

Beauty rutina JANY MUTŇANSKEJ

Ako sa o svoju pleť stará slovenská novinárka a spisovateľka?

V minulosti sa stala známou vďaka súťaži krásy, v súčasnosti pôsobí ako novinárka a najmä spisovateľka. Neustále sa pohybuje v oblasti krásy a je tiež milovníčkou módy. Aktívne sa zaujíma o kozmetiku a módu a je to vidieť aj na jej každodennej rutine a starostlivosti o vzhľad. Opýtali sme sa jej, ako pristupuje k svojej pleti a ako v praxi vyzerá jej každodenná starostlivosť o pokožku.

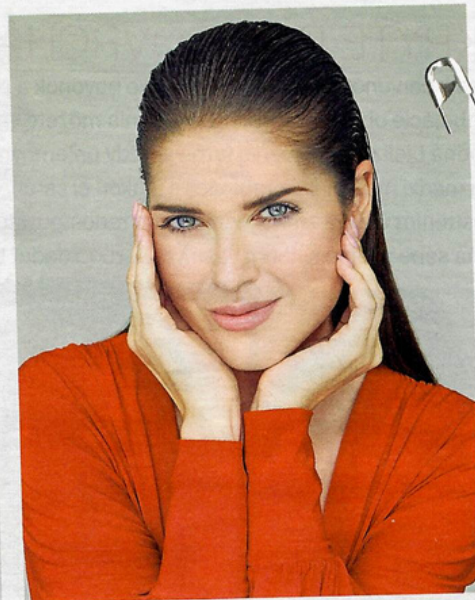
Kedy ste prišli na to, aký máte typ pleti a aká starostlivosť jej vyhovuje?

Už odmalička ma viedli k tomu, aby som sa o svoju pleť efektívne starala, pretože to, čo do nej investujete, a tým myslím najmä čas a pozornosť, sa vám v budúcnosti vráti. Moja pleť sa prirodzene vekom menila, ale nikdy som nemala nijaké špeciálne problémy, napríklad s akné. Už ako tínedžerka som chodila ku kozmetičke na pravidelné čistenie a zvýšenú starostlivosť som pleti venovala aj doma vhodnými produktmi. Tým, že som sa kedysi venovala modelingu, moja pleť bola zaťažovaná líčením z fotení

a prehliadok oveľa viac. A keďže už mám po tridsiatke, viem, že pokožka veľmi rýchlo stráca elasticitu a spomaľuje sa jej hydratačno-regulačná schopnosť. Treba preto voliť vhodné prípravky s vyváženým podielom výživných a hydratačných zložiek. Priznám sa, že v kozmetických produktoch som veľká experimentátorka, rada testujem nové veci. Najnovšie ma oslovila prírodná vegánska kozmetika, bez stôp formaldehydu, parabénov a minerálnych olejov.

Čo tvorí vašu základnú výbavu v starostlivosti o pleť?

Sú to denný, nočný a očný krém, sérum a odličovacia formula. Bez nich sa nezaobídem. Samozrejme, raz alebo dva razy do týždňa používam aj masku a píling. Najdôležitejšie je však nájsť si vhodné a účinné látky, ktoré sa v daných produktoch nachádzajú a zároveň sú s vašou pleťou dokonale kompatibilné. V kozmetike, ktorú aktuálne používam, sa nachádza napríklad ľadovcová voda, ktorá dodáva pleti trvalú vlhkosť, robí pokožku poznateľne hladšou



a unavenú pleť sviežejšou a mladistvejšou. V produktoch hľadám aj zložky ako revivyl, multifunkčnú aktívnu zložku na intenzívnejšiu kožnú regeneráciu a pevnú textúru pokožky. Úžasná je aj látka antarcticin, ktorá je založená na vlastnostiach sacharidu objaveného vo vrstve ľadu v zálive Adlet Admirality Bay. Pomáha mikroorganizmom prežívať v extrémnych podmienkach. Antarcticine podporuje posilnenie syntézy kolagénu a elastínu v tele a poskytuje jedinečné výsledky pri znižovaní hĺbky vrások. Ak sa chcem rozmaznávať, doprajem si SPA procedúry. Milujem tvárové masáže v kombinácii s pletovými procedúrami. To je pre mňa ten najväčší relax. Mám tiež rada, keď produkty, ktoré používam, krásne voňajú. ●

