

# SEKRETURODY

3/31/2019  
egzemplarz  
bezpłatny



**KOMPLEKSOWO**  
- PALETA DO MAKIJAŻU

**KAŻDY  
ROCZNIK  
MA SWOJE  
POTRZEBY**

**NOWOŚCI**  
NA RYNKU

**RÓŻANA  
ROZKOSZ**  
I KAWOWE POŻEGNANIE  
Z CELLULITEM

NATURALNE - SKUTECZNE - PACHNĄCE - BIODEGRADOWALNE

**ZIELKO** naturalnie czysto w Twoim domu **>99%** składników pochodzenia naturalnego

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



# Spis Treści

4 Konkurs

## MUST HAVE!

6 Wszystko już było?

## W ROLI GŁÓWNEJ

12 Każdy dzień to przygoda! - Beata Tadla

## URODA POD LUPĄ

16 Każdy rocznik ma swoje potrzeby

20 Sekret gładkiej i miękkiej skóry

24 Relaks i świeżość - żele pod prysznic

28 Różana rozkosz

30 Pokonać cellulit

34 Jak dobrać podkład?

36 Podkład idealny

38 Kompleksowo - paleta do makijażu

42 Terapie kosmetyczne szczególnie polecane jesienią

44 Nowości na rynku

48 Kiedy Twoje włosy potrzebują pomocy

## MĘSKA STREFA

54 Joga twarzy dla mężczyzn

56 Subtelna strona męskiej pielęgnacji



34  
Jak dobrać  
podkład?



24  
Żele pod  
prysznic



30  
Pokonać  
cellulit



38  
Kompleksowo  
- paleta do makijażu



56  
Subtelna strona  
męskiej pielęgnacji



KONKURS

  
Schwarzkopf

ODKRYJ UROKI  
*jesiennej*  
PIEŁĘGNACJI

Odpowiedz na pytanie:  
JAK DBASZ O SWOJE  
DELIKATNE WŁOSY JESIENIĄ?  
i wygraj!

DO WYGRANIA:

*10x*

ZESTAW  
KOSMETYKÓW  
GLISS KUR  
BIO-TECH



Konkurs trwa w terminie: 6.09.-6.10.2019 r.

Odpowiedź na pytanie prześlij na adres: [konkurs@sekreturody.com](mailto:konkurs@sekreturody.com) z dopiskiem w tytule wiadomości: „Konkurs Gliss Kur”. Regulamin dostępny na [www.sekreturody.com](http://www.sekreturody.com)



**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  
tel. 17 785 22 48

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 drogerijną każdego sklepu  
Sekret Urody.



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



# WSZYSTKO JUŻ BYŁO?



**Z**bliża się jesień i wkrótce zaczniemy się zastanawiać o co warto uzupełnić naszą garderobę na chłodniejsze dni. Obecnie projektanci są zobligowani do prezentowania kilku, a nawet kilkunastu nowych kolekcji każdego roku, więc kreatywność wystawiona jest na próbę.

Czasami mamy wrażenie, że właśnie z powodu tempa, w jakim powstają nowe kolekcje, ztraca się moda, a dominuje zasada „im dziwniej, tym lepiej”. Bo czym można zaskoczyć, skoro kolekcje zmieniają się jak w kalejdoskopie? Pióra, kapelusze, czapki, torby

– to dodatki, które zastępują „główną” kreację. A właśnie ona stanowi bazę do stworzenia własnego niebanalnego wizerunku.

Wychodzimy z założenia, że bez względu na najnowsze trendy powinnyśmy wybierać ubrania, w których prezentujemy się najkorzystniej i najbardziej komfortowo. Nie będziemy tutaj przytaczać zasad doboru kroju czy wzoru w zależności od typu sylwetki – odsyłamy do Internetu. Jednocześnie zachęcamy do podejmowania prób mierzenia różnych kreacji. Może się okazać, że kobieta ze słabo zaznaczoną talią wygląda znakomicie w sukience odcinanej w pasie. Wystarczy zastosować trik krawiecki i nagle okaże się, że tak! Mamy talię! Jednym z wiodących, a jednocześnie ponadczasowych trendów są właśnie sukienki. Teraz długie, wzorzyste w pięknych,

żywych kolorach. Kochamy je, bo każda kobieta w każdym wieku i o każdej figurze wygląda w nich fantastycznie. Spróbujcie drogie panie! Oczywiście jak zwykle diabeł tkwi w szczegółach. Dlatego tak wiele kobiet narzeka, że nie może niczego dla siebie znaleźć w dostępnych kolekcjach, które szyje się wg standardowych wymiarów. A o końcowym wyglądzie decyduje położenie zaszewek, dopasowanie w ramionach, biuście, talii i biodrach, kształt i głębokość dekoltu, długość rękawa i całej sukienki itd.

Wiosną i latem jesteśmy bardziej skłonne do założenia kolorowej sukienki, ale na jesień czy zimę wolimy stonowane kolory: nieśmiertelną czerń, szary czy granat. My zachęcamy do granatu, ponieważ wyglądamy w nim świeżo i młodo. Tracimy letnią opaleniznę i potrzebujemy koloru, który nas nie przytłoczy, jak np. czerń. Oczywiście te ciemne, stonowane sukienki warto jest ożywić kolorowymi dodatkami, zachęcamy do kolorystycznych szaleństw.

Alternatywą dla sukienek są zestawy dwuczęściowe: na dół spodnie lub spódnica, a co na górę?

Proponujemy bluzki jedwabne bądź z doskonałej egipskiej bawełny oraz fenomenalne kaszmirowe swetry. Na wierzch cudowne kaszmirowe płaszcze. Zazwyczaj klasyczne, chociaż mamy w naszej ofercie również nietypowe fasony.

W powodzi masowo produkowanej odzieży wyróżniamy się najwyższą jakością i niepowtarzalnymi wzorami. Proszę spojrzeć na wyjątkową czerwoną tunikę: zrobioną ręcznie z wełny najwyższej jakości. To nigdy się nie znudzi.

I tutaj dochodzimy do podsumowania. Bez względu na pojawiające się nowinki, my tworzymy odzież najwyższej jakości. Do szycia sukienek wykorzystujemy jedwabie i bawełny. Płaszcze szyjemy z kaszmiru i wełny. Kaszmirowe swetry i szale sprowadzamy z Mongolii. Mamy w swojej ofercie również piękne dodatki: jedwabne szale i chusty, wyjątkowe torebki i biżuterię. Torebki są projektowane i szyte przez cudowną młodą projektantkę, Monikę Łobos. Biżuterię robi dla nas Agnieszka Sordyl, a mistrzynią noży-czek i igły jest Małgosia Chudyba.

Zapraszamy do naszego Atelier Bellfama w Krakowie na ul. Friedleina 42 oraz do salonu na ul. Sławkowską 22

Tekst: Katarzyna Stelmach



Atelier Bellfama  
Katarzyna Stelmach Bellfama  
ul. Józefa Friedleina 42  
30-009 Kraków  
FB: Bellfama Atelier krawieckie  
www.belfama.pl



Must have!



REKLAMA

®  
*Pierre René*  
PROFESSIONAL



OBSERWUJ NAS    

[WWW.PIERRERENE.COM](http://WWW.PIERRERENE.COM)



# BEATA TADLA

## KAŻDY DZIEŃ TO PRZYGODA!

Filigranowa brunetka o ujmującym uśmiechu. Dziennikarka, która pracuje z pasją. Nigdy nie kreowała się na ważną „panią z telewizji”, choć prowadziła najważniejsze serwisy informacyjne. Gwiazda? – Nie znoszę tego słowa. Dziwnie się czuję, gdy ktoś mi wmawia, że nią jestem. Albo pyta zdumiony: „To ty jesteś tak normalna?!”. Tak, jestem! I zawsze taka byłam – śmieje się Beata Tadla. Ale dopiero gdy pojawiła się w „Tańcu z Gwiazdami”, widzowie mogli poznać jej prawdziwą naturę – duże poczucie humoru, temperament, siłę, wrażliwość i emocjonalność. I w tym wydaniu... polubili ją jeszcze bardziej! To otworzyło jej inne zawodowe furtki. A jak zmieniło ją samą?..

### Zaczyna Pani dzień od „powitania słońca”?

I od innych asan, tak! (uśmiech). Uwielbiam to!

### „Po jodze, teraz do pracy!”, pochwaliła się Pani ostatnio na Instagramie, dorzucając zdjęcie z treningu, które zresztą wywołało zachwyt fanów. Ta joga to stała praktyka?

Tak, od dawna ją ćwiczę. Budzę się wcześniej, jem śniadanie, coś oglądam, coś czytam, a kiedy jedzenie się „ułoży”, zaczynam trening. Codziennie staram się wygospodarować na jogę te czterdzieści minut, żeby uspokoić się oddechem, rozluźnić ciało i porządkować się.

### To już wiem, skąd ta figura! Choć w „Tańcu z Gwiazdami” też ją Pani wyrzeźbiła...

...bo taniec wspaniale działa na ciało. I psychikę! Rozkochałam się w nim, ale czasu na niego brak... Umówienie się na trening z Jankiem Klimentem nie jest łatwe, bo oboje przecież dużo pracujemy. Od czasu do czasu chodzę też z kijkami i pływam. Siłownię omijam, bo jakoś nie lubię. Co nie znaczy, że nie daję sobie wycisku!

### O, na jodze też można się nieźle spocić! Wbrew pozorom.

Można! Nie jest tak łatwa, jak się wydaje. A bywa bardzo wymagająca, szczególnie jeśli chcemy pokonywać kolejne jej etapy i się w niej rozwijać. Ale to dzięki niej na przykład lepiej znoszę dziś długie podróże samolotem. Kiedy czuję, że muszę się trochę rozruszać, wstaję z miejsca i w korytarzyku rozciągam przez chwilę ręce, nogi, kręgosłup. Ludzie na mnie dziwnie patrzą (śmiech), wiem... ale myślę: „A tam! Jestem mała, nie przeszkadzam im!”. Asan nauczyłam się sama (byłam wcześniej na dwóch,

górze trzech zajęciach jogi w klubie), ćwicząc razem z Olą Żelazo, trenerką, która ma swój kanał na YouTube. Później odkryłam brytyjską trenerkę, która proponuje treningi różnej długości. Jeśli nie mam pół godziny, wybieram zestaw siedmiominutowy – a on jest tak szybki i wyczerpujący, że po nim cała spływam potem. Na ogół jednak robię najpierw pięciominutowy trening planche – czyli deskę w różnych konfiguracjach – a po nim klasyczną jogę. Pozbywam się stresu, wyrzucam z głowy złe myśli, staję się wyciszona i mam mnóstwo nowej energii do pracy.

### ... którą zaraża Pani wszystkich wokół. Widziałam, jak reagują na Panią koledzy...

Odwzajemniają uśmiech! Taaaak, tak to działa! I od razu pracuje nam się lepiej! Dlatego od rana znajduję sobie powody do tego, aby się uśmiechnąć. Najpierw uśmiecham się do siebie w lustrze, kiedy się myję i maluję. Potem do telefonu, gdy odpisuję na esemesy czy e-maile. Uśmiecham się do mojego syna, co jest oczywiste. I nawet do zdjęć, które potem publikuję na Instagramie. Bo wierzę, że ta dobra energia pójdzie w eter. A w życiu mamy tak mało szczerego i beztroskiego uśmiechu, że tym bardziej powinniśmy się nim dzielić. Powiem pani więcej: uśmiecham się do słońca! Jak rano przygrzeje, z radością wyglądam przez okno. To, że mam nieskoszony trawnik jakoś umyka mojej uwadze. (śmiech)

### ...rośnie dziko, ale czy jest przez to mniej piękny?

Właśnie! Kwestia perspektywy: dla kogoś jest zapuszczony, a dla mnie bardzo naturalny i... ekologiczny! (śmiech) Chociaż ostatnio jest już piękniejszy, bo mój ukochany postanowił wziąć sprawy w swoje ręce. Ogród to jego pasja, sam ma wspaniały! A ja we wszystkim potrafię znaleźć piękno.

Tej sztuki nauczyłam się od mojego syna. Bo my, dorośli, żyjemy w takim szalonym pędzie, że nie zauważamy nawet, że się pory roku zmieniły. A dziecko z zachwytem patrzy na liście, drzewa, niebo, słońce, kwiaty. Mój Jasiek, jak był mały, chłonał każdy dźwięk, zapach, kolor. Zaczęłam, chcąc-nie chcąc, patrzeć na świat jego oczami i tak się wkręciłam, że wciąż to robię. Gdy gdzieś idę, nie patrzę w chodnik, pod nogi, tylko rozglądam się wokół, podziwiam świat.

### **To też jest chyba kwestia dojrzałości, prawda? Innego spojrzenia na samego siebie...**

Chyba dlatego najbardziej lubię siebie z okresu okołoczczerdziesięcioletniego i obecnego. Bo jestem dojrzała i „ułożona”. Już wiem co lubię, a czego nie. Wiem, jaka jestem. Czasem ze sobą nie gadam (śmiech), ale generalnie nie przeszkadza mi moje towarzystwo. Lubię nawet okresy samotności, bo nie nudzę się ze sobą. Zresztą, ciągle mam jakieś przygody! Jakis czas temu, na przykład, wstałam o szóstej, wyszykowałam się, by o dziewiętej zameldować się na AWF-ie – i okazało się, że onkoolimpiada, którą mam prowadzić jest dzień później. Nieźle, prawda? A to jeszcze nie koniec! Następnego dnia wybrałam się na nagranie programu kulinarnego – wbiłam w nawigację, że mam jechać na ulicę Spokojną, no i dojechałam na Spokojną, pod wybrany numer, ale w Łomiankach, nie w Warszawie. Zdarzają mi się takie rzeczy, ale to mnie już tylko rozśmiesza. Dzięki temu się nie nudzę...

### **Ma Pani dystans do siebie. I poczucie humoru na swój temat, a to jest tak rzadkie...**

Cieszę się, że udało mi się zachować w sobie bardzo dużo dziecka. Uwielbiam się bawić. Czasami jak się spotkam z przyjaciółmi, są takie akcje! Boże, jakby ktoś mnie zobaczył, pomyślałby że jestem niepoważna. (śmiech) My się idealnie dobraliśmy! Śmiejemy się do łez, np. jak puszczałyśmy sobie wariackie filmiki, które nagraliśmy. Mamy tyle wspomnień!

### **Pozory mylą! Przez lata, z racji pracy, była Pani poważna i zapięta na ostatni guzik.**

I widoczna od pasa w górę. (śmiech) Bo tylko tyle widać w programach informacyjnych.

### **... a tu nagle objawiła się fajna babka! Naturalna, pozytywna, trochę zwariowana. I to jest – nie ma co kryć – zasługa „Tańca z Gwiazdami”. Taniec Panią odblokował...**

Tak, i pomógł mi pokazać, jaka jestem naprawdę. Oczywiście nie w stu procentach, ale... i tak wielu widzów zaskoczyłam. „To ona potrafi się tak bawić?”. Tak, potrafię! I kocham to! (śmiech) Gdy zaczęłam wrzucać na Instagram zdjęcia z treningów, na których byłam zmęczona, spocona, nieumalowana, z siniakami albo głupią fryzurą, sama się zdziwiłam. Gdzie ja kiedyś bym to zrobiła?! Wszystko musiałam mieć ładne, wymuskane. Nagle się poczułam... wolna. Odtąd już na luzie wrzucałam do sieci filmiki ze studia telewizyjnego, jak na przykład siedzę z rozmazanym okiem, bo przed samym wejściem na antenę kolega rozśmieszył mnie do łez, i makijaż spłynął... „Idealów nie ma”, pisali ludzie. No, nie ma! Okazało się, że tę zwykłą Beatę „kupują”, właśnie dlatego, że czują, że nikogo nie udają. Na



**LUBIĘ NAWET OKRESY SAMOTNOŚCI,  
BO NIE NUDZĘ SIĘ ZE SOBĄ.**

moim Instagramie nie ma hejtu i złych emocji. Jeśli już ktoś mnie atakuje, to głównie z powodu poglądów, a nie dlatego, że zrobiłam stójkę albo dziwną minę.

### Ale czasem jedno słowo nas zabija... Przejmuje się Pani tym, co mówią i piszą inni?

Już nie. Kiedyś mnie to dotykało, przeżywałam, a dziś bardzo trudno wyprowadzić mnie z równowagi. Nawet kiedy jadę samochodem i ktoś mi zajedzie drogę, zachowuję spokój. Po co mam wrzeszczeć, skoro ten kierowca i tak mnie nie usłyszy? Do wszystkiego staram się podchodzić na luzie. Ktoś mnie nie lubi? Nie musi. Ktoś napisał o mnie coś brzydkiego albo kłamliwego? O nim to źle świadczy, nie o mnie. Po co mam się dołować, skoro to nie jest mój problem? Ja staram się nikogo nie drażnić, być osobą serdeczną i wspierającą. Irytuje mnie głupota ludzi, ale raczej na zasadzie, że uśmiechnę się, machnę ręką – nie wchodzę z nikim w żadne spory. Nie mam wrogów, przynajmniej o nich nie wiem. Jeśli wyczuwam od kogoś złą energię, omijam go z daleka, zrywam kontakt. Całą resztę biorę na klatę. I robię swoje, po prostu. Oczywiście nie jestem wolna od popełniania błędów, ale umiem się przyznać i przeprosić, choć długo uczyłam się tego, że nie zawsze mam rację...

### „Robię swoje”, a pracy Pani nie brakuje! Z radia biegnie Pani na wykłady, które ma na dwóch uczelniach, a do tego jest perfekcyjną panią domu, która o wszystko dba.

