku myć. Pielęgnuj i koloruj bez zobowiązań.



### JOANNA NATURIA COLOR FARBA DO WŁOSÓW BEŻOWY BLOND 209

Dzięki niej każda z nas może spełnić marzenia o atrakcyjnym i głębokim odcieniu włosów. Natura color sprawi, że przez długi czas będą one wyjątkowo piękne i błyszczące, a po siwieńnię zostanie tylko wspomnienie.

Abyś jeszcze bardziej mogła cieszyć się soczystymi, efektownymi kolorami Natura color, receptura farby wzbogacona jest w odżywczy ekstrakt z brzoskwini i proteiny mleczne.





**MASKA INTENSYWNY KOLOR  
DO WŁOSÓW FARBOWANYCH  
ZIAJA**

Skoncentrowany preparat o niskim pH, który zamyka łuski i regeneruje włosy aż po same końce. Wyraźnie przedłuża trwałość koloru. Zapewnia włosom skuteczną ochronę. Głęboko odbudowuje naruszoną strukturę włosów. Intensywnie odżywia i nawilża zniszczone włókna.



**BOTAVIKOS AROMATHERAPY  
RECOVERY MASKA DO WŁOSÓW**

100% formuła roślinna oparta na kompozycji naturalnych olejków eterycznych. Regeneracja i intensywne odżywienie. Misja dla włosów: naturalna pielęgnacja włosów bardzo zniszczonych, wymagających szczególnej pielęgnacji.



**OCHRONA  
KOLORU**



## ODŻYWKA W SPRAYU CHMIEL + SKRZYP BIELENDA BOTANIC FORMULA

Botaniczna odżywka w sprayu, do włosów farbowanych i zniszczonych jest bogata w naturalne wyciągi roślinne. Nawilża i wzmacnia osłabione farbowaniem i innymi zabiegami suche czy tłliwe włosy. Chroni kolor przed blaknięciem, zapobiega elektryzowaniu, ułatwia rozczesywanie, dodaje włosom blasku. Chroni przed wysoką temperaturą podczas suszenia i prostowania.



## CAMELEO COLOR PROTECTION – MASKA KERATYNOWA Z OLEJEM MARULA

Silnie regenerująca, nawilżająca i wygładzająca maska keratynowa z olejem marula przeznaczona jest do pielęgnacji włosów uszkodzonych i osłabionych farbowaniem, trwałą lub innymi zabiegami fryzjerskimi. Kondycjonujący składnik Softill zapewnia idealną gładkość i połysk. Włosy zyskują ochronę intensywności koloru oraz wielowymiarowy połysk.



## GLISS KUR ULTIMATE COLOR EKSPRESOWA ODŻYWKA REGENERACYJNA

Ekspresowa Odżywka Regeneracyjna Gliss Kur Ultimate Color do włosów farbowanych, przyciemnianych lub z pasemkami. Przełomowa formuła z technologią 3D-Color-Lumiance i płynną keratyną zamyka i wzmacnia włosy, aby chronić kolor do 12 tygodni oraz przeciwdziałać blaknięciu. Natychmiast ułatwia rozczesywanie.



## STOSUJ KOSMETYKI DOPASOWANE DO SWOJEGO KOLORU WŁOSÓW

### SZAMPON I ODŻYWKA DOVE COLOUR CARE

Zostały stworzone z myślą o włosach farbowanych. Szampon łagodnie oczyszcza a odżywka wygładza i stopniowo odżywia włosy, dzięki czemu stają się piękniejsze, silniejsze i pełne blasku. Linia Color Care pozwoli Ci zachować żywy kolor i połysk włosów farbowanych na dłużej.



### LINIA ENJOY COCO MARION

Ciesz się naturalną mocą składników i zaplanuj kompleksowe odżywienie. Linia stworzona do włosów suchych i zniszczonych (w szczególności o niskiej porowatości). Pierwsza linia do włosów MARION z tak wysoką zawartością procentową NATURALNYCH SKŁADNIKÓW! W skład linii wchodzi m.in.: Zabieg olejowania włosów na ciepło z olejem kokosowym, Mleczko wygładzające z wodą kokosową, Odżywcza maska z olejem kokosowym.