MOJA RANNÁ RUTINA

Každé ráno začínam vyživujúcou odličovacou formulou na báze micelárnej vody. Následne na tvár aplikujem vyživujúce sérum proti vráskam, ktoré pokožku zjemní a optimálne hydratuje. Počkám niekoľko minút a na to nanesiem denný krém, ktorý v sebe ukrýva mnoho vitamínov, vzácne oleje, bambucké maslo, extrakt z kaviáru, glycerín, antarcticin či SYN-AKE (high-tech aktívna zložka, ktorá uvoľňuje svaly na tvári alebo P-Reproage, ktorý podporuje obnovu pleti a dodáva jej mladistvý, žiarivý vzhľad). A, samozrejme, nemôžem zabudnúť ani na očný krém. Už niekoľko mesiacov pravidelne užívam kolagénové kapsuly s obsahom vitamínu C, zinku, biotínu a selénu na udržiavanie normálnej kože, vlasov a nechtov.

Skrášlenie pleti je nevyhnutnou súčasťou mojej práce, keďže sa zúčastňujem na mnohých spoločenských a kultúrnych udalostiach. Myslím si, že žena by mala chodiť do spoločnosti vhodne upravená a k tomu patrí aj líčenie. Keď som však doma alebo na dovolenke pri mori, mejkap v zásade nepoužívam a svoju pleť nechávam voľne „dýchať“. Ten pocit mám veľmi rada. V líčení sa inšpirujem profesionálnymi vizážistami, ktorí presne vedia, ktoré produkty sú tie najlepšie a ktoré by konkrétne sadli aj mne. Môj základ tvoria kompaktný prášok, bronzer a maskara. Toto trio je pre mňa nutnosť. Stále ho nosím v kabelke a stačí mi na bežné denné líčenie. Používam aj lesk v telových farbách, prípadne balzam na pery. Nemám na sebe rada tony mejkapu, som zástankyňou prírodnej krásy, v tomto prípade aj líčenia. Samozrejme, v mojej kozmetickej taške nechýbajú ani výrazné červené rúže, ktoré veľmi rada nosím najmä večer.

Môj mejkap

MOJA VEČERNÁ RUTINA

Za najväčší prehrešok považujem, ak si žena večer neodlíči mejkap a ide rovno do postele. Samozrejme, úprimne priznávam, že aj mne sa to párkrát stalo, ale boli to výnimočné prípady. Pravidelné čistenie pleti a odličovanie sú pre mňa doslova zákonom, ktorý dodržiavam. Dôkladné odličenie absolvujem vždy pred spaním. Na pleť nanesiem aj nočný krém plný vitamínov, olejov či hodvábného proteínu. Nezabúdam opäť ani na okolie očí.

Čas NA ZDRAVÚ PLEŤ

TEXT: MARTINA ŠTÉROVÁ

Ráno, večer aj počas dňa – pleť si zaslúži tú najlepšiu starostlivosť. Tu je niekoľko novinek, ktoré podpora jej zdravý a mladistvý vzhľad.



1. Medical Beauty For Cosmetics regeneračný denný krém proti vráskam s high-tech účinnou látkou z ladu. Intenzívne koriguje vrásky, obnovuje pokožku a zabráňuje jej predčasnému starnutiu. Cena 29,99 €

2. Medical Beauty For Cosmetics Lift & Repair nočný krém, pokožku obnovuje, dodáva jej žiarivý mladistvý lesk a príjemný pocit v dopoludňajších hodinách. Pokožka je viditeľne hladšia. Cena 29,99 €

3. Labello vyživujúci peeling na pery Aloe Vera obsahuje prírodné peelingové častice, ktoré spoľahlivo odstránia šupinku kože z pier a úplne sa na nich rozpustia. Pery budú hebké a hydratované po celý deň. Cena 2,79 €

