

KOSMETIKA

březen-duben 2020
79 Kč / 3,50 €

& Wellness

Speciální
příloha **EET**

Injekce
mládí

Narovnejte svůj
úsměv!

„Mezi osobnosti, které ovlivnily můj byznys,
patří paní Olga Knoblochová,”
říká Alexandra Fričová z Kliniky krásy PHYRIS



Časopis pro krásu, zdraví, estetiku a životní styl
www.kosmetika-wellness.cz

Dokonalé kontury pro každého!

Nová textilní vypínací maska pro zpevnění pleti a zachování dokonalých kontur obličeje s klinicky prokázanými výsledky.



NOVINKA



JARO OMLAZUJE

Stokrát si můžeme opakovat mantru všech meditací: žij tady a teď! Stejně ale nedočkavě hledíme kupředu a většinou se nemůžeme dočkat jara. S ním jako bychom i my rozkvetli. Ve vzduchu je cítit příslib vlahých a voňavých večerů, a to dokonce i v Praze na magistrále. Před jarní romantikou se zkrátka neschováte. V poslední době nám to těšení na jarní vlání sice trochu kazí průběh zimy, která zapomněla, že od ní očekáváme vločky a mrazá a dodává nám jakési položaro... Ale co, na horách sníh leží nebo si ho vyrobíme a ve městech se bez něj obejdeme.

I naše pleť v posledních měsících strádala, dopřejme jí proto jarní „nakopnutí“ v podobě hydratačních metod, mezi nimiž vede SkinBooster. Odhodíme zimní masku (spolu s maskou pleťovou), jaro je prostě tady! To je dobrá zpráva. Na druhou stranu je fakt, že s teplem přijde odhalování a už nic neskryjeme pod kabátem a čepicí. A tak si udělejte malé opáčko z péče o ruce, které už za chvíli budou holé. Stejně by na tom mělo být i naše tělo. Tedy ne bez oblečení, ale bez chloupků. Drží se vás věrně celulitida? Postižených je sice hodně (a nemá to nic společného s nadváhou), ale našťastí je i hodně metod, jak se s tímto strašákem dnešních žen, ale i mužů vítězně poprat.

A co se ještě v jarním vydání našeho časopisu dozvíte? Že jarní veganská kosmetika už dávno není rozmarem několika ekošilenců. Že s novým nosem je život krásnější. A že i když se zavedení EET možná trochu bojíte, s radami od našich odborníků to určitě bez potíží zvládnete.

Ke čtení i k životu vám přeju pohodu a veselou mysl!

Hana Profousová
Šéfredaktorka časopisu a portálu Kosmetika & Wellness
www.kosmetika-wellness.cz

Hana Profousová

Z VAŠICH DOPISŮ

Jsem majitelkou malého kosmetického salonu, kde zaměstnávám sama sebe. Přiznám se, že kosmetičkou jsem se stala tak trochu z nouze, protože jsem nesehnala práci ve své původní profesi. Vůbec ale svého rozhodnutí requalifikovat se nelituji. Práce mě moc baví, a hlavně se snažím pořád vzdělávat, abych udržela krok se svými mladšími kolegyněmi. Vítám proto vaše rady od odborníků z oboru i všechny další informace o novinkách v kosmetické branži.

Jarmila N.



SLEDUJTE
NAŠI STRÁNKU
NA FACEBOOKU
A INSTAGRAMU



LIFTING BEZ SKALPELU 6
RESTART MLÁDÍ

MENTÁLNÍ VIAGRA 8
NOVINKY ZE SVĚTA

LEKCE ANTI-AGINGU 9
ESTETICKÉ STŘÍPKY

TAJEMSTVÍ KRÁSY

HOĎTE SE DO FORMY! 10
PROBUĎTE SE ZE ZIMNÍHO SPÁNKU! JE
TU JARO A BRZY ZAČNEME ODHAZOVAL
SVRŠKY. MOŽNÁ TO TEĎ BUDE
CHTÍT NA PLETI I POSTAVĚ TROCHU
ZAPRACOVAT...

**JAK SE PROSEKAT KOSMETICKOU
DŽUNGLÍ 14**
ODPOVĚDI NA AKTUÁLNÍ OTÁZKY
PŘINÁŠÍ MIROSLAV SPILKA, KTERÝ PRACUJE
V KOSMETICKÉ DISTRIBUCI UŽ 40 LET

INJEKCE MLÁDÍ 18
UNAVENOU, MATNOU PLEŤ BEZ JISKRY
DOKÁŽE ROZZÁŘIT SKINBOOSTER –
KOMBINOVANÉ OŠETŘENÍ, KTERÉ JÍ
DODÁ HLAVNĚ CHYBĚJÍCÍ HYDRATACI
A ODSTRANÍ ZNÁMKY STÁRNUTÍ

75 MINUT RELAXACE 24
KDYŽ BUDEME KOSMETICKÉ OŠETŘENÍ
POŘÁD ODKLÁDAT, BUDE TO NA PLETI
ZNÁT. PODÍVEJTE SE NA ZKRÁSNĚNÍ
ALENY, KTERÁ SE ROZHODLA TO NAPRAVIT

NOS JE DOMINANTOU OBLIČEJE 26
A VYNIKNE TO O TO VÍC, JESTLIŽE PŘÍRODA
NADĚLÍ ČICHOVÝ ORGÁN, KTERÝ SVÝM
TVAREM A VELIKOSTÍ PŮSOBÍ SVÝM
NOSITELŮM OPRAVDOVÁ MUKA. SVÉ
O TOM VÍ PAN DOCENT MĚŠŤÁK, KTERÝ UŽ
„NAPRAVIL“ TĚMĚŘ ČTYŘI TISÍCE NOSŮ

NAROVNEJTE SVŮJ ÚSMĚV! 28
UŽ DÁVNO JSTE VYROSTLI Z DĚTSKÝCH
STŘEVÍČKŮ, ALE VAŠE ZUBY ZŮSTALY KŘIVÉ?
TOUŽÍTE SE SMÁT, ANIŽ BYSTE ZAKRÝVALI
ÚSTA RUKOU, ALE NEODVÁŽÍTE SE?
NEVIDITELNÁ ROVNÁTKA VŠE NAPRAVÍ

ZUBY BÍLÉ JAKO PERLY 29
BÍLÉ ZUBY A KRÁSNÝ HOLLYWOODSKÝ
ÚSMĚV SI ASI PŘEJE KAŽDÝ. JAK HO
ZÍSKAT?

26



28



36



10

VŠECHNO, CO CHCETE VĚDĚT O EET**JAK FUNGUJE ÚSPĚŠNÝ SALON 32**

8 ZÁKONŮ PROSPERUJÍCÍHO SALONU FORMULUJE
MARKETINGOVÝ PORADCE RADIM ANDĚL

SKÁKEJTE JAKO KAMZÍK! 33

SKLÁDAČKA TIPŮ, NOVINEK A INFORMACÍ O ZDRAVÍ A KRÁSE

NENAOLEJUJE-LI TĚ JULIE 36

OLEJ JE V KOSMETICE TRVALE ZÁŘÍCÍ HVĚZDOU PRO
REGENERACI PLETI

JAKÁ VŮŇĚ SEDNE PRÁVĚ VÁM? 40

NOVÝ PARFÉM SI MŮŽEME VYBÍRAT PODLE RŮZNÝCH KRITÉRIÍ,
ALE MUSÍTE ZNÁT SVŮJ OSOBNÍ STYL

ZELENÁ REVOLUCE 42

KOSMETIKA VSTUPUJE DO NOVÉ ÉRY: JE TO EKOLOGICKÝ
ŽIVOTNÍ STYL S RESPEKTEM K PŘÍRODĚ A S PÉČÍ O ZDRAVÍ
SPOTŘEBITELŮ

DOKONALÉ TĚLO**TUHLE KŮŽI NECHCI! 46**

KDYŽ UŽ SI NÁS VYBERE, JE TO SPOLEČNICE VELMI, VELMI
VĚRNÁ. ALE NENÍ TO PŘÍTELKYNĚ. JE TO CELULITIDA

SRST NECHTE MEDVĚDŮM! 49

UŽ SE ZASE BLÍŽÍ SEZONA VĚTŠÍHO ODHALOVÁNÍ TĚLA A TÍM
I NUTNOST ZBAVIT HO CHLOUPKŮ

ABY NÁM SLUŠELY KRÁTKÉ RUKÁVY 50

S PŘÍCHODEM TEPLÝCH DNŮ SE KRÁTÍ NEJEN SUKNĚ, ALE TAKÉ
RUKÁVY. A DO NICH JE ZAPOTŘEBÍ MÍT V CO NEJLEPŠÍ KONDICI
RUCE I PAŽE. OD KONEČKŮ PRSTŮ AŽ PO RAMENA

**RELAXACE, VÝŽIVA
A POHODA****Z PŘÍRODY PRO KRÁSU A ZDRAVÍ 53**

STÁLE VÍCE ZÁKAZNÍKŮ VOLÍ PŘÍRODNÍ A BOKOSMETIKU, A TO
NEJEN PROTO, ŽE JI MŮŽE POKOŽKA LÉPE SNÁŠET. KROMĚ
VYSOCE KVALITNÍHO SLOŽENÍ JE PRO VÝROBCE I SPOTŘEBITELE
STÁLE DŮLEŽITĚJŠÍ ODPOVĚDNÉ POUŽÍVÁNÍ SUROVIN,
VYHÝBÁNÍ SE PLÝTVÁNÍ A INOVATIVNÍ NÁPADY ZAMĚŘENÉ
NA BUDOUCNOST

„KDYŽ SE LIDI SMĚJOU, VYPADAJÍ LÍP“ 54

JEJÍ SAXANU ZNAJÍ NEJEN TI, KTERÍ PAMATUJÍ PREMIÉRU
SLAVNÉHO FILMU VÁCLAVA VORLÍČKA, ALE I VŠECHNY
GENERACE NÁSLEDUJÍCÍ. DÍVKY NA KOŠTĚTI JAKOBY
NESTÁRNE, STEJNĚ JAKO JEJÍ PŘEDSTAVITELKA PETRA ČERNOCKÁ

ZDRAVÁ, FIT A V POHODĚ! 57

OŽIVTE A ZPESTRTE SVŮJ JÍDELNÍČEK A PŘIVÍTEJTE JARO V PLNÉ
FORMĚ



Restart *mládky*

Možnosti, které nám dnes nabízejí moderní technologie, byly dřív naprosto nepředstavitelné. V současné době můžeme stárnutí účinně (a navíc bezbolestně) pozdržet neinvazivními a miniinvazivními zákroky.

OBRÁZKY UŽ VÁS NEBAVÍ?

V životě může nastat situace, že tetování už z nějakého důvodu není žádoucí. Co s ním? Odstranit ho lze, ale tento proces bývá delší než jeho pořízení. Naštěstí se stále zdokonalují lasery, které jsou pro tento účel optimální. Zatím nejmodernějším a pro toto použití nejvhodnějším je Starwalker: jako jediný kombinuje dvojí typ laserového paprsku v jednom ošetření. Pracuje rychle a k úplné likvidaci kérky mu stačí méně aplikací než u běžných laserů.



ODHOĎTE ŠÁLKU!

Stárí se nejspíš pozná na krku, to dobře víme, a proto si ho často halíme. Nebude to nutné, když se rozhodneme pro jeho laserové odstranění technologií SlimLipo. Zlikviduje se tak tuková tkáň, navíc se zpevní a vypne povadlá kůže na podbradku. Metodu lze využít i na povadlé paže.

PLAZMATERAPIE: JAK SI SPRÁVNĚ VYBRAT

Plazmaterapie, tedy omlazení vlastní krví, se řadí mezi oblíbené omlazovací metody, zejména proto, že jde o ošetření těla vlastním materiálem. Při zákroku se odebere malé množství krve, zpracuje v centrifuze a vzápětí aplikuje do kůže, kde nastartuje její obnovu. Tuto metodu dnes nabízí hodně pracovišť. Jak si správně vybrat?

Vždy volte kliniku, která garantuje použití certifikovaných metod a prostředků, ověřených předchozími klinickými studiemi.

Maximální efekt můžete čekat jedině tam, kde plazmu zpracovávají způsobem, který v ní zaručuje nejvyšší možnou koncentraci aktivovaných krevních destiček a zároveň umožní z odebrané krve získat co nejvíce plazmy (ACP metoda).

Vyhlednutý lékař či lékařka by se vás měli individuálně ujmout a vhodný zákrok vám doporučit na míru. A musí vám ho předem vysvětlit, popsat jeho účinek a upozornit vás na kroky vhodné před a po ošetření.

Vyberte kliniku, kde vám (na webových stránkách nebo na konzultaci s lékařem) jasné sdělí, jakou technikou a na jakých místech vás ošetří i kolikrát vám doporučují zákrok podstoupit. Jedině tak totiž můžete zjistit jeho skutečnou cenu. Pracovištěm, která slibují nízké nebo rovnou „akční“ ceny, aniž by zároveň upřesnili, jaký typ plazmaterapie provádějí a co všechno za uvedenou sumu garantují, se raději vyhněte.



LIFTING BEZ SKALPELU

Ultraterapie umožňuje omladit obličej bez použití skalpelu, takže nezanechává žádné stopy v podobě jizev. Odpadá i nutnost narkózy, protože probíhá jen v lokální anestezii. Tato neinvazivní metoda je vhodná pro všechny, kdo touží po výrazném omlazení obličeje. Přístroj Ulthera pracuje na bázi frakcionovaného intenzivního ultrazvuku tak, že využije přirozené regenerativní schopnosti kůže. Dermatolog se s ním dostává do dříve nedosažitelné hloubky tkáně (až 4,5 mm). Díky tomu příznivě ovlivní povadlé kontury obličeje, povislou kůži v oblasti čelisti a podbradku, zvedne linii obočí, vyhladí krk a dekolt. Tkáň se vypne, a přitom není nutné povrch pokožky nijak narušit. Celý průběh zákroku lékař sleduje na monitoru a vidí přesně, kam cílí ultrazvukovou energii. Na ošetřené pleti nejsou patrné žádné negativní stopy, takže se můžete hned vrátit do běžného života. Efekt je viditelný okamžitě, během následujících měsíců se dále zvyšuje a vydrží až pět let.



PŮVAB A MLÁDÍ Z HROZNOVÉHO VÍNA

PERLAGE je španělská řada špičkové kosmetiky na bázi kmenových buněk z vinné révy odrůdy Trepát a oleje ze semínek hroznů a dalších přírodních esencí a ingrediencí.



Seznamte se s přírodní anti-age kosmetikou PERLAGE, která obsahuje olej z hroznového vína a má příznivé účinky proti stárnutí pokožky. Kosmetické prostředky obsahují olej věčného mládí – organový olej na celé tělo, pleťové krémy s resveratrolem, což je přírodní antioxidant, krémy na ruce, čisticí mléko, slupovací pleťové masky, obličejové sérum a obličejový balzám, glykogel proti vráskám, anti-age sérum na oční okolí, hydratační a vyživující olej na pleť a vlasy. Ten „svůj“ produkt si najde jistě každý!

ARGAN: Vyživující, antioxidační a regenerační olej.

VINNÁ RŮŽE: Revitalizační pleťový olej,

který předchází stárnutí buněk způsobenému slunečními paprsky. Zmírňuje kožní skvrny.

OLIVA-MĚSÍČEK: Posilující olej zmírňující otoky. Zklidňuje podrážděnou pokožku.

PERLAGE nabízí vše, co požadujete od kvalitní kosmetiky:

- je vhodná pro všechny typy pokožky
- dokonale hydratuje
- má lehece vypínací dlouhotrvající efekt
- předchází začervenaní a vzniku kožních skvrn
- zmírňuje napětí pleti způsobené slunečním zářením

PERSONALIZOVANÁ KOSMETIKA: DÍKY SVÉMU SLOŽENÍ NABÍZÍ PRODUKTY PRO KAŽDÝ TYP PLETI

● KMENOVÉ BUŇKY VINNÉ RÉVY

Mají pozitivní vliv na stav kožních kmenových buněk, podporují jejich regenerační schopnosti a chrání je před UV paprsky.

● VINNÁ RÉVA A CAVA

Během procesu fermentace španělského šu-

mivého vína se získává glutathion a stopové prvky, které jsou nezbytné k udržení rovnováhy pokožky.

● MAGNOLIE

Magnolie zvyšuje pevnost a pružnost pleti, a díky tomu omezuje vliv slunečního záření a zmírňuje vrásky.

www.perlage.cz



Novinky ze světa



KONEČNĚ DOSTUPNÝ VITAMIN C

Co vás napadne, když se zamyslíte nad vitamínem C? Má antioxidační účinky, zlepšuje imunitu a pomáhá při nachlazení či alergiích. Je nezbytný pro produkci kolagenu v těle a tvorbu krevních cév, chrupavek, vazů, šlach a kůže. Je důležitý při hojení ran a pro opravu tkání v celém těle. Céčko, nejoblíbenější a univerzální antioxidant, se zdá být pro naše zdraví všestranně užitečný. Jednou z jeho nejvíce oceňovaných výhod jsou jeho účinky na krásu pleti. Mnohé vědecké studie potvrdily, že vyšší příjem vitamínu C ve stravě je spojený se zlepšeným vzhledem kůže a sníženým výskytem vrásek. K udržení mladistvé pokožky je nezbytný, protože je klíčový pro tvorbu kolagenu, jenž pokožce dodává pružnost a elasticitu. Během stárnutí však produkce kolagenu klesá a vitamin C tak může pomoci zvrátit běh času, podpořit novotvorbu kolagenu a zabránit také oxidačnímu poškození způsobenému opalováním. Jenže problém vitamínu C je, jak zajistit jeho stabilitu a biologickou dostupnost, která je – ať z přírodních zdrojů či tabletek – poměrně malá. Při trávení totiž v potřebném množství neprojde přes střevní bariéru, protože při dávce nad 180 mg denně jsou receptory střevní bariéry nasycené a vitamin C vychází z těla nevyužitý v moči a stolici. Slibnou novinkou je tekutý vitamin C ve vysoce účinné liposomální formě. Nanočástičky vitamínu jsou v této formuli obaleny lipidy, které jej chrání při průchodu trávicím traktem a střevní bariérou a díky tomu tak má schopnost se vsířbat až o 100 % lépe než klasické céčko. Antioxidační účinek je ještě účinnější při současném podávání kyseliny alfalipoové (600 mg denně), která navíc chrání oxidaci vitamínu v těle.

