

KRÁSA NOČNÁ STAROSTLIVOSŤ

Dobrý nočný krém dokáže zázraky.

Dokonalohydratuje pleť, podporí jej regeneráciu, odstráni vrásky a dodá svieži vzhľad. Viete, ktorý je ten správny pre vás?

PRE leňošky



PREČO HO POUŽÍVAŤ

Denný krém chráni pleť pred vonkajšími vplyvmi. Nočný má inú úlohu! Dodáva pleti extra starostlivosť a podporuje v nej regeneračné procesy. Kým spíte, zásobujú vašu kožu výživné látky, ktoré dokážu dobre vstrebávať a opraviť všetky škody. Mala by byť bohatá na hydratáciu, aby ste sa ráno zobudili svieže a pekné.

KTORÝ JE NAJLEPŠÍ?

Nepoužívajte krémy s obsahom palmového oleja či mikroplastov. Tiež sa vyvarujte krémov s vysokým množstvom vonných látok, ktoré by mohli pleť podráždiť a spôsobiť vznik alergií.

Najlepší krém pre vás je taký, ktorý sa hodí na váš typ pokožky.



AKO SA POUŽÍVA?

Z pleti odstráňte všetky zvyšky mejkapu. Pokožku môžete dočistiť tonerom alebo pleťovou vodou. Teraz použijete nočný krém, ktorý rovnomerne rozotriete na celú tvár i krk.

KRÉM NA NORMÁLNU PLEŤ

Nemáte vyrážky ani suché či mastné miesta na tvári? Blahoželáme, pretože okrem hydratácie nepotrebuje počas noci riešiť žiadne ďalšie nedostatky. Krém aplikujte každý večer pred spaním na vyčistenú pleť. Raz za čas si natrite hrubšiu vrstvu, ktorá vám poslúži ako maska.

KRÉM NA SUCHÚ PLEŤ

Takáto pokožka je napnutá, má zhrsnuté suché miesta a vyžaduje si špeciálnu pozornosť. Siahnite po kréme, ktorý má bohatú textúru, obsahuje kyselinu hyalurónovú, arganový olej alebo Aloe vera.

KRÉM NA MASTNÚ PLEŤ

Nadbytočná produkcia mazu, upchaté póry a nedokonalosti sú častými prejavmi mastnej pokožky. Preto by mala nočná starostlivosť obsahovať veľa hydratácie, ale žiadne tuky a komedogénne oleje, ktoré by ju upchali. Textúra býva často ľahká a rýchlo sa vstrebáva. Medzi pravidelnú starostlivosť zaradte aj piling, ktorý odstráni odumreté kožné bunky z povrchu pokožky, neupcháva póry a zabráni tak vzniku vyrážok.

KRÉM NA CITLIVÚ PLEŤ

Citlivky potrebujú jemnú a upokojujúcu starostlivosť, ktorá zbytočne nezaťažuje. Ideálne ak je bez farbív a konzervačných látok. Citlivá pleť veľmi dobre znáša mandľový olej, bambucké maslo a pantenol.

KRÉM NA ZRELÚ PLEŤ

S pribúdajúcim vekom sa spomaľuje obnova buniek a pokožka stráca veľa vlhkosti. Aby ste predišli vzniku vrások, siahnite po starostlivosti bohatej na hydratačné zložky, ako je Aloe vera, kyselina hyalurónová, kakaové maslo či arganový olej.