O, do perfekcji mi daleko, ale... tak, muszę mieć porządek w domu. I lubię być cały czas zajęta, to mnie pozytywnie nakręca. Dzięki temu, że mam płodozmian w pracy, nigdy się nie nudzę, co równie ważne: wciąż się czegoś uczę! Paradoksalnie, im więcej mam zajęć, tym lepiej jestem w stanie się zorganizować. Szanuję czas – i swój, i innych ludzi, staram się go więc nie marnować. Zdarza mi się robić kilka rzeczy jednocześnie. Ułatwiam sobie życie, na przykład przygotowując posiłki na kilka dni. Po pracy jadę na zakupy, a później włączam jakiś fajny koncert albo kanał informacyjny i odpoczywam, mieszając coś w garnkach czy przygotowując różne zdrowe pasty śniadaniowe. Bardzo to lubię. Syn już jest samodzielny, więc nie potrzebuje codziennych obiadków w domu, ale i tak mam przyjemność, gdy coś przygotowuję, a jemu to smakuje.

### Z synem ma Pani rewelacyjny kontakt. Ale też łączy Was wspólna pasja, podróż.

Tak, uwielbiamy je! Po wygranej w „Tańcu z Gwiazdami” zafundowałam nam wycieczkę na Kubę i do USA - dwa tygodnie z mamą, to niezły wyczyn dla nastolatka. (śmiej). Ale dał radę. Ja też! Przebywaliśmy ze sobą od rana do wieczora i ani razu się nie posprzecaliśmy, nie było żadnych ognisk zapalnych, przeciwnie: fantastycznie się bawiliśmy! Zazwyczaj jest jednak tak, że szukamy tanich biletów do jakiejś europejskiej stolicy i lecimy tam na trzy dni. Zwykle dwa spędzamy razem, a trzeciego rozdzielamy się i każdy zwiedza to, co go interesuje i robi to, co lubi. To już osiemnastolatek, ma własny świat, pasje. I przyjaciół.

### Pani też ich ma! I z tego, co Pani mówi, utrzymujecie stały kontakt.

Tak, co mnie bardzo cieszy. I też lubię sobie zaplanować z nimi jakiś wyjazd na weekend, albo dłużej, na jakieś totalne szaleństwo. Ale uwielbiam też te spontaniczne akcje, gdy na przykład wieczorem siadam na sofie i sięgam po telefon: „Co u Ciebie?” i tak od słowa do słowa, ktoś z nas

MARION  
ENJOY  
COCO



Naturalna  
moc kokosów!  
do Twoich  
włosów

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



**CIESZĘ SIĘ, ŻE UDAŁO MI SIĘ ZA-  
CHOWAĆ W SOBIE BARDZO DUŻO  
DZIECKA. UWIELBIAM SIĘ BAWIĆ.**

rzuca: „Słuchaj, może się spotkamy? To co, u mnie, czy u ciebie?”. No i za „chwile” pijemy razem kawę i gadamy dalej. I tak właśnie trzeba żyć! Bo to jest praca nad wspomnieniami. Dla mnie syn, rodzina, przyjaciele to świętość. Zawsze znajduję dla nich czas, nawet kiedy mam nawał obowiązków. Bardzo mocno przywiązuję się do ludzi.

#### **A do rzeczy? Martwej natury...**

W ogóle! Mam bardzo surowy dom – może nie w stylu minimalistycznym, bo jest w nim sporo ciepła, ale nie mam żadnych zbędnych przedmiotów. I nie lubię markowych rzeczy, uważam je za zbytek. Wolę pójść do knajpy, zapamiętać zapach i smak potrawy (a potem może odtworzyć je w swojej kuchni), niż kupić za bajorńską kwotę byle jaką „szmatę”. Bo co to jest za wspomnienie? Co ono wnosi do mojego życia? Nic. Drogie ciuchy i gadżety to fasada, którą tworzą ludzie po to, by zakamuflować swoje niedoskonałości. Ja tego nie potrzebuję, aby dobrze się ze sobą czuć. Mam dwie patelnie i dwa garnki, thermomix (ok, nie był tani, ale naprawdę często go używam), wyciskarkę do soków i... tyle, jeśli chodzi o sprzęty kuchenne. Nie jestem gadżeciarą – mam tylko rzeczy, które ułatwiają mi życie.

#### **Fakt, nie jest Pani ulubioną bohaterką rubryk modowych, które wyznaczają trendy.**

Nie, nie! (śmiech) Jakiś portal napisał kiedyś, że wysłałam z domu wystrojona i z torbą za 11 tysięcy. Ten „news” mocno mnie rozbawił. Zrobiłam szybko skan artykułu i torebki na portalu i udowodniłam, że kupiłam ją za 165 zł. Okazało się, że jest repliką jakiejś marki, a ja nawet nie wiedziałam o istnieniu oryginału! Nie „siedzę” w modzie, nie poznałabym designerskiej

torby, nawet gdyby ktoś położył mi ją przed nosem. Zdarza mi się wydać pieniądze na coś jakościowego, ale to rzadkie.

#### **Klinikom urodowym też chyba nie daje Pani zarobić?**

A widzi Pani moją twarz? Cały czas mam mimikę! (śmiech) I zmarszczki są... Nie jest to medialne. Ludzie chcą oglądać w telewizji tylko gładkie, młode twarze – kurzych łapek i siwizny prawie już dziś nie widać. Jasne, że korzystam z zabiegów – np. mezoterapii, ale nie z chirurgii plastycznej. Włosy farbuję, bo lubię swój naturalny kolor; choć coraz częściej zastanawiam się, czy nie zostawić siwych włosów.

#### **One też mogą być sexy! Zresztą młodość i inteligencja nie zależą od metryki.**

Absolutnie nie! Można mieć dwadzieścia lat i czuć się starym, albo siedemdziesiąt i być witalnym i młodym duchem! Uwielbiam Paradę Seniorów, której jestem ambasadorką, mam okazję przyrzeć się starszym ludziom i temu, co robią. Oni są tak aktywni, tak chętni do pracy... Nie chcą być sprwadzani do jakiegoś getta. Robią paradę po to, żeby społeczeństwo się na nich otworzyło, by zaczęło dostrzegać tych, którzy mają 60 plus. A że ja bardzo mocno wierzę w ideę łączenia pokoleń, wracam z tych spotkań tak pozytywnie naenergetyzowana! Właśnie tym, że ci starsi ludzie wciąż mają marzenia, że ciągle jeszcze im się chce... I obiecałam sobie: „Kurcze, ja też taka będę! Na pewno!”.

#### **Wierzę! I życzę spełnienia marzeń. Dziękuję za rozmowę.**

**Ewa Anna Barytkiewicz**

# BI·ES

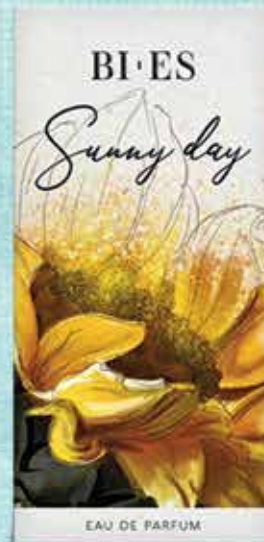
## VEGAN COLLECTION

To pierwsza w historii marki kolekcja w 100% przyjazna weganom. Znajdujące się w niej esencje uwodzą swoimi świeżymi i otulającymi zapachami. Wybrane zostały tak, aby mogły towarzyszyć kobietom codziennie, przez cały rok!



### FLEURES DES GRASSE

Zapach z jednej strony świeży i owocowy, z drugiej orientalny i słodki. Propozycja dla pewnej siebie i zdecydowanej kobiety.



### SUNNY DAY

Jasne nuty melona i bergamotki to doskonałe połączenia na lato. Finisz zapachu jest lekko pudrowy i orientalny.



### GREEN BOTANIC

Delikatna kompozycja z cytrusowym otwarciem, kwiatowym środkiem i pięknym lekko pudrowym finiszem.



### EAU TURQUOISE

Przywodzą na myśl kwitnący ogród pełen soczystych owoców i rozkwitających pąków. Niestandardowe połączenie gruszek, frezji i nut drzewnych.



### FIORI DEL MATTINO

Delikatne białe kwiaty otulone ciepłem drzewa sandałowego nadają tej kompozycji niepowtarzalny charakter.

# KAZDY ROCZNIK MA SWOJE POTRZEBY

Izabela Bednarczyk – Junior Brand Manager Bielenda Kosmetyki Naturalne

30+

W pielęgnacji skóry 30+ główną rolę odgrywa dbanie o jej witalność i nawilżenie. To właśnie odpowiedni poziom wody w naskórku pomaga w utrzymaniu gładkiej, sprężystej cery. Dopełnieniem pielęgnacji powinna być przy tym jej ochrona przed szkodliwym działaniem wolnych rodników, których głównym źródłem są zanieczyszczenia, stres czy brak dbałości o dobrą dietę. Świetne właściwości rewitalizujące i nawilżające zapewnia bioaktywna woda cytrusowa, którą w naszych kosmetykach dopełniają soki owocowe. Jest ona bogata w oligoelementy oraz dobroczynne dla cery pierwiastki. Formuły kosmetyków z takimi orzeźwiającymi składnikami są bardzo lekkie i występują w żelowej lub kremowo-żelowej postaci, dzięki czemu pielęgnacja jest bardzo przyjemna – zarówno dla skóry, jak i dla zmysłów.

Warto również sięgnąć po kosmetyki z - popularnymi w ostatnim czasie - probiotykami. Poprawiają one i wzmacniają naturalną mikrobiotę skóry, a więc skutecznie zwiększają jej możliwości regeneracji oraz ochrony przed działaniem niekorzystnych czynników zewnętrznych.

Dobroczynnych dla skóry składników warto też szukać w dobrze znanych nam roślinach – zarówno w kwiatowych czy botanicznych ekstraktach, jak i w wyciągach z warzyw i owoców. To wła-

śnie te ostatnie są podstawą trendu foodie w pielęgnacji skóry i jako bogate źródło składników odżywczych, nawilżających czy wzmacniających coraz częściej lądują nie tylko na talerzach, ale również w formułach kosmetycznych.

Rekomendowana codzienna pielęgnacja skóry 30+? Pierwszym krokiem powinno być odpowiednie oczyszczenie i detoksykacja. Do dyspozycji mamy wiele rodzajów preparatów – od pianek i żeli do mycia twarzy, poprzez płyny micelarne, toniki i hydrolaty. Kosmetyki ze składnikami aktywnymi dobranymi do potrzeb naszej skóry warto stosować w duecie – serum oraz krem. Takie połączenie zapewni skórze bogaty zestaw substancji rewitalizujących, nawilżających i ochronnych.

## ○ KREM ENERGIA + DETOKS BIELENDA VEGE SKIN DIET

Warzywny krem obfituje w roślinne składniki aktywne. Multifunkcyjny ekstrakt z karczocha wspiera regenerację naskórka, poprzez zawartość witamin i mikroelementów. Nawilżający ekstrakt z selera – stanowi cenne źródło energii, a także większości niezbędnych witamin, minerałów.







**NAWILŻAJĄCY  
KREM Z KWASEM  
HIALURONOWYM  
30+ ZIAJA**

Bogaty krem do skóry suchej i normalnej - zapewnia efekt stabilnego poziomu nawilżenia skóry. Wygładza zmarszczki oraz redukuje szorstkość naskórka. Wiąże wodę i opóźnia procesy starzenia się. Trwale nawilża naskórek oraz głębsze warstwy skóry. Skutecznie łagodzi podrażnienia.

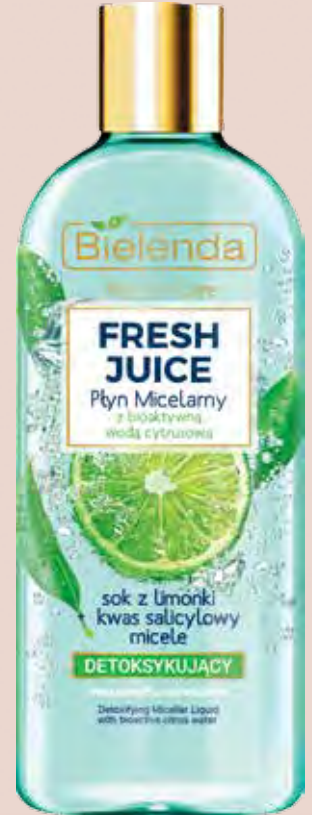
**PRZECIWMARSZCZKOWY  
ELIKSIR DO  
TWARZY VIANEK**

Lekkie, aksamitne, szybko wchłaniające się serum do twarzy ze stabilną formą witaminy C w stężeniu 5%. Idealne również do cery wrażliwej i naczynkowej, zawiera kompleks ekstraktów (miłorząb japoński, lukrecja i koniczyna) o silnych właściwościach antyoksydacyjnych, stymulujących produkcję kolagenu i elastyny w skórze. Regenerujące i kojące właściwości alantoiny i panthenolu gwarantują dojrzałej cerze odnowę, przywracając jej uczucie komfortu.



**PŁYN MICELARNY  
Z BIOAKTYWNA  
WODĄ CYTRUSOWĄ  
- LIMONKA  
BIELEND FRESH  
JUICE**

Produkt przeznaczony jest do pielęgnacji cery tłustej i mieszanej. Dzięki zawartości bioaktywnej wody cytrusowej ma działanie antyoksydacyjne i wspiera vitalność komórek. Obecny w kosmetykach sok z limonki normalizuje skórę i reguluje wydzielanie sebum.



**KREM PERFECTA  
FENOMEN C**

Krem o wyjątkowej, bardzo lekkiej konsystencji „cream to water”. Daje skórze natychmiastowe odczucie odświeżenia i lekkości. Polecany jest do pielęgnacji skóry wymagającej energizacji, detoxu i głębokiego nawilżenia. Stanowi doskonałą bazę pod makijaż. Rekomendowany do całorocznej pielęgnacji.



Magdalena Koćwin – Brand Manager  
Bielenda Kosmetyki Naturalne

40+

Pielęgnacja skóry 40+ to przede wszystkim dbałość o jej odżywianie i nawilżanie oraz spłycanie zmarszczek. To właśnie w tym czasie uwiadcniają się skutki utraty gęstości i jędrności skóry, szczególnie gdy doprowadzimy do jej wysuszenia lub narazimy na długi kontakt z niekorzystnymi czynnikami zewnętrznymi. Zmarszczki stają się coraz głębsze, niedoskonałości bardziej widoczne, a owal traci swoją wyrazistość. Niekorzystne zmiany przyspieszają przy nieprawidłowej diecie, życiu w stresie czy w wyniku zmian hormonalnych. W tym wieku nawodnienie cery jest kluczowe – to podstawa codziennej pielęgnacji. Warto tutaj postawić na dobrze znany kwas hialuronowy.

Skóra potrzebuje również impulsów do wzmocnienia naturalnych procesów regeneracyjnych. W tej roli świetnie sprawdzają się peptydy, których działanie przyczyni się do zwiększenia produkcji kolagenu i elastyny. Mogą również transportować składniki odżywcze i rewitalizujące, które pobudzą skórę do naturalnej odnowy. Jednym z najnowszych składników tego typu, który stosuje się w kosmetykach przeciwzmarszczkowych i liftingujących jest peptyd Syn®-Ake. To peptyd biomimetyczny, stworzony metodą biotechnologiczną, który naśladuje działanie toksyny obecnej w jadzie żmii. Jest on całkowicie bezpieczny - poprzez blokowa-

nie cyklicznych mikroskurczy mięśni twarzy, odpowiedzialnych za powstawanie zmarszczek, zapewnia skuteczne wygładzenie linii mimicznych oraz widoczny lifting skóry.

Rekomendacją ekspertów jest również grupa składników, która wykorzystuje szlachetne minerały. Jednym z najskuteczniejszych w pielęgnacji anti-aging jest złoto – szczególnie w połączeniu z innymi substancjami aktywnymi, które w synergii zapewniają intensywne i długotrwałe efekty pielęgnacji.

Codzienna pielęgnacja powinna uwzględniać stosowanie dedykowanych kremów, z poprzedzającym masażem skóry przy wykorzystaniu olejku lub esencji. Kilka razy w tygodniu warto zastosować maseczkę – np. łatwą w aplikacji maskę w płacie, a także w sposób szczególny zadbać o regularną pielęgnację okolic oczu (serum, dedykowana tej okolicy maseczka).

**NAWILŻAJĄCY  
KREM PRZECIWMARSZCZKOWY  
40+, DZIEŃ/NOC  
BIELEND KURACJA  
MŁODOŚCI**

Krem widocznie poprawia wygląd i kondycję cery. Intensywnie nawilża, regeneruje, zatrzymuje wilgoć w skórze. Kosmetyk wyraźnie spłyca i wygładza zmarszczki, skutecznie opóźnia powstawanie nowych.



### KREM PRZECIW ZMARSZCZKOM 40+ ZIAJA

Suplementacja skóry - unikalne połączenie aktywatora syntezy elastyny i polisacharydów zapewniające intensywne wsparcie w zachowaniu młodej skóry. Regulując gospodarkę wodną skóry, zapobiega nadmiernemu wysuszeniu. Utrzymuje prawidłowy poziom lipidów epidermy. Odbudowuje wewnętrzną strukturę skóry. Wyraźnie poprawia jędrność i elastyczność naskórka.



### NIVEA PRZECIWZMARSZCZKOWY + UJĘDRNIAJĄCY KREM NA DZIEŃ I NA NOC 45+

Ujędrniający zestaw na dzień i na noc z odżywczym masłem shea sprawia, że skóra jest cudownie gładka i nawilżona. Wzbogacony w olejek z pestek moreli czy olejek makadamia skutecznie redukuje zmarszczki i poprawia jędrność Twojej cery.