MENTÁLNÍ VIAGRA

„Co nosíš do postele? Chanel č. 5“, zní slavná odpověď Marilyn Monroe, která způsobilá, že se tato vůně stala symbolem sexuální přitažlivosti. I když to může znít jako chytrá marketingová kampaň, na výroku herečky něco bylo. Výzkum ukázal, že vůně aktivuje limbické oblasti mozku, které jsou spojeny se sexuálním vzrušením. Legendární parfém využili vědci z Imperial College London při výzkumu, jehož cílem bylo prokázat, zda by nově objevený hormon s příznačným názvem kisspeptin mohl být využíván při léčbě sexuálních problémů psychologického původu, spojených s nízkým libidem. Hormon, někdy také přezdívaný „mentální viagra“, se vytváří v hypothalamu a usnadňuje uvolňování i dalších reprodukčních hormonů v těle. Vědci nechali účastníky studie čichat k parfému a přitom měřili aktivitu jejich mozku magnetickou rezonancí. Kisspeptin zlepšil aktivitu v určitých oblastech mozku a zvýšil hodnotu i počet pozitivních odpovědí na atraktivitu žen během testu, při němž si muži současně prohlíželi obrázky ženských tváří s různou mírou přitažlivosti. „Hlavní oblast, v níž jsme viděli zlepšení, byla v přední části mozku zvané střední prefrontální kůra. O ní je známo, že se podílí na oceňování estetické krásy ženských tváří,“ vysvětluje Alexander Cominos, endokrinolog ze společnosti Imperial College Healthcare NHS Trust. Už dříve vědci z této instituce prokázali, že kisspeptin může zlepšit libido. „Vychází to z naší předchozí práce, která definovala roli kisspeptinu při sexuálním vzrušení. Nyní jsme zjistili, že kisspeptin může skutečně zlepšit citlivost mozku při zpracování vjemů vůně a přitažlivosti obličejů, což jsou často první impulzy k sexuálnímu vzrušení,“ komentuje profesor Waljit Dhillon, spoluvědoucí studie. Může být kisspeptin možným řešením pro pacienty s nízkou sexuální touhou? Počkejme si a uvidíme.

MÍRNĚ PITÍ KÁVY JE ZDRAVÉ

Káva, jeden z nejvíce konzumovaných nápojů v Evropě a v Americe, se zdá být podle vědců v mnoha ohledech prospěšná. Už dříve američtí vědci z National Cancer Institut například zjistili souvislost mezi spotřebou kávy a celkově nižším rizikem smrti z řady různých příčin a poskytli tak relevantní zjištění, že pití kávy neovlivňuje nepříznivě zdraví. Vědci zkoumali vztah mezi pitím kávy a rizikem smrti u 400 000 amerických mužů a žen ve věku 50 až 71 let. Podle výsledků studie pravidelní konzumenti kávy měli menší pravděpodobnost, že zemřou na srdeční a respirační onemocnění, mozkovou mrtvici, zranění, nehody a infekce. Ve srovnání s muži a ženami, kteří kávu nepili, měli lidé, kteří denně konzumovali tři a více šálků kávy, přibližně o 10 procent nižší riziko úmrtí. Také nedávná harvardská studie ukázala, že mírná konzumace kávy (3 až 5 šálků denně) může snížit předčasnou smrt v důsledku několika onemocnění, včetně kardiovaskulárních chorob, cukrovky, Parkinsonovy choroby a psychických poruch, které vedou k sebevraždě. Jedním z důvodů by mohla být přítomnost bioaktivních látek v kávě zvyšujících odolnost proti zánětům. Vědci z Monash University ve spolupráci s italskou společností Illy pro změnu provedli dosud nejucelenější studii o tom, jak se volné radikály a antioxidanty chovají během procesu výroby a vaření kávy, a zjistili, že za určitých podmínek káva pomáhá stabilizovat volné radikály v těle. A dokonce bylo prokázáno, že i použitá káva obsahuje vysoké hladiny fenolů, antioxidantů prospěšných pro zdraví. Což zrovna neznamena přímé doporučení ještě jednou si zalít „lóg“, ale spíš zajímavý potenciál pro využití ve farmakologickém průmyslu. Nic však na světě není ideální, a tak některé studie naproti tomu naznačují, že u pacientů, kteří konzumovali denně více než dva šálky kávy v italském stylu (espresso a moka), bylo zjištěno zvýšené riziko ischemické choroby srdeční. Nepříznivé účinky kávy se také přičítají snížené porodní hmotnosti a tak se těhotným ženám doporučuje, aby omezily příjem kofeinu na maximálně 200 mg denně.

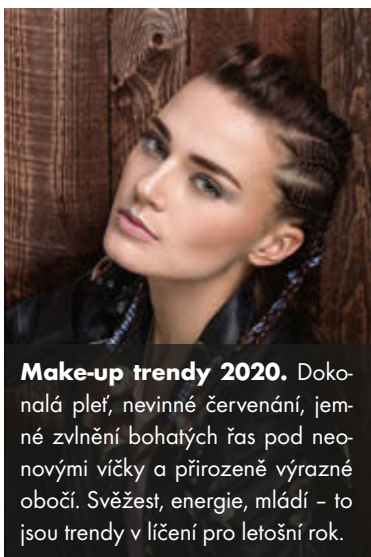




JAK ZMÍRNIT ČERVENÁNÍ PLETI

Pokožka náchylná k začervenání a praskání žilek trápí mladší i starší lidi bez rozdílu pohlaví. „Nejde ale jen o estetický problém. Pokud se vhodným způsobem o takto citlivou pleť nestaráme, dochází k rozsáhlejším projevům přecitlivělosti pleti, jež může dlouhodobě vést ke vzniku kuperózy, tedy trvalému zarudnutí s rozšířením malých povrchových cév,“ varuje kosmetička Klaudia Nawaisehová. „V dalším stadiu pak vzniká chronické kožní onemocnění zvané rosacea.“ Nepříjemným kožním projevům lze předcházet nebo je alespoň zmírnit používáním speciální dermokosmetiky, která obsahuje složky zpevňující cévky. Pomůže také příjem rutinu obsaženého např. v jablkách, pohance nebo čaji a dodržování některých zásad (doporučit např. nelze saunování).

Kosmetické střípky



Make-up trendy 2020. Dokonalá pleť, nevinné červenání, jemné zvlnění bohatých řas pod neony, víčky a přirozeně výrazné obočí. Svěžest, energie, mládí – to jsou trendy v líčení pro letošní rok.

LEKCE ANTI-AGINGU

Chcete, aby vám každý tipoval o pár let méně? Můžete pro to hodně udělat. Geny si sice nevyberete, stárnutí nezastavíte, ale můžete ho výrazně zpomalit.

Co můžeme udělat samy: chránit se před sluncem, vyhýbat se znečištěnému ovzduší, nekouřit, postarat se o pestrý jídelníček s obsahem antioxidantů (ovoce, zelenina, luštěniny, ryby, ořechy...), nepít alkohol a nedržet nezdravé diety s následným jo-jo efektem. „I když vás třeba trápí špatné geny, mnohé se dá zachránit vhodnou péčí o pleť,“ povzbuzuje dermatoložka Markéta Majerová. „Pro domácí použití jsou vhodné zejména přípravky s deriváty vitamínu A, s vitamínem C a ovocnými kyselinami. Kromě důslednosti v odličování,

zajištění sluneční ochrany a aplikaci denních, nočních i očních krémů a sér zkuste pleť čas od času dopřát i nějaké hlubkovější ošetření.

Masnější pleť s rozšířenými póry prospěje například chemický peeling, suchou pleť hýčkejte mezoterapií, tedy hlubkovou hydratací pleti, a to ideálně dvakrát ročně.“



MUDr. Markéta Majerová

MASKY NA VRÁSKY

Ženy pečující o svůj vzhled dobře vědí, že ošetření pleťovou maskou pokožce obličeje viditelně prospívá. A při aplikaci pleťových masek z přírodních ingrediencí se příznivý efekt na krásu a zdraví ještě násobí. Nabídněte své pleti po zimě pětidenní kúru v podobě masky s vysokou koncentrací aktivních prvků účinných proti stárnutí. Vědecké testy ukázaly, že oligopeptid ibišku vylučuje relaxační mechanismus, který částečně utlumuje svalovou kontrakci a simuluje působení botulotoxinu s dlouhodobým účinkem. Pro dosažení optimálního výsledku se doporučuje – zvláště pro zralou pleť – používat pět jednorázových obličejových masek po dobu pěti po sobě jdoucích dnů dvakrát měsíčně.



„APLIKACE BOTOXU ZABERE JENOM PÁR MINUT A DOKÁŽE VÝRAZNĚ PROMĚNIT UNAVENÝ VZHLED, ZEJMÉNA U POČÍNÁJÍCÍCH VRÁSEK V HORNÍ POLOVINĚ OBLIČEJE,“ ŘÍKÁ DERMATOLOŽKA MUDR. NINA KOUTNÁ.



Šarmantní Francouzky vědí, že krása vyžaduje pravidelnou péči. Poznejte jejich tajemství. Dopřejte si luxusní výrobky podle nejnovějších poznatků. Delikátní péče bez parabenů.

TO NEJLEPŠÍ Z MOŘE PRO SALONY I DOMÁCÍ PÉČI

Profesionální francouzská kosmetika na bázi mořských řas přichází neustále s inovacemi a je tak špičkou v oboru.

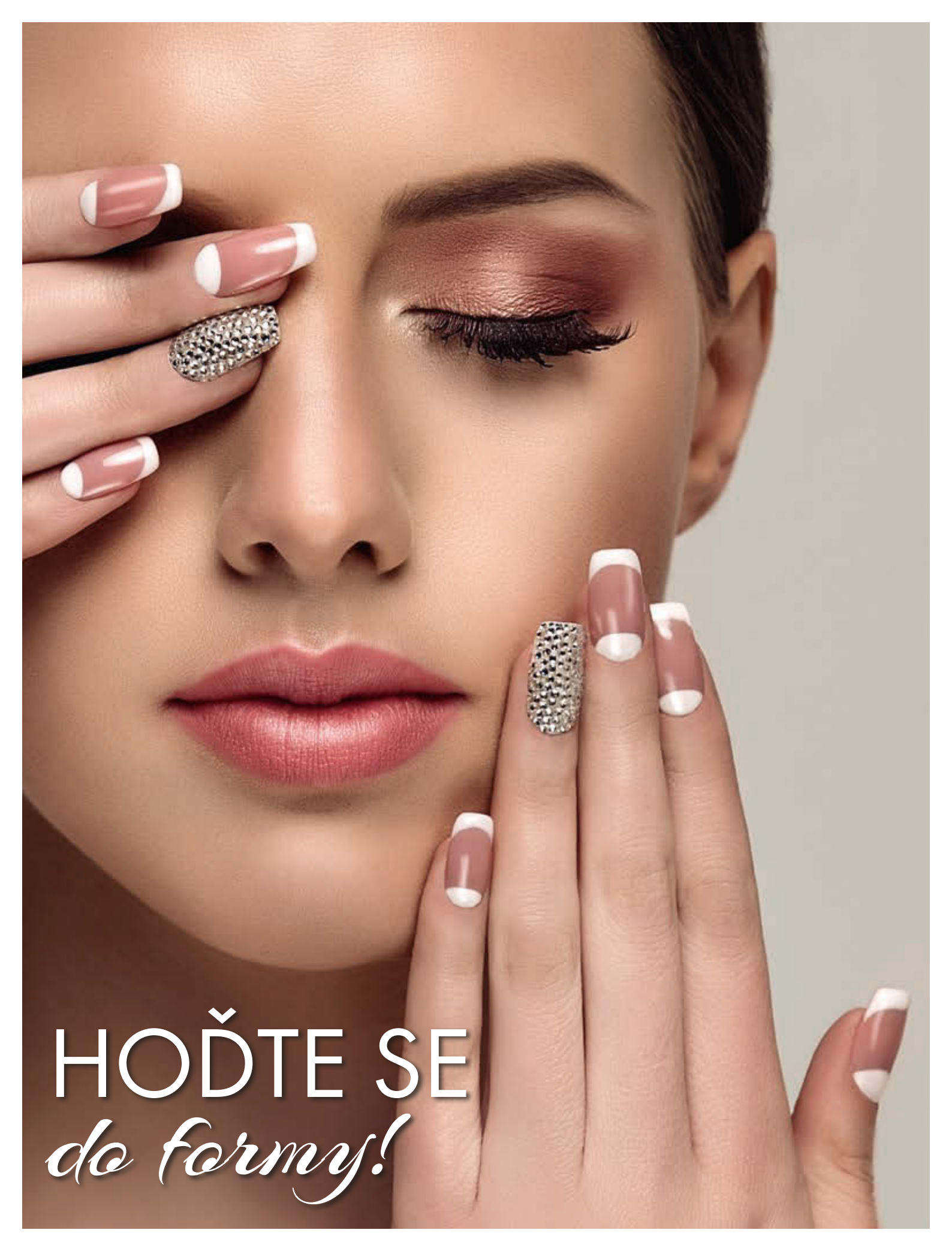
Originální receptury ukryté v lehkých a svěže provoněných texturách respektují potřeby pokožky obličeje i těla a poskytují pocit dokonalé relaxace.

Díky vysokému podílu aktivních složek se výsledky dostaví už po prvním použití.



Informace o výrobcích, podpoře a partnerském programu pro salony rádi poskytneme na info@thalac.cz nebo na tel.: 724 153 964

www.thalac.cz



HOĎTE SE
do formy!

Probud'te se ze zimního spánku! Je tu jaro a brzy začneme odhazovat svršky. Možná to teď bude chtít na pleti i postavě trochu zapracovat...



V zimě dostává naše pokožka, vlasy i nehty pořádně zabrat. Chlad, smog, střídání teplot při přechodu z venku do vytopené místnosti, nedostatek slunečních paprsků, to vše dokáže naše tělo potrápiti. Dopřejte mu proto luxusní péči, která ho povzbudí a dodá mu novou energii. To se pak následně projeví i na vašem zevnějšku.

VZHŮRU DO SALONU!

Už si ani nepamätujete, kdy jste byla naposledy na kosmetickém ošetření? Právě nastal čas to napravit. Určitě si přejete mít jemnou a sametově hebkou pleť. Nízká vlhkost v zimě ale způsobila, že ta vaše je vysušená a podrážděná. První pomoc vám poskytne kosmetička a poradí i s domácí péčí. Určitě to bude chtít kvalitní hydratační krém, po zimě jsou nejlepší prostředky na bázi oleje. Dál už to bude na vás, jestli se jejích rad budete držet a kosmetickou péči své pleti poskytovat pravidelně.

INZERCE

SEZONNÍ PÉČE SOTHYS JARO/LÉTO 2020 S VÝTAŽKY MALIN A ČERNÉHO RYBÍZU

Během zimních měsíců je naše pleť vystavena častému střídání teplot, studenému větru i prudkému sluníčku a přechod do jarního období je pro ni často vysilující. Naše pleť bývá mdlá, unavená a chybí jí jas.

JAK NAŠI POKOŽKU PROBRAT ZE ZIMNÍHO SPÁNKU?

Pleti je potřeba dodat novou energii, okysličení a potřebné vitamíny, aby mohla lépe odolávat jarním změnám počasí a nepříznivým vlivům v letním období.

Sothys proto dvakrát ročně přichází se sezonním okysličujícím obličejovým ošetřením a produkty, které se zaměřují na aktuální potřeby pleti.

CO PLETI DOPŘÁT V JARNÍM A LETNÍM OBDOBÍ?

S příchodem jara si pokožka zaslouží speciální péči. Voňavé ošetření pleti v limitované edici Sothys obsahuje léčebný komplex, který se řídí změnou ročního období a dodává pleti to, co v danou chvíli potřebuje. Toto jaro a léto přichází nová okysličující řada, která okouzlí svěžestí malin a černého rybízu.

Maliny mají výrazné antioxidační a tonizační vlastnosti a také obsahují velké množství potřebných vitamínů. Černý rybíz je v péči o pleť využíván především pro své remineralizační a detoxikační vlastnosti.

PRODUKTY PRO OPRAVDOVÉ GURMÁNY

Osvěžující vůni malin a černého rybízu si můžete dopřát také doma. Pro probuzení vaší pokožky je připraven peeling a maska zkombinovaná

do jednoho produktu. Exfoliační maska 2 v 1 je obohacena o růžový jíl, který obnovuje měkkost a zářivost pleti.

K dokonalému odlíčení je pro vás připraven Micelární čistící gel s účinnými micelami k odstranění make-upu z obličeje i očí v jednom kroku. Zanechává na pokožce velmi jemný, svěží závoj a je vhodný také pro citlivé oči a nositele kontaktních čoček.

Opravdovou vzpruhou pro tělo je jedinečný Zvláčňující tělový sorbet, obohacený o hydratační extrakt z okurek, který má blahodárný vliv na pokožku a pomáhá jí udržovat hydrataci především v létě.



VLASOVÁ KORUNA

Ani vlasy si v zimě nelíbují: nelíbí se jim nošení čepice a nedodá jim také nepřízeň počasí. Jsou splhlé, bez lesku a bez života... Navraťte jim jas s produkty obsahujícími například arganový olej. Také je teď vydržte nějaký čas nefénovat. Po umytí hlavy vytřete ručníkem, ošetřete výživným olejem a nechte volně proschnout. Jednou za týden vlasům dopřejte péči v podobě masky nebo zábalu. Dobu mezi mytím vlasů prodlužte alespoň na 3 dny a odpusťte si na nějakou dobu i lak na vlasy.

PĚKNÉ DRÁPKY

Roztřepené a lámavé nehty nedělají nikomu parádu. Vyživte je po zimě dostatkem vitaminů a minerálů, nejlépe v podobě mléčných produktů, zeleniny, sezamových semínek apod. Po každém umytí ruce natřete výživným krémem, ideálně s olejem z oliv nebo mandlí.

TĚLO NA UKAZOVÁNÍ

Cvičit se vám moc nechce celoročně a v zimě to platí dvojnásob? Budete se muset přemoci a rozpohybovat, jen tak dodržíte zásadu štíhlé linie: výdej energie musí být alespoň stejný jako příjem, ale spíš vyšší. Nechcete-li tedy hladovět (a to se rozhodně nedoporučuje), zvolte si pohyb, který vás bude bavit. Takový přece musí existovat! Nechcete běhat v přírodě? Běhejte ve fitku na pásu! Navštivte kurz jógy! Bude-li se vám i tak odhazování zimních „mišelinek“ zdát pomalé nebo nedostatečné, vyberte si navíc některý z přístrojů na formování postavy.

Bude-li se vám vylepšování postavy změnou stravovacích zvyklostí a zvýšeným pohybem zdát pomalé, zkuste k tomu např. přístroj LPG na formování postavy.



Levandulový pleťový peeling pokožku nejdříve intenzivně hydratuje a následně obrušuje odumřelé kožní buňky; jojobové perly jemně odstraní nečistoty a zanechají pleť svěží, 499 Kč, Renovality

Suchý olej pro tělo a vlasy obsahuje oleje s vysokým obsahem antioxidantů a vitaminem E, hloubkově hydratuje pokožku a zvyšuje její pružnost, zanechává sametově jemný pocit a vůni vanilky, Evergetikon, 553 Kč



JARNÍ RESTART PLETI



Pleťový olej s CBD ocení zejména majitelky velmi suché a citlivé pokožky, napomáhá ke zmírnění akné, zjemňuje vrásky a zpevňuje a posiluje pokožku, Cannor, 999 Kč



Nechce se vám do cvičení? Tak zkuste jógu, třeba vás kolektivní hýbání spíš strhne. A hlavně si neříkejte prvoplánově, že vám jde o úbytek tělesné hmotnosti. Sportovat za účelem získání postavy do plavek je skvělé, ale ještě lepší je myslet na to, abyste třeba v šedesáti bez zadýchání vyběhli schody...