### ODŻYWKA BEZ SOLI Z KERATYNĄ CAMELEO

Maksymalna dawka pielęgnacji i olśniewający blask. Odżywka o ekspresowym działaniu - bez soli do włosów farbowanych i rozjaśnianych. Bez parabenów i syntetycznych barwników. Działa wyjątkowo łagodnie na włosy i delikatną skórę głowy. Aktywna keratyna Kerestore 2.0™ wspólnie odbudowuje uszkodzenia struktury włosów, dogłębnie je regeneruje, wzmacniając ich warstwę ochronną. Natychmiastowe efekty i skuteczna regeneracja.

### WYGŁADZAJĄCA ODŻYWKA DO WŁOSÓW SYLVECO

Wygładzająca odżywka na bazie ekstraktu z łopianu przeznaczona jest do każdego rodzaju włosów. Zawiera składniki wzmacniające, nawilżające i odbudowujące, dzięki którym włosy nabierają blasku, ładnie się układają, są gładkie i elastyczne. Olej z pestek winogron, oliwa z oliwek i olej arganowy chronią przed wysuszeniem i uszkodzeniami.



### REGENERUJĄCY SZAMPON DO WŁOSÓW CIEMNYCH, FARBOWANYCH VIANEK

Regenerujący, delikatny szampon do włosów naturalnie ciemnych i farbowanych. Skutecznie oczyszcza, a kompleks składników nawilżających i wzmacniających (panthenol, gliceryna, proteiny pszenicy) zapewni odpowiednie nawilżenie, gładkość i miękkość.

### PANTENE PRO-V LŚNIĄCY KOLOR SZAMPON DO WŁOSÓW FARBOWANYCH

Pokrywa włosy dodatkową warstwą ochronną, która pomaga zachować ich zdrowy blask. Pomaga chronić włosy farbowane lub rozjaśniane przed uszkodzeniami spowodowanymi stylizacją. Pielęgnuje włosy farbowane sprawiając, że stają się jedwabiste w dotyku. Do włosów farbowanych i rozjaśnianych.

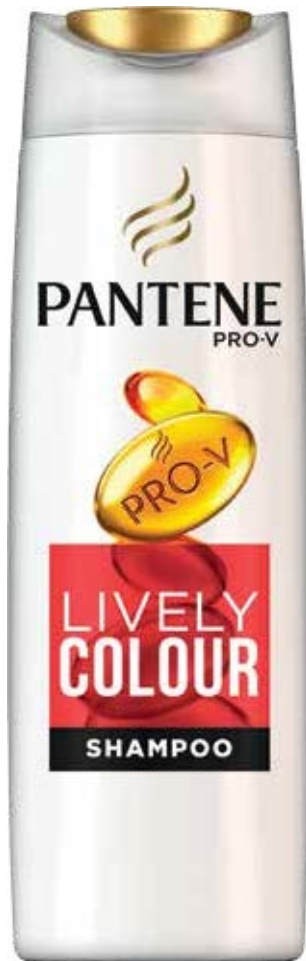


### PANTENE PRO-V INTENSYWNA REGENERACJA 3 MINUTE MIRACLE DO WŁOSÓW ZNISZCZONYCH

Natychmiast wnika we włosy i pomaga odżywić je bez obciążania. Stosuj po każdym myciu, aby zmienić zniszczone włosy we włosy wyraźnie mocniejsze i bardziej lśniące. Do włosów suchych i zniszczonych.

### SZAMPON CHMIEL + SKRZYP BIELENDY BOTANIC FORMULA

Bogaty w naturalne wyciągi roślinne botaniczny szampon do włosów farbowanych i zniszczonych głęboko oczyszcza skórę głowy i włosy, usuwa pozostałości środków do stylizacji oraz zanieczyszczenia. Optymalnie nawilża, wzmacnia, chroni strukturę włosów, zwiększa ich odporność na łamanie i rozdwanie końcówek. Zapewnia włosom piękny wygląd, sprężystość i blask.



CHCESZ PRZEDŁUŻYĆ TRWAŁOŚĆ KOLORU?  
SIĘGNIJ PO DEDYKOWANE PRODUKTY.



# JFENZI

## PERFUME PROFESSIONAL



Wody perfumowane Ardagio Decor Women i Ardagio Decor Men to ekskluzywna propozycja dla osób z wyrafinowanym smakiem. Ona – femme fatale, pozostawi za sobą tajemniczy powiew pomarańczy, imbiru i jaśminu. On – elegancki i charyzmatyczny, spowieje się w woń bergamotki, cytryny i drzewa gwajakowego.