### DERMO-NAWADNIAJĄCY KREM WYGŁADZAJĄCY NA NOC 40+ LIRENE FOLACYNA

Unikalny kompleks ekstraktu ze śnieżnej algi oraz kwasu foliowego stymuluje nocną regenerację włókien kolagenowych i elastynowych oraz poprawia proces detoksykacji. Naturalnie występujący w organizmie wysokocząsteczkowy kwas hialuronowy długotrwale poprawia nawilżenie, elastyczność i napięcie skóry. Zmarszczki ulegają wygładzeniu, a cera odzyskuje blask i gładkość.



### KREM POD OCZY I NA POWIEKI PERFECTA MULTIKOLAGEN RETINOL

To unikalne połączenie wyjątkowo skutecznych składników przeciwzmarszczkowych Retinolu i prokolagenu4. Ich synergiczne działanie pobudza kluczowe procesy odpowiedzialne za młody wygląd. Skóra jest nawilżona, odzyskuje napięcie i jędrność, a zmarszczki zostają wygładzone. Krem o wyjątkowej, bardzo lekkiej konsystencji „cream to water”. Daje skórze natychmiastowe odczucie odświeżenia i lekkości.



## WYBIERZ SWÓJ KREM PRZECIWZMARSZCZKOWY Z BOGATEJ OFERTY KOSMETYKÓW.

### SERUM PERFECTA CERAMIDOWY LIFTING

Serum silnie liftingujące i wygładzające o wyjątkowo lekkiej konsystencji. Polecane jest do pielęgnacji każdego typu cery dojrzałej, z widocznymi oznakami starzenia się skóry, jak m.in. zmarszczki, zmniejszona jędrność i elastyczność, utrata sprężystości. Serum zapewnia długotrwały lifting i wygładza powierzchnię skóry.



### ULTRA-NAPINAJĄCE SERUM 50+ LIRENE FOLACYNA

Wyjątkowe połączenie przełomowego ekstraktu ze śnieżnej algi oraz kwasu foliowego intensywnie stymuluje rekonstrukcję nici kolagenowych w strukturze skóry. Wzmacniając białka podporowe gwarantuje bardzo intensywny efekt napięcia oraz natychmiastowej poprawy sprężystości i elastyczności.



### HIALURONOWY ŻEL LIFTINGUJĄCY SKONCENTROWANY WYPEŁNIACZ ZMARSZCZEK ZIAJA

Już od momentu aplikacji odczuwalnie napina naskórek. Wypełnia odwracalne nierówności skóry powstałe pod wpływem zmęczenia. Skutecznie wygładza powierzchniowe zmarszczki. Znacząco i długotrwale nawilża skórę.



### KREM SILNIE NAWILŻAJĄCY URODA MELISA

Krem nawilżający MELISA: zawarty w nim kwas hialuronowy przyczynia się do odbudowy uszkodzonego naskórka, tworzy na skórze warstwę ochronną zapobiegając utracie wilgoci. Krem intensywnie regeneruje, nawilża, spowalnia starzenie się skóry, zmiękcza ją oraz poprawia jej koloryt. Idealny do stosowania po demakijażu, ale także jako baza pod makijaż.



## Gerta Pająk – Product Manager Bielenda Kosmetyki Naturalne

50+

W pielęgnacji 50+ kluczowe jest intensywne pobudzenie produkcji kolagenu, który odpowiada za jej strukturę i sprężystość. Osłabienie włókien kolagenowych jest jedną z głównych przyczyn powstawania zmarszczek i bruzd – szczególnie tych głębokich i najbardziej wyraźnych.

Ich wzmocnieniu powinna towarzyszyć odbudowa naskórka poprzez dostarczenie skórze ceramidów. To ważne elementy spoiwa międzykomórkowego, które chronią ją przed utratą wody i szkodliwym wpływem czynników środowiskowych.

Składnikiem, który doskonale sprawdzi się w pielęgnacji cery dojrzałej 50+ jest m.in. ekstrakt ze śluzu ślimaka. Zawiera cenne dla skóry proteiny, które ją odżywiają, wygładzą i rozświetlą, zapewniając widoczną i długotrwałą poprawę jej kondycji. Ma on również wpływ na zwiększenie produkcji kolagenu i elastyny, a więc poprawę jędrności i sprężystości.

Dla wzmocnienia efektu anti-aging warto również stosować kosmetyki z olejem kameliowym. To wyjątkowo cenny składnik, wywodzący się z tradycji azjatyckich rytuałów piękna. Dzięki niezwykle wysokiej zawartości kwasów omega-9 przyczynia się do głębokiej regeneracji, nawilżenia i uelastycznienia skóry. Zawartość witamin (A, B, C i E) sprawia, że ma on wysoką aktywność antyoksydacyjną, a więc chroni cerę przed działaniem wolnych rodników. Jest też naturalnym filtrem UV, dzięki czemu ogranicza fotostarzenie się skóry.

W codziennych rytuałach warto łączyć krem oraz serum, które w dużej mierze dostarczą jej bogaty zestaw składników odnawiających, przeciwzmarszczkowych i ochronnych. Z kolei w pielęgnacji wieczornej świetnie sprawdzi się maseczka oraz krem na noc – zawarte w nich substancje aktywują się w czasie snu, aby zadziałać jeszcze mocniej i głębiej.



### LUKSUSOWE SERUM ODMŁADZAJĄCE DZIEŃ/NOC BIELENDA CAMELLIA OIL

Bogata formuła preparatu jest oparta na olejkowych, odżywczych mikroperłkach zawieszonych w nawilżającym żelu. Taka konsystencja produktu zapewnia pielęgnację zgodną z koreańskimi rytuałami piękna. Serum dzięki zawartości oleju kameliowego, bogatego w kwasy Omega-9 i witaminy A, B, C i E głęboko nawilża i rewitalizuje naskórek. Obecny w składzie olej marula, bogaty w witaminy C i E, działa antyoksydacyjnie i odżywczo, a ceramidy zapobiegają wiotczeniu oraz utracie wody z naskórka.



### EXCLUSIVE SNAKE LUKSUSOWY KREM-KONCENTRAT MODELUJĄCY KONTUR TWARZY 50+ EVELINE COSMETICS

Unikalna formuła inspirowana zabiegami medycyny estetycznej działa jak kuracja uderzeniowa, która kompleksowo odmładza skórę. Przede wszystkim wypełnia zmarszczki i przywraca skórze gładkość. Płyn diamentowy przywraca cerze blask, regeneruje i optycznie odmładza.

### KREM NA DZIEŃ I NA NOC PERFECTA BOTULUX

Nowatorska linia kosmetyków przeciwzmarszczkowych, która łączy działanie pszczelego peptydu, ceramidów oraz miodu manuka. Synergiczne działanie tych składników powoduje rozluźnienie ekspresyjnych stref twarzy, stymuluje skórę do regeneracji oraz głęboko ją odżywia.



### PRO-LIFTINGUJĄCY KREM SPŁYCAJĄCY ZMARSZCZKI NA DZIEŃ LIRENE RETINOL D-FORTE

Stabilny BIO-Retinol stymuluje odbudowę białek podporowych, odpowiedzialnych za młody wygląd skóry. Dzięki wzmocnieniu struktur włókien kolagenowych i elastynowych, przywraca skórze jędrność i odpowiednie napięcie. Unikalna wit. Dpro wspomaga barierę immunologiczną skóry, wspomaga jej płaszcz hydro-lipidowy, przywracając gładkość i promiennność.



### YOSKINE KIREI LIFTING

KIREI po japońsku oznacza PIĘKNY. Naprawczy, przeciwzmarszczkowy krem z efektem silnego liftingu V-SHAPE dla cery 50+. Intensywnie wygładza skórę, redukuje długość i głębokość zmarszczek oraz zapewnia uniesienie owalu twarzy poprzez lifting policzków, okolic zuchwy i podbródka. Zawiera dwie formy retinolu, w tym jedną z najnowocześniejszych – sferulity retinolowe 10x100 µsph.



**WĘGIEL AKTYWNY DETOKSYKUJĄCY PEELING DO CIAŁA Z OLEJEM BABASSU LIRENE**

Wyglądający peeling do ciała z węglem aktywnym głęboko oczyszcza skórę ze zgromadzonych na jej powierzchni zanieczyszczeń i martwego naskórka. Przyjazne środowisku peelingujące drobinki masują skórę, działając wygładzająco i ujędrniająco. receptura ze szlachetnym olejem babassu i antyoksydacyjną witaminą E pozostawia aksamitny film ochronno-natuszczający, który podnosi poziom nawilżenia skóry, redukując uczucie ściągnięcia i szorstkości.



**PEELING CUKROWY Z EKSTRAKTEM Z PAPAÍ BIELENDĄ EXOTIC PARADISE**

Peeling doskonale odżywia, wygładza i odświeża ciało. Zastosowana formuła łączy działanie oczyszczających kryształków naturalnego cukru oraz pielęgnacyjnych składników aktywnych. Ekstrakt z papai posiada właściwości wygładzające i odświeżające. Produkt mocno oczyszcza skórę a stosowany regularnie, poprawia jej jędrność i elastyczność. Formuła wzbogacona została o wodę pomarańczową i nawilżającą glicerynę.

**NATURALNE MUSY MYJĄCE DO TWARZY LAQ**

Delikatna konsystencja przypominająca deser, skuteczność działania, wysoka wydajność i cudowne aromaty – to najważniejsze zalety musów do twarzy marki LaQ. W zależności od potrzeb naszej cery do wyboru mamy trzy wersje tego innowacyjnego kosmetyku, który oprócz oczyszczania nawilża, głęboko oczyszcza lub peelinguje naszą skórę, a to wszystko bez SLS i SLES!



**MOCCA CAFFÈ PEELING CUKROWY DO CIAŁA LIRENE**

Peeling zawiera przyjazne środowisku peelingujące drobinki, które podczas aplikacji poprawiają mikrokrążenie w skórze. W rezultacie zwiększają jej elastyczność i jędrność. Już po 1 aplikacji skóra staje się odpowiednio napięta i zachwyca aksamitną gładkością. Obecne w formule kakao, wyciąg z imbiru i ekstrakt z guarany dodatkowo pielęgnują skórę poprzez dogłębne nawilżenie i regenerację.



**PEELINGUJĄCY ŻEL POD PRYSZNIC 2W1 BIELENDĄ STRESS RELIEF NATURALS SEA SALT**

Żel do mycia ciała z biodegradowalnymi drobkami peelingującymi pochodzenia naturalnego, przeznaczony jest do codziennej pielęgnacji każdego rodzaju skóry, również wrażliwej. Skutecznie oczyszcza i odświeża skórę, złuszcza martwe komórki naskórka, eliminuje szorstkość i wygładza, nie powodując podrażnień. Masaż żelem działa ujędrniająco na skórę, dodaje sprężystości, zmiękcza, odnawia i nawilża naskórek.



**PEELING ENZYMATYCZNY PERFECTA**

Delikatnie, bez pocierania, złuszcza martwe komórki naskórka, nawilża, łagodzi i przywraca skórze komfort i zdrowy kolor. Zawiera rewitalizujący koktajl dla skóry o silnym działaniu odżywczym i antyoksydacyjnym. Chroni skórę przed przedwczesnym starzeniem, nawilża, regeneruje oraz wspiera funkcje barierowe skóry.

**SEKRET**

**GŁADKIEJ I MIĘKKIEJ SKÓRY**



**DOVE PIELĘGNUJĄCY PEELING DO CIAŁA**

Odkryj nowy sposób na gładką skórę – Dove pielęgnujący peeling do ciała. Dzięki zawartości substancji odżywczych pielęgnujący peeling do ciała delikatnie usuwa martwy naskórek, jednocześnie nawilżając Twoją skórę. Poczuj jak staje się ona jedwabście gładka i przyjemna w dotyku już po pierwszym użyciu. Ponadto, kremowa konsystencja, naturalne drobinki peelingujące i soczysty zapach sprawiają, że rozpieszczysz nie tylko swoje ciało, ale i zmysły.



**NATURALNY PEELING MYJĄCY LAQ**

Łatwo pieniąca się wegańska formuła produktu wzbogacona o brązowy cukier pozostawi waszą skórę doskonale oczyszczoną, gładką, pięknie pachnącą i przygotowaną do dalszego rozpieszczania. Stanowi on doskonałą alternatywę dla żeli pod prysznic. Do wyboru mamy soczystego melona, orzeźwiającego kiwi z winogronami, kojącą lawendę połączoną ze słodką wanilią oraz banana.

**TROPICAL ISLAND PAPAJA PEELING ENZYMATYCZNY DO TWARZY**

Jesteś odkrywczą? Podążaj szlakami rytuałów pielęgnacyjnych, na których poznasz wyjątkowo delikatną formułę peelingu enzymatycznego. Zawarte w nim enzymy papainy otulą Twoją skórę i wspomogą subtelne złuszczenie martwego naskórka a egzotyczne aromaty zapewnią moc pielęgnacyjnego uniesienia.



**NAWILŻAJĄCO-WYGŁADZAJĄCY PEELING DO CIAŁA VIANEK**

Z nasionami czarnuszki oraz cukrem, złuszcza martwy naskórek, wzmacnia skórę i skutecznie chroni ją przed utratą wody. Olej z kielków pszenicy oraz witamina E, dzięki swoim właściwościom uelastyczniają i zapewniają młody wygląd. Lekki, otulający zapach sprawia, że masaż skóry staje się przyjemnością, a efekty widoczne są już po pierwszym użyciu.

**PEELING DAJE NATYCHMIĄSTOWY EFEKT WYGŁADZENIA.**

**NOWOŚĆ ORGANICZNY PEELING RYŻOWY NIVEA**

Zawiera organicznie uprawiany ryż i bio borówki, stworzony by wspierać naturalną odnowę skóry. Peeling doskonale złuszcza, efektywnie usuwa martwe komórki naskórka, nie powodując przy tym podrażnień. Średni stopień intensywności peelingu pozwala stosować go do 4 razy w tygodniu.

**WYGŁADZAJĄCA MASECZKA PEEL-OFF PERFECTA**

Maseczka o wyjątkowej formule peel-off o właściwościach wygładzających i nawilżających. Pochłania ze skóry nadmiar sebum i zanieczyszczenia. W efekcie cera staje się wyjątkowo gładka i odświeżona. Polecana do pielęgnacji cery wymagającej oczyszczenia i wygładzenia.

**ENZYMATYCZNY PEELING GOMMAGE 3W1 EVELINE COSMETICS**

Skład preparatu oparty jest o enzym z ananasa i kwasy owocowe stymulujące proces złuszczenia i odnowy naskórka. Ponadto znajdziemy w nim D-panthenol łagodzący i zapobiegający przesuszeniu oraz olejek migdałowy, który przywróci cerze blask. Żelowa formuła kosmetyku łatwo się rozprowadza, aktywnie rozpuszcza zanieczyszczenia i usuwa szorstkość.



**ORGANIC MACADAMIA KREM-SCRUB DO CIAŁA PLANETA ORGANICA**

Naturalny krem-scrub do ciała ORGANIC MACADAMIA jest specjalnie stworzony dla oczyszczenia i zmiękczenia skóry. Organiczny olej macadamia zmiękcza i poprawia koloryt skóry. Olej z nerkowca zawiera witaminy A i E, nawilża skórę nadając jej blask. Ekstrakt z cukru trzcinowego delikatnie oczyszcza i wspomaga regenerację, redukuje negatywny wpływ środowiska.



# Perfecta

WARSAW TOKYO NEW YORK



## EKSKLUZYWNA PIELEGNACJA CERY DOJRZAŁEJ

PERFECTA EXCLUSIVE to odmładzające kosmetyki, które bazują na najbardziej ekskluzywnych składnikach aktywnych. Zawierają m.in. **24k ZŁOTO** i **MIKROKRYSTAŁY DIAMENTÓW**, mają aksamitne konsystencje i udowodnione działanie przeciwzmarszczkowe.

PERFECTA EXCLUSIVE – LINIA WYŁĄCZNIE NA RYNEK TRADYCYJNY!

# RELAKS I SWIEZOSC

- ŹELE POD PRYSZNIC -



# KRÓLEWSKI WYPOCZYNEK ZAPEWNI NAM GO- RĄCĄ, RELAKSUJĄCĄ KĄPIEL. WYBIERZ IDEALNY KOSMETYK.



## ŻEL I SZAMPON BARBIE YOU CAN BE A DREAMER

Przetestowany dermatologicznie niezwykle przyjemny w użytkowaniu produkt posiada gęstą konsystencję, która pod wpływem wody przemienia się w aromatyczną pianę. Łagodnie substancje myjące usuwają brud i kurz ze skóry ciała oraz kosmyków, pozostawiając je pachnące, miękkie i aksamitne w dotyku.

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

Żel intensywnie nawilża, nadając skórze miękkość i zdrowy wygląd. Dzięki zawartości oleju z bawełny wzmacnia barierę naskórka oraz hamuje utratę wody i jednocześnie chroni skórę przed wysuszeniem. Właściwości odżywcze poprawiają kondycję skóry, a specjalnie dobrane składniki sprawiają, że żel pozostawia na skórze warstwę ochronną.



## ANTYOKSYDACJA JAGODY ACAI NAWILŻAJĄCE MYDŁO Z BALSAMEM ZIAJA

Mydło acai z balsamem zawiera naturalne substancje aktywne - jagody acai oraz beta glukan. Ma konsystencję pielęgnacyjnego balsamu: jest gęsty, wydajny, dobrze się pieni i splotkuje. Wyjątkowy zapach i łagodne działanie zapewniają uczucie czystej skóry.