Čistící olej se nanáší na suchý obličej a při kontaktu s teplou pokožkou se změní v hedvábný tekutý olej, který na sebe naváže nečistoty. Zanechá pleť zářivě čistou, hydratovanou a s ochranným filmem, Erborian, 859 Kč



KOMPLEXNÍ ÚČINNOST
A VIDITELNÉ VÝSLEDKY
JIŽ OD 3. OŠETŘENÍ

Nový patent LPG®: Revoluční technologie Cellu M6® ALLIANCE

BOJ ZA PŘÍROZENOU KRÁSU OD LPG®

Během posledních let se na kosmetickém trhu objevují nabídky slibující okamžité výsledky ošetření. Klientky žádají účinná řešení a viditelné výsledky bez čekání.

Současně však ženy řeší možnost vedlejších nežádoucích účinků invazivních ošetření na jejich tělo. Estetická medicína a kosmetologie proto dnes stojí před klíčovým dilematem: nabízet agresivní invazivní ošetření s okamžitým efektem bez možnosti dlouhodobé záruky, anebo nabízet řešení, která preferují zdraví lidského těla?

Představení již 10. generace přístroje Cellu M6® na světovém trhu se společnost LPG® France hrdě hlásí ke svým závazným korporátním hodnotám. Jako světový lídr, který bez kompromisu bojuje za přirozenou krásu.

NOVÝ PATENT CELLU M6® ALLIANCE

Technologická inovace nové řady profesionálních přístrojů Cellu M6® představuje skutečnou revoluci. Kombinace dvou samostatných motorizovaných válečků je již minulostí a po letech odborných výzkumů ji nahrazuje **spojení motorizovaného válečku a klapky, dvou unikátních patentů**, z nichž se zrodil úspěch společnosti LPG®.

Synergické působení obou patentovaných technologií umožňuje automatizovanou mobilizaci tkání.

- > **Cílené odstranění** uloženého tuku
- > **Přirozená obnova** kolagenu, elastinu a kyseliny hyaluronové
- > **Zpevnění pokožky**, vyhlazení efektu pomerančové kůže

Během jednoho ošetření se současně aktivuje lipolýza (štěpení tuků) a tvorba endogenního kolagenu, elastinu a kyseliny hyaluronové s celostním účinkem pro zestihlení a omlazení.

NOVÝ SENZOR ALLIANCE SKIN IDENTITY

Tuk na břišku, bocích či stehnech, celulitida nebo povislá kůže – nyní se již nemusíte rozhodovat mezi hubnutím nebo zpevněním těla! Nové individuální ošetření „na míru klienta“ příjemnou bezbolestnou metodou endermologie® se nastavuje přesně a cíleně podle:

- > **TYPU POKOŽKY**
- > **PROBLEMATICKÝCH PARTIÍ**
- > **POŽADOVANÉ DÉLKY OŠETŘENÍ (OD 10 DO 40 MINUT)**

Kompletní nabídka ošetření připravených na míru pro viditelné výsledky po 3 ošetřeních!

**# bez zahřívání # bez zmrazování # bez použití vln # bez skalpelu
bez vedlejších účinků # bez bolesti # bez injekcí
bez rizika fibrózy # bez ničení buněk
bez chemických produktů**

KP Medical s.r.o.
Výhradní distributor LPG Systems pro ČR a SR
Tel.: + 420 602 771 540

kpmedical.cz
endermologie.com



JAK SE PROSEKAT KOSMETICKOU DŽUNGLÍ

Jaké dilema čeká ženu, která si až do dnešního dne vystačila se základním krémem na ruce z drogerie a někdo jí více nebo méně taktně doporučil, že by měla začít s pravidelnou péčí? Jako muž si představuji, že ten pocit musí být podobný tomu před otevřenou šatnou s otázkou: „Co si mám vzít na sebe?“ Nabídka v obchodech je nekonečná a vyznat se v ní není jen tak. Tak se pojďme podívat, jak na to.



MIROSLAV SPILKA

pracuje v kosmetické distribuci
již 40 let, jen pro francouzskou
Payot Paris již 30 let
info@spilka.cz

Ještě než začnete hledat inspiraci v časopisech, reklamách nebo na internetu, položte si zásadní otázku, co chcete řešit. Chcete se jen cítit dobře a občas se rozmazlovat, potřebujete silnější zásah pro odstranění unaveného vzhledu, známek rychlého stárnutí, které přišlo dřív, než jste si všimla? Nebo jsou tu problémy s podrážděním, skvrnami, mastnou pokožkou, která se leskne při každém návalu emocí? Tu otázku si položte dříve, než vám ji položí všechny kosmetické značky. Každá z nich vám totiž nabídne tolik problémů k řešení, že nebudete vědět, se kterou začít dřív.

Pak máte ale další problém. Váš názor může být na hony vzdálený tomu, co **OPRAVDU** potřebujete. Objektivní posouzení získáte jedině u dermatologa nebo odborné kosmetické terapeutky, kosmetičky, kterou v tuto chvíli ještě nemáte, ale už víte, že ji budete potřebovat. Nejlepší cesta, jak se dostat k té opravdu vynikající, je doporučení. Může to být nejčastěji v kosmetickém salonu, specializované parfumerii nebo wellness. Ale sama poznáte, jestli jste na správném místě. Pokud se vás terapeutka nebo poradkyně při první návštěvě pouze zeptá na váš názor na vaši pleť a vaše přání a ihned ho začne plnit, vezměte nohy na ramena. Odborná kosmetička by měla provést skutečnou analýzu pleti, poznat alespoň trochu váš denní režim, pak teprve vybrat priority a po konzultaci s vámi navrhnout řešení.

V tuhle chvíli většinou neřešíte, jakou kosmetickou značku vám terapeutka nabídne na každodenní domácí péči (je mi líto, ale pokud chcete výsledky, opravdu ji budete muset používat denně) nebo profesionální ošetření v kosmetické kabině.

Pro základní orientaci mezi značkami vám bude stačit jednoduchý návod. Každá značka se pohybuje někde v prostoru, který vymezují čtyři extrémy: striktně medicínský přístup na jedné straně a kosmetologický přístup na straně druhé a pak maximální nebo minimální cena podobných výrobků na trhu. Každá značka je kombinací těchto čtyř extrémů a je jen na vás, čemu dáte přednost a co je pro vás nejdůležitější. Pro každodenní péči jsou na prvním místě významu **účinky přípravků**, které potřebujete. Ale pozor, aby se účinky projevily, nesmí se stát, že po prvním použití zjistíte, že přípravek nesnášíte. Péče je v naprosté většině dlouhodobá záležitost a každý má nastavenou svou toleranci jinak. Zkoušejte, než vyberete, testujte a sledujte, jak bude vaše pokožka reagovat.

Trendem poslední doby je používání jednoduchých látek, pokud možno jen v základním zpracování tak, aby se výrobce vyhnul příměsím, které by mohly dráždit. Dalším kritériem vašeho výběru by měl být celkový dojem, jakým přípravek **působí na vaše smysly a emoce**. Mám na mysli především vůně, barvy, textury. Platí totiž jednoduché pravidlo: pokud se vám

krém, sérum, balzám líbí, voní vám a těšíte se na něj, pak vám nebude dělat problém každodenní kosmetická rutina a z nutnosti se stane radost. Holistický přístup mají dnes všechny renomované firmy, které dobře vědí, že pokud odhodíte stres, dobře se vyspíte a přidáte ještě pár dalších pravidel pro zdravý život, projeví se to na vaší krásě a celkovém sebevědomí. Protože se bavíme o pleti, textura bude to, co jí bude nejbližší. Současné moderní výrobky jsou úžasné v tom smyslu, jak se dovedou přizpůsobovat funkci, kterou mají plnit – různé intenzivní pronikání do pokožky, lehké až vodové gely, našlehané jogurty, bohaté intenzivní krémy, dokonce textury s tvarovou pamětí, které pomáhají zpevňovat a vypínat reliéf pleti jako při liftingu. A celá další řada krycích BB, CC krémů...

Další hledisko výběru je v neposlední řadě **cena** – stanete se s největší pravděpodobností pravidelným klientem a přibude tak další položka do vašeho rozpočtu. Ale vždy platilo to, že krása a zdraví je nejlepší investice – a buďte podezíraví ke všem výhodným nabídkám, které se nabízejí. Nemusí splnit vaše očekávání.

Vybrali jste si už tu „svoji“ kosmetickou značku? Nebylo to úplně jednoduché a rychlé, že? A teď si představte, jak složité si musí vybírat kosmetické salony, pokud chtějí nabízet spolehlivou péči na špičkové úrovni za přiměřenou cenu. Také to nemají jednoduché. O tom ale až příště.

VAŠE DOKONALÁ POSTAVA ZA 10 MINUT HUBER 360® EVOLUTION



**EFEKTIVNÍ 3D CVIČENÍ
PRO REHABILITACI A SPORT**
VYUŽÍVANÉ ODBORNÝMI
FYZIOTERAPEUTY
I SVĚTOVÝMI SPORTOVCI
UNIKÁTNÍ **NEURO PHYSICAL TRAINING™**
ÚČINNÁ OBNOVA **KOGNITIVNÍCH**
A NEUROFYZIOLOGICKÝCH FUNKCÍ



Integrované senzory síly
(plošina a madla)



Patentovaná motorizovaná
plošina pro trénink 360°

NABÍZÍ **BEZPEČNÉ CVIČENÍ PRO VŠECHNY** DÍKY INDIVIDUÁLNÍMU NASTAVENÍ
STŘÍDÁNÍ FÁZÍ ZATÍŽENÍ A UVOLNĚNÍ CELÉHO TĚLA
MAXIMÁLNÍ SPALOVÁNÍ TUKŮ I TVORBA NOVÉ SVALOVÉ TKÁNĚ SOUČASNĚ
SNADNÁ OBSLUHA A CVIČENÍ DLE NAVIGACE NA DISPLEJI S RYCHLÝM EFEKTEM
IDEÁLNÍ ŘEŠENÍ **PRO ZEŠTÍHLENÍ POSTAVY A ZVÝŠENÍ FYZICKÉ KONDICE** V KRÁTKÉM ČASE!

- JEDNODUCHÉ A ZÁBAVNÉ FITNESS
- EFEKTIVNÍ 3D CVIČENÍ BEZ ZÁTĚŽE
- AKTIVACE HLUBOKÝCH I POVRCHOVÝCH SVALŮ
- INTEGROVANÁ DIAGNOSTIKA KAŽDÉHO CVIČENÍ
- HIIT PROTOKOLY PRO SPALOVÁNÍ TUKŮ JIŽ ZA 10 MINUT

KOSMETIKA *s úsměvem*

S úsměvem jde všechno líp. Proč by tedy kosmetika měla být výjimkou? Opět jsme se sešli s ing. Alexandrou Fričovou ze společnosti Almaf Beauty nabízející profesionální kosmetickou péči, která má právě tato slova jako krédo svého podnikání.

Společnost Almaf Beauty začala psát svou historii v roce 2012, kdy ing. Fričová spolu s partnerem obhájili pro Českou republiku a Slovensko licenci německé kosmetické značky Phyris, která je lídrem ve světě profesionální kosmetiky.

Opět jsme se po nějaké době s paní Alexandrou sešli, abychom si popovídali o tom, jak se firmě daří, co je v ní nového a jaké plány má pro nejbližší budoucnost.

Paní Fričová, proč pro vás bylo důležité licenci Phyris získat?

Pro náš trh bylo nezbytné mít podnikání pod kontrolou a vyhnout se případným negativním vlivům, které by přicházely z vnějšího prostředí. Kosmetika Phyris se vyrábí v Augsburgu pod přísným farmaceutickým dohledem a její největší předností je vysoká koncentrace účinných látek, bezpečnost a viditelné výsledky. A přesně takové produkty chceme nabízet i v tuzemsku. Jednou z předností naší licence je garance originálního produktu a rovné cenové politiky u všech obchodních partnerů, bez ohledu na to, jestli se jedná o kosmetický salon, wellness a SPA hotel nebo internetový

prodej, kterému se „neubráníme“ a je potřeba ho přijmout jako fakt dnešní doby. Každopádně PHYRIS levněji na internetu nehledejte.

Vaše Klinika krásy Phyris vystupuje jako partner profesionálů. Co to v praxi přesně znamená?

Přímo v srdci Prahy na Královských Vinohradech je naše pracovní sídlo. Zde se setkávají odborníci z oblasti kosmetiky a estetické medicíny. Sledujeme poslední trendy v kosmetice a nabízíme je kosmetičkám ve formě školení. Naším partnerům nebo i osobám, které kos-

metický salon teprve budují, poskytujeme individuální poradenství, nabízíme unikátní koncepci produktů do salonu i pro domácí péči, pomáháme jim najít rezervy v podnikání bez velkých investic. Tyto své zkušenosti jsem přenesla i do publikace Kosmetika s úsměvem, která vyjde koncem léta. Kosmetičky v ní najdou přehled našich procedur, ale také informace o významu vitaminů a minerálů pro pleť, o výživových doplncích a zaujme jistě i marketingové a podnikatelské minimum. Kniha rovněž obsahuje část o lidech, kteří ovlivnili můj byznys, mezi něž patří zejména paní Olga Knoblochová, nestorka české kosmetiky.



Vaše třífázová koncepce ošetření přináší podle zkušeností klientek, ale i kosmetiček, které ji praktikují, dobré výsledky. Můžete prozradit, v čem přesně spočívá?

Jde o tři kroky, které vedou ke zdravé pleti. Jen ve zkratce: je to fáze čištění, fáze aktivace SOMI, a to je právě naše eso v rukávu. Tento prostředek aktivuje pleťové buňky i v hlubších vrstvách pokožky a zlepšuje tím účinnost následné péče. Fáze tři pak spočívá ve výběru péče v závislosti na věku a stavu pleti. U třífázové koncepce klademe důraz na to, aby se používaly minimálně tři produkty ideálně denně. Pravidelně odličovač pleti, aktivátor a následně samotný krém nebo/plus sérum. Jinak je to škoda snahy i peněz. Tuto informaci musí zákazník předat odbornice, proto je prodej PHYRIS produktů možný pouze přes kosmetické salony nebo kliniky estetické medicíny.

A jaká péče pro třetí fázi to konkrétně může být?

V současné době nabízíme deset produktových řad určených skutečně pro všechny typy a stavy pleti. Klientky si péči Phyris ihned zamilují, a to z jednoho prostého důvodu: všechny účinné látky jsou rostlinného původu, neucpávají póry, obsahují pouze zdravé a moderní molekuly, které nedráždí pokožku. A všechno – od výrobního procesu až po samotnou distribuci – je eco-friendly. Ráda bych také zmínila a potvrdila z vlastní zkušenosti, že to jednoduše funguje!

Koncem loňského roku vaše společnost představila převratnou novinku – protivráskovou peelingovou masku s aktivním karbonem. Jaký měla u vašich klientek ohlas?

První protivráskový peeling V-Carbon Sys-

tem je inovativní neinvazivní procedura, která byla loni představena na Anti-age kongresu v Monaku. Po patnácti minutách působení je efekt neuvěřitelný! Naším kosmetičkám jsme ho představili na semináři, který vedly certifikované školicelky a kde

Na stránce www.phyris.cz si můžete vybrat v rámci svého bydliště nejbližší partnerský salon PHYRIS a nechat se hýčkat a opečovávat funkční kosmetikou.

si jeho účinky mohly na sobě vyzkoušet. Nyní jsou nadšené, že je můžou nabídnout ve svém salonu. A jejich klientky, ale i klienti, jsou nadšeni z nevidaných výsledků.

Jaké máte plány pro blízkou nebo i vzdálenější budoucnost?

Kam se s firmou posuneme a kde budeme za pět nebo deset let, dnes nedokážu říct. V kratších etapách pracujeme s partnerem na tom, abychom drželi krok s trendy. I nadále chceme ve společnosti ALMAF Beauty poskytovat pouze ověřené, bezpečné produkty nabízející vynikající výsledky. A firmu průběžně připravujeme na zvládnutí dalších výzev. Na naší cestě nás vždy potěší úspěchy jako například nedávné ocenění čtenářů časopisu Beauty Forum. Jde o velmi prestižní ceny v kosmetickém průmyslu. Hlasováním spokojených zákazníků zabodovaly všechny nominované produkty: první místo v kategorii inovace si odnesly kapsle Beautygen Renew, další první místo, tentokrát v kategorii pečující protivrásková péče, připadlo Phyris Luxesse Silk a druhé místo v kategorii dekorativní kosmetika získala ARABESQUE Flawless Lift Foundation-makeup. S takovými produkty nám jde opravdu podnikání s úsměvem!



Foto: Lenka Hatašová

KONTAKTY:
Klinika krásy PHYRIS
Na Zájedzu 16,
Praha 10
- Vinohrady

RECEPCE:
720 409 668
klinika@almaf.cz
www.phyris.cz

INJEKCE *mláďi*

Po zimě bývá pleť unavená, matná, jakoby bez jiskry. Rozzářit ji může SkinBooster, kombinované ošetření, které jí dodá hlavně chybějící hydrataci a odstraní známky stárnutí.

SkinBooster, tedy povzbuzení nebo posilovač pleti, je jedna z nejefektivnějších metod omlazení a intenzivní hydratace unavené a suché pleti, protože ji hydratuje hloubkově a zevnitř. Použít se dá na obličej, dekolt, krk i ruce a existují i prostředky na vlasy nebo obočí a řasy. Její efekt lze ještě posílit například aplikací botulotoxinu, injekčními výplněmi, nitěmi a mezoterapií. Takový zákrok už patří do rukou dermatoložky, protože se při ní narušuje integrita pokožky. Je tedy jasné, že toto anti-agingové ošetření se nezvládne během jedné návštěvy.

DOBŘE NAPITÁ PLEŤ

Základem tohoto ošetření je hlubková aplikace zasiřované kyseliny hyaluronové tenkými jehličkami nebo kanylkou. Její výhoda je nejen v tom, že jde o látku tělu vlastní, ale také v tom, že na sebe dokáže až neuvěřitelně vázat vodu. Odbornice ze široké škály materiálů vybírá podle toho, zda je potřeba doplnit objem, nebo obličej modelovat. Zrušit se tak můžou i kruhy pod očima a zvětšit rty. Právě kombinace materiálů a to, že díky svému složení dokážou aktivní látky řešit konkrétní problém, zanechává SkinBooster pěkný efekt. Bezprostředně po ošetření je prakticky hned možné vrátit se do běžného životního režimu. Jehličky jsou tak tenké, že vpichy mizí téměř okamžitě. Co je ovšem skvěle viditelné, je to, že pleť je svěžší, pevnější a pružnější. Ke slo-

vu může přijít také botox, ideální na odstranění „mračinky“ na čele. Nyní je základní modelace hotová. Zpevnění a omlazení vydrží po dobu až dvanácti měsíců. Kdo touží po ještě větším anti-agingovém efektu, může si přidat další kroky.