Każda damska torebka chce je mieć! Perfumy roll-on to kompaktowa wersja zapachów dla każdej kobiety szukającej wygodnych rozwiązań. Wybierz swój ulubiony i sięgaj po niego dyskretnie w każdej chwili.

Wody perfumowane dla Niej i dla Niego. Ją otuli żywiołowym i romantycznym szalem zapachu z czarnej porzeczki, jaśminu, róży i niezapominajki z domieszką paczuli, a w Nim podkreślił siłę i uwodzicielską delikatność składnikami nut drzewnych, czarnym pieprzem, ambroksanem, czy papirusem.



Ubiierz swój dom w blask i ekskluzywny zapach świec zapachowych wykonanych ręcznie w 100% z naturalnego wosku. Dobierz zapach do swojej osobowości, lub spraw niespodziankę komuś bliskiemu!

[www.jfenzi.pl](http://www.jfenzi.pl)



# BARBER SHOP

## ENKLAWA MĘSKOŚCI

**K**lienci przychodzą, by przyciąć zarost, napić się szkockiej whisky i zrelaksować po ciężkim dniu. Dzisiejsze salony barberskie to prawdziwe enklawy męskości.

Na wejściu wita mnie zapach wody kolońskiej i szeroki uśmiech barbera Alexa.

- *Zapraszamy. Panie to u nas niecodzienny widok. Zdarzają się za to nawet 3 pokolenia mężczyzn z jednej rodziny!* - mówi ze śmiechem. Zaciekawiona rozglądam się wokół. Rzeczywiście, ekskluzywnie wnętrze nie pozostawia złudzeń, do kogo skierowana jest oferta salonu. Całość wystroju utrzymano w surowym, klasycznym stylu. W centrum znajdują się skórzane fotele, obok luster lśnią groźnie ostrza brzytw. W pobliżu rozłożystych sof leżą najnowsze numery męskich magazynów. Zawieszam wzrok na barku z alkoholem. Widząc moje pytające spojrzenie, Alex tłumaczy:

- *Zależy nam na stworzeniu kameralnej, odprężającej atmosfery. To miejsce, w którym mężczyźni do woli żartują we własnym gronie, rozmawiają o sprawach bieżących. Stąd szeroki wybór kaw, herbat, napojów wysoko i niskoprocentowych. Całość sprzyja odpoczynkowi i rozluźnieniu się. W końcu wizyta u prawdziwego golibrody jest jak rozmowa z barmanem – można powiedzieć mu wszystko.*

W ten sposób kultywowane są tradycje barbershopów, które jako męskie miejsce spotkań i pielęgnacji funkcjonowały z powodzeniem od XVIII w. aż do lat 70. ubiegłego stulecia. Wtedy, wraz ze zmianą trendów i popularyzacją maszynek jednorazowych, fach barbera odszedł na kilka kolejnych dekad w zapomnienie. W miejsce salonów dla panów powstały zakłady obsługujące obie płcie, kładące coraz większy nacisk na damską klientelę, które brodacjom miały niewiele do zaoferowania. Era maszynek nie zdołała jednak wyplewić zapotrzebowania na profesjonalnych balwierzy – bo tak tradycyjnie nazywano ten zawód. Ci od kilku lat przeżywają swój renesans. Przychodzą do nich młodzi zachęteni przez kolegów, studenci szukający ekstrawagancji, jak i mężczyźni pragnący dopełnienia wizerunku gentlemana. Niektórzy dobrze wiedzą, jaki efekt chcą uzyskać, inni dopiero wyruszają w swoją przygodę z pielęgnacją zarostu. Dużą zaletą wielu nowych salonów jest to, że łączą usługi fryzjerskie z barberskimi.