## ORZEŻWIAJĄCO-ENERGETY- ZUJĄCY 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 DEEPLY NOURISHING ŻEL POD PRYSZNIC

Żel pod prysznic Dove Deeply Nourishing daje Ci pewność, że odpowiednio odżywasz swoją skórę już od samego początku dnia. Ten nawilżający żel pod prysznic łączy 1/4 kremu nawilżającego z łagodnymi substancjami myjącymi, by pomóc Twojej skórze w zachowaniu jej naturalnego poziomu nawilżenia, pozostawiając ją bardziej miękką i gładką już po pierwszym prysznicu.



## FA MEN BRAZILIAN VIBES IPANEMA NIGHTS

Energetyzujący żel pod prysznic Fa Men Ipanema Nights do ciała i włosów o pobudzającym zapachu tropikalnych owoców z naturalnym w 100% ekstraktem z guarany.



## HIBISCUS & WHITE SAGE ŻEL POD PRYSZNIC Z GLINKĄ NIVEA

Odkryj moc glinki w żelu pod prysznic, który doskonale łączy oczyszczanie, świeżość i pielęgnację. Niewysuszająca skórę formuła o zapachu hibiskusa oraz białej szalwii oczyszcza pozostawiając uczucie aksamitnie gładkiej skóry.



### NATURALNE ŻELE POD PRYSZNIC LAQ

Sięgając po wegańskie żele pod prysznic LaQ zregenerujemy naszą skórę w czasie upałów i obudzimy zmysły dzięki ich przepięknym zapachom. A wszystko to bez SLS, SLES, parabenów i silikonów. W każdym żelu znajdziemy ekstrakty roślinne, np. z aloesu, prawoślazu czy rumianku. Taki skład zapewnia naszej skórze doskonale oczyszczenie bez jej przesuszenia. Do wyboru mamy żel o energizującym zapachu grejfruta połączonego z zieloną herbatą, soczysty miks winogrona z kiwi i słodkiego melona.

### ŻELE POD PRYSZNIC YOPE

Zawierają kompleks łagodnych składników myjących pozyskiwanych między innymi z oleju kokosowego, z ziaren palmowych (składnik z certyfikatem Ecocert) oraz z kukurydzy. Delikatnie myją one skórę i nawilżają, dzięki czemu po myciu nie jest ona podrażniona i nie ulega wysuszeniu. Przygotowaliśmy aż sześć wersji żeli! Mają wyjątkowe zapachy i pielęgnacyjne właściwości.



### ORGANIC SHEA SCRUB DO CIAŁA PLANETA ORGANICA

Naturalny scrub do ciała ORGANIC SHEA jest stworzony specjalnie dla odżywiania i gładkości skóry. Organiczne masło shea intensywnie odżywia i nawilża skórę, czyni ją jędrną i elastyczną. Organiczny ekstrakt z cynamonu tonizuje i odnawia skórę, zapewniając wyraźny efekt antycellulitowy. Organiczne pestki moreli delikatnie polerują skórę, czyniąc ją miękką i gładką.



### PERFECTA BOTANICAL SYNERGY

To nowatorska linia kosmetyków do mycia i pielęgnacji ciała oparta na synergicznym działaniu botanicznych składników aktywnych. Naturalne ekstrakty doskonale pielęgnują skórę i utrzymują ją w doskonałej kondycji. Żel pod prysznic o wyjątkowej olejkowej formule i detoksykująco-oczyszczającym działaniu. Tworzy na skórze aksamitną pianę i otula niezwykle przyjemnym zapachem. Doskonale oczyszcza i utrzymuje odpowiedni poziom nawilżenia. Daje odczucie odświeżenia i komfortu oraz pozostawia skórę gładką i miękką w dotyku.

### ODŻYWCZY ŻEL POD PRYSZNIC Z OLEJEM MAKOWYM BIOOnly organic

Podstawą żelu jest tłoczony na zimno olej z maku, który skutecznie odżywia i poprawia kondycję skóry, pozostawiając ją jędrną i gładką. Zawiera także olej słonecznikowy, ekstrakt z rumianku i lecytynę, dzięki czemu doskonale sprawdza się po kąpieli morskiej, czy w twardej chlorowanej wodzie.



### STR8 ŻEL POD PRYSZNIC 3W1

Zawsze warto mieć wybór! Przedstawiamy cztery nowe pielęgnacyjne żele pod prysznic z funkcją 3w1 do mycia ciała, twarzy oraz włosów. Czekają na Was #STR8 Detox Power, Icy Cool, Energy Rush oraz Hydra Boost.



# LIRENE OXY IN AQUA

## – HYDRODOTLENIENTE SKÓRY

Tlen jest pierwiastkiem niezbędnym dla prawidłowej przemiany komórkowej, transportowania składników odżywczych, a więc wszystkich procesów zmierzających do codziennej regeneracji skóry. Tymczasem zanieczyszczenie środowiska, przebywanie w klimatyzowanych pomieszczeniach, palenie papierosów czy nakładanie na skórę wielu warstw kosmetyków powodują, że poziom dotlenienia naszego naskórka jest niewystarczający. Nie bez znaczenia są też zmiany związane z wiekiem – czym jesteśmy starsze, tym nasza skóra naturalnie ubożeje w tlen, w rezultacie procesy w tkankach zachodzą coraz wolniej, skórze coraz trudniej samodzielnie oczyszczać się z toksyn, a naskórek nie odbudowuje się już tak sprawnie. Cera szarzeje, traci wodę, przez co robi się przesuszona, mniej jędrna, wiotka, szybciej pojawiają się na niej zmarszczki.

Sposobem na dostarczenie skórze dodatkowej porcji tlenu jest infuzja tlenowa – nowoczesny zabieg, który polega na wprowadzeniu substancji aktywnych w głąb skóry za pomocą technologii

hiperbarycznego tlenu. Powoduje on natychmiastowe odżywienie i regenerację. Natomiast w kosmetykach tlen w czystej postaci występuje niezwykle rzadko, ponieważ jest to pierwiastek bardzo trudny do ustabilizowania. W składzie kremów o działaniu dotleniającym najczęściej znajdziemy związki będące dostarczycielami tego pierwiastka, np. fosfolipidy, oleje roślinne czy witaminy. Transportują one tlen w głąb skóry i uwalniają go w głębszych warstwach naskórka. Na lepsze dotlenienie skóry wpływa też systematyczne dostarczanie składników nawadniających oraz poprawiających krążenie. Zasada jest bowiem taka: im lepiej nawilżona skóra i lepsze krążenie, tym więcej transportowanego tlenu, a tym samym lepsze dotlenienie skóry.

Zainspirowane zabiegiem infuzji tlenowej Ekspertki Laboratorium Naukowego Lirene stworzyły nawilżającą linię kosmetyków zwiększającą dotlenienie skóry – Lirene Oxy in Aqua.

Korzyści ze stosowania kremów dotleniających Lirene Oxy in Aqua:

- Dogłębne nawilżenie, zwiększenie elastyczności i jędrności, dzięki czemu cera jest gładka, odzyskuje świeżość i blask.
- Dotlenienie komórek skóry, odżywienie i utrzymanie na odpowiednim poziomie procesów regeneracji.
- Detoksykacja i uelastycznienie skóry.



**LIRENE OXY in AQUA**  
Dotleniający bogaty krem wygładzający  
- cera wrażliwa SPF 30

Odpowiednie dotlenienie komórek skóry powoduje, że jest ona odżywiona, nawodniona i zregenerowana. Innowacyjny Komplex Dotleniający pozwala na dogłębne nawilżenie, zwiększenie elastyczności i jędrności, dzięki czemu cera jest gładka, odzyskuje świeżość i promienny blask.



**LIRENE OXY in AQUA**  
Nawilżający hydro-krem dotleniający  
- cera normalna

Zanieczyszczenie powietrza, promieniowanie UV czy stresujący tryb życia to czynniki, które negatywnie wpływają na stan cery. Ekstrakt z murundy, będącej najbogatszym naturalnym źródłem witaminy C, wnikać w skórę chroni jej komórki przed stresem oksydacyjnym, wyrównuje koloryt i zapobiega powstawaniu zmarszczek. W efekcie cera jest zregenerowana, odzyskuje młodzieńczy blask i wygląda zdrowo.



**LIRENE OXY in AQUA**  
Odmładzający hydro-żel dotleniający  
- cera normalna

Aktywna witamina E, dzięki innowacyjnej formie zamkniętej w mikrokapsułkach dogłębnie wnika i wbudowuje się w strukturę błony komórkowej naskórka by zapewnić działanie antyrodnikowe. Blozgodny z lipidowymi składnikami skóry olej z awokado idealnie ją nawilża i działa ochronnie.



Tekst:

**Monika Belska**

kosmetolog

Salon BONJOUR  
ul. Św. Filipa 11/2  
31-150 Kraków  
tel. 537 694 018  
FB: bonjourfrancjaelegancja

# RÓŻANA ROZKOSZ

## I KAWOWE POŻEGNANIE Z CELLULITEM

### CZUJECIE TO?

Chłodniejsze dni i wieczory. Przyroda szykuje się do snu zimowego, a my chcemy zatrzymać choć odrobinę lata!!!

Pomogą nam w tym cudowne i świeże zapachy, które dodatkowo wy-modelują naszą sylwetkę oraz masaż, który wspomaga pozbycie się toksyn z organizmu i rozbija grudki cellulitu. Czy to brzmi jak bajka? Nie, to czysta prawda zaklęta w ekskluzywnych zabiegach Salonu Bonjour z Krakowa.

### RÓŻANA ROZKOSZ

To nowatorski zabieg na ciało rozgrzewający i pobudzający nasze zmysły, dzięki idealnemu połączeniu peelingu, dobroczynnego masażu skóry specjalnie opracowanym musum do ciała z olejem z dzikiej róży i fachowej opieki najlepszych specjalistów z Krakowa.

Zabieg rozpoczyna delikatny peeling solny. Zniwelujący zapach olejku ylang ylang i dzikiej róży otuli Twoje ciało. Wprowadzi Cię w odpowiedni nastrój, zrelaksuje, pobudzi krążenie, oczyści skórę i pomoże odblokować pory. Aby wspomóc dobroczynne działanie soli, peeling od Leafy Kosmetyki Naturalne zawiera również odżywczy olej ze słodkich migdałów, wygładzający olej kokosowy, zmiękczaący olej z winogron czy regenerujące masło shea. Nasiona róży poprawiają koloryt Twojej skóry, zaś idealnie dobrane naturalne oleje i masło shea odżywią je.

Drugą częścią zabiegu jest relaksacyjny masaż z pomocą specjalnie przygotowanego dla naszego salonu delikatnego musu do ciała z olejem z dzikiej róży. W składzie znajdziemy między innymi znane z właściwości nawilżających i natłuszczających: masło shea, ekskluzywny, naturalny olej z owoców Dzikiej Róży (Rosa Canina) o pięknym rubinowym kolorze. Zawiera on znane z właściwości regenerujących i powstrzymujących procesy starzenia bioflawonoidy, karotenoidy oraz sterole i niezbędne kwasy tłuszczowe. Jest bogaty w witaminy E, B1, B2, K, PP oraz C.

Różana Rozkosz to zabieg dla każdego, kto kocha różę, jej zapach i relaksujące właściwości. To zabieg specjalny i ekskluzywny. Dla każdego, kto szuka odżywiania i delikatnego peelingu. To zabieg dla Ciebie.

### KAWOWA WALKA Z CELLULITEM

Wiele jest legend mówiących o tym, jak człowiek wynalazł kawę. Ta najpopularniejsza pochodzi z Etiopii i mówi o tym, że wypasający kozy zauważyli, że po zjedzeniu czerwonych owoców są one dziwnie pobudzone. Ponieważ surowe owoce wydały się absolutnie niezjadliwe, nasi bracia z Abisynii ugotowali je i tak powstała pierwsza aromatyczna filiżanka. Te pobudzające właściwości kojarzące się z porannym naparem mają również zbawienny wpływ na naszą skórę. W Bonjour postanowiliśmy je wykorzystać tworząc zabieg idealny, na bazie kawy właśnie.

Zabieg rozpoczyna peeling na bazie oleju z zielonej kawy, oczyszczającej soli i dobroczynnych olei. Bogaty w fitosterole, głęboko nawilżający macerat z nasion zielonej kawy Arabica, o działaniu antycellulitowym i zapobiegającym fotostarzeniu się skóry, redukuje niedoskonałości, zwiększa elastyczność skóry. Pięknie pachnie, doskonale się wchłania, pozostawia skórę odżywioną i gładką. Sól oczyszcza skórę, przygotowując ją do drugiej części zabiegu, jaką jest masaż bańką chińską z wykorzystaniem delikatnego masła do ciała na bazie ekstraktu z kawy, masła shea i oleju z pestek moreli. Delikatna śmietanka na bazie olei odżywi nasze ciało, podczas gdy bańki chińskie wspomogą modelowanie sylwetki. Bańka chińska działa podobnie do drenażu limfatycznego. Masaż jest wykonywany poprawnie przez najwyższej klasy specjalistów przyuczania się do poprawy metabolizmu i usuwania nadmiaru toksyn z naszego organizmu. Redukuje cellulit, wspomaga przepływ substancji odżywczych, zmniejsza obrzęki i poprawia działanie układu limfatycznego. Wszystko przy cudownym zapachu najwyższej jakości kawy, mającej działanie pobudzające i odprężające.

Zabieg Kawowa Walka z Cellulitem to ekskluzywny wybór dla każdego, kto pragnie czegoś więcej. To idealny wybór dla kawoszy. Dla tych, którzy nie mogą się obejść bez zapachu kawy. Dla tych, którzy mają dość cellulitu. To zabieg dla Ciebie.



### OLEJEK ANTY-CELLULITOWY DO MASAŻU + BANKA CHIŃSKA LIRENE

Masaż przy użyciu silikonowej bańki chińskiej wpływa na zmniejszenie widoczności cellulitu, w tym wodnego, pozwala modelować sylwetkę oraz przyspiesza drenaż limfatyczny, oczyszczający organizm z toksyn.



### EXPRESS SLIM ACTIVE 95% SERUM-REDUKTOR UPORCZYWEGO CELLULITU PERFECTA

Pomaga rozбивać „skórkę pomarańczową” oraz zapobiega jej powstawaniu. Bogata formuła znacznie poprawia jędrność skóry oraz wspiera regenerację. Dodatkowo serum głęboko nawilża i pielęgnuje skórę, co jest szczególnie ważne po wysiłku fizycznym.

# POKONAĆ CELLULIT

**Z**walczanie cellulitu to niełatwe zadanie. Sposobów na walkę z nim jest wiele. Niezależnie od tego co wybierzemy, najważniejsza jest wytrwałość i konsekwencja.



**WYSZCZUPLAJĄCE  
SERUM-KOREKTOR  
CELLULITU SLIM EXTREME  
EVELINE COSMETICS**

Modeluje sylwetkę i skutecznie walczy z rozstępami, zwiększając sprężystość i jędrność skóry. Zawiera botaniczny kompleks bogaty w bioaktywne wyciągi, wspierające procesy biochemiczne zachodzące w skórze. Ekstrakt z bluszczu stymuluje odbudowę i regenerację skóry, wyrównując przy tym jej warstwę powierzchniową. Kofeina, L-Karnityna i centella asiatica – wygładzają i ujędrniają skórę, stymulując procesy metaboliczne.

**100% NATURALNY OLEJ INCA INCHI PAESE**

Posiada bardzo wysoką zawartość kwasów tłuszczowych Omega-3, alfa-linolenowego, Omega-6, linolowego i Omega-9, witamin A, E, protein oraz mikro i makroelementów odpowiedzialnych za uelastycznienie i ujędrnienie skóry. Odbudowuje uszkodzone tkanki, zwiększa ich elastyczność i pobudza odbudowę kolagenu. Silnie regeneruje skórę, zmniejsza rozstępy i cellulit i zapobiega ich powstawaniu.

**SERUM BOOSTER UJĘDRNIAJĄCO-  
WYGŁADZAJĄCY Z EFEKTEM  
ANTYCELLULITE  
BIELENDA #BODY POSITIVE**

Dzięki zawartości składników aktywnych, takich jak kofeina, powstrzymuje proces nadmiernego przyrostu komórek tłuszczowych i pobudza ich rozpad. Pro-retinol ujędrnia, odmładza i przywraca sprężystość. Serum wzbogacone jest o skuteczne ekstrakty roślinne, takie jak: ekstrakt z tamaryndowca, liści zielonej herbaty, morskizynu, bluszczu oraz ze skrzypu polnego.



**EXPRESS SLIM  
ACTIVE 95%  
ANTYCELLULI-  
TOWY BOOSTER  
WYSZCZUPLAJĄCY  
PERFECTA**

Nowoczesny booster do ciała przyspieszający proces wyszczuplania. Zwiększa efekty wysiłku fizycznego, modeluje sylwetkę i dodatkowo pielęgnuje skórę. Ma lekką, łatwą w aplikacji formułę, która szybko się wchłania i nie obciąża skóry.



**REMODELATOR SYLWETKI  
REDUKTOR CELLULITU I TKANKI  
TŁUSZCZOWEJ LIRENE**

Poprawia mikrokrążenie w skórze, zmniejszając cellulit. Dzięki zawartości emolientu – bogatego w witaminy E i F masła Shea – dodatkowo posiada właściwości pielęgnacyjne, optymalnie nawilżając i odżywiając skórę.



**ŻEL ROZGRZEWAJĄCY IDEALNY  
PRZED ĆWICZENIAMI ZIAJA  
MULTIMODELING**

Produkt Multimodelingu o właściwościach rozgrzewających, idealny przed ćwiczeniami wspomagającymi wyszczuplanie i redukcję cellulitu. Żel intensywnie wmasować w skórę rozpoczynając od łydek w kierunku bioder. Po każdej aplikacji umyć ręce. Najlepsze efekty uzyskuje się stosując produkt systematycznie każdego dnia.