NASTŘELENÁ HYDRATACE

Za zhruba čtyři týdny je možné v případě touhy po dalším „posilování“ pleti pokračovat. Dílo doplní nitě. Ideální jsou na marionety, kdy po aplikaci dokážou perfektně zvednout koutky úst. „Prošíť“ se ale dá skoro celý obličej včetně krku. Vlákna opatřená zoubky se o lifting postarají hlavně tím, že podkoží traumatizují, takže ho vybudí k novotvorbě kolagenu. A právě tím se pokožka vypne a vyhladí.

Po tomto ošetření je nutné nosit minimálně týden nepřetržitě kompresní návlék, aby se nitě uchytily na správném místě.

Poslední slovo pak řekne mezoterapie. Jde o velmi účinný zákrok, při kterém se aplikuje speciální regenerační roztok s přídavkem kyseliny hyaluronové (doplněný o znečlivující složku) hlavně do jemné pokožky v okolí očí nebo do celého obličeje. Probíhá přístrojem Vital Injector se speciální koncovkou nabízející ve velké rychlosti až osm set vpichů do kůže. Vrcholný efekt zákroku nastane přibližně za pět dní, až zmizí tečky po „nástřelu“ a pleť nasákne vodu. Výsledkem je intenzivní hydratace s následným vyhlazením a zpevněním pokožky, která vydrží cca deset měsíců.



Hana Profousová, Foto: archiv firem

DOMÁCÍ „POSILOVAČ“

Jestliže nemáte chuť ani čas absolvovat metodu Skin-Booster u odborníků, můžete vyzkoušet některý krém se silnějším koncentrátem aktivních látek. Poskytne první pomoc pro dehydratovanou pokožku. Nechte si od odbornice – nejlépe od své kosmetičky – poradit, který kosmetický prostředek se hodí pro váš konkrétní problém. Jde o pleť zralou, dehydratovanou, problematickou, začervenalou, hypersenzitivní s akné...? Trápí-li vás víc problémů najednou, je možné produkty i kombinovat. Ale opět až po poradě s kosmetičkou. A vhodný booster si můžete vybrat také mezi vlasovou kosmetikou.

DOSTAŇTE SE ŘASÁM NA KOŘÍNEK

„Posilovače“ se dají úspěšně použít i na řasy. Aktivní řasová séra dokážou díky obsaženým látkám ovlivnit růstový cyklus řas a především stimulovat tvorbu jejich kořínků. Při pravidelném používání boosteru dorostou řasy do větší délky a jsou hustší. Kvalitní séra obsahují i pečující a zvlhčující složky, jako jsou vitaminy, peptidy a další důležité živiny pro řasy. „Rozhodně vyberte takové kosmetické přípravky, které aktivují růst řas na přírodní bázi; některá prodávaná séra totiž mohou obsahovat syntetický prostaglandin, který by mohl mít různé nežádoucí účinky,“ radí kosmetička Lucie Karliková. Skvělý efekt má podle ní například přírodní látka získaná z karibského korálu (trsovnik lékařský). Tato bioaktivní látka přirozeně aktivuje růst



Lontové detoxikační sérum se používá jako tzv. SkinBooster; má silný multiregenerační účinek, stimuluje buněčnou obnovu, takže pokožka získá zdravý vzhled a přirozenou krásu, Thalac, 1200 Kč



Intenzivní hydratační booster poskytne první pomoc dehydratované pokožce



Hyaluron-Filler Hydratační Booster je doslova nabitý kyselinou hyaluronovou, která pleť okamžitě hydratuje a intenzivní hydrataci zachovává až na 24 hodin



Booster na vlasy se většinou používá jako bezoplachová péče nebo intenzivní kúra, která pomůže zlepšit kvalitu vlasů a vlasové pokožky

Látku z korálu trsovniku lékařského obsahuje například BeautyLash Booster pro růst řas; dále má v sobě biotin, D-panthenol a kyselinu hyaluronovou



očních řas a ztlačně prodlužuje růstovou fázi. Zlepšuje také strukturu a pružnost řas a především – zabráňuje jejich lámání a předčasnému vypadávání. Mezi další látky, na které je vhodné se při výběru séra zaměřit, patří biotin. Bývá nazýván vitaminem krásy a je důležitý pro zdravý růst vlasů, řas apod. Jinou složkou, kterou je vhodné sledovat, je D-panthenol. Je součástí samotného vlasu a zároveň významným prvkem pečujícím o jeho výživu a zdraví. Stejně důležitá je i obsažená kyselina hyaluronová. „Vstřebává se pokožkou, intenzivně zvlhčuje tkáň a vlasové kořínky, čímž zabráňuje jejich vysychání,“ dodává odbornice.

NEJŽHAVĚJŠÍ AIRBRUSH NOVINKA: DINAIR ONE neboli: All in ONE (vše v jednom)



- bezdrátová aplikace
- ultratichý
- snadné ovládání
- maximální pohodlí
- ergonomický tvar v elegantním designu
- dodává se v sadě včetně 10 make-upů
- hygienická a rychlá aplikace s malou spotřebou make-upu ušetří pleť, čas i peníze



Dinair ONE nahradí všechny houbičky a štětce jakékoliv velikosti. Je skvělý i pro cestování, přenášení a velmi tichý při použití. Můžete jej využít pro kompletní nalíčení, zakrytí nedokonalostí na pleti, zamaskování tetování nebo pro samoopalovací nástřik celého těla. K největšímu nárůstu zájmu o airbrush make-up došlo v oblasti svatebního líčení. Stále více nevěst si jej žádá, a proto po salonech, kde airbrush líčení nabízí, je čím dál tím větší poptávka.

DINAIR Central Europe, Ltd.
info@dinair.cz
www.dinair.cz
GSM: +420 704 793 696

DINAIR®
AIRBRUSH MAKE-UP

PERIORÁLNÍ DERMATITIDA

Periorální dermatitida je vcelku rozšířeným kožním onemocněním, které nemá nic společného s akné nebo růžovkou, i když by to tak na první pohled mohlo vypadat. Problém s ní začínají mít většinou ženy mezi dvacátým a třicátým rokem života, kdy pak periorální dermatitida mívá chronický průběh s různou intenzitou a stává se nepříjemným společníkem po celý život, který se vždy rád připomene.

Příčiny vzniku jsou multifaktoriální. Každopádně je k jejímu výskytu náchylná citlivá pleť s oslabenou kožní bariérou, například při atopickém ekzému. Klíčovou roli při jejím vzniku budou také hrát látky z vnějšího prostředí. Bylo zjištěno, že i krátkodobé zevní užívání lokálních kortikosteroidů se podílí na jejím vzniku, stejně tak jako velké množství a časté střídání kosmetických přípravků nebo přehnaná hygiena. Její stav výrazně zhoršují zubní pasty s fluorem, užívání antikoncepce nebo mechanická iritace. Také se na jejím vzniku může podílet stres a nezdravý životní styl.

PŘÍZNAKY

Periorální dermatitida se vyskytuje především okolo úst v oblasti nosoretálních rýh a na bradě. V těžkých případech se může rozšířit i na celý obličej. Charakteristický je pro ni úzký bílý pruh kůže v těsném okolí rtů a seskupení příznaků do skupinek. Mezi typické projevy patří malé červené papulky a papulopustulky, zánětlivé zarudnutí, svědění, pocit pálení a pnutí nebo olupování pokožky v okolí úst.

LZE SE PERIORÁLNÍ DERMATITIDĚ VYVAROVAT?

Na to bohužel není jednoznačná odpověď. Ale můžeme dodržovat pár kosmetických pravidel, které podpoří prevenci jejího výskytu. Prvním pravidlem je určitě používání čistících přípravků s jemnými čis-

ticími složkami, tedy bez parfemace, dráždivých tenzidů nebo konzervačních látek. Druhým pravidlem, které může snížit riziko výskytu, je volit vhodné péstící produkty – od jednoho výrobce, tedy nikoli kombinaci různých značek – a vybrat takové, které pleť dodají aktivní látky, jež naše pleť potřebuje. Právě časté střídání, velké množství nebo zkoušení různých kosmetických přípravků, případně jejich nevhodné kombinace mohou výskyt periorální dermatitidy odstartovat. Ne nadarmo se tomuto zánětlivému, chronickému a opakujícímu se onemocnění říká „nemoc letušek“.

MÉNĚ JE VÍCE

Pokud jsme se již s periorální dermatitidou potkali, měli bychom se po odeznění akutní fáze soustředit na správně vybrané lehké přípravky se zaměřením na regeneraci a obnovu ochranné kožní bariéry. Takovou pomocí může být koncentrát Vitaminu A, silně regenerujícího vitaminu, který je doplněn o kyselinu hyaluronovou, ureu nebo panthenol pro dodání hydratace. Pro dodání potřebných lipidů, s velmi jemnou konzistencí a nezatěžujícími ingrediencemi je Krém SENSITIVE Super Light s obsahem jojobového oleje, který se dokonale mísí s kožním mazem, přírodního vitaminu E pro jeho antioxidační účinek a alantoinu pro podporu hojení.

Více informací o šetrných produktech najdete na www.dr-baumann.cz.

DR. BAUMANN®



PERIORÁLNÍ DERMATITIDA

- méně je více

Payot slaví 100 let od založení



Víte, která kosmetická značka patří k francouzské klasice, používá od svého počátku byliny a nechává se inspirovat baletem? Že je to nezvyklé spojení? Tady je jen střípek z její bohaté historie.

Jméno PAYOT má počátky v roce 1920 a nosila ho jedna mimořádná žena s neobyčejně silnou vůlí a představitelstvem: Dr. Nadia G. Payot. Jako jedna z vůbec prvních ženských doktorek minulého století udělala mnoho pro nezávislost žen a pro jejich sebevědomí. Velmi rychle zatoužila vložit své vědecké a botanické vědomosti do odborné péče o pleť, kterou celou založila.

V mládí se svým mužem často cestovala a není náhodou, že se právě New York stal jevištěm pro její životní setkání. Osudové přátelství s tehdejší světovou superstar – ruskou primabalerínou Annou Pavlovovou – vydláždilo její další cestu k vlastní značce. Po tomto setkání Nadia Payot rychle pochopila, že pokud tělo, trénované cvičením může zůstat mladé a dokonale tvarované, proč by totéž nemělo platit i pro obličej? Tato jednoduchá pozorování vedla mladou vizionářku k návrhu a vytvoření exkluzivní techniky masáže obličeje, která jí získala mezinárodní pověst a dodnes se používá i po 100 letech v kosmetických salonech PAYOT po celém světě: slavná masáž 42 tahů.



1920

Dr. Nadia Payot

Kromě masáže vytvořila Dr. Payot řadu unikátních kosmetických přípravků, které působí v kombinaci se specifickou aplikační technikou. Nadia Payot komponovala řadu unikátních kosmetických produktů, které působily v synergii s aplikačními technikami. Legendární jména jako Crème N°2, Pâte Grise pro aknézní pleť nebo Nutricia vznikla pod jejíma rukama a jejich receptury pomáhají ženám na celém světě dodnes.

Laboratories Dr. N.G. PAYOT Paris dnes sdružují týmy výzkumníků a vědců, kteří spoluvytvářejí dnešní dermokosmetický svět PAYOT: přelomové vybavení, mezinárodní vývoj, důkladnou selekci klíčových aktivních látek pro co nejvyšší účinnost a senzorialitu. Dávají život mimořádným produktům, jako třeba protivráskovou řadu Blue Techni Liss nebo Roselift Collagéne pro zralou pleť, kde se prolínají účinky s potěšením z jejich používání.

Podívejte se na slavnou masáž na kanále PAYOT na YouTube a vyzkoušejte ji v jednom z mnoha salónů PAYOT v České republice.

www.payot.cz



2020

75 MINUT *relaxace*

Když budeme kosmetické ošetření pořád odkládat s tím, že ještě musíme vyřídit tohle a zařídit tamto, uplynou možná celé měsíce a naši pleti se nikdo odborně nedotkne. A je to znát, protože jenom péče doma většinou nestačí. Je to i případ Aleny, která se rozhodla to napravit.

Alena (47) dala na doporučení své kamarádky, která je nadšená ze značky Dr. Baumann. Navštívila proto berounský kosmetický salon Dr. Baumann. Tedy ne že by kvůli tomu jela do Berouna, salony pracující s touto značkou najdeme po celé republice. Alena tu ale bydlí, tak nemusela nikam cestovat.

JAK SE DOBÍJEJÍ PLEŤOVÉ BUNKY

V kosmetickém salonu Dr. Baumann se jí ujmá Denisa Brezáni. Naše čtenářka jde s pravdou ven: dlouhou dobu na žádném ošetření nebyla a má dojem, že její pleť není v dobré kondici. Majitelka salonu jí nejdříve představí švýcarsko-německou profesionální bionomickou značku Dr. Baumann a popíše její výhody: je bez chemických konzervačních látek, bez parfemace, živočišných látek, minerálních olejů, bez... Zkrátka jde o kosmetiku, která pleťové buňky dobije energií a pleť rozjasní. A to Alena přesně potřebuje. Po tomto úvodu už míříme k vyhřívajícímu kosmetickému lehkému, aby paní Brezáni v praxi předvedla, jak je kosmetika účinná. Alena už se velmi těší.

Po provedené analýze je kosmetička Denise naprosto jasně, co Alenina pleť potřebuje a v hlavě již sumíruje přípravky, které potřebné aktivní látky obsahují. Sáhá po Alginátové masce z řady BionomeSPA a ostatních produktech z nejvyšší řady SkinIdent, jejíž unikátnost spočívá v obsahu pro tělo nejpřirozenějších látek v opravdu vysokých koncentracích. Ještě než ošetření začne, za-

ujme nás v kabině obraz se všehpřijímajícími slovy Dr. Baumanna: „Vytvořit čistou kosmetiku pro citlivou pleť je umění.“

Předvedení tohoto umění právě začíná. Paní Denisa se ještě ujistí, že se klientce pohodlně leží, a pouští se do práce. Začátek ošetření je jasný: čištění pleti a peeling v jednom kroku. Po odmytí nahřátým ručníkem ještě obličej i dekolt dočistí pleťovou vodou.

Pokračuje ultrazvukovou špachtlí. „Chcete ukázat, jak čistí?“, ptá se kosmetička Aleny, ale ta zavrtí hlavou, že si chce jen užívat. „Některé klientky si přejí vidět práci špachtle, protože nevěří, že je to tak účinné, když to nebolí,“ směje se majitelka salonu.

DESET MINUT SHREKEM

Nyní je pleť připravena na další péči. Na dokonale vyčištěném obličejí trochu upraví obočí a už si chystá liposomální produkt, který pokožku dobije až do nejhlubších vrstev. Nezapomene ho aplikovat ani na oči a rty. Následuje lipidová ampule obohacená o vitaminy E a A. Na řadu přichází oční gel - opět i na oči a rty. U zvoleného typu ošetření následuje masáž a maska bude až jejím posledním bodem.

Nejdříve Denisa nanese Body Lotion Super, přidá zpevňující Gel na dekolt a masíruje postupně dekolt, krk, kontury tváře a poté celý obličej. Na závěr si rozmíchá Alginátovou masku a nanese ji na pleť včetně očních víček a rtů. Po deseti minutách "shrekovskou"



Alena dlouho nebyla na kosmetickém ošetření a je to na její pleti znát



Po kosmetickém ošetření Dr. Baumann SkinIdent je její pokožka rozzářená

zelenou masku sejme a zbytky dočistí nahřátými žínkami. Pleť je nasycená, prozářená a vypnutá a nepotřebuje ani kapku další péče. Je hotovo. Po sedmdesáti pěti minutách se Alena spokojeně prohlíží v zrcadle a je rozhodnutá, že přijde znovu - a brzy, určitě to nebude až za několik měsíců.



Denisa Brezáni, majitelka kosmetického salonu Dr. Baumann v Berouně, vysvětluje Aleně, že při ošetření bude pracovat s produkty obsahujícími čisté ingredience a bez konzervantů



Čištění pleti a peeling probíhají v jednom kroku



Příjemným krokem je odstranění kosmetického prostředku nahřátým ručníkem



Čištění pleti ultrazvukovou špachtlí je velmi účinné a zcela nebolestivé

VZHLEDEM K TOMU,
ŽE ALENA
NEBYLA DLOUHO
NA KOSMETICKÉM
OŠETŘENÍ, VOLÍ DENISA
BREZÁNI NEJVYŠŠÍ ŘADU
KOSMETIKY
DR. BAUMANN - SKINIDENT.



Majitelka salonu pečlivě odstraňuje všechny přebytečné chloupky z obočí



Všechny kosmetické produkty paní Brezáni aplikuje i na oči a rty



Příjemná a uvolňující masáž mlékem Body Lotion Super, do něhož je přidána péče na zpevnění pokožky



Začíná nanášení chladivé alginátové masky, která má velký vypínací efekt



Maska se aplikuje na celý obličej včetně očí a rtů, takže je Alena deset minut podobná zlobru Shrekovi či spíš jeho ženě Fioně



Odstranění posledních zbytků masky a ošetření je u konce

Nos JE DOMINANTOU obličeje



A vynikne to o to víc, jestliže příroda nadělí čichový orgán, který svým tvarem a velikostí působí svým nositelům opravdová muka. Svě o tom ví pan docent Měšťák, který už „napravil“ téměř čtyři tisíce nosů.

„Korekci nosu považují za nejzodpovědnější operaci, protože rozhoduje o osudu operovaného. Pokud není dobře provedená, přináší duševní strádání jako žádná jiná operace v plastické chirurgii, někdy dokonce až se sebevražednými úmysly. Pokud je však úspěšná, neexistuje žádná jiná operace v estetické chirurgii, která by přinesla tolik osobního štěstí. Současně je nejobtížnější operací, protože nikdy předem nevíte, s jakými složitostmi uvnitř nosu se setkáte,“ říká doc. MUDr. Jan Měšťák, CSc.

MASKOVÁNÍ ÚČESEM

Mezi kosmetickými vadami mají vady nosu výjimečné postavení. Nos je dominantou obličeje a jakékoli nápadnější změny jeho tvaru a velikosti mohou vyvolat škodolibou pozornost a být příčinou velkých útrap i u lidí, kteří nejsou psychicky labilní. Ženy tuto vadu na kráse vnímají

ještě hůř než muži, kteří se spíš smíří s cyranovským „velký nos velkého ducha značí“ a můžou působit velmi charismaticky. Dámy se nos snaží maskovat vlasy, které nechávají padat do obličeje, nechtějí se na sebe dívat do zrcadla a často se domnívají, že cítí posměch okolí, i když tomu tak ve skutečnosti není.

„Mou letitou zkušeností plastického chirurga i muže je skutečnost, že krása ženy není dána velikostí a tvarem jejího nosu, protože ani žena s krásným a symetrickým nosem nás někdy nemusí oslovit,“ tvrdí pan docent.