- *Zajmujemy się kompleksową pielęgnacją męskiej twarzy. Wielu panów nie wie, jak dobrać profesjonalne kosmetyki do brody czy włosów –* mówi Alex wskazując na półki pełne olejków, past i pomad. - *Tymczasem to wszystko zostało stworzone po to, aby za dbanym wyglądem cieszyć się jak najdłużej. Kilkanaście sekund poświęcone na nałożenie rano odrobiny produktu potrafi zdziałać cuda. Organizujemy również cykliczne spotkania, gdzie nasi goście*





FRISOR

## Frisor Barbershop Rzeszów

Słowackiego 12, Rzeszów  
frisor.pl  
tel. +48 784 681 911  
instagram: frisor\_rzeszow  
Fb: Frisor Barbershop Rzeszow



mogą uczyć się od barberskich mistrzów technik golenia w domu. Na moje pytanie, czy przez taką edukację salon nie zmniejsza popytu na swoje usługi, pada odpowiedź:

- Zainteresowani wracają rzadziej, ale już jako stali klienci, zazwyczaj przyprawdzając ze sobą znajomych. Cenią precyzję naszych barberów. Mamy dostęp do najlepszego sprzętu, profesjonalnych kosmetyków, dodatkowo oświetlenie kinematograficzne nad fotelami zapewnia symetryczność, o jaką trudno w domu. Możliwość jednoczesnego odświeżenia zarostu i fryzury jest bardzo wygodna. Goście są także ciekawi naszego rozwoju – przechodzimy częste szkolenia, musimy znać cięcia klasyczne, jak i najnowsze trendy.

Gdy klient przychodzi po raz pierwszy, wspólnie wybieramy takie cięcie i fryzurę, które wydobędą jego osobowość i dodadzą pewności siebie. Ci, którzy wracają, coraz śmieiej eksperymentują i pytają o nowości. W tym sezonie powoli słabnie zasięg popularnego od dłuższego czasu undercut, czyli fryzury z wygolonymi bokami i tyłem, a zapuszczoną grzywką. Na męskich głowach znów zakrólują włosy dłuższe, które można zaczesać klasycznie do tyłu (tzw. slicked back), bądź oddzielone wyraźnym przedziałkiem (side part), na odważnych czeka pompadour w stylu Elvisa Presleya.

Podczas gdy Alex opowiada o swoich najciekawszych fryzurach, do salonu pewnym krokiem wchodzi 2 klientów, jak się dowiaduję - ojciec i syn.

- Ja zaciągnąłem tatę, a mnie narzeczona – wyjaśnia młodszy - Jako prezent na walentynki dostałem voucher na strzyżenie z goleniem. Przyszędłem, bo chciałem zobaczyć, jakie to uczucie.

- Jak rozumiem, całkiem przyjemne? – dopytuję.

- No cóż, niedługo kupuję własną brzytwę – śmieje się.

Podobne deklaracje padają coraz częściej. Choć operowanie brzytwą to na początku prawdziwe wyzwanie, wielu mężczyzn decyduje się na powrót do tradycyjnej metody golenia. Przy wprawnych dłoniach nie ma sobie równych pod względem gładkości i braku podrażnień. W salonie nie uświadczymy już wprawdzie istotnej części gentelmańskiego rytuału, czyli ostrzenia narzędzia o skórzany pas. W dobie szczególnej troski o higienę, brzytwy wielorazowego użytku ustąpiły miejsca tym z wymiennymi ostrzami. Na koniec pytam, czy panowie nie czują się skrępowani taką kosmetyką.

- A czy jest coś bardziej męskiego od zarostu? - pyta retorycznie Alex.

- Z własnego doświadczenia i opinii klientów mogę powiedzieć jedno: zachwyt w oczach partnerki rozwiewa jakiegokolwiek wątpliwości – mówi z dumą.

# ZAWSZE IDEAŁNY

„Pamiętaj, że Twój wiek jest zawsze idealny. Każdy rok Twojego życia jest wyjątkowy i cenny i możesz go przeżyć tylko raz. Nie żałuj więc, że się starzejesz - to przywilej dostępny nie dla wszystkich!”

/Richard Gere/







**REXONA WILLIAMS RACING**

To limitowana edycja antyperspirantów, które dzięki innowacyjnej technologii MOTIONSENSE™, reagują na każdy ruch, wydobywając dodatkowe porcje zapachu i zapewniają długotrwałą świeżość. Idealny antyperspirant dla osób aktywnych, codziennie narażonych na stres, które oczekują silnej ochrony przed potem i nieprzyjemnym zapachem.