**BARDZO WAŻNE SĄ SAMO-  
DZIELNE DZIAŁANIA, TAKIE JAK  
STOSOWANIE ODPOWIEDNIEJ  
DIETY, UPRAWIANIE SPORTU,  
PICIE DUŻEJ ILOŚCI WODY.**



**UJĘDRNIAJĄCO-REGENE-  
RUJĄCY OLEJEK DO CIAŁA  
VIANEK**

Dzięki zawartości oleju z wiesiołka i lecytyny regeneruje skórę, zwiększa jej napięcie i elastyczność sprawiając, że jest miękka i jedwabiście gładka w dotyku. Olejek eteryczny z kory cynamonu ujędrnia, a w połączeniu z owocowym aromatem, dodaje ciału wigoru. Przy systematycznym stosowaniu skóra pozostaje w dobrej kondycji i jest odporna na szkodliwe czynniki zewnętrzne.

**OLEJKOWY PEELING  
DROBNOZIARNISTY  
PERFECTA BOTANICAL  
SYNERGY**

Silnie nawilżający peeling drobnoziarnisty o unikalnej konsystencji „gel to milk”, dzięki której zmienia się na skórze w delikatne mleczko. Doskonale oczyszcza i wygładza skórę oraz pozostawia ją głęboko nawilżoną, odżywioną i ujędmioną.



**SUPER  
KONCENTRAT  
UJĘDRNIAJĄCO-  
WYGŁADZAJĄ-  
CY Z EFEKTEM  
ANTYCELLULITE  
BIELENDA #BODY  
POSITIVE**

Zawiera wysoką zawartość składników aktywnych, takich jak kofeina, która działa wyszczuplającą oraz kwas hialuronowy, który nawilża i poprawia elastyczność skóry. Sól morską przyspiesza usuwanie nadmiaru wody z organizmu i redukcję tkanki tłuszczowej.



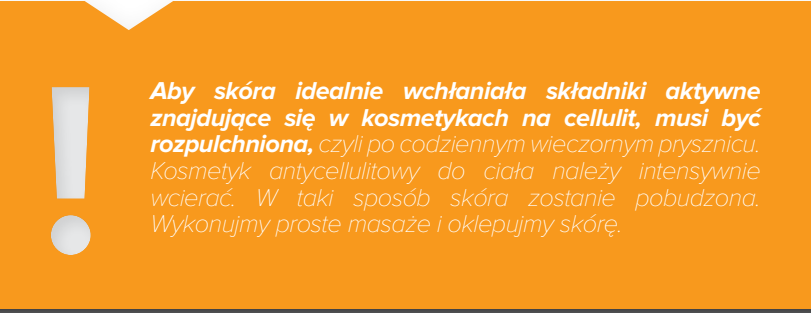
**OLIWKA DO MASAŻU  
ANTYCELLULITOWA  
ZIAJA**

Poprawia mikrokrążenie. Redukuje objawy cellulitu. Skutecznie zapobiega wiotczeniu skóry. Ujędrnia, poprawia sprężystość i gładkość naskórka. Utrzymuje elastyczność na poziomie skóry młodej. Zapewnia wygodne przeprowadzenie zabiegu masażu. Zawiera orzeźwiająco-pomarańczową kompozycję zapachową.



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

Wyciąg z melisy regeneruje, łagodzi, uspokaja i odświeża. Chroni przed działaniem wolnych rodników i promieniami słonecznymi. Wyciąg z zielonej herbaty spowalnia efekt starzenia się skóry, pobudza jej mikrokrążenie, uelastycznia. Idealny do stosowania na skórę całego ciała.



*Aby skóra idealnie wchłaniała składniki aktywne znajdujące się w kosmetykach na cellulit, musi być rozpułchniona, czyli po codziennym wieczornym prysznicu. Kosmetyk antycellulitowy do ciała należy intensywnie wcierać. W taki sposób skóra zostanie pobudzona. Wykonujemy proste masaże i oklepujemy skórę.*

SEKRETYRODY

**AQUA GEL UJĘDRNIAJĄCO-  
WYGŁADZAJĄCY Z EFEK-  
TEM OPTYCZNEJ KOREKTY  
CIAŁA BIELENDA  
#BODY POSITIVE**

Dzięki wysokiej zawartości składników aktywnych, takich jak kwas hialuronowy działa wygładzająco i wypełniająco. Kofeina działa wyszczuplająco, napina i uelastycznia skórę. Aqua gel wzbogacony jest o pigment mineralny - rozświetlającą perłę, która odbijając światło, zapewnia efekt optycznej korekty ciała.



**MASŁO UJĘDRNIAJĄCE  
ZIAJA MULTIMODELING**

Dzięki specjalnej formule ujędrnia i napina skórę w miejscach, które są szczególnie narażone na odkładanie tkanki tłuszczowej – na nogach, pośladkach oraz brzuchu. Kosmetyk zawiera składniki, które poprawiają elastyczność i jędrność skóry oraz redukują nierównomierne odkładanie tłuszczu.





# REVOLUTION

MAKEUP REVOLUTION LONDON



Monster Mattes



Big Big Love



Large It Up



Dream Big



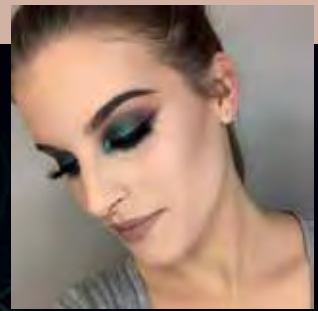
Iconic Fever



Iconic Division



Provocative



Tekst:  
**Aleksandra Magryś**  
**Make Up Artist**  
wizażystka  
ul. Chmaja 6,  
Rzeszów  
INST. @aleksandra.magrys.mua  
FB. Aleksandra Magryś MUA  
Tel. 666 649 667

# JAK DOBRAĆ PODKŁAD

**K**ażda z nas marzy o nieskazitelnej, młodej i idealnie gładkiej skórze. Dobrze dobrany podkład to podstawa makijażu. Na forach i w mediach społecznościowych roi się od postów typu: „Proszę, polećcie mocno kryjący podkład, który wytrzyma całą noc, jednocześnie wyglądając naturalnie.” Każda z nas szuka tego ulubionego podkładu, który nigdy nas nie zawiedzie i po którego zawsze będziemy sięgać, gdy skończy nam się jedno opakowanie. Lecz jak go znaleźć? Na co należy zwracać uwagę przy wyborze idealnego fluidu?

## PRZEDĘ WSZYSTKIM – JAK DOBRAĆ PODKŁAD POD WZGLĘDEM KOLORYSTYCZNYM?

Pierwsza zasada to: nie kupujemy podkładu przez Internet, jeżeli kupujemy go po raz pierwszy. Bardzo ciężko jest dobrać odpowiedni kolor nie nakładając go na własną skórę.

Nie dobieramy również koloru podkładu, „bo koleżanka ma taki kolor, a ja też jestem blada.” Oprócz podstawowej kolorystyki musimy uwzględnić też tony występujące we fluidach. To, że dwie osoby mają jasną karnację nie oznacza, że będą miały taki sam kolor podkładu, ponieważ jedna może mieć żółtą tonację skóry, natomiast inna różową. Przed wypróbowaniem podkładu na własnej skórze należy pamiętać o demakijażu.

Najlepszym sposobem na dobranie odpowiedniego podkładu jest użycie testera i nałożenie go na szyję. Wybieramy 3 odcienie podkładu, które wydają nam się najbardziej zbliżone do naszej cery i nakładamy każdy z nich obok siebie, następnie porównujemy. Dlaczego nakładamy fluid właśnie na szyję, a nie na dłoń? Ponieważ dłoń zwykle różni się kolorem od naszej twarzy bądź dekoltu. Nasza twarz również może być znacznie bledsza niż reszta ciała, w szczególności jeżeli używamy kremów lub podkładów z filtrem SPF. Gdy nałożymy już podkład na szyję, najlepiej jest odczekać chwilę, ponieważ niektóre formuły podkładów się utleniają i zmieniają kolor po jakimś czasie. Ważne jest również, aby efekt końcowy zobaczyć w świetle dziennym, a nie ostrym świetle sklepowym.

Jeżeli mamy przebarwienia na twarzy, najlepiej jest wybierać produkty w żółtych tonacjach, które wyrównają kolor skóry. Zdecydowanie polecałabym unikanie tych różowych, które mogą jedynie spotęgować zaczerwienienia.

Oczywiście dobór odpowiedniego koloru podkładu to nie koniec. Musimy również pamiętać, aby fluid był odpowiedni dla naszego typu cery. W kontekście dobrania odpowiedniej formuły ważne jest, by wiedzieć, czy nasza skóra jest sucha, mieszana czy tłusta. Jeżeli mamy cerę dojrzałą, najlepszy będzie dla nas podkład lekki, nawilżający, który nie podkreśli zmarszczek i zapewni nam komfort noszenia. Pamiętajmy również, że gdy mamy skłonność do pojedynczych wyprysków nie oznacza to, iż musimy kupować ciężkie, mocno kryjące podkłady i ukrywać całą cerę pod grubą warstwą fluidu. Zawsze możemy wspomóc się korektorem w odcieniu naszej skóry i punktowo zakamufłować wypryski, bądź drobne przebarwienia. Wtedy reszta naszej skóry wygląda nadal naturalnie i świeżo.

## CO ZROBIĆ, ABY PRZEDŁUŻYĆ TRWAŁOŚĆ PODKŁADU I SPRAWIĆ, ŻE BĘDZIE ON WYGLĄDAŁ NIESKAZITELNIE PRZEZ CAŁY DZIEŃ, BĄDŹ WYTRZYMA CAŁONOCNĄ IMPREZĘ?

Niezwykle istotne są: odpowiednia pielęgnacja skóry, dobra baza i fixer do makijażu. Skóra musi być przede wszystkim dobrze nawilżona. Niestety nie wystarczy, że w dzień imprezy nałożymy krem na twarz. Aby zapewnić dłuższą trwałość podkładu na co dzień, musimy zadbać o regularne wykonywanie peelingów oraz nawilżanie twarzy. Kolejnym aspektem jest również odpowiednia baza, którą nakładamy przed aplikowaniem fluidu oraz spray wykańczający makijaż (fixer), którym spryskujemy twarz na sam koniec. Aplikacja podkładu nie jest również bez znaczenia. Zdecydowanie ładniejsze moim zdaniem i bardziej nieskazitelne wykończenie daje aplikacja gąbeczką, pędzle natomiast zostawiają często smugi i nie „wtapiają się” tak w skórę, jak zwilżona gąbka.

Oprócz aplikacji podkładu tradycyjnymi metodami, istnieje zupełnie innowacyjna metoda makijażu natryskowego (zwana również Airbrush Make Up). Makijaż natryskowy zupełnie niedawno zawitał do Polski z Hollywood. Od wielu lat był on wykorzystywany przez charakterystatorów na planach produkcji filmowych. Ponieważ technika ta zapewnia nieskazitelny efekt, jednocześnie znacznie przedłużając trwałość makijażu, zainteresowali się nią również wizażyści na całym świecie. Airbrush Make Up to bezdotykowa metoda nakładania makijażu za pomocą specjalnego urządzenia – aerografu. Wizażysta spryskuje twarz bardzo cienką warstwą specjalnych kosmetyków kolorowych na bazie silikonu. Metoda ta jest przede wszystkim niesamowicie higieniczna. Makijaż wykonujemy właściwie bezdotykowo, nie używając do tego akcesoriów, na których często zbierają się bakterie i brud. Makijaż natryskowy zapewnia niezwykle precyzyjny i nieskazitelny efekt. Filmowcy stosują go między innymi dlatego, że nawet w świetle ostrych fleszy cera wygląda nienagannie, a pory i zmarszczki są właściwie niewidoczne. Oprócz tego, makijaż natryskowy jest niezwykle trwały. Jest to najtrwalszy ze wszystkich dostępnych sposobów wykonywania makijażu. To zasługa nie tylko sposobu nakładania, ale również silikonowych kosmetyków, które powstały specjalnie z myślą o tej metodzie. Niestety mimo wielu zalet metody Airbrush, jest ona nadal mało znana w Polsce, a sprzęt potrzebny do wykonywania makijażu natryskowego jest dość drogi. W Rzeszowie tego typu makijaż wykonuje Aleksandra Magryś Makeup Artist w swoim salonie na ulicy Chmaja. Serdecznie zapraszam do skorzystania z usługi makijażu natryskowego i przekonania się na własnej skórze o jej zaletach.

Podsumowując, dobre dobranie fluidu jest początkiem i gwarancją stworzenia idealnego makijażu, zarówno codziennego, jak i tego na ważniejsze uroczystości. Należy dostosować go do naszego odcienia skóry oraz do typu cery. Należy pamiętać o porze roku, opaleniznie lub jej braku oraz strukturze podkładu. Warto osobiście wybrać się do dobrej drogerii, choćby do wybranej Sekret Urody, gdzie doradzą nam zakup idealnego podkładu.

# PODKŁAD IDEALNY



## PODKŁAD MATTE BASE MAKEUP REVOLUTION

To matujący podkład nadający się do cer mieszanych i tłustych. Zapewnia on wysokie krycie i długotrwałość. Dostępny w czterech odcieniach.

## CITY MATT FLUID MATUJĄCO- WYGŁADZAJĄCY NATURALNY 204 LIRENE

Fluid doskonale matuje i wygładza skórę. Zawarta w formule witamina C poprawia koloryt cery, a witamina E dezaktywuje wolne rodniki.



## FLUID-BAZA WYGŁADZAJĄCO-KRYJĄCA CASHMERE

Fluid-baza CASHMERE multifunkcyjnie udoskonala cerę. Dzięki mikroferom odbijającym światło niweluje wszelkie niedoskonałości i nierówności skóry oraz nadaje jej kaszmirową gładkość. Doskonale kryje i ujednolica koloryt skóry bez efektu maski. Lekka, kremowa konsystencja jest niezwykle przyjemna w aplikacji i perfekcyjnie dopasowuje się do naturalnego kolorytu cery.

## KOLAGENOWY PODKŁAD NAWILŻAJĄCY PAESE

Podkład dla cery normalnej, suchej, wrażliwej i alergicznej. W naturalny sposób maskuje przebarwienia i zaczerwienienia, ponadto jest bogaty w składniki aktywne, które zapewniają skórze kojącą pielęgnację, intensywnie nawilżają, łagodzą podrażnienia i przywracają hydrolipidową barierę skóry. Dzięki zawartości kolagenu poprawia nawilżenie skóry nawet o 50%. Dostępny w aż 13 odcieniach o chłodnych, neutralnych i ciepłych tonach.



## SKIN BALANCE COVER PIERRE RENE

Wodoodporny podkład kryjący. Maskuje wszelkie niedoskonałości cery. Perfekcyjnie dopasowuje się do struktury skóry przywracając jej blask i elastyczność. Unikalna formuła kosmetyku dobrze się wchłania i utrzymuje przez wiele godzin. Gwarantuje promienny i młody wygląd. Luksusowa formuła zawiera ekstrakty roślinne oraz witaminę E.

## CATRICE HD LIQUID COVERAGE

Znana i uwielbiana przez Polki gama podkładów HD Liquid Coverage zostaje poszerzona o dwa nowe odcienie beżowe: 002 Porcelain Beige oraz 036 Hazelnut Beige.

Podkład HD Liquid Coverage to wygładzona cera z efektem "high definition". Wyjątkowo lekka formuła, którą aplikuje się pipetą, oferuje wysokie krycie i utrzymuje się na skórze do 24 godzin. Cera wygląda nieskazitelnie, a przy tym naturalnie, podkładu nie czuć na skórze. Skóra jest gotowa na światła jupiterów i bycie w centrum kamery!





**HYPOALERGICZNY KRYJĄCY PODKŁAD DO TWARZY BELL**

Intensywnie kryjący podkład, idealnie wyrównuje koloryt skóry oraz kamufluje niedoskonałości, nie pozostawiając efektu maski. Wyjątkowa, kremowa formuła posiada właściwości nawilżające, dzięki czemu nie wysusza cery i nie podkreśla przesuszeń. Podkład optycznie wygładza strukturę skóry i nie wchodzi w jej załamania. Zapewnia ochronę przed promieniowaniem UVA oraz światłem niebieskim, opóźniając tym samym proces starzenia się skóry.



**PODKŁAD NAWILŻAJĄCO-WYGŁADZAJĄCY MINERAL SILK & LIFT INGRID COSMETICS**

To doskonały produkt o długotrwałym działaniu. Zawarty w składzie kompleks minerałów dodaje skórze świeżości i blasku, pobudza naturalne mechanizmy ochronne opóźniające procesy starzenia, dzięki czemu dłużej zachowuje ona swoją jędrność, elastyczność i młody wygląd.



**PODKŁAD DO TWARZY LIQUID CONTROL HD EVELINE COSMETICS**

Innowacyjny podkład nowej generacji, dzięki płynnej, nietłustej i niezwykle lekkiej konsystencji zapewnia maksymalnie naturalny efekt „drugiej skóry”. Doskonale kryje i długotrwanie matuje do 24h, bez efektu maski. Idealnie wyrównuje koloryt, zapewniając rezultat udoskonalonej cery - „baby face effect”. Aplikowana pipetką satynowa formuła pozwala precyzyjnie kontrolować stopień krycia. Testowany dermatologicznie. Do wyboru 6 świeżych odcieni.