KDYBY MĚLA KLEOPATRA KRATŠÍ NOS...

Jeho slova potvrzují i historické dokumenty. V minulosti se velký nos žen spojoval s jejich mírou vášnivosti a s ideálem krásy. Známa je myšlenka francouzského filozofa Blaise

PODLE NOSA POZNÁŠ KOSA

Toto lidové rčení sice nemůžeme brát doslovně, ale už před několika tisíciletími se lidé pokoušeli hodnotit povahu člověka podle specifických znaků jeho obličeje. Podle starého čínského učení je nos ukazatelem bohatství a velikosti. A kdo v něm umí „číst“, pozná vitalitu člověka, jeho milostné schopnosti a mnoho dalších informací.

Rovný nos s rovnou špičkou: jasné myšlení, tolerantnost, houževnatost, v partnerských vztazích jeho majitelé projevu často přemrštěné nároky

Rímský nos: odvaha, citlivost, spolehlivost, ve vztazích jsou jeho vlastníci citově chladnější

Skobovitý nos: ti to lidé jsou dobří obchodníci, žijí pro svou práci, často bývají předmětem závidění

Ohrnutý nos: náladovost, temperament, velkorysost, nedostatek vytrvalosti

Masitý nos: senzitivnost, vyrovnanost, empatie

Hrbolatý nos: zatvrzelost, sklon k bohémskému životu

Tupý nos: rozvážnost, spolehlivost, dobrosrdečnost

Orlí nos: jeho nositel je chladný taktik, šikovný obchodník, bojovně naladěný

Pascala, že kdyby měla Kleopatra kratší nos, tvář celé země by se změnila. Znamenalo to, že kdyby byla egyptská královna méně krásná, dějiny by běžely úplně jinak.

Jenže říkejte to dívce, která se kvůli své „skobě“ téměř neodvážá do společnosti. Často u ní takový komplex nevyvolají jen spolužáci nebo kamarádi, ale třeba i rodina nevhodnými poznámkami: „Ty máš tak velký nos, že se možná ani nevdáš!“ Taková slova, zejména v době dospívání, mohou vyvolat komplex méněcennosti na celý život. Je proto pochopitelné, že takto postižení jedinci se snaží podstoupit zákrok co nejdříve. Odborníci doporučují, aby to bylo v době, kdy je vývoj nosu dokončený, což je u dívek kolem 18. roku, u chlapců asi o dva roky později. Nebývá ale úplnou výjimkou, že se pro operaci rozhodne člověk třeba až po padesátce a proměnu si dokonale užije.

HISTORICKÝ NOSOZPYT

Dějiny plastické chirurgie jsou staré jako samo léčitelství. A protože nos často docházel k úhoně – buď o něj muž přišel v boji, nebo mu byl uříznutý za trest – je jasné, že to byly právě operace nosů, které položily základy tohoto oboru chirurgie. První zmínky pocházejí přibližně z doby 3000 př. n. l. Náhrady se dělaly z kůže čela nebo paže, ale neměly dlouhou život-



„ŽÁDNÝ JINÝ
ZÁSAH PLASTICKÉ
CHIRURGIE NEOVLIVNÍ
TAK VÝZNAMNĚ
SEBEVĚDOMÍ ČLOVĚKA
JAKO ZDAŘILÁ
RINOPLASTIKA.“

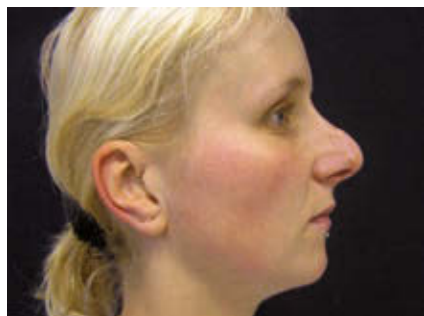
Doc. MUDr. Jan Měšířák, CSc.

nost. Postupem času se zlepšovaly techniky, ale naštěstí ubylo nutností rekonstruovat celý nos.

Dnes jde většinou o korektivní rinoplastiku, tedy vylepšení jeho tvaru a velikosti. Každý nos je jedinečný a vždy mírně asymetrický. To všechno musí brát plastický chirurg v úvahu a hlavně nesmí podlehnout náhlání pacienta na příliš velkou redukci nosu. Podle odborníka je lepší udělat malou následnou korekci (např. z hrotu nosu odstranit zbytky asymetrických hrotových chrupavek) než riskovat kolaps nosu.

Operace probíhá v celkové anestezii, při níž chirurg zmenší a zúží kostru nosu a celkově ho zjemní. Při této „královské“ disciplíně se plastický chirurg nemůže řídit žádnou šablonou, na rozdíl od jiných estetických zákroků. V tomto případě vždy záleží na schopnostech a zkušenosti plastického chirurga, jakou „improvizaci“ zvolí. Zatímco provedená operace změní život člověka až neuvěřitelně pozitivně, v opačném případě může až zásadním způsobem zhoršit jeho kvalitu. Proto je nesmírně důležité si pro tento zákrok vybrat plastického chirurga s mnoholetými zkušenostmi s tímto výkonem, který se může prezentovat výsledky své práce na velkém počtu provedených operací. (Zpracováno za použití publikace Jana Měšířáka: Estetické operace nosu v kosmetické praxi)

www.esthé-plastika.cz



NAROVNEJTE SVŮJ ÚSMĚV!

Už dávno jste vyrostli z dětských střevíčků, ale vaše zuby zůstaly křivé?
Toužíte se smát, aniž byste zakrývali ústa rukou, ale neodvážíte se?
Neviditelná rovnátka vše napraví.



Zuby se můžou zkrivit i v průběhu života, ať už následkem úrazu, nebo po vytržení zubu moudrosti. Špatně se pak čistí, kartáček se nedostane, kam by měl. Z toho vzniká řada obtíží – a nejen estetických. Od zubního kazu přes zánět čelisti až po parodontózu. Kvůli zubům můžete trpět bolestmi hlavy nebo uší. Pokud vaše zuby „nelicují“, nedokonale rozkousáte potravu a přivodíte si trávicí potíže. „Nerovné zuby někdy způsobí poškození dalších zubů, které vytlačují ven. Tyto zuby jsou náchylnější k poranění, odštipnutí nebo zlomení. Dalším negativním důsledkem křivých zubů je jejich opotřebení. „Některé se opotřebují rychleji, protože musí zkrátka víc kousat a používáme je častěji,“ vysvětluje zubní lékařka Kateryna Mourati z pražské kliniky Dental Office.

PRO KVALITNĚJŠÍ ŽIVOT

Rovnátka v ústech dospělých dnes už nikoho nepřekvapí. V průběhu posledních deseti let stoupl počet lidí, kteří se pro ně rozhodli, až o 30 procent a nejsou už jen doménou dětí. Vyvíjejí na zuby tlak, ale ten je pouze dočasný a zdaleka ne tak ochromující jako zdravotní problémy vycházející ze ztížené hygieny a následků. Navíc, pokud budete v budoucnu potřebovat dentální implantáty,

vaše vlastní zuby musí být pro jejich přijetí rovné. Podle Americké ortodontické asociace si dokonce rovnátka pořizuje stále více seniorů, protože jim umožňují žít kvalitnější život i v důchodu.

Pokrok v medicíně se nezastavil ani před rovnátky. Jsou lehčí, menší, efektivnější, vyrobená z neviditelných materiálů. Doba potřebná k jejich nošení se zkracuje na několik měsíců. „Dřív všechna ‚cool děcka‘ nosila rovnátka s barevnými gumičkami. Teď je poptávka po tom, aby rovnátka byla co nejméně viditelná, ideálně vůbec,“ popisuje doktorka Mourati, která pracuje s neviditelnými rovnátky od Beyli Dental.

SOUČASNÉ „ROVNACÍ“ TRENDY

Největším vědeckým přínosem současné ortodoncie je digitální plánování léčby, kdy se žádané postavení zubů a čelistí připravuje v počítači. Na potřeby pacientů, kteří preferují co nejkratší léčbu s co nejméně viditelnými rovnátky, odpovídají estetické snímací foliové aparáty. Zkoumají se také postupy urychlující pohyb zubů, které přispívají k rovnání. Světlo, vibrace, malé i velké chirurgické zásahy v okolí rovnaných zubů, to vše může mít pozitivní vliv na látkovou výměnu v kostech, působící na rychlost posunu zubů. U foliových aparátů by tak byla možná jejich dřívější výměna za další v pořadí a u fixních aparátů častější kontroly i dřívější výměna součástek za aktivnější.

„Na základě vyšetření ortodontista navrhne pacientovi fixní nebo snímátné aparáty, snímací foliové systémy, tedy moderní snímátná rovnátka, atypické postupy a po-

můcky,“ vysvětluje ortodontista MUDr. Jiří Petr, člen České ortodontické společnosti, Evropské ortodontické společnosti a Světové ortodontické asociace, a dodává: „Překážkou ortodontické léčby může být nedostatečná hygiena. Pokud nejsou zuby čisté a dásně zdravé, zuby se při léčbě pohybují pomaleji, víc to bolí a může tím dojít i k poškození zubů a okolních tkání. Pacientům, kteří si nedokáží správně vyčistit zuby, se proto rovnátka nenasazují.“

SPOLUPRÁCE JE NUTNÁ

Současná ortodoncie se neobejde bez interdisciplinární spolupráce, zejména s praktickými či dětskými zubními lékaři, ale i s čelistními chirurgy, ORL specialisty,

logopedy a dalšími. Například pro úspěšné rovnání zubů je třeba odstranit dočasné nebo stálé zuby, což provede dětský nebo praktický zubní lékař. Pokud je třeba nahradit chybějící zub, ale křivé okolní zuby tuto náhradu znemožňují, zavede implantolog po rovnání zubů zubní implantát. Když má vada skeletální charakter neboli nejsou jen křivé zuby, ale i nesprávně postavené či veliké čelisti, je potřeba spolupráce čelistního chirurga.

Pokud už máte rovnátka, je nutné chodit na dentální hygienu častěji. Je potřeba odborně odstranit nově vzniklý zubní kámen, zuby vyleštit a odnést si rady pro domácí péči. „Poradíme s čištěním zubů kolem rov-

Františka Těšínská, Foto: Shutterstock

ZUBY bílé jako PERLY

Bílé zuby a krásný hollywoodský úsměv si asi přeje mít každý. Přirozená barva chrupu je však do značné míry určena geny a podepisují se na ní i naše zvyky a zlozvyky, jako je pití kávy, vína nebo kouření. I na zubech pak hlodá zub času.



Zastavit ho mnohdy nedokáže ani zvýšená péče o chrup nebo změny v životě, a komu na pěkném úsměvu záleží, začne uvažovat o bělení. Mezi nejrozšířenější možnosti patří domácí forma procedury. Na trhu jsou volně prodejné přípravky, ale pokud bělení probíhá bez kontroly dentální hygienistky nebo zubního lékaře, může docházet k nežádoucím účinkům a výsledkem mohou být zuby poškozené. Pokud se tedy rozhodnete pro bělení zubů v domácím prostředí, je vhodné obrátit se na odborníky. „Na naší klinice používáme jen ty nejmodernější metody a postupy bělení zubů, které vyhovují současné legislativě a opravdu zuby vybělí,“ říká Veronika Zákopčaníková, dentální hygienistka z Dental Office H33 v Praze.

Domácí bělení je finančně nejpřívětivějším typem bělení zubů, ale je nutné „investovat“ do něj čas. Trvá obvykle 4 až 6 týdnů, dokud nedojde k dosažení žádoucího odstínu, v některých pří-

padech i déle. Proces začíná sejmutím otisků zubů, ze kterých se následně vyrobí tzv. nosiče na bělení. Do nich si doma aplikujete bělicí gel. „Novinkou je White Dental beauty gel, který obsahuje nejvyšší procento peroxidu s unikátní patentovanou formulí NOVON pro lepší efekt bělení. Tato receptura přináší bezpečnou, efektivní a vůči zubům šetrnou akceleraci bělení,“ vysvětluje hygienistka. Jako jediný nabízí White Dental beauty gel bělení s pouze 5% koncentrací peroxidu, které je vhodné pro pacienty s obzvláště citlivými zuby. Inovativní složení bělicího gelu odstraňuje nejen povrchové zbarvení, ale zesvětluje zuby také zevnitř. Výsledky jsou viditelné po méně než týdnu používání méně než hodinu denně. „Po každé aplikaci doporučujeme držet dvě hodiny takzvaně bílou dietu, což znamená nekonzumovat nic barevného, jako je například káva, čaj, červené víno, ovoce, koření,“ doplňuje Veronika Zákopčaníková.

Eva Hirschová, Foto: archiv firmy



nátek, která reagují na nově vzniklé situace v ústech," říká dentální hygienistka Zuzana Chmelařová, DiS.

Na hovězím steaku si pochutnáte se snímatelným foliovým systémem jen tehdy, když ho sejmete. Při požívání sladkostí a nápojů se zvyšuje riziko zubního kazu, zejména když si hned dobře nevyčistíte zuby (a také léčebné folie). U folií navíc hrozí jejich zbarvení, především kávou, čajem, červeným vínem, barevnými ovocnými šťávami. Před pitím takových nápojů je proto praktičtější folie sejmout. Nejlepší je dopřát si raději čistou vodu.

3D TISK V ORTODONCII

Každá ortodontická léčba má dvě fáze: aktivní léčbu (vlastní rovnání) a retenci (stabilizace výsledku). K té se používají jednak fixní drátky upevněné na vnitřní straně zejména předních zubů, jednak snímatelné přístroje na noc. První fáze trvá zhruba šest měsíců až tři roky, druhá několik let.

V budoucnu by mělo být standardem digitální snímání chrupu a 3D zobrazení

tvrdých tkání (přesná informace o poloze kořenů zubů v kosti, absolutně bezpečné vyšetření), 3D zobrazení obličeje a faciální plánování ortodontické léčby (plánování obličejových proporcí jako součást plánování léčby nepravidelností zubů a čelistí), 3D tisk individuálních ortodontických aparátů. Ortodontisté očekávají rovněž monitoring průběhu a výsledku léčby, takzvané digitální selfmonitoring, kdy podle určitých záznamů a výstupů zhotovených samotným pacientem nebo pořízených přímo léčebnou technikou lze na dálku kontrolovat průběh léčby.

ZUBY, DO ŘADY!

Dostat zuby do „latě“ něco stojí. Můžete zaplatit 10 000 korun za rovnátka ocelová, 77 000 Kč za vnitřní, která nikdo nevidí. Záleží na jednotlivých klinikách, i s léčbou se lze dostat až na 100 000 Kč. Rozhodně je dobré informovat se dopředu, domluvit se na postupu a zjistit si i časovou náročnost. Někdy se může stát, že se původní dohodnutá cena postupně zvyšuje. Proto je dobré zjistit si v předstihu informace o kvalitě zařízení. Dětským a mladistvým pacientům

hradí zdravotní pojišťovny práci lékaře a částečně i běžné snímací aparáty, nehradí materiál pro fixní přístroje. Výjimkou jsou pacienti s velmi těžkými vadami (rozštěpy apod.), těm hradí zdravotní pojišťovny veškeré náklady.

VĚDĚLI JSTE ŽE....

Pouze 4 % lidí jsou spokojena se svými zuby a na svém úsměvu by nic neměnili? Vzhled našich zubů ale často ovlivňuje naše psychické rozpoložení. „Pubertáci k nám pak chodí s tím, že se stydí usmát, a dospělí říkají, že se raději usmívat úplně přestali. Výzkumy potvrzují, že se lidé po srovnání zubů opravdu smějí víc. My to vlastně vidíme i na fotkách pacientů před a po: na konci léčby se usmívají přirozeněji než na začátku,“ konstatuje MDDr. Kateryna Mourati.



PROFESIONÁLNÍ BĚLENÍ ZUBŮ

**Komfortní domácí bělení
pod dohledem profesionála.**

*Viditelné výsledky za méně než týden
používání. Šetrné i pro citlivé zuby.*



Bělení zakoupíte u našeho partnera **Dental Office H33**.

Celorepublikový seznam poskytovatelů naleznete na www.whitedental.cz.



JAK FUNGUJE ÚSPĚŠNÝ SALON

8 ZÁKONŮ PROSPERUJÍCÍHO SALONU

Minulá série článků vycházela v časopise Kosmetika & Wellness téměř dva roky pod názvem „Jak vést úspěšný salon“. Odhalili jsme si v ní základní principy, jak si své podnikání vhodně naplánovat a jak svůj salon správně propagovat a provozovat, aby měl vůbec šanci dlouhodobě prosperovat.

V další sérii článků bych se rád zaměřil na detaily fungování salonu. Ale také např. na benefity a přednosti salonů se zaměstnanci a s tím souvisejícím jedním z ožehavých témat – jak nastavit správný systém a pravidla pro jejich řízení, ale také na úskalí, která se zaměstnáváním lidí souvisí.

Před tím jistě nebude na škodu zopakovat si nebo připomenout některé tipy, které jsou důležité pro úspěšné provozování salonu. Zajištění toho nejdůležitějšího – spokojenosti klientů a jejich následné ochoty opakovaně v salonech nakupovat – je souborem velkého množství každodenních rozmanitých činností, rozhodnutí či návyků a tady je alespoň osm vybraných, které by neměly uniknout vaší pozornosti:

1. Ve své profesi i v provozování salonu se neustále zdokonalujte. Pracujete v nádherném oboru, který se ale vyvíjí dáblským tempem. A jak říká známé rčení, kdo chvíli stál, už stojí opodál. To, jak fungoval salon před pár lety, už dnes neobstojí. Pokud nevíte, jak vylepšovat své služby a podnikání, uče se od těch, kteří to už udělali a je evidentní, že jsou v tom hvězdy a přineslo jim to výsledky. Ale hlavně pak jednotlivé kroky a změny začněte ve svém salonu také postupně dělat. Pouze plané a teoretické diskuse s těmi, kterým se příliš nedaří a sami nevědí, jak na to, vás stojí jen čas.

2. Nikdy své služby nemůžete nabízet všem. Soustřeďte se na svoji správnou cílovou skupinu klientů, kterou chcete v salonu mít. Tomu přizpůsobte filozofii salonu, úroveň servisu i značky, cenu, ale také interiér, aby vše dohromady splňovalo potřebný standard, který se ve zvolené úrovni salonu očekává. Tím vysíláte jasnou zprávu směrem k vašim potenci-

álními klientům, kdo jste, za čím si stojíte a co ve vašem salonu mohou očekávat. Protože vším, co děláte (i co neděláte), budujete, svoji pověst a renomé svého salonu. A myslím tím opravdu všechno, od příspěvků na sociálních sítích, přes váš úsměv, kvalitu občerstvení až po samotné procedury, konzultace a následný kontakt s klientem po opuštění salonu.