**ECO MEN BALSAM WYSZCZUPLAJĄCY MĘSKI BRZUCH I TALIE AVA LABORATORIUM**

Zawarty w balsamie aktywny składnik Lipout™ redukuje nadmiar tłuszczu przekształcając tkankę tłuszczową magazynującą w tkankę aktywnie spalającą. Zmniejsza obwód brzucha nawet o 10 cm, a podskórną tkankę tłuszczową o 66,5%. Przy regularnym stosowaniu, poprawę jędrności oraz napięcie skóry brzucha można zauważyć już po 28 dniach.



**KREM-ŻEL NAWILŻAJĄCY 6W1 EVELINE COSMETICS**

Bogaty w kofeinę, żeń-szeń, wyciąg z kasztanowca i kwas hialuronowy, zapewnia kompleksową pielęgnację męskiej skóry: intensywnie nawilża, redukuje cienie pod oczami, łagodzi uczucie ściągnięcia, przeciwdziała błyszczczeniu, dodaje skórze energii, silnie ujędrnia.



**SAVOIR BLUE DEVIL MEN I FENZI**

Intensywna i wyrazista kompozycja zapachowa zachwyca naturalnymi składnikami nut drzewnych, kusi świeżością bergamotki i grejfruta oraz otula ciepłą zmysłowością kadjidła, szafranu i bobu tonka. Liście fiołka z domieszką czarnego pieprzu nadają kompozycji niezwykle męskiego charakteru, choć to nuty ambroksanu, papirusu i paczuli wydobywają z zapachu intensywną i uwodniczą głębię.



**AA MEN derMED KOJĄCY BALSAM PO GOLENIU**

Balsam po goleniu stworzono specjalnie z myślą o pielęgnacji skóry nadwrażliwej, skłonnej do podrażnień, podatnej na przesuszenie i źle tolerującej typowe kosmetyki.



**OLEJEK DO BRODY I WĄSÓW CAMELEO MEN**

Nawilża zarówno włosy, jak i skórę dla zdrowego wyglądu i wyjątkowej gładkości. Koi i minimalizuje łuszczenie się skóry. Regeneruje skórę i zmiękcza szorstki zarost. Zapewnia połysk i świetny zapach; nie pozostawia tłustej warstwy. Zapobiega pęłaniu brody i szybko się wchłania.



*Nie ma znaczenia jak drogie nosisz ubrania, czy jakim jeździsz samochodem, gdy na Twojej brodzie widoczne są resztki jedzenia, a paznokcie wyglądają tak, jakbyś dopiero co skończył kopać w ziemi. Utrzymanie porządnego wyglądu jest tak samo ważne jak wyprasowane ubranie, czy wypastowane buty. Zanim wyjdiesz z domu, stań przed lustrem i sam przed sobą przyznaj, że pokażesz się ludziom bez wstydu.*

**NIVEA MEN DEEP WODA PO GOLENIU**

Antybakteryjna formuła wody wspomaga regenerację podrażnionej skóry po goleniu, jednocześnie pozostawiając uczucie czystości. Natychmiastowo łagodzi podrażnienia. Pozostawia uczucie świeżości i przyjemny zapach. Chroni skórę przed wysuszeniem.



**WODA TOALETOWA EDT BI-ES N° 22 FOR HIM**

Zapach N° 22 z numerologicznej kolekcji Numbers - perfumy pełne pikantnych śródziemnomorskich esencji i gorzkich cytrusów. Nuty aromatycznego rozmarynu, gałki muszkatołowej oraz piżma tworzą energetyzujący koktajl dla duszy, doskonały dla osób aktywnych i żywiołowych.





### VICTORIUS I FENZI

Niezwykle męska i energetyczna kompozycja odzwierciedlająca mocny charakter mężczyzny silnego i wysportowanego. Początkowo świeże nuty cytrusowe w połączeniu z nutą morską nadają kompozycji sportowy charakter, po chwili jednak pojawia się delikatna nuta jaśminowa, która wraz z drzewnymi akordami i zmysłową paczulą uwodzi i dodaje wodzie męskiej elegancji.

### DETOKSYKUJĄCO-ODŚWIEŻAJĄCY KREM DO TWARZY BIELEND A ONLY FOR MAN BAMBOO DETOX

Oparty na ekstraktach z pędów bambusa skutecznie oczyszcza, odtruwa i odświeża naskórek. Przywraca vitalność, nawilża i łagodzi podrażnienia, regeneruje i odnawia. Likwiduje uczucie nieprzyjemnego napięcia i suchości skóry.