**CAMELEON NAWILŻAJĄCY KREM ZMIENIAJĄCY SIĘ W LEKKI PODKŁAD NATURALNY N°02 LIRENE**

Lekki, dopasowujący się do skóry podkład w formie nawilżającego kremu, to pielęgnacja i makijaż jednym ruchem ręki. Specjalna pielęgnacyjna formuła błyskawicznie ujednolica koloryt. Podkład wygląda naturalnie i nie tworzy efektu maski. Błękitna alga – nawilża i uelastycznia skórę.



**ŁAGODZĄCY KREM DO TWARZY BB SPF 15 CIEMNY VIANEK**

Lekki, wielofunkcyjny krem do pielęgnacji na dzień, zawierający tylko filtry fizyczne (tlenek cynku i dwutlenek tytanu), chroni skórę wrażliwą i podrażnioną przed szkodliwym działaniem promieni UV. Naturalne pigmenty ujednolicają koloryt, korygują drobne niedoskonałości i rozświetlają cerę. Dzięki zawartości składników nawilżających (m.in. ekstrakt z jeżówki purpurowej) i łagodzących (alantoina), krem może być aplikowany samodzielnie lub stanowić świetną bazę.

**104 PĘDZEL DO PODKŁADU PIERRE RENE**

- pędzel typu flat top
- przeznaczony do aplikacji podkładów i pudrów
- rozprowadza podkłady, płynne i kremowe, pudry sypkie
- syntetyczne włosie płaskie i proste ścięte
- długość trzonka: 14,5 cm, długość włosia: 2,5 cm



**PĘDZEL FLAT TOP PAESE**

Wykonany z wysokiej jakości włosia syntetycznego, umożliwia prostą i szybką aplikację produktu. Pędzel dedykowany do podkładu, pudru oraz różu. Idealny zarówno do produktów prasowanych, sypkich, jak i płynnych.



**PALETA PUDRÓW  
DO KONTUROWANIA  
TWARZY IDEAL FACE  
CONTOURING INGRID**

Ideal Face Contouring INGRID to zestaw trzech produktów – różu, bronzera i rozświetlacza, który gwarantuje idealne wymodelowanie twarzy. Paleta skomponowana w oparciu o uniwersalne odcienie, odpowiednie dla każdego koloru skóry, dzięki czemu uzyskamy efekt profesjonalnego, długotrwałego makijażu.

**HYPOALERGICZNY  
ZESTAW CIENI DO  
POWIEK BELL**

Paleta kremowych w odczuciu cieni do powiek. Zawiera osiem intensywnie napigmentowanych kolorów, które można łączyć, mieszać, nakładać na siebie, aby tworzyć nieskończoną liczbę looków - od codziennych po wieczorowe. Za pomocą matowych odcieni nadasz głębi spojrzeniu, a błyszczącymi efektownie rozświetlisz makijaż.



**CATRICE RÓŻ DO  
POLICZKÓW  
GLOWING & MULTICOLOUR**

Wielobarwny róż nadaje twarzy piękny i subtelny blask, dzięki czemu cera zyskuje świeży wygląd. Dostępny w dwóch zróżnicowanych paletach kolorystycznych. W każdej z nich mozaikę trzech odcieni koloru sprasowano w efektowny geometryczny wzór. Idealny kosmetyk, aby pięknie podkreślić policzki.



**KOMPLEKSOWO  
PALETA  
DO MAKIJAZU**

### PALETA DO KONTUROWANIA TRIO PAESE

Kompaktowa paleta pudrów do konturowania i modelowania twarzy, niezbędna w każdym makijażu. Zawiera perfekcyjnie dobrane pod względem kolorystycznym produkty - rozświetlacz, bronzers oraz róż, w kilku wersjach kolorystycznych, aby każdy mógł znaleźć odpowiedni dla siebie.



### PALETA DO MAKIJAŻU MAXI RELOADED MAKEUP REVOLUTION

To paleta 45 cieni do powiek. Są one mocno napigmentowane i bardzo dobrze utrzymują się na powiece. Do wyboru cztery warianty kolorystyczne:

- Maxi Reloaded Palette Monster Mattes
- Maxi Reloaded Palette Dream Big
- Maxi Reloaded Palette Big Big Love
- Maxi Reloaded Palette Large It Up



### CIENIE DO POWIEK PALETA COLOURS INGRID

Paleta cieni do powiek COLOURS of Women Nature INGRID została stworzona specjalnie dla Ciebie. Kompozycja jest połączeniem 10 efektownych odcieni o wykończeniu matowym i z połyskiem. Wysoka pigmentacja oraz jedwabista konsystencja sprawia, że cienie łatwo się aplikują i pozostają na powiece przez długi czas.



KOBIETA ZMIENNĄ JEST! JEDEN CIEŃ DO POWIEK? NIE, TO STANOWCZO ZA MAŁO!



### ESSENCE CRYSTAL POWER PALETA CIENI DO POWIEK

Paleta cieni do powiek zapewnia dobre vibracje w Twoim codziennym życiu i pozwala Twoim oczom świecić, jak kryształy. Barwne kolory palety składają się z ośmiu połyskujących i jednego matowego cienia do powiek. Miękka konsystencja jest łatwa do nakładania pędzlem lub palcem i łatwo się rozprowadza. Różanozłoty, zielononiebieski czy opalizujący biały - wszystkie cienie z pewnością sprawią, że Twoje oczy nabiorą nowego blasku.



### PALETA ANGEL DREAM EVELINE COSMETICS

To idealny zestaw dwunastu mocno napigmentowanych cieni, dzięki którym wykonasz każdy rodzaj makijażu. W zależności od nastroju i okazji stworzysz zarówno delikatny makeup oczu na dzień, jak i bardziej odważny na wieczór. Cienie zostały harmonijnie dobrane, a ich formuła idealnie się blenduje pozwalając na stworzenie wybranej stylizacji. Znajdują się w niej modne odcienie złota, fioletów, czerwieni, oraz bardziej klasyczne brązy i beże. Całość zamknięta w designerskim opakowaniu z lusterkiem.

**PINCH ME BY AMELIA  
SZCZEPANIAK PALETA CIENI  
DO POWIEK PIERRE RENE**

PINCH ME eyeshadow palette to osobista paleta cieni we współpracy z Amelią Szczepaniak. Wszystkie kolory zostały skrupulatnie przemyślane - 7 cieni matowych i 7 błyszczących pozwala na stworzenie niesamowitych, różnorodnych makijaży, zarówno lekkich, dziennych, jak i mocniejszych wieczorowych. Paleta ma cienie w ciepłych, jak i w zimnych tonacjach, dlatego idealnie dopasuje się do każdego typu urody. Cienie mają bardzo wyjątkowe formuły. Wierzmy, że praca z paletą Pinch Me będzie dla Was przyjemnością.



**PALETA CIENI DO POWIEK  
WARM MEMORIES PAESE**

Ręcznie wykonana w Polsce paleta zawiera 12 niezwykłych kolorów cieni do powiek o foliowych, matowych i satynowych teksturach w ciepłych, inspirowanych naturą kolorach. Cienie zawierają pielęgnujące skórę składniki aktywne, takie jak działający przeciwzmarszczkowo Cerafluid oraz innowacyjne składniki zapewniające trwałość i świetną pigmentację.



**PALETA CIENI DO POWIEK SPARKLE  
EVELINE COSMETICS**

SPARKLE to idealna kompozycja jedwabiście matowych oraz intensywnie lśniących i mocno napigmentowanych cieni, które pozwolą wyczarować oszałamiający makijaż oczu zarówno w delikatnej, jak i bardziej odważnej odsłonie. Wyjątkowa formuła pozwala na idealną aplikację i blendowanie, jednocześnie zapewniając trwałość przez cały dzień. Całość zamknięta w wyjątkowym, efektownym opakowaniu, od którego nie można oderwać wzroku.



**PALETA STROBING GLOW  
INGRID**

Pudrowa paleta Strobing GLOW INGRID zawiera 3 unikalne odcienie do błyskawicznego, wielowymiarowego rozświetlenia twarzy. Intensywne pigmenty pozwalają stopniowo budować blask. Wyjątkowo jedwabista konsystencja bardzo łatwo się aplikuje, nie pozostawiając smug i plam. Produkt zawiera ekstrakt z kwiatów Hoya o właściwościach pielęgnujących skórę.





Uroda pod lupą

### CATRICE PALETY LUMINICE GLOW

Palety te nie tylko zagwarantują olśniewający blask naszej twarzy, lecz także bardzo efektownie będą prezentować się w naszej kosmetyczce - dzięki designerskiemu opakowaniu. Dwa rozświetlacze i róż lub bronzler oraz dołączone lustro, czynią z nich idealne zestawy do błyskawicznego i efektownego makijażu.



### PALETA CIENI DO POWIEK ALL ABOUT YOU PAESE

Ręcznie wykonana w Polsce paleta zawiera 12 perfekcyjnie skomponowanych cieni do powiek w odcieniach nude o metalicznych, matowych i satynowych wykończeniach. Cienie zawierają pielęgnujące skórę składniki aktywne, takie jak działający przeciwzmarszczkowo Ceramifluid oraz innowacyjne składniki zapewniające trwałość i świetną pigmentację.



**NIEZBĘDNE KOSMETYKI W JEDNYM MIEJSCU?  
POSTAW NA UNIWERSALNĄ PALETĘ DO MAKIJAŻU!**

REKLAMA

# CATRICE

COSMETICS



**NOWOŚCI  
JESIEŃ-ZIMA 2019**

**JUŻ OD  
14,99 ZŁ\***



**+ DWA NOWE  
BEŻOWE ODCIENIE  
KULTOWEGO PODKŁADU  
HD LIQUID COVERAGE**

002 Porcelain Beige  
036 Hazelnut Beige

\*maksymalna & sugerowana cena detaliczna

CATRICE.EU/PL

**Elit | Spa**

Ambasada Urody i Piękna

Tekst:

**Marzena Sitarz - Szmigiel**dyrektor generalny  
Elit | SpaRzeszów, ul. Słowackiego 16  
(Galeria Pasaż Rzeszów)  
tel. 510 390 000  
E-mail: [elit@elitspa.pl](mailto:elit@elitspa.pl)  
FB: [elitsparzeszow](https://www.facebook.com/elitsparzeszow)  
[www.elitspa.pl](http://www.elitspa.pl)

Zdjęcia:

materiały promocyjne Elit | Spa dzięki  
uprzejmości ITP S.A.

# TERAPIE KOSMETYCZNE

## SZCZEGÓLNIEM Polecane JESIENIA

- ZABIEGI KOSMETYCZNE, KTÓRE WARTO WYKONAĆ O TEJ PORZE ROKU

Jesień to najlepszy czas na wiele zabiegów kosmetycznych, których z różnych względów nie poleca się wykonywać w okresie letnim. Wiele zabiegów oraz kosmetyków o bardzo dobrych właściwościach ma działanie fotoaktywne, co oznacza, że skóra potraktowana kosmetykiem, a następnie wystawiona na działanie promieni słonecznych, może zareagować alergicznie. Mogą pojawić się na niej trudne do usunięcia przebarwienia lub nieestetyczne, pękające naczynka. Dlatego w okresie letnim kosmetolodzy jednym głosem polecają określone typy zabiegów pielęgnacyjnych, jednocześnie radząc, które warto wykonać jesienią. Jeżeli Twoja skóra i ciało w lecie odpoczywały od zabiegów kosmetycznych – koniecznie przeczytaj ten artykuł i świadomie korzystaj z możliwości, które daje współczesna kosmetologia.

## ODMŁADZANIE I REWITALIZACJA ZA POMOCĄ PEELINGÓW CHEMICZNYCH I KWASÓW

W kosmetologii i medycynie istnieje co najmniej kilka rodzajów peelingów chemicznych. Ich działanie z jednej strony jest podobne, bo wszystkie złuszczą naskórek. Różnią się jednak głębokością złuszczenia, stężeniem kwasu oraz ostatecznym efektem uzyskanym na skórze pacjenta. Peeling chemiczny, zwany też często kwasowym, jak każdy inny zabieg powinien zostać dobrany pod kątem oczekiwań i potrzeb konkretnego pacjenta. Ogólnymi wskazaniami do zabiegu jest starzenie skóry twarzy spowodowane ekspozycją na słońce (fotostarzenie), cienkie zmarszczki i zmarszczki mimiczne, plamy pigmentacyjne (przebarwienia starcze, melasma, pieg), zmiany skórne (trądzik, keratoza, suchość), wiotkość, rozstępy, blizny, rozszerzone pory. Do najpopularniejszych peelingów chemicznych należy kwas migdałowy - pozwalający zrewitalizować skórę, kwas pirogronowy - przeznaczony do cer trądzikowych, kwas glikolowy - działający silnie przeciwstarzeniowo czy kwas mlekowy - ładnie wyrównujący przebarwienia cery. Warto dodać, że wszystkie peelings, niezależnie od wybranego rodzaju, wpływają pobudzająco na skórę właściwą, indukując syntezę kolagenu i elastyny, co w ostatecznym rozrachunku sprawia, że cera wygląda na zdrowszą, młodszą i bardziej odżywioną. Najlepsze efekty osiąga się po wykonaniu serii zabiegowej, której ilość określa lekarz lub kosmetolog w zależności od potrzeb. Zwykle jednak wymarzone rezultaty osiąga się po 4-6 zabiegach, wykonywanych w 3-4 tygodniowych odstępach czasu. Warto również pamiętać, że zabiegi z użyciem peelingów chemicznych wymagają systematycznej pielęgnacji domowej. Ważne jest, aby po zabiegu nanosić na skórę preparaty nawilżające i natłuszczające z zawartością peptydów, antyoksydantów, ceramidów, mukopolisacharydów, naturalnych wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, fitoestrogenów. Podstawową pielęgnacją po zabiegach złuszczących jest ochrona przeciwsłoneczna (niezależnie od pory roku), stosowanie preparatów zawierających np. filtry mineralne, chemiczne, witaminy C i E, kwas fitowy, alantoinę.

## JESIENIĄ WALCZYMY Z NIECHCIANYM OWŁOSIENIEM

Usuwanie zbędnego owłosienia to ważny element pielęgnacji skóry. Depilacja laserowa jest najskuteczniejszą i zarazem najbezpieczniejszą metodą usuwania owłosienia z wybranych okolic ciała lub twarzy. Jej podstawową zaletą jest to, że w porównaniu do tradycyjnych sposobów usuwania owłosienia (maszynką, woskiem czy depilatorem elektrycznym) jest to metoda niemal trwałego usuwania włosów z powierzchni skóry. Na rynku dostępnych jest mnóstwo urządzeń i laserów przeznaczonych do depilacji. Na co zwrócić uwagę wybierając zabieg dla siebie? Przede wszystkim na jakość urządzenia i jego producenta. Ponadto, na rodzaj i długość emitowanej fali. Najskuteczniejszymi urządzeniami wydają się być te łączące w sobie różne rodzaje wiązek laserowej – dzięki takim połączeniom w łatwy i dogodny sposób docieramy na różne głębokości tkanek, niszcząc struktury anatomiczne w obrębie mieszków włosowych, zapobiegając ich ponownemu wzrostowi. Zwykle już po pierwszym zabiegu depilacji laserowej pozbywamy się 30% włosów w fazie wzrostu. Każdy następny zabieg osłabia włos, zmienia strukturę i wydłuża czas wzrostu włosa, aż do całkowitego wypadnięcia. W zależności od depilowanego obszaru zaleca się wykonanie serii około 6 zabiegów w odstępach 4-6 tygodni. Jesień jest najlepszym czasem na rozpoczęcie serii zabiegowej, aby do kolejnego lata móc cieszyć się gładką skórą. Warto jeszcze dodać, że do zabiegu depilacji laserowej trzeba się odpowiednio przygotować. Profesjonalne gabinety zawsze poinstruuja Cię, co można, a czego nie należy robić tuż przed, a także na kilka dni przed planowanym zabiegiem.

## LASER W WALCE Z UPŁYWAJĄCYM CZASEM

Warto również wiedzieć, że nowoczesna technologia w służbie kosmetologii oraz medycynie oferuje lasery nie tylko do usuwania zbędnego owłosienia, ale także do poprawy kondycji naszej skóry i jej odmłodzenia. Pojawiające się z wiekiem przebarwienia oraz pogłębiające się bruzdy wargowo-nosowe powodują, że twarz wygląda na zmęczoną i pozbawioną blasku. Dodatkowym „bonusem”, który dostajemy z biegiem czasu, są również zmarszczki mimiczne wokół oczu, czyli tzw. kurze łapki. Rozwiązaniem tego typu problemów jest terapia laserem frakcyjnym. Urządzenie to w szybki i nieinwazyjny sposób przywróci jędrny i zdrowy wygląd twarzy oraz zredukuje niedoskonałości – zmiany pigmentacyjne, zmarszczki, bruzdy, a także blizny i rozstępy. Lasery frakcyjne stosują energię w postaci mikrowiązek światła, które w kontrolowany sposób uszkadzają wybrane obszary naskórka i skóry właściwej. W wyniku naturalnego procesu gojenia się, uszkodzone komórki zastępowane są przez nową, zdrową tkankę. Zabieg taki jest komfortowy i nie wymaga podania znieczulenia miejscowego. Jest jednocześnie doskonałą alternatywą dla wielu zabiegów iniekcyjnych. Najpopularniejszym laserem tego typu jest Emerge, firmy Palomar. By uzyskać spektakularny efekt specjaliści zalecają serię 3-6 zabiegów. Zabiegi kosmetyczne, które wykonujemy jesienią, pozwalają przede wszystkim odzyskać zdrowy wygląd po lecie, ale jednocześnie opóźnić oznaki upływającego czasu. Warto podkreślić, że jesień to korzystny czas na wykonanie niektórych zabiegów, ponieważ pogoda jest w miarę stabilna – nie ma silnego słońca ani mrozu, a wilgotność powietrza jest odpowiednia. Dlatego warto intensywnie zabiegi kosmetyczne zaplanować właśnie na tę porę roku.