3. Účtujte si správně z kalkulovalé ceny. Cenovou hladinu ostatních salonů v okolí berte jen jako informativní, ale nikdy se neoceňujte podle toho, za kolik nabízejí svoje služby jejich majitelé. To je důvod, proč velké množství salonů funguje buď s žádným, nebo jen velmi malým ziskem. Také není nikde psáno, že se vaše cena služeb musí zásadně lišit jen proto, že jste třeba v klidnější části města. Stanovení cen je čistá matematika, která by neměla zahrnovat emoce. Pamatuje si, že klienti vás mi-

PAMATUJTE, ŽE SKUTEČNÝM MĚŘÍTKEM TOHO, CO DĚLÁTE, NENÍ, JAK VYPADÁ VÁŠ KLIENT, KDYŽ PRÁVĚ ODCHÁZÍ ZE SALONU, ALE TO, JAK VYPADÁ, JAK SE CÍTÍ A JAK HO VNÍMÁ OKOLÍ MEZI JEHO NÁVŠTĚVAMI U VÁS.

lují za to, co pro ně děláte, ne kvůli cenám.

4. Každá služba ve vašem salonu by měla být zisková nebo vést k ziskovosti jiné služby. Nebojte se důstojně ohodnotit sami sebe a nestyďte se za to, že práci, kterou milujete, děláte samozřejmě i pro peníze. Množství peněz, které dostáváte, je prostě jen důkazem toho, že zvyšujete kvalitu života jiných lidí a plně si je zasloužíte. Koneckonců to dlužíte i členům svého týmu, pokud nějaký máte, abyste vytvářeli zisk a oni měli šanci si domů odnést slušnou výplatu.



RADIM ANDĚL

marketingový poradce
www.mujuspesnysalon.cz

5. Každý klient si u vás zaslouží jen to nejlepší. Opakovaně a při každé návštěvě. Je jedno, jestli je dopoledne, máte dobrou náladu a jste odpočatí, nebo je večer, jste unavení a řešíte nějaké starosti. Platí za vaše znalosti, doporučení a služby stejné peníze a má nárok, aby byly perfektní. Tajemství úspěchu je v tom, že v kvalitě servisu budete dlouhodobě konzistentní a klienti pokaždé dostanou přesně to, za co si platí. Jestli v této oblasti začnete pokulhávat, věřte, že se o vaše klienty rád postará někdo jiný, u koho se jim to stávat nebude.

6. Čísla jsou vaším přítelem a ukazují vám zdraví vašeho podnikání. Naznačují, kdy se jeho zdraví začíná horšit, ale našťastí ještě v době, kdy s tím můžete rychle začít něco dělat. Jestli špatnou kondici vašeho podnikání totiž necháte zajít příliš daleko, a co hůř, třeba o ní ani nevíte, bývá pak často velmi obtížné, abyste svůj salon znovu postavili na nohy. Víte tedy, jaká je návratnost vašich klientů, četnost jejich návštěv, jejich průměrná útrata, jakou část tržeb tvoří prodej domácí péče, kolik peněz máte v materiálu

nebo jakou finanční rezervu potřebujete, abyste mohli bez problémů splácet faktury?

7. Své problémy nechejte před salonem. Jen tak si svoji práci užijete a dokážete se plně soustředit na svoje klienty a jejich potřeby. Každého z nás občas něco trápí, ale vaše starosti klienty opravdu nezajímají, mají svých dost.

8. Povinně si udělejte čas na odpočinek, vyčistění hlavy a na věci, které vám dělají radost. Svěží mysl totiž daleko jednodušeji přináší nápady, odpovědi a řešení pracovních záležitostí a budete díky tomu i mnohem produktivnější.



Všechno,
co chcete
vědět
o **EET**

KOSMETIKA
& Wellness

EET KROK ZA KROKEM

První fáze EET, určená pro stravovací a ubytovací služby, byla spuštěna k 1. 12. 2016. Ve druhé fázi se 1. 3. 2017 přidal maloobchod a velkoobchod. Třetí fáze, která startuje 1. 5. 2020, se vztahuje kromě jiných na kosmetičky, kadeřníky a další služby.

KOHO A JAKÝCH TRŽEB SE EET TÝKÁ?

Elektronická evidence tržeb (EET) se týká každé fyzické nebo právnické osoby, která podniká, a přijaté platby z této činnosti splňují stanovené podmínky pro její evidování. Nezáleží, zda podnikatel svoji činnost vyvíjí jako hlavní nebo vedlejší, zda je či není plátcem DPH ani na výši obrátu. Evidují se i tržby ze sezonních činností.

Do EET jsou zahrnuty všechny platby uskutečněné:

- v hotovosti
 - směnkou, šekem
 - stravenkou, poukázkou, z elektronické peněženky (platby v tzv. omezené síti) a obdobnými prostředky...
 - transakce mezi podnikateli (např. dodávka zboží pro kosmetický salon), pokud je hrazeno „v hotovosti“
 - platba faktury, pokud proběhne „v hotovosti“.
- Elektronická evidence se vztahuje pouze na tržby inkasované na území České republiky.

CO SE DO EET NAOPAK NEZAHRNÚJE?

Neevidují se platby hrazené:

- převodem z účtu na účet, inkasem
 - platební kartou (na terminále i na internetu)
 - složenkou (pokud by k finální výplatě docházelo v hotovosti, evidovat se bude)
 - vkladem hotovosti na účet podnikatele.
- Dále pak existují systémové výjimky, se kterými se však kosmetičky při své praxi nesetkají, např.: tržby státu, obcí, krajů, příspěvkových organizací, tržby bank, pojišťoven, investičních společností, na palubě letadel, tržby

z osobní železniční přepravy, prodeje přes prodejní automaty, tržby z pracovněprávního a obdobného vztahu, sociální služby aj.

JAK SE PŘIHLÁSIT DO SYSTÉMU EET?

Pro zapojení do režimu EET potřebuje podnikatel získat autentizační údaje. Autentizačními údaji se rozumí přihlašovací údaje (uživatelské jméno a heslo) do aplikace Elektronická evidence tržeb (Správa údajů evidence tržeb) umístěné na portálu správce daně, kde je podnikateli umožněna správa certifikátů a údajů pro správu evidence tržeb. O autentizační údaje musí podnikatel požádat před přijetím první evidované tržby. Požádat může podnikatel nebo jeho zástupce oprávněný současně k převzetí autentizačních údajů jedním z následujících způsobů: prostřednictvím datové schránky nebo osobně na libovolném finančním úřadu, kde žadatel získá autentizační údaje v zapečetěné obálce. Certifikát slouží k jednoznačné identifikaci při zasílání údajů datovými zprávami. Správce daně umožní podnikateli získat prostřednictvím portálu jeden nebo více certifikátů k evidenci tržeb.

BĚŽNÝ VS. ZJEDNODUŠENÝ REŽIM

Podnikatel může teoreticky volit ze tří režimů EET. V praxi je však jeho rozhodování dáno zejména podmínkami připojení k internetu a velikostí obrátu. Zjednodušený režim mohou využívat ti, kteří nemají připojení k internetu. Pro povolení zvláštního režimu je nutno podat žádost věcně a místně příslušnému finančnímu úřadu.

Většina provozoven patrně zvolí tzv. běžný režim evidence tržeb, ve kterém pokladní zařízení zasílá datovou zprávu o transakci ve formátu XML finanční správě. Ze systému finanční správy je zasláno potvrzení o přijetí s unikátním kódem účtenky. Pokladní zařízení vystaví účtenku (včetně FIK). Podnikatel předá zákazníkovi účtenku (lze i v elektronické podobě). Evidenci tržby lze ověřit prostřednictvím webové aplikace finanční správy. Zákazník si může ověřit svoji účtenku, podnikatel si ověří tržby evidované pod jeho jménem.

Do systému evidence tržeb jsou zasílány tyto údaje:

- DIČ, ID provozovny a pokladního místa, pořadové číslo účtenky
- BKP, PKP (kódy generované pokladnou)
- Datum a čas transakce
- Celková částka tržby v Kč
- Režim EET (běžný/zjednodušený)
- Základy DPH a částky DPH dle sazeb, včetně zvláštních režimů
- DIČ poplatníka, který pověřil evidováním této tržby poplatníka, který tržbu eviduje
- Informace o platbě elektronickými peněženkami/vouchery....

Účtenka musí obsahovat následující údaje:

- DIČ (pokud není tvořeno rodným číslem), ID provozovny a pokladního místa, pořadové číslo účtenky
 - BKP (kód generovaný pokladnou)
 - FIK (není-li FIK uvede se PKP)
 - Datum a čas transakce
 - Celková částka tržby v Kč
 - Režim EET (běžný/zjednodušený)
- Na účtence je možné uvést i další údaje (např. náležitosti DPH dokladu

nebo dokladu podle zákona o ochraně spotřebitele)

● Uvádí se také daňové identifikační číslo poplatníka, který pověřil evidováním tržby poplatníka, který tržbu eviduje (pokud není tvořeno rodným číslem).

PRO KOHO JE VHODNÝ ZVLÁŠTNÍ REŽIM EET?

Nejde o výjimku z evidence tržeb, ale o zvláštní režim s využitím papírových účtenek. Na rozdíl od online evidence podnikatel nepotřebuje pokladní zařízení ani internetové připojení. Zvláštní režim není možné kombinovat s online režimem. Poplatník, který eviduje tržby ve zvláštním režimu, nemusí žádat o autentizační údaje a nepotřebuje certifikát. Zvláštní režim mohou využít podnikatelé, kteří splňují podmínku maximálně 2 zaměstnanců, nejsou plátcí DPH a výše příjmů z evidovaných tržeb nepřesahuje za 4 bezprostředně předcházející kalendářní čtvrtletí 600 000 Kč a předpokládaná výše těchto příjmů ve 12 bezprostředně následujících kalendářních měsících také nepřesahuje 600 000 Kč. Pro povolení zvláštního režimu je nutno podat žádost věcně a místně příslušnému finančnímu úřadu. Správce daně začal žádosti vyřizovat od 1. února 2020, na rozhodnutí má 30 dnů od podání žádosti. K oznámení rozhodnutí dojde

v rámci jednání přímo na finančním úřadě, kdy správce daně poplatníkovi spolu s rozhodnutím předá také potřebný počet bloků účtenek.

Evidence tržeb ve zvláštním režimu spočívá v plnění těchto povinností:

- nejpozději při uskutečnění evidované tržby vystavit zákazníkovi účtenku z bloku účtenek, a to s nejnižším pořadovým číslem z bloku účtenek,
- uchovat stejnopis vystavené účtenky, a to až do uplynutí lhůty pro stanovení daně z příjmů, ke které se vztahuje (úprava lhůty pro stanovení daně je obsažena v § 148 daňového řádu),
- podat správci daně za každé kalendářní čtvrtletí, ve kterém se uskutečnila evidovaná tržba, došlo k jejímu vrácení či opravě, oznámení o tržbách, a to do 20 dnů od konce tohoto kalendářního čtvrtletí. V případě storna účtenky a vystavení nové účtenky je poplatník povinen evidovat stejnopis stornované i nově vystavené účtenky. Poplatník stvrdí provedení storna vlastnoručním podpisem a uvede datum, kdy k provedení storna došlo.

INFORMAČNÍ POVINNOST

O povinnosti evidovat tržby a vystavovat zákazníkům účtenky je prodávající povinen své zákazníky informovat, a to formou tzv. informačního

oznámení, jehož obsahem je:

- text „Podle zákona o evidenci tržeb je prodávající povinen vystavit kupujícímu účtenku. Zároveň je povinen zaevidovat přijatou tržbu u správce daně online; v případě technického výpadku pak nejpozději do 48 hodin.“, **eviduje-li prodávající tržby v běžném režimu,**
- text „Podle zákona o evidenci tržeb je prodávající povinen vystavit kupujícímu účtenku. Příjemce tržby eviduje tržby ve zjednodušeném režimu, tzn. je povinen zaevidovat přijatou tržbu u správce daně nejpozději do 5 dnů.“, **eviduje-li prodávající tržby ve zjednodušeném režimu,**
- text „Podle zákona o evidenci tržeb prodávající eviduje tržby ve zvláštním režimu a je povinen vystavit kupujícímu účtenku z bloku účtenek.“, **eviduje-li prodávající v tržby ve zvláštním režimu.**

Informační oznámení musí prodávající umístit v místě, kde se běžně uskutečňují evidované tržby, a to jak v kamenné prodejně, tak též na internetových stránkách tzv. e-shopů, jejichž prostřednictvím je umožněno platit formou, která podléhá evidenci tržeb. Informace musí být dostatečně viditelná a čitelná.

Další informace k EET najdete na:
www.etrzby.cz

INZERCE



CASHave
pokladna

**Hledáte pěkně
vyfiknutou EET
pokladnu?**

**Evidujte snadno a odkudkoliv
s pokladním systémem CASHave.**

Nyní ZDARMA

Pro registraci a vyzkoušení zdarma
www.cashave.cz/beauty

SONET
Payten

CASHave pokladna vám usnadní každodenní práci s vystavováním plateb, ať už jste ve svém beauty salonu či přímo u vašeho zákazníka. Kromě chytrých funkcionalit plnohodnotného pokladního systému, vyřeší odkudkoliv i všechny zákonné požadavky na EET. Žádné pořizování drahých zařízení, postačí vám váš mobilní telefon, tablet či PC.

JAK SI NEJLÉPE PORADIT SE ZAVEDENÍM EET V SALONU

Asi žádná provozovatelka kosmetického salonu nemá radost z povinnosti zavést EET. Nicméně, zákon je v platnosti a existuje řešení, díky kterému EET splníte a které vám navíc může s chodem salonu hodně pomoci. K jeho používání vám stačí jen mobil, tablet nebo notebook.



Nikoho asi nepřekvapí, že trendem dnešní doby je stále větší digitalizace služeb. Téměř vše je dnes nějakým způsobem online, většina lidí denně používá chytré telefony, mají své profily na sociálních sítích, nakupují v e-shopu a běžně používají k práci internet.

EET JAKO PŘÍLEŽITOST K INOVACI

MyFox je chytrá aplikace vytvořená speciálně pro salony s cílem šetřit čas jejich provozovatelkám a zlepšovat komfort služeb poskytovaný klientkám. Jedná se vlastně o vašeho asistenta, recepční a pokladní v jednom. Aplikace byla vyvíjena ve spolupráci s beauty profesionály a jsou v ní zohledněny požadavky z každodenní praxe v salonech. Díky tomu se povedlo vytvořit ucelený systém, který je jednoduchý na ovládání a určený pro každodenní používání.

Od 1. 5. 2020 se pro salony zavádí EET. Na trhu je dost různých pokladen a většinou se jedná o jednoúčelová zařízení pro vystavování a tisk účtenek. MyFox je ale inovativní aplikace pro salony – kadeřnictví, kosmetiku, nehtová studia, masáže, fyzioterapii apod. MyFox v sobě zahrnuje rezervační systém, kartotéku a EET pokladnu. Pokud si tedy salony musejí nějaké EET řešení pořídit, stojí za úvahu, zda jít s dobou a udělat krok k modernějšímu způsobu fungování. MyFox je cenově srovnatelný s EET pokladnami, jeho přínos pro fungování salonu je ale mnohem větší.

JAK MYFOX FUNGUJE, KOLIK STOJÍ A CO K NĚMU POTŘEBUJETE?

Pro používání myFoxu vám stačí chytrý telefon. Podporované jsou obě platformy – Android i Apple iOS. Aplikaci si můžete stáhnout na Google Play nebo v App Store. Do aplikace potřebujete přihlašovací údaje, které získáte po registraci na www.myFox.cz. První tři týdny používání jsou zdarma a slouží k vyzkoušení aplikace. Kompletní placená verze stojí od 575 Kč měsíčně (v ceně je 100 SMS připomínek rezervací). K dispozici je také zjednodušená verze myFox easy EET, která obsahuje jen EET pokladnu s kartotékou a stojí 299 Kč měsíčně! MyFox na mobilech podporuje tisk přes bezdrátovou bluetooth tiskárnu Cashino PTP-II Bluetooth iOS (orientační cena 2 390 Kč, prodává např. Alza).

JEDNODUCHÉ ODESÍLÁNÍ ÚČTENK SMSKOU NEBO E-MAILEM

V myFoxu je možnost odesílat účtenky SMSkou nebo e-mailem. Při dokončení zakázky přes pokladnu se po zaplacení systém zeptá, jakým způsobem účtenku předat. Elektronická forma předání účtenky je z pohledu zákona v pořádku, pokud s ní zákazník souhlasí. Velkou výhodou je v myFoxu propojení kartotéky, rezervačního systému a pokladny. Díky tomu může systém předvyplnit telefonní číslo i e-mail a odeslání účtenky zákazníkovi je proto velmi snadné.

Spolu se zavedením EET je na zvážení také akceptace plateb kartou. MyFox umožňuje přijímání platebních karet prostřednictvím terminálu SumUp. Jedná se o elegantní a jednoduchý způsob bez měsíčního paušálu a s nízkým poplatkem 1,95 % (k myFoxu můžete mít i jiné platební terminály).

REZERVAČNÍ SYSTÉM – NUTNOST PRO MODERNÍ SALONY

MyFox také obsahuje kalendář rezervací, který rozesílá automatické SMS připomínky k rezervacím den dopředu. MyFox používá již několik stovek salonů, často v kombinaci s papírovým diářem, kterého se není nutné hned vzdávat :-). Ceník služeb a časy ošetření si nastavuje provozovatelka salonu sama, stejně tak jako dostupnost nebo blokaci termínů k objednání.

Pokud chcete, můžete svým klientkám umožnit online objednávání z webu nebo z vaší Facebookové stránky. Online rezervace jsou v beauty službách jednoznačný trend. Součástí aplikace myFox je i kartotéka s možností psát si ke klientům poznámky a ukládat fotografie a obrázky. Díky statistikám poskytuje aplikace přehled o tržbách, o využití služeb nebo o nejlepších klientech.

S chytrou aplikací myFox poskytnete svým zákazníkům pohodlnější způsob rezervací a lepší služby. Získáte náskok před konkurencí, zjednoduší se vám administrativa a vyřešíte také EET.

Snadné řešení EET ve vašem mobilu

Vyzkoušejte zdarma
na www.myfox.cz



INZERCE

myFox 
aplikace pro salony

- ✓ EET pokladna
- ✓ Elektronické účtenky
- ✓ Kartotéka klientů
- ✓ Kalendář rezervací
- ✓ SMS připomínky

Aplikace myFox je dostupná pro
Android a Apple iOS



cena od
575 Kč
měsíčně

Plný myFox

- EET pokladna
- kartotéka klientů
- rezervační systém
- SMS připomínky

**Kompletní řešení
pro moderní salony.**

cena
299 Kč
měsíčně

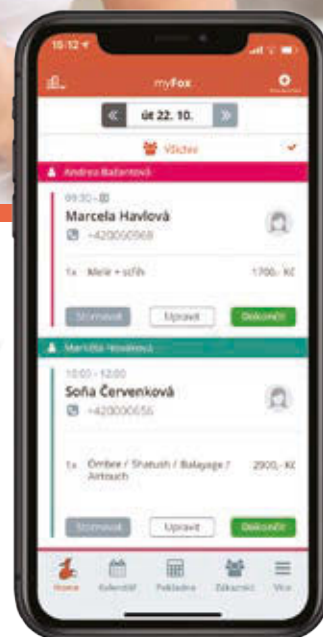
myFox Easy EET

- EET pokladna
- kartotéka klientů

**EET pokladna s karto-
tékou a možností
kdykoliv přejít na
plný myFox.**



kompatibilní
bezdrátová tiskárna:
Cashino PTP-II DUAL BT
cena 2.299 Kč



myFox podporuje platební terminál na karty SumUp

info@myfox.cz

myFox.cz

JAK RYCHLE A JEDNODUŠE ZAVÉST EET?