### ŻEL DO GOLENIA GILLETTE SERIES PURE & SENSITIVE

Poznaj niezwykłą gładkość golenia z żelem do golenia dla mężczyzn Gillette Series Pure & Sensitive. Formuła o potrójnym działaniu zmiękcza zarost, nawilża, odświeża i pomaga chronić skórę, zapewniając gładkie golenie. Opracowany z myślą o skórze wrażliwej.



### BALSAM PO GOLENIU DO SKÓRY WRAŻLIWEJ SORAYA MEN ENERGY

Otula skórę warstwą ochronną, intensywnie nawilża, regeneruje, chroni przed wysuszeniem. Natychmiast poprawia miękkość, gładkość i elastyczność skóry. Lekka, nietłusta formuła szybko się wchłania, nie pozostawiając na skórze tłustej warstwy.

### SZAMPON ARGININA SCHWARZKOPF MEN

Pielęgnacja włosów o potrójnym działaniu dla 100% zdrowo wyglądających włosów. Działa jednocześnie na włosy, cebulki i skórę głowy. Potrójne działanie – wysoka skuteczność. Arginina aktywuje czynnik wzrostu, wzmacnia skórę głowy.



PRACA NAD DOBRYM WYGLĄDEM FIZYCZNYM JEST CIĘŻKA, ALE RÓWNIEŻ DODAJE PEWNOŚCI SIEBIE.



### JOANNA POWER HAIR SZAMPON DLA MĘŻCZYZN

Szampion z linii Power Hair o odświeżającym i wyjątkowo męskim zapachu zapewnia doskonałą pielęgnację wszystkich rodzajów włosów. Produkt dokładnie myje, a jego receptura wzbogacona o nawilżający ekstrakt z guarany zapewnia włosom i skórze głowy zdrowy oraz zadbane wygląd. Szampion przeznaczony jest do codziennej pielęgnacji.

### ŻEL ACTIV POD PRYSZNIC DLA MĘŻCZYZN ZIAJA YEGO

Orzeźwiający żel pod prysznic o precyzyjnym działaniu nawilżającym i nowoczesnej recepturze. Skutecznie myje i pielęgnuje skórę. Doskonale nawilża i nie powoduje podrażnień. Nie narusza naturalnego pH i warstwy ochronnej naskórka.



### DOVE MEN+CARE EXTRA FRESH ŻEL POD PRYSZNIC

Żel pod prysznic Dove Men+Care to sposób na energetyzujące pobudzenie. Formuła z technologią MicroMoisture nawilża skórę, aby zapewnić jej ochronę przed suchością i podrażnieniami. Stworzony specjalnie dla mężczyzn żel pod prysznic zapewnia uczucie oczyszczonej i odświeżonej skóry. Zawarty w formule mentol chłodzi skórę i działa orzeźwiająco.





  
Schwarzkopf

#CREATEYOURSTYLE



3 POZIOMY DZIAŁANIA:

1.

CEBULKI  
WŁOSÓW

2.

SKÓRA  
GŁOWY

3.

WŁOSY

#  
MOCNE  
WŁOSY

# Gillette®

MĘCZYZNA  
NA NOWO  
KAŻDEGO DNIA



### Blue3 Cool

to pierwsza maszynka jednorazowa Gillette wyposażona w technologię chłodzącą, zapewniającą uczucie chłodu i odświeżenia podczas golenia.



### Żel do golenia

#### Gillette Series Sensitive Cool.

Zastosowana w tym żelu formuła o potrójnym działaniu - zawierająca mentol - nawilża i zmiękcza zarost, pomaga chronić skórę oraz chłodzi, działając na skórę kojąco.

STWORZONE,  
BY PODKREŚLIĆ TWOJE

# PIĘKNE KSZTAŁTY



### Żel do golenia

#### Satin Care® Sensitive Skin

został opracowany z myślą o pielęgnacji skóry wrażliwej. Ułatwia pociągnięcia ostrza, chroniąc Cię przed otarciami i zacięciami, i pozostawia uczucie miękkiej i gładkiej skóry po każdym goleniu.

### Gillette Venus Sensitive

Jednorazowa maszynka do golenia dla kobiet posiadająca 3 komfortowe powlekane ostrza i intensywnie nawilżające paski wzbogacone pielęgnującymi skórę olejkami roślinnymi. Zapewnia gładkie i komfortowe golenie.



# Gillette® Venus®