Vyskúšajte



1. Regeneračný nočný hydratačný gél-krém Hydra Skin Effect aktivuje pleťové bunky počas spánku a vďaka tomu bude vaša pleť pevnejšia, pružnejšia a hydratovaná až na 72 hodín. **Nivea, 11,99 €**, 2. Intenzívne ošetrojúce zloženie vyvinuté pre suchú a namáhanú pokožku s koenzýmom Q10, na 100 percent identickým s pleťou, s kreatínom a bioorganovým olejom redukuje vrásky, spevní, upokojí a vyživí ju. **Nivea, 14,99 €**, 3. Nočný krém Hyaluron-Filler bojuje s prvými známками starnutia suchej pleti, viditeľne vyhladzuje jemné linky aj hlboké vrásky. **Eucerin, 31 €**, 4. Nočný krém Retouch s novou formou kyseliny retinovej počas spánku pomáha liečiť problematickú pleť a tiež bojuje proti vráskam. **Luvenio, 22,80 €**, 5. Vyživujúci nočný krém age perfect cell renew s účinnými antioxidantmi s okamžitým a dlhodobým účinkom pre hladšiu a žiarivejšiu pleť. **L'Oréal Paris 18,99 €**, 6. Nočná intenzívna hydratačná starostlivosť Hyalurogel Night pre unavenú citlivú pleť so sklonom k vysušeniu obsahuje kyselinu hyalurónovú, so 7 % glycerínom. **Mixa, 9,99 €**, 7. Spevňujúci nočný krém Caviar Energy má extra bohatú textúru, podporuje regeneráciu bunkovej štruktúry počas spánku, pleť spevňuje a vyživuje ju. **Dermacol, 11,49 €**

KRÁSA KEĎ JE VONKU POD NULOU

Tak ako sa s chladným počasím teplejšie oblečiete, rovnako by ste mali pristupovať aj k svojej pokožke. Povieme vám, čo všetko potrebuje.

Ako sa SPRÁVA?

Zatiaľ čo vy sa radujete zo snehových vločiek, vaša pleť trpí. Dáva vám to najavo svrbením, podráždením a pnutím. Je to dôsledok veľkej zmeny teplôt. Chvíľu ste doma, kde to máte vykúrené na 20 stupňov Celzia, potom idete von na prechádzku, kde je okolo nuly. K tomu všetkému situáciu zhoršuje studený vietor. Čím viac klesne teplota, tým menej je vlhkosti vo vzduchu. Preto pleť zareaguje zvýšeným výdajom vlhkosti a tukové žľazy už pri teplote 8 stupňov a menej zatiahnu ručnú brzdu a produkujú menej kožného tuku.

Chce to ZMENU

Čo môžete urobiť, je zmeniť svoj krém či inú starostlivosť. Ak máte normálnu pleť, postačí vám výživnejší krém na noc. Naopak, suchá pokožka potrebuje starostlivosť s vyšším podielom lipidov a kozmetiku s takými zložkami, ktoré vybudujú jej ochrannú bariéru. Dávajte si v krémoch pozor na zložky, ako je parafín a minerálne oleje. Tie nepreniknú do pokožky a spôsobia pravý opak, zbytočne ju vysušia. Taktiež zabudnite na pleťové vody s obsahom alkoholu, pílingy a dlhé sprchovanie v horúcej vode. Do kozmetickej výbavičky zaraďte sprchovací olej, jojobový alebo pupalkový olej, výživné masky a séra s kyselinou hyaluronovou.

ŠPORTUJETE AJ V ZIME?
Je jedno, či zvyknete vybehnúť do hôr na turistiku, lyže, alebo len tak za dom na pole zabehať si. Myslíte na to, že tu vám bežný hydratačný krém nepostačí. Môže sa stať, že pri nízkych teplotách vám na tvári primrzne pre vysoký obsah vody. Preto zvoľte variant bohatý na tuky, ako je Cold cream.

JE TI zima?

Nezabudnite NA UV FILTER

Na horách počas krásneho slnečného dňa tvár vystavujete slnečným lúčom. Je to v poriadku, len nezabúdajte, že zimné slniečko je zradné. Čím ste vyššie na kopcoch a čím viac sú svahy pokryté snehom, tým silnejšie sa slnečné lúče odrážajú od povrchu. Preto je namiestené používať krém s UV faktorom. Intenzita UV žiarenia stúpa s každým tisícim výškovým metrom o 20 percent a sneh, ľad a voda odrážajú až 80 percent. Používajte krémy s UV ochranou minimálne 30, pri citlivej pokožke 50+. Nezabudnite ani na pery!