Unie kosmetiček uspořádala odborný seminář určený pro kosmetičky, vizážistky, masérky, řasové stylistky, odbornice na permanentní make-up a další odborníky. Vybrala k této události velmi prestižní prostor v nejvýše položeném kongresovém centru Erbia ve 27. patře s krásným výhledem na Prahu.

Pro předání informací byli pozváni zástupci z Ministerstva financí, kteří předali informace přímo od pramene. Kosmetičky se dozvěděly, co je třeba vědět před zahájením evidence tržeb. Představilo se jim také několik poskytovatelů EET. Velký význam pro ně také měla možnost klást odborníkům své dotazy.

Mimo odbornou část se jako vždy s velkým úspěchem setkal vystoupení paní doc. PhDr. Dr. phil. Laury Janáčkové, CSc., která přednášky zakončila milou prezentací o štěstí a následnou autogramiádou svých knih.

Odpoledne bylo věnováno workshopům, kosmetickým ošetřením, líčení od profesionálních vizážistek a osobním konzultacím s poskytovateli EET.

Prezidentka Unie kosmetiček Anna Menzelová k akci řekla: „Kosmetičky byly velmi spokojené, osobně za ni děkovaly, odcházely s novými poznatky o EET a naplněné dobrým dojmem z přednášek i z příjemných jednání se zástupci firem. Všichni jsme si den v oblacích užili.“



Závěrečná fáze elektronické evidence tržeb

Kdo?

Nově tržby evidují i ostatní podnikatelské činnosti, například **svobodná povolání, oblast dopravy, zemědělství, řemeslné a výrobní činnosti**.

Více na etrzby.cz v sekci **Kdo, co a odkdy?**

Kdy?

Rozšíření EET vstupuje v platnost od **1. května 2020**.



Co?

Evidují se všechny **tržby v hotovosti, šekem či směnkou**. Bezhotovostní transakce jsou z EET vyjmuty.

Více na etrzby.cz v sekci **Kdo a jaké tržby eviduje**.

Proč?

EET je plošné opatření, které má nastavit **rovné a férové podmínky**. Znamená také lepší výběr daní a prostor pro jejich snižování.

Součástí zákona je proto snížení DPH v řadě odvětví. Více na etrzby.cz v sekci **Proč evidence tržeb?**

Jak?

Každá hotovostní tržba je opatřena unikátním kódem a online zaevidována v datovém úložišti.

Využít lze **pokladní zařízení nebo aplikaci v počítači či chytrém telefonu**. Více na etrzby.cz v sekci **Jak to funguje?**

Účtenka

Ke každé hotovostní transakci je třeba **vystavit účtenku**.

Některá řešení EET mají tiskárny integrované, k mobilnímu řešení lze zakoupit přenosnou tiskárnu.

Zvýhodnění

Je možné uplatnit si jednorázovou **slevu na dani až do výše 5 000 Kč** na pořízení pokladního zařízení.

Zvláštní režim

Nejmenší podnikatelé mohou žádat o povolení **evidovat prostřednictvím papírových účtenek**. Dostanou je zdarma na finančním úřadě.

Více na etrzby.cz v sekci **Zvláštní režim**.

Poruchy

Evidence tržeb pamatuje i na situace **výpadku připojení či poruchy pokladního zařízení**.

Více na etrzby.cz v sekci **Co když něco selže**.

Kdo poradí?

Zeptejte se přes **kontaktní formulář** nebo nám zavolejte na **225 092 392**. Více na etrzby.cz v sekci **Stále si nevíte rady?**



etržby

SNAŽÍM SE NA EET DÍVAT JINAK

Majitel luxusního holičství a tvůrce software pro zkrášlovací služby Zdeněk Bednář přibližuje benefity programu HairSoft.



ZDENĚK BEDNÁŘ

se pohybuje v kadeřnickém oboru 23 let, je majitelem Barber Shop Cooper a od roku 2003 vyvíjí se svým týmem kadeřnický a kosmetický program HairSoft.

Říká se, že všechno zlé je pro něco dobré. Mnohdy to tak na první pohled nevypadá, ale s odstupem času můžete zanalyzovat benefity, které jste ze situace vytěžili. A tak se snažím přistupovat i k EET. Rád bych vám ukázal můj úhel pohledu, kdy nevnímám zavedení elektronické evidence tržeb jako strašáka, který se s blížícím se květnem zvětšuje.

Když člověk slyší spojení „zavedení EET“, má pocit, že to znamená něco velkého, finančně nesmírně nákladného. Nicméně tomu tak vůbec být nemusí, v tomto směru je to akorát nafouknutá bublina.

Pokud se budeme bavit konkrétně o funkci odesílání tržeb do EET, například u našeho programu HairSoft se jedná o bezobslužný systém, kde pouze zadáte váš EET certifikát a poté už se nemusíte trápit s ničím navíc. Dál podnikáte tak, jak jste zvyklí. Zavedení elektronické evidence tržeb pro vás tak může být krok k tomu, posunout se dál. Vybrat si řešení, které vám mimo to i usnadní práci, podnikání a celkové vedení salonu.

Já jsem si vybral do svého holičství jak jinak než program HairSoft, který vlastně v praxi využívám od jeho počátku. U nás v Barberu prochází program i aktuálním testováním nových funkcí a vylepšení. Tím, jak se zvyšovaly nároky

zákazníků, zaměstnanců, samotných vnitřních struktur firem i požadavky na podnikatele ze strany státu, vyvíjel se v průběhu let i HairSoft.

Jedná se o plnohodnotný software určený pro kosmetické a kadeřnické služby. Veškerá citlivá data (tržby, karty zákazníků, objednávky apod.) máte pouze ve vašem počítači, neletají online světem po síti. Ve chvíli, kdy vám vypadne internet, nic se neděje, HairSoft spolehlivě funguje dál.

Z pohledu majitele firmy oceňuji nejvíc jednoduchost programu pro mé zaměstnance, přehlednost tržeb, komplexní přehled příjmů a výdajů včetně ziskovosti firmy, interaktivní sklady, automatizované SMS zprávy a výstupy pro moji účetní.

Jsem totiž zastáncem automatizace, proto se snažíme v programu vytvářet takové funkce, které majitele ani personál neobtěžují. Systém vám v konečném výsledku sdělí příjemnou formou kýžené výsledky. Například vám večer po konci pracovní doby přijde pomocí SMS zprávy přehled denních tržeb, v průběhu dne pohyby hotovosti v pokladně, statistiky návštěvnosti zákazníků nebo třeba upozornění na neoprávněný úkon v programu.

Jako vychytávku beru aplikaci HairSoft Klient, kdy můžete být mimo

salon nebo na dovolené, a přesto máte kompletní přehled, co se ve vašem salonu děje.

Ze zkušenosti můžu říct, že naopak samostatný podnikatel, IČař na HairSoftu ocení především detailní kartotéku zákazníka, propojený objednávkový systém, propojení s Google kalendářem, online rezervační systém i věrnostní program pro zákazníky.

Každý si v programu najde to své – od IČaře po velký salon s mnoha IČaři či zaměstnanci.

Program HairSoft je natolik univerzální, že lze použít i v jiných beauty oborech, jako je wellness, masáže, mani/pedi a dokonce máme i spokojené klienty, kteří vlastní psí salony.

Pokud stále hledáte vhodný program pro vaši elektronickou evidenci tržeb, vyzkoušejte si HairSoft na 30 dní zdarma a zjistíte, jak konkrétně vám naše řešení vyhovuje. A když si nebudete vědět rady, rádi vám poradíme na naší technické podpoře.

Myslím si, že EET není třeba se bát. Jen prozkoumejte trh a vyberte si řešení, které pro váš salon krásy bude to nejlepší.



Profesionální řešení pro váš salon krásy

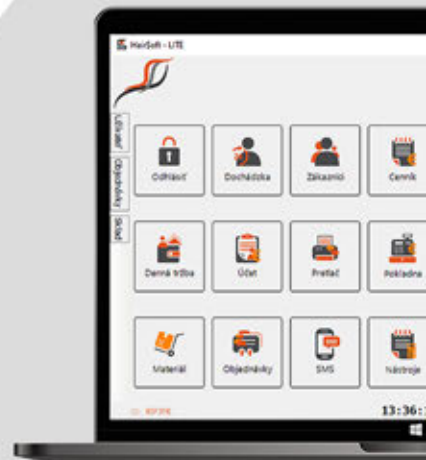
"Ať už vlastníte kadeřnictví, kosmetiku, manikúru/pedikúru, wellness, solárium nebo masáže, jste IČař nebo velký salon, je HairSoft tím nejlepším řešením pro vás."

Proč HairSoft vyzkoušet?

Protože vám usnadní mnoho práce. Máte celé vaše podnikání, a vše co potřebujete, na jednom místě, ať už jde o objednávky, tržby, zákazníky, zaměstnance, materiál, skladové zásoby, rezervační SMS, podklady pro účetní, EET, GDPR a mnoho dalšího.

Vsázíme na zkušenosti, kvalitu a pomoc

- Stojíme na pevných základech – máme 17 let zkušeností, program je tak doveden k naprosté dokonalosti jak pro jednotlivce, tak pro velké firmy.
- Rozumíme vašim potřebám – za vývojem programu jsou lidé s kadeřnicko-kosmetickou praxí i majitelé salonů. Můžete si tak být jisti skutečnou praktičností HairSoftu.
- Nejste v tom sami – dle našich VIDEO i PDF manuálů si snadno s programem poradíte. Na vaše zvědavé dotazy rádi odpovíme na naší technické podpoře.
- HairSoft se stále vyvíjí a doplňuje o nové a vychytané funkce pro usnadnění vašeho podnikání. V tuto chvíli je jedním z nejdokonalějších a nejkomplexnějších softwarů pro zkrášlovací služby.



*"Věří nám stovky salonů v Česku i na Slovensku.
Vsáďte na jistotu
a používejte HairSoft i vy."*

Stáhněte si 30 denní zkušební verzi zdarma
a přesvědčte se sami!
www.hairsoft.cz

Zadejte při nákupu
kód „KW3“
a získáte od nás
první měsíc jako dárek.

JAK VYBRAT TO SPRÁVNÉ ŘEŠENÍ?

Důležitým krokem při přípravě na EET je výběr správného řešení, které bude vyhovovat právě naší provozovně. Většina řešení umí víc než jen vydávat účtenky, dokáže pomoci i při vedení a provozu firmy.

Při výběru vhodného řešení pro evidenci tržeb si nejprve položte několik důležitých otázek: Budu evidovat na jednom místě? Budu zařízení přenášet? Chci jen EET, nebo i další funkce (účetnictví, skladové hospodářství...)? Mám na zaevidování více času, nebo potřebuji evidovat co nejrychleji? Stačí mi jen zařízení, nebo chci i pravidelný servis?

Před spuštěním ostrého provozu je dobré otestovat funkčnost a správné nastavení zařízení. Zkontrolovat nastavení, zda jsem či nejsem plátcem DPH, nastavit čas (čas v datové zprávě a čas na účtence se musí shodovat), překontrolovat, zda jsou na účtence všechny potřebné údaje (pozor na číslo provozovny), a ověřit si na portálu finanční správy, zda se platby správně zaevidovaly.

POMOCNÍK PRO VAŠE PODNIKÁNÍ

Technologie pro EET však zvládne víc než jen evidovat účtenky. Vede rezervační systémy, kartotéku, funguje jako recepční asistent. Co mohou jednotlivá řešení kosmetickým salonům nabídnout? „Důležitá je určitě volba silného dodavatele, u kterého je jistota, že na trhu bude fungovat i v budoucnu, že za pár měsíců nezmizí. Ideální je, pokud dodavatel má již zkušenosti z první a druhé vlny EET. Mezi zásadní kritéria výběru potom patří špičkový servis a nonstop podpora od dodavatele, zálohování dat, bezpečnost celého řešení, vzdálená správa,“ vyjmeno-



vává Milan Hába, manažer projektu O2 eKasa.

„Některé nabízené technologie pro EET toho zvládají mnohem více, od kartotéky zákazníků, skladu, tržeb, docházky až po podklady pro účetní. Je na podnikateli, zda chce pouze malou jednoúčelovou EET pokladnu, nebo své podnikání posune dál a vybere si komplexní program, který mu přinese mimo funkce EET i mnoho dalších benefitů. Po zodpovězení otázky, co vlastně chci, se můžete pustit do výběru zařízení či programu do vašeho salonu,“ navazuje Zdeněk Bednář, majitel společnosti UnisSoft.

„Rezervační systém myFox s EET pokladnou a kartotékou je vytvořený moderním způsobem jako cloudová aplikace. Běží tedy z internetu na libovolném zařízení (jako např. internetové bankovníctví). Záleží tedy spíše na velikosti salonu a preferencích majitelky. Pro OSVČ, které pracují samy na sebe, je ideálním zařízením mobil. MyFox je dostupný jako appka pro Apple i Android. K mobilu stačí dokoupit malou bezdrátovou tiskárnu účtenek. MyFox navíc umí snadno odesílat účtenky SMSkou nebo emailem. U větších salonů pak doporučujeme pro myFox tablet (iPad), notebook nebo stolní počítač,“ říká Ondřej Bendl, jednatel společnosti Fox Cloud.

„Je dobré si vybrat zařízení či technologii přímo dle vašeho oboru. CASHave pokladní systém je přesně pro ty, kteří dělají svět krásnější a zdravější. Pro všechny beauty salony, kadeřnice, vizážisty a fitness centra, kde jsou šikovní lidé, kteří svůj čas chtějí věnovat zákazníkům a nestudovat složité návody. Je to plnohodnotný pokladní systém se snadnou evidencí EET, který uživateli usnadní každodenní práci s vystavováním plateb, a navíc vyřeší zákonnou povinnost s EET. Daňové doklady lze tisknout odkudkoliv přes bluetooth tiskárnu, či systém napojit na platební terminál, který vám účtenku též vytiskne,“ vysvětluje Kamila Dmitruková, Marketing Manager společnosti Sonet.

IDEÁLNÍ ŘEŠENÍ EET PRO KOSMETICKOU BRANŽI – JEDNODUCHÉ A FUNKČNÍ

Kosmetička či kadeřnice potřebuje mít především čas na svoji práci. Řešení pro EET by proto mělo být co nejjednodušší. „Nemusí využívat speciální zařízení, stačí mít nainstalovanou mobilní aplikaci CASHave pokladnu a pro účtenky mít po ruce malou bluetooth tiskárnu,“ vysvětluje Kamila Dmitruková.

„Pro OSVČ salon je ideálním zařízením mobil. Doporučujeme modernější typ střední nebo vyšší kategorie. Podporované jsou obě platformy Apple iOS i Android. Pro větší salony

s recepcí doporučujeme PC s monitorem, který může nahradit (nebo doplnit) papírovou objednávací knihu," říká Ondřej Bendl.

Mobilní operátor O2 připravil řešení O2 eKasa Kompakt. Jedná se o lehké mobilní zařízení včetně zabudované tiskárny, platebního terminálu a připojení k internetu. Je to řešení vhodné právě pro kadeřníky a kosmetičky a dále pro ty, kdo často cestují za svými zákazníky. O2 eKasa Kompakt vydrží nabitá celý den a je jenom o něco těžší než běžný mobilní telefon. Zařízení lze používat jak v provozovně, tak na cestách. Některým kadeřníkům a kosmetičkám může stačit také pouze mobilní aplikace O2 eKasa pro Android.

Některá řešení EET umí zpracovat i dárkové vouchery, různé kupony, slevy nebo přijímat vouchery a poukázky benefitních systémů, jako je např. Sodexo. V myFoxu je možné si do ceníku přidat položku dárkový po-

ukaz a prodávat ji i uplatňovat. Funkcionalita a vytvoření grafického dárkového poukazu v myFoxu sice zatím není, ale je v plánu umět o budoucnou poukazy vytvářet v podobě PDF.

ŘEŠENÍ PRO VÍCE IČO V JEDNOM SALONU

V řadě kosmetických studií a kadeřnických salonů často pracují kosmetičky a kadeřnice s vlastním IČO. Jednodušší i ekonomicky výhodnější pro ně bude pořídit si a používat jednu pokladnu dohromady, než mít pokladní zařízení každá zvlášť. Toto by měly společně uvážit a zohlednit i při výběru pokladního řešení.

„Nemusíte mít vlastní zařízení, postačí mít vlastní licenci CASHave pokladny a používat svůj mobilní telefon, tablet či počítač. Pro tisk pak využijete bluetooth tiskárnu či stávající platební terminál, pokud jej máte," vysvětluje Kamila Dmitruková.

Pokud si kosmetička, která není zaměstnancem salonu, ale pracuje na IČO a pronajímá si v salonu místo, vybere řešení od O2, musí mít svou vlastní EET pokladnu. O2 eKasa Kompakt je mobilní řešení včetně zabudované tiskárny, platebního terminálu a připojení k internetu. Zařízení vydrží nabitá celý den a je jenom o něco těžší než běžný mobilní telefon. Vhodná je také aplikace O2 eKasa pro Android. Aplikaci stačí stáhnout do mobilu nebo tabletu, není potřeba kupovat žádné další zařízení. Zprovoznění je velmi jednoduché, pouze zadáte základní údaje o svém podnikání a můžete začít vystavovat účtenky. Zákazníkům můžete posílat účtenky e-mailem nebo prostřednictvím SMS, obejdete se bez tiskárny, vše zpracujete v elektronické podobě. S aplikací automaticky získáte bezplatnou telefonickou podporu. Aplikace je zdarma a podle toho, jak

INZERCE

Více než EET pokladna?

Přehledný pokladní systém, který je přizpůsobený pro potřeby salonů krásy. Intuitivní obsluha, integrovaný rezervační portál a jednoduché bezhotovostní platby.

- // Online platby ochrání před nespolehlivými zákazníky
- // Žádné škrtání v diáři - jednoduchý rezervační portál dokáže zaplnit i málo vytížená časová okna
- // Mimořádná **daňová sleva 5 000 Kč** na zařízení

Věnujte se vašemu podnikání, vše ostatní zařídíme za vás

www.vicenezEET.cz

ZAŘÍZENÍ
ZDARMA

často vydáváte účtenky, si můžete vybrat jeden ze dvou měsíčních tarifů. „MyFox umí přepínat IČO. Appka není vázána na jedno zařízení. Každá kosmetička může mít myFox ve svém mobilu a současně může být třeba na recepci notebook, kde má recepční k myFoxu také přístup a přepne IČO při vystavování účtenky,“ vysvětluje Ondřej Bendl.