4. Medical Beauty For Cosmetics Clean & Protect dvojfázová formula na čistenie pleti pomocou micelárnej technológie pre obzvlášť jemné a hĺbkové čistenie pórov a odstránenie aj vode odolávajúceho mejkapu. Cena 12,99 €

5. Manufaktura omladzujúci a liftin-gový pleťový olej s cenným ružovým olejom, vitamínom E a koenzýmom Q10, ktoré podporujú správnu funkciu kože, zlepšujú kvalitu pleti, znižujú výskyt vrások a vypínajú pleť. Cena 17,15 €

6. Marina Miracle Amaranth luxusné nočné sérum proti starnutiu obnovuje, omladzuje a tónuje pokožku počas spánku a stimuluje produkciu nových zdravých buniek. Preniká

hlboko do pokožky, ktorá zostáva jemná a vyhladená. Cena 84,90 €

7. ABC exfoliačná maska so škrupin-šetrne odstráni odumreté bunky a pleť prekrví, a neskôr aktívne zložky pleť hĺbkovo čistia a upokoja. Australian-bodycare.sk, cena 14,35 €

8. Medical Beauty For Cosmetics Lift & Repair multifunkčný očný krém na redukciu očných vrások, očných väčkov, tmavých kruhov a klesajúcich očných viečok. Tajomstvo pre hladké, vitálne žiarivé očné okolie. Cena 22,99 €



- ❖ Bestseller v Rakúsku
- ❖ Vegan
- ❖ Netestované na zvieratách
- ❖ Bez stôp formaldehydu, parabénov a minerálnych olejov
- ❖ s certifikáciou COSMOS (Cosmetic Organic Standard)



ZBOHOM CITLIVÁ A SUCHÁ POKOŽKA

Pre zachovanie alebo obnovu žiarivého a mladistvého vzhľadu je potrebná starostlivosť proti starnutiu, ktorá dokáže viac ako len „vyhladiť“ vrásky.

Dôvod: Až každá druhá žena hlási suchosť pokožky, pocity napätia, svrbenie a začervenanie. A práve citlivá pokožka má menšiu odolnosť a regeneračnú schopnosť,

a preto má sklon k skorým známkam starnutia pokožky.

Zrelá pleť potrebuje viac výživných látok a predovšetkým je nutná jej ochrana pred vonkajšími vplyvmi. Produkty **MEDICAL BEAUTY FOR COSMETICS** sa spoliehajú na použitie vedecky dokázaných, účinných látok, ktoré sú navzájom optimálne zladené.



ÚČINNÚ LÁTKU ANTARCTICINE BY STE SI MALI PAMÄTAŤ!

Antarcticine je vedecky dokázaná high-tech látka, založená na úžasných vlastnostiach sacharidu objaveného vo vrstve ľadu v Antarktíde, ktorý pomáha mikroorganizmom prežívať v extrémnych podmienkach.

Účinnosť **MEDICAL BEAUTY FOR COSMETICS** spočíva práve v inšpirovaní sa prírodou! Antarcticine zvyšuje produkciu kolagénu a elastínu a môže znížiť vrásky až o **-44%**.

Okrem toho regeneruje a chráni pokožku, zabraňuje podráždeniu a upokojuje citlivú pokožku.

Antarcticine je ocenenou aktívnou zložkou pre optimálnu obnovu kože, ktorá sa v kombinácii s ďalšími regeneračnými a zvlhčujúcimi zložkami v kozmetike **MEDICAL BEAUTY FOR COSMETICS** stará o zdravie a vitalitu pleti.

OKREM VIDITEĽNEJ KOREKcie VRÁSOK RIEŠI:

- Začervenanie pokožky.
- Zmiernenie podráždenia.
- Ochrana a prevencia.
- Intenzívna hydratácia vďaka látkam ako kyselina hyalurónová či ľadovcová voda.
- Obnovuje produkciu kolagénu a elastínu vďaka prémiovej látke Neodermyl.



Dostupné v sieti dm drogerie markt slovensko, vo vybraných salónoch a na eshope WWW.MEDICALBEAUTYFORCOSMETICS.EU