

Pribalené
v čísle: **rúž**
na pery

SME *časy*

DECEMBER – JANUÁR • 12/2022 – 1/2023

CENA 1,50 €

*Šťastné,
a veselé*

Návrat k tradíciám
a príbehy o Vianociach,
ktoré ste ešte nepočuli

**Veľký
horoskop
2023**

*Krásna v zime
aj cez sviatky
Ako sa o seba
postarať a zažiarit'
ako hviezda*

71
tipov na
**NAJLEPŠIE
VIANOČNÉ
DARČEKY**

Gizka Oňová
Ideálna babička



Zimná krása

S príchodom chladného počasia stráca pleť hydratáciu a vitalitu. Ak však dodržíte pár pravidiel, udržíte ju hebkú, zdravú a žiarivú.

VÝMENA KRÉMOV

Na zimu sú vhodné iné prípravky než tie, čo používame v lete. Odložte ľahké krémy a vymeňte ich za hutnejšie a hydratačné. Vyživíva pleť a dodajú jej potrebnú hydratáciu. Krém je základom každej správnej starostlivosti a tak by ste jeho výber nemali podceňovať. V zime si pleť taktiež chráňte aj prípravkami s ochrannými UV faktormi a uprednostňujte jej čistenie jemnými peelingmi.

MENEJ SA KÚPTE

Kúpeľ v chladnom a sychravom dni síce pôsobí ako balzam na dušu, ale nedoprajte si ho príliš často. Dlhé a časté pobyty vo vode môžu spôsobiť rýchle vysušovanie pokožky tým, že zo seba zmyjete prirodzený ochranný film. Vaňu s horúcou vodou si preto doprajte len výnimočne, uprednostňujte maximálne párminútové sprchovanie. A po sprchovaní či kúpeli doprajte pokožke starostlivosť v podobe kvalitného telového krému.

NEZABÚDAJTE NA RUKY A PERY

Ak klesne teplota k nule, samozrejmosťou by mali byť rukavice. Kvalitný krém na ruky vždy používajte aj po ich umytí, občas im môžete dopriať napríklad aj parafínový zábal. Taktiež treba myslieť na pery, ktoré sú veľmi namáhanou časťou tváre v každom ročnom období a v zime obzvlášť. Keďže nemajú vlastnú tukovú vrstvu, je nutné sa o ne starať oveľa viac a intenzívnejšie než o pokožku inde na tele. Navyše sú veľmi citlivé a často sa na nich odrazí akékoľvek naše nepohodlie. Vždy majte poruke kvalitný balzam na pery, ktorý ich ochráni, vytvorí na nich ochranný film a zároveň ich aj kvalitne vyživí.



Pleť

1. Krém pre veľmi suchú citlivú pokožku Cold Cream, **Avène**, 15,72 €
2. Rehydratačný krém Aqualia Thermal 48 h zabraňuje vysušovaniu pleti a udržiava jej kvalitu. **Vichy**, 25,19 €
3. Gélový peeling Restart odstraňuje odumreté kožné bunky, vyhladzuje nerovnosti, čistí a sťahuje póry, **IUVENIO**, 18 €
4. Prírodné dvojfázové sérum Energizer pre unavenú a mdlú pleť, **Annemarie Börlind**, 19,50 €
5. Ochranný a vyživujúci rodinný pleťový balzam z edície Trnka, **Manufaktura**, 11,40 €
6. Nočná starostlivosť s gélovou textúrou Hyaluronic Aloe Night Jelly pre 48-hodinovú hydratáciu pleti. **Garnier**, 6,79 €

IUVENIO



High-tech starostlivosť o pleť kúpíte na www.iuvenio.com

✦ DARČEKY

31



Adventný kalendár **Lancôme** ponúka všetko, čo očakávate od dokonalého darčeka. Je plný krásy a ukrýva v sebe to najlepšie z dekoratívnej kozmetiky, starostlivosti o pleť a vôní značky Lancôme. Darčkový set v ekologickom dizajne je vyrobený bez plastov a je 100 % recyklovateľný. Nájdete vo všetkých dobrých parfumériách. 139 €.



Darčkový balíček Lash booster od **Dermacolu** obsahuje dlhotrvácny červený lak na nechty, vodeodolnú fixku na vytvorenie elegantnej čiernej linky na očiach a špeciálnu riasenku so sérom, ktorá pri pravidelnom používaní predĺži riasy až o 33 %. A to všetko v červenej kozmetickej taštičke, ktorá je sama osebe módnym doplnkom. 21,09 €

29

Darčkový set českej značky **IUVENIO**, ktorý boduje u zákazníkov aj na Slovensku, obsahuje všetko, čo vaša pleť v zime potrebuje. Vianočný balíček je vhodný pre každý typ pleti a obsahuje čistiaci gél Urban, sérum Crosslinked, anti-age krém Calm, nočný krém Moon a peeling Restart. 105 €

30



INZERCIA

TEREZIA

PRÍRODA MÁ SILU PODPORIŤ ČINNOSŤ SRDCA



Vyrába česká rodinná firma

Bez chémie a konzervantov

Žiadajte vo svojej lekárni



Výživový doplnok

Reishi posilňuje **obranyschopnosť**.

Priaznivo pôsobí na **srdce** a **obehový systém**.

Lyofilizovaná reishi v **BIO kvalite**.

ZDRAVIE MÁ KORENE V PRÍRODE

ZĽAVA 25 %

Zaregistrujte sa na www.terezia.sk, zadajte **zľavový kód 22SM6** a nakupujte s **25 % zľavou**.

Zľava platí na jeden nákup len pre registrovaných. Zľavový kód platí do 31.12.2022.

www.terezia.sk

BP-221487