# NOWOŚCI NA RYNKU



## SILIKONOWE REKAWICZKI KREM-OLEJEK DO RĄK, PAZNOKCI I SKÓREK PERFECTA

Polecany do pielęgnacji skóry dłoni z objawami przesuszenia, wymagającej odżywienia i regeneracji, wrażliwej na działanie detergentów. Polecany także do pielęgnacji stóp i przesuszonych partii ciała (skórki przy paznokciach, tkanie, kolana etc.).

## KOKOS I MASŁO KARITE ODŻYWCZE MASŁO OLEJKOWE LIRENE

O aksamitnej konsystencji i pięknym zapachu, to doskonały rytuał pielęgnacyjny dla najbardziej wymagającej skóry. Olej kokosowy wzmacnia barierę lipidową naskórka, nawilża i natłuszcza, przez co jest idealny dla skóry suchej i bardzo suchej. Masło Karite regeneruje i odżywia skórę, zabezpieczając ją przed szkodliwymi czynnikami zewnętrznymi (mrozem, chłodem, słońcem i wiatrem). Jest bogatym źródłem witamin A i E, które odpowiadają m.in. za opóźnienie procesów starzenia się skóry.



ZOBACZ CO CIEKAWEGO POJAWIŁO SIĘ W OFERCIE NASZYCH DROGERII.



## KREM DO RĄK ODŻYWCZY - KOKOS MARION

Receptura oparta na oleju kokosowym i ekstrakcie z ananasa. Uzupełnia niedobory substancji odżywczych i skutecznie pielęgnuje skórę.

## MELONOWY PŁYN DO ŁAZIENKI ZIELKO

Naturalny płyn skutecznie usuwa łazienkowe zabrudzenia i osady z armatury, kabin prysznicowych, płytek oraz innych powierzchni. Szybko, bez smug i zacieków.





### I HEART REVOLUTION MGIEŁKI DO CIAŁA

To lekkie zapachy, które utrzymują się cały dzień. Dostępne w różnych wariantach zapachowych.

### MIÓD MANUKA PRZECIWTWARDZIKOWA MASECZKA ZIAJA

Transparentna, oczyszczająca maseczka o wyjątkowej konsystencji miodu: oczyszcza, nawilża i wygładza naskórek; w ekspresowym tempie poprawia kondycję skóry; przyjemnie pachnie i idealnie rozprzewadza się na skórze; miód manuka, niacynamid i cynk normalizują skórę przesuszczającą się.



### ROZŚWIETLACZ SYPKI PERFECT SHINE VOLLARE COSMETICS

Pozostawia skórę pełną blasku. Innowacyjna formuła pozwala stopniować poziom krycia bez efektu obciążenia. Drobinki odbijające światło zapewniają promienny, świeży i połyskujący wygląd na twarzy i dekolcie. Produkt dostępny w trzech odcieniach: srebrny, beżowy i złoty.



### ESSENCE MASKARA WHAT THE FAKE!

Witaj w rodzinie! Tusz do rzęs „I need a miracle!” już wyrobił sobie markę w standardowym asortymencie, a teraz dołącza do niego nowość. Tusz do rzęs „WHAT THE FAKE!” dociera do wszystkich rzęs w zaledwie dwóch pociągnięciach, dzięki ergonomicznej szczoteczce w kształcie migdała. Specjalne włókna nylonowe zapewniają rzęsom zapierającą dech w piersiach długość i imponującą objętość.



### ALOESOVE SERUM DO TWARZY

Lekkie, szybko wchłanialne serum przeznaczone do intensywnej pielęgnacji każdego typu cery. Zawiera skoncentrowany kompleks wyciągów roślinnych (organiczny ekstrakt z aloesu oraz ekstrakt z miłorzębu japońskiego), który wraz z kwasem hialuronowym, alantoiną i proteinami owsa odpowiada za silne nawilżenie i regenerację skóry wrażliwej, odwodnionej, wymagającej odżywienia i odnowy.



### WODA PERFUMOWANA GREEN BOTANIC BI-ES

Świeżość zamknięta we flakonie. Delikatna kompozycja z cytrusowym otwarciem, kwiatowym środkiem i pięknym lekko pudrowym finiszem. Idealna propozycja na letnie, upalne dni.



### ORGANIC BAOBAB SERUM DO WŁOSÓW PLANETA ORGANICA

Naturalne serum do włosów zostało stworzone specjalnie dla grubości i wzmocnienia włosów, a także w celu ochrony przed wpływem ultrafioletowym i termicznym. Organiczne masło baobab zagęszcza włosy. Sprawia, że są mocne i lśniące, a jednocześnie intensywnie wzmacnia korzenie. Organiczny ekstrakt z zielonej kawy stymuluje wzrost zdrowych włosów, zapewniając objętość i grubość. Ekstrakt z kakao odżywia, wzmacnia i nadaje elastyczność.





**BIELENDA  
SMOOTHIE FOAM  
KREMOWA PIANKA  
DO MYCIA TWARZY**

Przyjemna formuła pianki delikatnie, a jednocześnie skutecznie oczyszcza naskórek z zanieczyszczeń i sebum. Nie wysusza go, nie ściąga i nie powoduje dyskomfortu. Daje efekt świeżości, czystości oraz satynowej miękkości i wygładzenia. Zawarte w niej składniki wykazują właściwości nawilżające, odżywcze oraz chroniące skórę przed starzeniem i czynnikami zewnętrznymi.

**ŻURAWINA NAWILŻAJĄCO-WYGŁADZAJĄCY  
BALSAM ŻELOWY DO CIAŁA  
LIRENE**

Wysoco skuteczna pielęgnacja ciała oparta na naturalnym wyciągu z żurawiny, bogatym w odżywcze witaminy i biopierwiastki. Balsam podnosi elastyczność skóry, sprawiając że staje się jedwabiście gładka i miękka w dotyku. Zawarty w formule kwas hialuronowy pomaga intensywnie i długotrwale nawilżyć suchy naskórek, pozostawiając warstwę ochronną, która ogranicza utratę wody.



**PASTA CZYSZCZĄCA  
CARAMBOLA & KAKI ZIELKO**

Sodowa pasta do czyszczenia trudnych zabrudzeń o szerokim zastosowaniu: w kuchni, łazience, pomieszczeniach gospodarczych. Skuteczna i wydajna. Nadaje się również do wybielania i usuwania plam, a także mycia przypalonych naczyń.



**INTENSYWNIE NAWILŻAJĄCY  
BALSAM DO CIAŁA  
MICROBIOM PROTECTION  
EVELINE COSMETICS**

Balsam skutecznie chroni naturalny skład flory bakteryjnej skóry - mikrobiom. Dzięki wyselekcjonowanej kompozycji innowacyjnych składników aktywnych, balsam pielęgnuje skórę i dba o zachowanie równowagi jej warstwy ochronnej. Prebiotyki i probiotyki w połączeniu z intensywnie wygładzającym Matrixylem™ oraz kwasem hialuronowym, zapewniają skuteczną ochronę i dogłębne nawilżenie skóry suchej oraz odwodnionej.

**PŁYN MICELARNY  
JARMUŻ, ZIELONY  
JĘCZMIEN  
PERFECTA**

Skutecznie i delikatnie usuwa makijaż, oczyszcza skórę z zanieczyszczeń i nadmiaru sebum, nawilża, odświeża oraz wspomaga barierę ochronną skóry. Nie podrażnia oczu i nie powoduje ich łzawienia.



**SYOSS MEN  
VOLUME**

Szampon do normalnych i cienkich włosów. Innowacyjna formuła z polimerami zapewnia natychmiastowe i wyraźne uczucie pogrubionych włosów, nadając im doskonałą teksturę.



**SZAMPON DO WŁOSÓW  
PRZETŁUSZCZAJĄCYCH SIĘ  
BIOnly nature**

Został opracowany w oparciu o organiczne składniki, w tym ekstrakt z zielonej herbaty, hydrolizowane proteiny pszeniczne i ekstrakt z rumianku. Unikalna kompozycja aromaterapeutycznych olejków eterycznych: mięty, mandarynki, limonki i grejpfruta, działa pobudzająco na zmysły, wzmacnia i odświeża włosy.



Uroda pod lupą

REKLAMA



### STR8 ANTYPERSPIRANTY W SZTYFCIE 50 ML

STR8 nowe antyperspiranty w sztyfcie dla mężczyzn zapewniają ochronę przed poceniem w wysokich temperaturach oraz świeży zapach uwalniający się wraz z wydzielającym się potem.

### SORBETY DO CIAŁA FRUTTINO MARION

• Odżywczy balsam do ciała o ultralekkiej, żelowej konsystencji. Zawarte w nim ekstrakty z mango i pomarańczy dodają skórze witalności, a dodatek d-panthenolu i hydromanilu łagodzi podrażnienia.  
• Regenerujący balsam do ciała o ultralekkiej, żelowej konsystencji. Zawarte w nim ekstrakty z arbuza i pomelo wspomagają regenerację skóry, a dodatek d-panthenolu i hydromanilu łagodzi podrażnienia.



### LACTACYD INTIMATE SHAVE

Nowość Lactacyd Intimate Shave, delikatna emulsja do higieny intymnej przeznaczona do depilacji okolic intymnych. Preparat z innowacyjną formułą wzbogaconą o masło shea, olej z awokado i olej słonecznikowy. Jedyny produkt łączący funkcję emulsji do higieny intymnej i preparatu do golenia redukującego podrażnienia.

# 100% IDENTYCZNY JAK W SKÓRZE KOENZYM Q10

Z ORGANICZNYM OLEJKIEM ARGANOWYM

NOWOŚĆ



## LINIA Q10 POWER DO CERY DOJRZAŁEJ I WYMAGAJĄCEJ

- **Zaawansowana linia przeznaczona do cery dojrzałej i wymagającej, uzupełniona Multifunkcyjnym Olejkiem z Boosterem Blasku**
- **Innowacyjna formuła** z Organicznym Olejkiem Arganowym bogatym w kwasy Omega 6 i 9, znanym z właściwości odżywczych i kojących
- **W 100% identyczny jak w skórze Koenzym Q10:** naturalna ochrona przed procesem starzenia się skóry i skuteczny antyoksydant
- **Widoczna redukcja zmarszczek** i linii mimicznych w 4 tygodnie
- **Zauważalnie bardziej jędrna skóra** już po 2 tygodniach



KIEDY  
TWOJE  
WŁOSY

POTRZEBUJĄ  
POMOCY





## SKONCENTROWANA MASKA WYGŁADZAJĄCA ZIAJA

Intensywnie regeneruje uszkodzone włókna włosów. Chroni przed skutkami wysuszenia. Nadaje włosom odczuwalną gładkość. Przywraca naturalny, zdrowy wygląd.

## NORMALIZUJĄCY TONIK-WCIERKA DO SKÓRY GŁOWY VIANEK

Preparat w formie toniku do stosowania na skórę głowy, normalizujący pracę gruczołów łojowych. Zawiera kompleks ekstraktów z pokrzywy, skrzypu, topianu, szalwii i brzozy, bogatych w składniki mineralne (cynk, miedź, krzem) oraz witaminy, które wzmacniają cebulki, znacząco przyspieszając wzrost włosów. Olejki rozmarynowy i eukaliptusowy odświeżają, pobudzają i odżywiają skórę głowy. Systematyczne stosowanie sprawia, że włosy rosną mocniejsze i grubsze, stają się bardziej odporne na uszkodzenia.



## HEAD & SHOULDERS SUPREME DAMAGE REPAIR ODŻYWKA

Linia Head & Shoulders Supreme została stworzona z myślą o wyjątkowych potrzebach kobiet. Wypróbuj tę wyjątkową gamę szampoonów i odżywek przeciwłupieżowych, zapewniających intensywne nawilżenie i długotrwałą ochronę przed łupieżem.



## ZNISZCZONE WŁOSY POTRZEBUJĄ PRZED W SZYBOKIM NAWILŻENIEM I SUBSTANCJAMI ODŻYWCZYMI.



## ORGANIC ARGANA BALSAM DO WŁOSÓW PLANETA ORGANICA

Naturalny balsam do włosów ORGANIC ARGANA jest specjalnie stworzony dla głębokiego odżywiania i odbudowy włosów. Chroni włosy przed wpływem termicznym podczas stylizacji oraz negatywnym wpływem środowiska. Organiczny olej arganowy regeneruje i odżywia uszkodzoną strukturę włosów, czyniąc je posłusznymi. Organiczny ekstrakt z tymianku wzmacnia włosy, nadając miękkość i blask. Organiczny czarny olej sezamowy delikatnie pielęgnuje zniszczone włosy, czyniąc je gładkimi i jedwabistymi.



## GLISS KUR TYGODNIOWA TERAPIA

- Intensywnie regeneruje: formuła z keratyną intensywnie odżywia i ułatwia rozczesywanie
- Formuła z pudrem botanicznym wygładza osłonki włosów
- DODATKOWY EFEKT W ZALEŻNOŚCI OD LINII

## INTENSYWNIE NAWILŻAJĄCY SZAMPON DO WŁOSÓW Z WODĄ KOKOSOWĄ MARION

Intensywnie nawilżający szampoon do włosów zawiera wodę kokosową, która kondycjonuje kosmyki nadając im miękkość i nawilżenie, wspomaga regulację wydzielania sebum przez skórę głowy. Proteiny zawarte w ekstrakcie z soi wzmacniają włosy i poprawiają ich elastyczność.





### 100% NATURALNY OLEJ ARGANOWY PAESE

Ten niezwykle olej bogaty jest w przeciwutleniacze, witaminę E oraz nienasycone kwasy tłuszczowe. Taka w 100% naturalna kompozycja zapobiega wysychaniu i utracie elastyczności skóry, paznokci oraz włosów. Olejowaniu możesz podać tylko końcówki lub całe włosy, a nawet skórę głowy. Dzięki temu będą wyglądowne, błyszczące i odżywione.



### L'OREAL PARIS ELSEVE MAGICZNA MOC OLEJKÓW MASKA ODŻYWCZA

Magiczna moc olejków z olejkiem kokosowym intensywnie odżywia włosy normalne i suche. Rezultaty: niezwykle odżywione, miękkie i pełne życia włosy.



### ORGANIC ARGANA MASKA DO WŁOSÓW PLANETA ORGANICA

Maska do włosów ORGANIC ARGANA jest specjalnie stworzona dla odżywiania i skutecznej pielęgnacji włosów, a także chroni przed negatywnym wpływem środowiska. Organiczny olej arganowy regeneruje i zapobiega łamliwości włosów. Czarny olej sezamowy wzmacnia włosy, zapobiega rozdwojonym końcówkom. Olej migdałowy wzmacnia, nadaje blask i gładkość.



### SZAMPON REGENERACYJNY BIOOnly nature

Urzeka swoim orzeźwiającym zapachem olejków eterycznych: mięty, mandarynki, limonki i grejfruta. Został stworzony ze składników wyłącznie pochodzenia naturalnego i organicznego. Szampon do codziennego stosowania dla włosów zniszczonych, osłabionych i wypadających. Nie obciąża włosów, które z każdym myciem stają się mocniejsze i bardziej lśniące.

### SZAMPON ORIENTALNY OGRÓD YOPE

Wyrafinowana i zmysłowa kwiatowo-drzewna mieszanka pachnie jak rozgrzany słońcem orientalny ogród. Jak to działa? Naturalne ekstrakty z róży, wanilii oraz drzewa sandałowego pielęgnują i regenerują skórę głowy. Drobne cząsteczki keratyny roślinnej wnikają w głąb zniszczonych włosów i naprawiają uszkodzenia.



# HAIR SMOOTHIE

NIE JEDZ MNIE  
TYLKO POWĄCHAJ!



OCZYSZCZENIE I PIELĘGNACJA,  
DO NORMALNYCH  
ORAZ SUCHYCH WŁOSÓW



INTENSYWNE ODŻYWIENIE,  
DO SUCHYCH ORAZ  
BARDZO SUCHYCH WŁOSÓW



INTENSYWNA REGENERACJA,  
DO BARDZO ZNISZCZONYCH WŁOSÓW





### REGENERUJĄCE SERUM DO WŁOSÓW Z OLEJEM KOKOSOWYM MARION

Regenerujące serum do włosów zawiera:

- olej kokosowy, który intensywnie regeneruje włosy, ułatwiając ich rozczesywanie.
- nawilżający olej z opuncji figowej, który pomoże w wygładzeniu kosmyków oraz w ich wzmocnieniu.

### SZAMPON ŁAGODZĄCY ZIAJA MED

Specjalistyczny szampon z syropem kukurydzianym i inuliną eliminujący skutki świądu – swędzenie, podrażnienie, mrowienie. Reguluje złuszczenie naskórka i równoważy florę bakteryjną. Utrzymuje długotrwale nawilżenie i ochronę skóry i włosów. Przywraca naturalną równowagę wrażliwej skórze głowy. Działa delikatnie i łagodnie nie naruszając naturalnej warstwy ochronnej. Nawilża, zmiękcza, poprawia elastyczność i ułatwia rozczesywanie włosów.



### L'OREAL PARIS ELSEVE MAGICZNA MOC OLEJKÓW LEKKI SZAMPON ODŻYWCZY

Formuła bez silikonów wzbogacona olejkami kokosowymi zapewnia intensywne odżywienie dla efektu lekkich i pełnych życia włosów. Wygładza i nadaje miękkość, aby wydobyć intensywny blask włosów. Nadaje włosom subtelny, zmysłowy kokosowy zapach.