Telo potrebuje minimálne mesiac, ak sa má spevniť a znova získať sexi tvar.



EMA POSPÍŠILOVÁ TEKELYOVÁ,
foto shutterstock.com, archív firiem



Vyskúšajte

1. Koncentrované antiage sérum Crosslinked s obsahom kyseliny hyalurónovej funguje ako zásobník aktívnych látok, ktoré postupne uvoľňuje do pleti, **Iuvenio, 27,60 €**, 2. Kaviárový nočný krém Caviar Energy na hlbokú starostlivosť s obsahom skvalénu, s koenzýmom Q10 a bambuckým maslom, **Dermacol, 11,49 €**, 3. Intenzívnu hydrataciu vašej pleti dodá profesionálne sérum Cellular Hyaluron s obsahom Caring Complex s kyselinou hyalurónovou, ktorá prenikne hlboko do pleti, **Nivea, 16,49 €**, 4. Vyplňujúce sérum Hyaluronic aloe s obsahom kyseliny hyalurónovej, glycerínom a Aloe vera na vyplnenú, pružnú plet', **Garnier, 10,99 €**, 5. Vyživujúca maska je vynikajúcou vzpruhou, kedykoľvek je plet' podráždená, vysušená so začervenanými miestami a pripadá vám o číslo menšia, **Nivea, 1,49 €**, 6. Pletový krém AtopiControl na suchú, začervenanú a svrbiacu pokožku sa ľahko vstrebáva a upokojuje, **Eucerin, 14,50 €**, 7. Arganový krém na báze mikroemulzie s rastlinným skvalénom a makadamiovým, kokosovým a rakytníkovým olejom plet' hydratuje a obnovuje jej vitalitu, **Nobilis Tilia, 17,60 €**, 8. Výživný rodinný pleťový balzam ŠÍPKY je skutočný ochranný štít pred nepriaznivým počasím, **Manufaktura, 10,85 €**, 9. Pletový Cold cream je určený na ošetrovanie suchej a citlivej pleti, ktorú intenzívne hydratuje vďaka veľkej dávke glycerínu a zaisťuje jej rovnováhu, **Mixa, 6,90 €**, 10. Textilná maska s 1 % obsahom kyseliny hyalurónovej a extraktom z vodného melóna na hydrataciu a vyplnenie pleti, **Garnier, 2,99 €**



Doplňte si protilátky a podporte IMUNITU*

Vedeli ste, že kolostrum (mledziwo) obsahuje priamo hotové protilátky imunoglobulíny G (IgG) a laktoferín?

- Pridajte patentovaný bioaktívny beta-glukán štandardizovaný na 80 % prírodných polysacharidov.
- K tomu značkový vitamín C u podobe NUTRA-C™, ktorý je takmer 100% biologicky dostupný už od okamihu príjmu do organizmu.
- K tomu pridajte organicky viazaný selén a zinok.
- Celú túto špičkovú zmes zamiešame v optimálnom pomere a zabalíme do značkovej rastlinnej kapsule.
- Takto vzniknutá jedinečná zmes, ktorá prispieva k správne fungovaniu imunitného systému, sa odporúča na každodenné užívanie. Poznáte niečo lepšie pre vás a celú vašu rodinu?

* Kolostrum s BETA-GLUKÁNMI forte obsahuje vitamín C, ktorý prispieva k správnej funkcii imunitného systému.



KAPSULU MÔŽETE PRE DETI ROZSYPAŤ.



INFOLINKA
0850 184 314

VŠETKY NAŠE PRODUKTY NÁJDETE NA
www.barnys.sk

DOSTUPNÉ V KAŽDEJ DOBREJ LEKÁRNI
AKO AJ V SIETACH LEKÁRNI