### BIELENDA BOTANIC FORMULA ODŻYWKA CHMIEL + SKRZYP

Bogata w naturalne wyciągi roślinne botaniczna odżywka do włosów farbowanych i zniszczonych głęboko nawilża i regeneruje. Wzmacnia osłabione farbowaniem suche oraz łamliwe włosy. Chroni kolor przed blaknięciem, zapobiega elektryzowaniu, ułatwia rozczesywanie. Zapewnia włosom piękny wygląd, sprężystość i blask.



## KOSMETYKI NAWILŻAJĄCE ZAWIERAJĄ: ALOES, MIÓD, GLICERYNĘ, KWAS MLEKOWY.

### HEAD & SHOULDERS CLASSIC CLEAN SZAMPON PRZECIWLUPIEŻOWY

Szampon Classic Clean głęboko oczyszcza włosy, zapewniając im świeżość i piękne nawilżenie. Zaawansowana formuła Derma&Pure skutecznie zwalca problemy swędzącej, tłustej i suchej skóry głowy, zapobiegając łupieżowi, zanim jeszcze stanie się widoczny.

### SERUM DO WŁOSÓW SUCHYCH I ZNISZCZONYCH PRO OILS INTENSIVE REPAIR VOLLARE COSMETICS

Skutecznie regeneruje oraz wyraźnie odbudowuje strukturę włosów. Receptura bogata w olejki, w tym głównie olejek arganowy, dzięki nawilżeniu od wewnątrz, efektywnie wygładza, podnosi poziom elastyczności oraz chroni przed uszkodzeniami i działaniem promieni UV.



# Dove



**POWSTRZYMAJ 90%  
zniszczeń zanim się pojawią\***



**DOVE**  
**Odżywka do włosów**  
200 ml  
różne rodzaje

**DOVE**  
**Szampon do włosów**  
400 ml  
różne rodzaje

\* wynik uzyskany podczas czesania włosów zniszczonych wysoką temperaturą po użyciu Dove Intensive Repair w porównaniu do szamponu bez składników kondycjonujących

# JOGA TWARZY DLA MĘŻCZYZYN

1



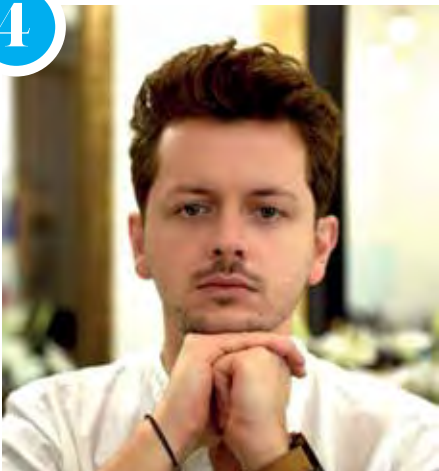
2



3



4



5



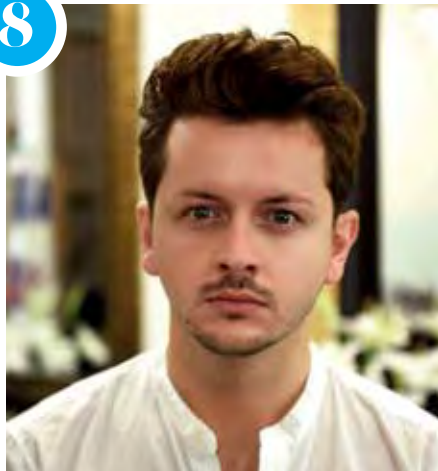
6



7



8



9





Tekst:

**Marina Morozewicz**  
wizażystka, beauty trener

FB: Marina Morozewicz Make up Artist  
www.instagram.com/marina.morozewicz/  
tel: +48 798 627 920

model: Krzysztof Cichy

**C**oraz bardziej popularna staje się joga twarzy, która ujędrnia policzki, zmniejsza ilość zmarszczek wokół ust, czoła i oczu oraz polepsza wygląd brody i szyi. W świecie, w którym estetyka i dobry wygląd są coraz częściej gwarancją sukcesu, wielu mężczyzn zaczyna aktywnie walczyć z pojawiającymi się zmarszczkami. Męska skóra jest grubsza niż skóra kobiety - to nie ulega wątpliwości. Jest także mniej delikatna i bardziej tłusta. Te cechy sprawiają, że zmarszczki pojawiają się u Was znacznie później, ale są zazwyczaj głębsze i wyraźniejsze. Podobnie jak kobiety, możecie im zapobiegać, a z tymi istniejącymi skutecznie walczyć.

Wśród efektów, jakie daje joga twarzy, można wymienić:

- wygładzenie zmarszczek na czole, wokół oczu i warg;
- spłycenie bruzd nosowo-wargowych;
- podniesienie opadających policzków;
- zniwelowanie drugiego podbródka;
- zmniejszenie cieni i opuchlizny pod oczami;
- poprawa ogólnej kondycji skóry, która staje się gładsza, bardziej sprężysta, lepiej ukrwiona.

Co więcej, joga twarzy sprawia, że zmienia się ogólny wyraz twarzy – podnoszą się kąciaki ust, oczu, unoszą się brwi, policzki, cera nabiera zdrowego koloru. Wskutek codziennych ćwiczeń znikają oznaki napięcia i zmęczenia, twarz wydaje się bardziej pogodna i rozluźniona. Przygotowałam dla Was skuteczny trening, składający się z dziewięciu ćwiczeń na poszczególne mięśnie twarzy. Wykonywanie ćwiczeń przynajmniej 5 razy w tygodniu przez 10-15 minut skutecznie opóźnia procesy starzenia i poprawia ogólny wygląd skóry twarzy.

Ćwiczenia najlepiej wykonywać podczas porannej toalety, ale można też ćwiczyć w ciągu dnia.

Kończąc, uśmiechaj się częściej. Uśmiech ćwiczy mięśnie twarzy, poprawia krwionobieg, w wyniku czego skóra staje się gładka, elastyczna i podciągnięta. Uśmiech przyciąga! Uśmiech jest pożyteczny dla pa-mięci! Uśmiech zwiększa odporność!

## 1. SKRĘTY GŁOWY NA BOKI

**Pożytek: rozciąganie mięśni szyjnych, prawidłowe osadzenie szyi.**

Przekręcaj głowę na boki, postaraj się zaglądnąć sobie przez ramię. Wykonujemy 10 razy.

## 2. SKŁONY W BOK

**Pożytek: rozciąganie mięśni bocznych, prawidłowe osadzenie szyi.**

Skłaniaj głowę do prawego i lewego ramienia. Wykonujemy 10 razy.

## 3. SKŁONY GŁOWY

**Pożytek: rozciąganie mięśni tylnych i kręgow szyjnych, prawidłowe osadzenie szyi.**

Koniuszek podbródka ciągnij w kierunku podłogi, kąt 90 st., zatrzymaj się na 15 sekund. Następnie w stronę odwrotną, połóż głowę na barki, zatrzymaj się na 15 sekund. Wykonujemy 3 podejścia.

## 4. WYRAŻNA LINIA PODBRÓDKA

**Pożytek: wzmocnienie szyi, zmniejszenie drugiego podbródka, poprawa owalu twarzy, wygładzenie obwiesi skóry szyi.**

Złóż ręce w pięść, trzymając je przed sobą. Oprzyj podbródek na rękach, łokcie opuszczone, język przyciśnięty do podniebienia. Stawiając opór zatrzymaj się na 1-2 sekundy. Szyję i głowę trzymaj równo, nie wysuwaj do przodu. Ramiona opuszczone. Wykonujemy 10 razy, zatrzymujemy się na 10 sekund.

## 5. WYDYMANIE POLICZKÓW

**Pożytek: sprężyste policzki, zmniejszenie fałd nosowo-wargowych.**

Dociśnij palcami wargi do zębów, żeby nie powstawały zmarszczki i nie zabrakło powietrza pomiędzy wargami, a zębami. Wydymamy policzki 30 razy w szybkim tempie.

## 6. OKLEPYWANIE POLICZKÓW

**Pożytek: sprężyste policzki, zmniejszenie fałd nosowo-wargowych.**

Stań przed lustrem, najlepiej tuż po goleniu. Palcami dłoni oklepuj delikatnie twarz, zaczynając od brody i kierując się do góry w kierunku czoła. Ćwiczenie to najlepiej wykonywać podczas nakładania balsamu, ewentualnie wody po goleniu przez 30 sekund.

## 7. OTWARTE SPOJRZENIE

**Pożytek: wzmocnienie powieki dolnej, zmniejszenie obręzków pod oczyma, ćwiczenie mięśnia okrężnego oka.**

Koniuszek podbródka ciągnij w kierunku podłogi, kąt 90 st., zatrzymaj się na 15 sekund. Następnie w stronę odwrotną, połóż głowę na barki, zatrzymaj się na 15 sekund. Wykonujemy 3 podejścia.

## 8. ĆWICZENIE POWIEK

**Pożytek: zmniejszenie kurzych łapek, wzmocnienie skóry powiek.**

Przymruż i szeroko otwórz oczy 10 razy, zatrzymaj się na 10 sekund.

## 9. WYGŁADZANIE CZOŁA

**Pożytek: zapobieganie zmarszczkom, zmniejszenie już powstałych, podniesienie brwi, lifting czoła.**

Przyłóż dłonie do czoła nad brwiami i postaraj się powoli unosić brwi do góry, stawiając rękoma opór. Wykonujemy 15-20 razy, zatrzymaj się na 10 sekund.

# SUBTELNA STRONA

## MĘSKIEJ PIELEGNACJI

### NAWILŻAJĄCY KREM DO TWARZY DLA MĘZCZYŹN DAX COSMETICS

Do każdego rodzaju skóry, także z krótkim zarostem. Idealnie nawilża skórę, łatwo się wchłania, przywraca komfort skóry, nie pozostawia tłustego filmu na skórze. Zapewnia: regenerację mikrouszkodzeń i podrażnień na twarzy, powstałych na skutek golenia.



### STR8 INVISIBLE FORCE ANTYPERSPIRANT

Antyperspirant w sprayu STR8 Invisible Force z technologią niepozostawiającą białych śladów na ubraniu. 48h ochrona przed potem.



### NIVEA MEN DEEP ŻEL DO MYCIA TWARZY I ZAROSTU

Nowa formuła z aktywnym węglem dokładnie oczyszcza skórę i zarost. Zapewnia uczucie wyjątkowej czystości. Pozostawia przyjemny zapach. Spień żel i wmasuj w mokrą twarz i brodę. Omijaj okolice oczu. Po użyciu spłucz wodą.





**BIELENDA ONLY FOR MAN CARBO DETOX OCZYSZCZAJĄCA MASECZKA DO TWARZY PEEL-OFF**

Innowacyjna formuła oczyszczającej maseczki do twarzy peel-off oparta jest na naturalnym aktywnym węglu. Skutecznie oczyszcza skórę z toksyn, odblokowuje i zwęża pory, zapobiega powstawaniu wyprysków, matuje i odtuszcza skórę. Aktywny węgiel, dzięki silnym właściwościom absorbującym, posiada zdolność głębokiego oczyszczenia skóry. Działa jak magnes: przyciąga i wchłania toksyny, martwy naskórek, nadmiar sebum oraz inne zanieczyszczenia z powierzchni i głębszych warstw skóry.



**DUETUS ŻEL MYJĄCY DO TWARZY**

Orzeźwiający żel myjący do codziennego stosowania. Dzięki zawartości delikatnych składników oczyszczających, skutecznie usuwa wszelkie zabrudzenia oraz matuje, nie pozostawiając przy tym uczucia ściągnięcia skóry. Zawiera kwasy salicylowy i mlekowy o delikatnych właściwościach złuszczących oraz odblokowujących pory. Sorbitol skutecznie zabezpiecza skórę przed utratą wilgoci, zapewniając jej odpowiedni poziom nawilżenia. Ekstrakt z nagietka łagodzi i przyspiesza regenerację naskórka. Wyciąg z lukrecji gładkiej wykazuje właściwości antyoksydacyjne oraz delikatnie rozjaśniające.



**WODA TOALETOWA EDT SPOILED FOR MAN BI ES**

Zapach, który łączy w sobie wyrafinowanie i zmysłowość. Kompozycja skierowana do mężczyzn pewnych siebie, dla których zapach jest niezastąpioną częścią osobowości. Nuty głowy: bergamotka. Nuty podstawy: drzewo sandałowe, wanilia. Nuty serca: cynamon, gałka muszkatołowa, szafran.



**STR8 RISE WODA TOALETOWA**

To świeży o ponadczasowym charakterze, bardzo elegancki męski zapach, który jest zgodny z najnowszymi trendami. Nutę zapachu otwiera owoc mandarynki, cytryny oraz kardamonu. Akord serca to aromatyczna mieszanka ziół, melona oraz mięty. Całość dopełnia baza złożona z bursztynu oraz drzewa cedrowego.

**OLD SPICE STRONG SLUGGER ANTYPERSPIRANT I DEZODORANT W ŻELU DLA MĘŻCZYZN**

Zwalcza przykry zapach, nokautując go z chirurgiczną precyzją przez 48 godzin. To oczywiście przenośnia, ale czasem trzeba sięgnąć po drastyczne środki. Koniec z nieświeżym zapachem i mocnym poceniem się.



**BIOOnly men ŻEL POD PRYSZNIC Z OLEJEM KONOPNYM**

Podstawą żelu jest olej z konopi, który przenikając do głębszych warstw skóry intensywnie ją odżywia i nawilża. Dzięki zawartości nienasyconych kwasów tłuszczowych zwiększa naturalną odporność skóry na działanie czynników zewnętrznych, zachowując jej warstwę ochronną. Zawarty w żelu ekstrakt z topianu posiada idealne właściwości oczyszczające, a jego zapach jest efektem połączenia aromaterapeutycznych olejków eterycznych: rozmarynu, lawendy, goździka i cytryny.



**SZAMPON DO WŁOSÓW Z ŁUPIEŻEM I SUCHĄ SKÓRĄ GŁOWY SCHWARZKOPF MEN**

Pielęgnacja włosów o potrójnym działaniu – 100% zdrowo wyglądających włosów. Działa jednocześnie na włosy, cebulki i skórę głowy. Potrójne działanie, wysoka skuteczność: głęboko oczyszcza włosy, natychmiast aktywuje cebulki włosów, wpływa łagodząco na skórę głowy.





**KOLEKCJA PIŁKARSKA REXONA**

Limitowana kolekcja piłkarska z logo największych klubów sportowych: Manchester City, Chelsea, czy ligi hiszpańskiej - La Liga. Jednak nie tylko kibice tych drużyn znajdą coś dla siebie, ponieważ w kolekcji znajdzie się również uniwersalna gama - Sport Cool. Wszystkie te produkty charakteryzują się: niezawodną ochroną dzięki technologii Motion Sense, wyjątkowym zapachem, atrakcyjnym opakowaniem.



**NIVEA MEN SENSITIVE ŻEL DO GOLENIA 3-DNIOWEGO**

Bezalkoholowa (bez alkoholu etylowego) formuła zmiękcza zarost, zapewni dokładne golenie za jednym pociągnięciem ostrza maszynki. Formuła z rumiankiem natychmiast chroni przed 5 oznakami podrażnionej goleniem skóry: pieczeniem, zaczerwienieniem, uczuciem napiętej i suchej skóry oraz mikro-zacięciami.

**NAWILŻAJĄCO - ŁAGODZĄCY AQUAGEL DO TWARZY BIELENDY ONLY FOR MAN HYDRA FORCE**

Krem o lekkiej, żelowej formule łagodzi i koi podrażnioną skórę twarzy. Dzięki zawartości kwasu hialuronowego skutecznie nawilża, likwidując uczucie nieprzyjemnego napięcia i suchości naskórka, działa także przeciwzmarszczkowo. Poprawia funkcjonowanie skóry i wzmacnia jej odporność na drażniące czynniki zewnętrzne.



**MĘCZYŻNI OCZEKUJĄ ŁATWEJ**

**APLIKACJI, LEKKICH FORMUŁ,**

**ŚWIEŻEJ KOMPOZYCJI ZAPACHOWEJ.**

**SKUTECZNY DEZODORANT PRZECIWPOTLIWOŚCI STÓP DLA MĘCZYŻYN DAX COSMETICS**

Do codziennego stosowania, chroniący przed poceniem i nieprzyjemnym zapachem, szybko wysychający. Zapewnia regenerację mikroszkodzeń, takich jak: podrażnienia i zaczerwienienia, spowodowane otarciem stóp podczas chodzenia.

**KOJĄCY BALSAM PO GOLENIU DLA MĘCZYŻYN ZIAJA YEGO SENSITIVE**

Zawiera ekstrakt z rośliny *Larrea divaricata* oraz substancje nawilżające, łagodzące i ochronne - między innymi płynne masło shea o wysokiej skuteczności pielęgnacyjnej.



**HEAD&SHOULDERS MEN ULTRA OLD SPICE SZAMPON PRZECIWLUPIEŻOWY**

Kompozycja zapachowa Old Spice i nuty drzewa sandalowego zapewniają męski zapach. Chroni skórę głowy i pozostawia włosy do 100% bez łupieżu. Usuwa brud i sebum, głęboko i długotrwale oczyszcza skórę głowy.





GO FOR GREAT



*Giannis Antetokounmpo*

GIANNIS  
ANTETOKOUNMPO  
GWIAZDA NBA

**MVP**

NBA MOST VALUABLE PLAYER

2019

GO FOR GREAT



# Gillette®

Podaruj mu gładkie, dokładne golenie z zestawem prezentowym Gillette.



Zestawy  
Podarunkowe



# Old Spice

Dla mężczyzn prowadzących dynamiczny i niekonwencjonalny tryb życia.