„Všem ičačkám v jednom salonu stačí jeden počítač s programem HairSoft, každá si v něm poté účtuje sólo na svoji vlastní firmu a program odesílá jednotlivé účtenky do EET zvlášť,“ představuje další možné řešení Zdeněk Bednář.

ŘEŠENÍ PRO MOBILNÍ PROVOZOVNU

Ondřej Bendl za myFox doporučuje pro mobilní provozovny mobil s přenosnou bezdrátovou tiskárnou. Data jsou tak dostupná v mobilu i v jiném zařízení ve stálé provozovně.

Také CASHave pokladnu lze využít i na cestách, postačí k tomu mobilní aplikace na vašem stávajícím mobilním telefonu. Pokud nechcete tisknout účtenku pomocí bluetooth tiskárny, lze ji poslat zákazníkovi formou SMS či emailem.

Pro případ mobilní provozovny je určeno rovněž řešení O2 eKasa Kompakt, tedy lehké mobilní zařízení včetně zabudované tiskárny, platebního terminálu a připojení k internetu. Je to řešení vhodné pro ty, kdo často cestují a navštěvují své zákazníky, ale lze ho využít i v provozovně. O2 eKasa Kompakt vydrží nabitá celý den a je jenom o něco těžší než běžný mobilní telefon. Pokud podnikáte na dvou místech zároveň a máte na mysli propojení dvou kas, tak to možné není. Pokud máte stálou provozovnu a například jeden stánek (nebo cestujete za klienty), tak potřebujete dvě kasy. Pokud ve stálé provozovně nepřijímáte platby, nebo je provozovna zavřená, když v ní nejste, a jezdíte ke klientům, tak stačí jedno zařízení O2 eKasa Kompakt. Když máte dvě a více zařízení, vidíte všechny kasy a prodané zboží nebo služby v eKanceláři, přes kterou máte vzdálený přístup do vašich kas. To

samé samozřejmě platí i v případě, že máte kasu jenom jednu. V eKanceláři můžete mimo jiné upravovat zboží a sledovat prodeje naživo. Kasy ale vidíte odděleně. Každá má svůj vlastní sklad a reporty prodaného zboží a služeb. Na funkci jednoho sdíleného skladu pro všechny kasy dodavatele se pracuje.

EET VÁS NEMUSÍ ZRUINOVAT

Obavy často vyvolává finanční zátěž spojená s investicemi do EET zařízení. Ta je rozdílná podle typu zařízení a využívaných služeb. Nemusí jít vždy o desetitisíce, jak vysvětlují dodavatelé.

„Finanční náročnost se nedá konkrétně určit. Záleží na tom, jak moc je salon v tuto chvíli vybaven, zda už například máte počítač, tiskárnu apod., nebo nemáte vůbec nic. A pochopitelně záleží i na velikosti firmy. Proto se nedá jednoznačně říct, kolik vás bude zavedení EET stát. To se odvíjí od vašeho aktuálního stavu a samozřejmě i od toho, jaké řešení si pro EET zvolíte,“ vysvětluje Zdeněk Bednář.

„Pro aplikaci MyFox potřebujete modernější typ mobilu střední nebo vyšší kategorie (ceny cca od 4 000 Kč). MyFox jako aplikace je k dispozici plně funkční na tři týdny na vyzkoušení zdarma. Doporučujeme tedy vyzkoušet přímo na zařízení, které máte k dispozici, a pokud vše funguje správně, stačí třeba dokoupit jen tiskárnu. Nejlevnější podporovaná tiskárna vychází na 2 400 Kč,“ říká Ondřej Bendl.

V podobné ceně se pohybuje také řešení O2 eKasa Kompakt, které stojí 4 995 Kč bez DPH. Tarif si zákazník zvolí podle potřeb svého podnikání. Mobilní aplikace je zdarma a podle toho, jak často vydáváte účtenky, si můžete vybrat jeden ze dvou měsíčních tarifů.

„Cena CASHave pokladny se snadnou evidencí EET bude za 140 Kč/ měsíc. Pro naše zákazníky ji ale nabízíme minimálně do 1. 5. 2020 zcela zdarma, aby si ji mohli v klidu nezávazně vyzkoušet a nastavit,“ uvádí Kamila Dmitruková.

Každý, kdo eviduje tržby, má ze zákona právo využít jednorázovou slevu na dani ve výši 5 000 Kč ve zdaňovacím období, kdy poprvé zaeviduje tržbu. Na tuto částku má podnikatel nárok

CO DĚLAT PŘI VÝPADKU SPOJENÍ A PORUŠE POKLADNY?

Časový úsek mezi pokusem o odeslání údajů o evidované tržbě z pokladního zařízení poplatníka a přijetím fiskálního identifikačního kódu na pokladní zařízení poplatníka se nazývá doba odezvy. Mezní dobu odezvy stanoví poplatník delší než 2 sekundy.

V případě překročení mezní doby odezvy zašle poplatník datovou zprávu nejpozději do 48 hodin od uskutečnění evidované tržby a není povinen na účtence uvádět fiskální identifikační kód.

V případě, že dojde k poruše pokladny, nemusí podnikatel přerušit činnost. V okamžiku inkasa tržby však nemůže zaslat správci daně údaje o evidované tržbě a vystavit zákazníkovi účtenku. Pokud se bude jednat o jím nezaviněný stav a tuto skutečnost prokáže, nebude za nezaslání údajů o tržbě a nevydání účtenky sankcionován. Po zprovoznění pokladního zařízení musí podnikatel zaslat údaje o přijatých tržbách dodatečně, a to v důvodných případech i jednou sumární částkou. Vrací-li se evidovaná tržba nebo se provádí její opravy, resp. storno, použijí se ustanovení týkající se evidence tržeb obdobně s tím, že je tato tržba evidována jako záporná.

Postup se vztahuje na případy: vrácení zboží bez uvedení důvodu, při vyřízení reklamace, u omylem zaevidované tržby nebo na případy, kdy byly údaje o evidované tržbě zaslány správci daně před přijetím tržby a zákazník nakonec zboží nezaplátil.

bez ohledu na skutečně vynaložené náklady. Sleva se týká pouze fyzických osob. Týká se poplatníka, nikoliv provozovny, nelze ji tedy uplatnit vícekrát, například na každou provozovnu.

OBÁVÁTE SE PŘÍCHODU EET?

Se silným partnerem nemusíte

Od letošního května se elektronická evidence tržeb týká také kadeřníků a kosmetiček. A ne jenom jich. Tržby musí elektronicky evidovat každý podnikatel a živnostník, který přijímá platby v hotovosti nebo jiným obdobným způsobem.

V praxi to znamená, že si dříve nebo později musíte vybrat vhodné řešení pro EET. Ideální je **zvolit si silného a důvěryhodného dodavatele**, u kterého máte jistotu, že má zkušenosti už z 1. a 2. vlny EET, a u kterého se dá předpokládat, že tady bude ještě za několik dalších let. Při výběru řešení je dobré zaměřit se na několik zásadních věcí, jako je **špičkový servis, nonstop podpora, zálohování, bezpečnost** a třeba i **vzdálená správa**. A to přesně nabízí O2.

Pro kadeřníky a kosmetičky se nejvíce hodí řešení O2 eKasa Kompakt, případně mobilní aplikace eKasa pro Android.

O2 eKasa Kompakt je lehké mobilní řešení včetně zabudované tiskárny, platebního terminálu a připojení k internetu. Je to řešení především pro samostatné podnikatele, kteří si



pronajímají pracovní místo v kadeřnickém nebo kosmetickém salónu, často za svými zákazníky cestují, nebo chtějí mít ve své provozovně mobilní zařízení, se kterým mohou vyrazit za klientem. Řešení je vhodné také pro stánkový prodej. O2 eKasa Kompakt vydrží nabitý celý den a je jenom o něco těžší než běžný mobilní telefon.

Od března bude k dispozici **mobilní aplikace eKasa pro Android**. Aplikaci stačí stáhnout do mobilu nebo tabletu, který už máte, není potřeba kupovat žádné další zařízení. Zprovoznění je velmi jednoduché, pouze zadáte základní údaje o svém podnikání a můžete začít vystavovat účtenky. Aplikace je vhodná především pro podnikání na cestách nebo pokud si pronajímáte pracovní místo v salónu. Svým zákazníkům můžete posílat účtenky e-mailem nebo prostřednictvím SMS. Pokud potřebujete účtenky

tisknout, tak k většině zařízení je možné připojit tiskárnu přes Bluetooth.

Všechna řešení O2 využívají on-line eKancelář, kde můžete živě sledovat prodané služby a zboží, můžete zboží upravovat a získávat podrobné reporty svého podnikání.

Od 1. 3. 2018 se povinnost evidovat tržby nevztahuje na platby kartou, ale i ty můžete evidovat dobrovolně. Pokud se tak rozhodnete, **můžete mít provoz EET pokladny od O2 za zvýhodněnou cenu, nebo dokonce zcela zdarma**. Stačí pouze splnit měsíční obrát platby kartou.

Nezapomeňte, že si musíte také zařídit přístup do webové aplikace Finanční správy a získat potřebný certifikát. Jak vše v pohodě zvládnout a dobře se na 3. a 4. vlnu EET připravit, najdete na stránce www.o2.cz/ekasa a na stránce EET jednoduše www.o2.cz/podnikatel/eet-jednoduse.



INZERCE

ekasa.cz

O2



Vyřešte EET s eKasou

již za **1 Kč**

Uvedená cena za pořízení pokladny platí při splnění podmínek akce do 30. 4. 2020. Výše měsíčního paušálu za využívání služby se řídí kompletními podmínkami na www.o2.cz/ekasa.

6 CHYB, KTERÝCH BYSTE SE MĚLI PŘI ZAVÁDĚNÍ EET VYVAROVAT

1. Nenechte EET na poslední chvíli.

Povinnost elektronické evidence tržeb se od 1. května 2020 dotkne další velké skupiny živnostníků a podnikatelů, tedy i vás. Registrace do systému EET nepatří k nejjednodušším úkonům. Pokud není IT právě vaším koníčkem, pak svěřte zprovoznění EET pokladny do rukou odborníkům.

2. Ověřte si druh vašich plateb.

Podnikáte již delší dobu nebo jste v businessu nováčkem? Pokud vaši zákazníci neprovádějí úhrady za vaše produkty nebo služby výhradně bankovním převodem nebo platebními kartami, pak se EET vztahuje také na vás. Podmínky novely EET jsou závazné pro všechny, kteří přijímají hotovostní platby, stravenky nebo poukázky. Na velikosti vašeho obrátu nezáleží.

3. Neignorujte přání vašich zákazníků.

Přejí si u vás platit platební kartou a vy ještě tuto platební metodu nepodporujete? Při vstupu do EET můžete vyřešit i tento problém. Zvolte si pokladnu kombinovanou s platebním terminálem. MARKEETA nabízí intuitivní a jednoduchou pokladnu MARKEETA Pay kombinovanou s platebním terminálem.

4. Papír snese vše, ale tohle nevydržíte vy jako podnikatel.

Zvolte si řešení na míru pro vaše podnikání. Vystavíte-li v průměru více než 5 účtenek denně, pak počítejte s námi:

PAPÍR a EET

2 minuty vypsání 1 papírové účtenky

10 minut denně

1 hodina týdně (máte-li otevřeno pondělí – sobota)

4 hodiny měsíčně

48 hodin ročně

??? hodin archivace papírových účtenek

??? hodin povinná čtvrtletní návštěva finančního úřadu

A NAVÍC: vyšší riziko chyb při ručním zápisu, náročná archivace a povinnost doručit každé čtvrtletí přehled o vystavených účtenkách v papírové formě

na příslušný finanční úřad. Rozhodně nic pro ty z vás, pro které je složitá administrativa a úřednický šiml strašákem.

EET ELEKTRONICKY

5 vteřin vystavení 1 účtenky ve vaší elektronické pokladně

25 vteřin denně

2,5 minuty týdně (máte-li otevřeno pondělí – sobota)

10 minut měsíčně

2 hodiny ročně

0 hodin archivace – systém provádí automaticky

0 hodin návštěv na finančním úřadu – systém odesílá automaticky 24/7 online

A NAVÍC: Vaše elektronická pokladna nainstaluje online povinné zákonné aktualizace a zajistí, že datum a čas na vašich účtenkách budou vždy správně.

Můžete tak věnovat váš čas vaší živnosti a vašim zákazníkům. Na těch přece záleží!

5. Pořízením pokladny to nekončí.

Hledáte pokladní řešení za jednorázovou částku bez pravidelných poplatků? Potom se ptejte, z čeho bude váš dodavatel hradit údržbu a aktualizace pokladny. Za 3 roky existence EET bylo nutné pokladny opakovaně aktualizovat z důvodu technických nebo legislativních změn na straně finanční správy (např. změna kořenového certifikátu,

uvedení DIČ na účtenkách, změna výpočtu DPH apod.). Jednorázové pořízení se vám tak může velmi prodrazdit na následných nákladech za aktualizace nebo upgrade pokladny.

6. Nejlevnější pokladní řešení nemusí být nejspolehlivější.

I za 1 korunu můžete mít EET vyřešeno. Pokladny MARKEETA vám splní zákonnou povinnost při minimálním vstupním nákladu 1 Kč. V platbě je zahrnuta SIM karta pro připojení pokladny k internetu. Pro snadný vstup do EET se MARKEETA postará o instalaci pokladny v hodnotě 990 Kč (bez DPH) přímo u vás. Pravidelná měsíční platba ve výši od 399 Kč měsíčně b.DPH (dle zvoleného balíčku služeb) vám zajistí klid pro vaše podnikání minimálně na 24 měsíců: technickou podporu, servis, zálohování dat, aktualizace, změny certifikátů nebo sazeb DPH už nebudete sami řešit. Jděte s dobou e-cars, e-neschopenek a e-účtenek a zvolte si jistotu a klid pro vaše podnikání.

Ať podnikáte v jakémkoliv oboru, máme pro vás jednu praktickou radu na závěr: Stresové situace při nefungující pokladně. Naštvaní zákazníci. Zbytečně strávené hodiny při cestách na úřady...To za to nestojí! Zajistěte si zákaznickou podporu odborníků předem.

Zaujaly vás praktické rady od MARKEETY? Vyžádejte si individuální nabídku pokladního systému EET právě pro vás: obchod@markeeta.cz nebo nám zavolejte na: 800 701 701.



EET pokladna za korunu

INZERCE



MARKETA



**Instalace
v hodnotě
990 Kč
ZDARMA**



www.markeeta.cz



EET SE NEODKLÁDÁ

Jak sdělilo Ministerstvo financí, ze zákona není možné odložit start třetí a čtvrté vlny elektronické evidence tržeb účinné od 1. května 2020.

V souvislosti s aktuální situací způsobenou onemocněním koronavirem bude Finanční a Celní správa, podle sdělení ministryně Aleny Schillerové, při kontrolní činnosti od 1. května po dobu 3 měsíců postupovat s maximální tolerancí a plnit pouze poradní funkci. Fakticky se tak podle ní podnikatelé jakkoliv dotčení koronavirem nemusí po tuto dobu obávat sankcí, pokud se nebyli schopni připravit včas na vznik evidenční povinnosti.

ČAS NA ČERPÁNÍ INFORMACÍ

Termín spuštění EET se sice nemění, nicméně čas na to získat maximum informací pro provoz provozovny po zavedení elektronické evidence tržeb se prodloužil. To mnohé kosmetické nebo kadeřnické salony určitě uvítají. Otázkou dnes samozřejmě zůstává, kdy opravdu bude moci systém školení opět nastartovat, zda se bude jednat o „klasické“ semináře, nebo jejich on-line podobu.

Z široké nabídky akcí k tématu EET vybíráme několik, které by vás mohly zaujmout.

Březnové termíny byly zrušeny, dubnové zatím zůstávají.

Školení pod hlavičkou

INVAP – Institut vzdělávání a péče

14. 4. 2020 - 3v1 – EET, GDPR a Jak určit cenu za ošetření

10:00 – 13:00 a 14:00 – 17:00

16. 4. 2020 - 3v1 – EET, GDPR a Jak určit cenu za ošetření

10:00 – 13:00 a 14:00 – 17:00

23. 4. 2020 - 3v1 – EET, GDPR a Jak určit cenu za ošetření

10:00 – 13:00 a 14:00 – 17:00

Registrace místa na školení je možno provést přes webové stránky: www.invap.cz.

Adresa školicího centra INVAP je na adrese Truhlářská 14, Praha 1.

Školení pod hlavičkou

INTGRA CENTRUM

20. 4. 2020 Elektronická evidence tržeb po novele 2020

9:00 – 14:00 – OSTRAVA, Harmony Club Hotel

22. 4. 2020 – Elektronická evidence tržeb po novele 2020

9:00 – 14:00 BRNO, Hotel Avanti

Školení pod hlavičkou

STORMWARE

Školicí místnost: STORMWARE

Za Prachárnou 4962/45

586 01 Jihlava

Školení mobilních aplikací

mPOHODA a mKasa

V rámci kurzu se pomocí praktických ukázek seznámíte s možnostmi, nastavením a používáním aplikací mPOHODA a mKasa. Dozvíte se, jak založit firmu, vystavit prodejní doklad ze svého telefonu či tabletu a také vás naučíme, jak evidovat tržby (EET) z mo-

bilu. Samozřejmě vám doporučíme vhodné hardwarové doplňky.

Dubnové termíny školení:

1. 4. 2020 | Ostrava

8. 4. 2020 | Plzeň

9. 4. 2020 | Jihlava

9. 4. 2020 | Praha

21. 4. 2020 | Hradec Králové

24. 4. 2020 | Brno

29. 4. 2020 | Praha

Elektronická evidence tržeb

v programu POHODA

Na školení rozšíříte své znalosti o funkce programu POHODA, které souvisejí se zavedením elektronické evidence tržeb (EET). V úvodu se seznámíte s potřebnými kroky ještě před samotným používáním těchto funkcí a hned na to bude následovat ukázka správného nastavení programu, tak abyste z něj mohli tržby evidovat. Další část bude zaměřena na odesílání dokladů na portál Finanční správy a řešení jednotlivých stavů, které při evidenci tržeb mohou nastat.

Dubnové termíny školení:

7. 4. 2020 | Praha

16. 4. 2020 | Brno

27. 4. 2020 | Praha

27. 4. 2020 | Ostrava

28. 4. 2020 | Ostrava

28. 4. 2020 | Jihlava

Informace o časech školení čtenáři naleznou na webové stránce:

www.stormware.cz

ZA STUDENA, NEBO ZA TEPLA?

Stále víc se zajímáme o kvalitu potravin, které konzumujeme, a snažíme se o nich získat co nejvíce informací. Týká se to např. oleje. Je vhodnější lisovaný za studena, nebo za tepla? V prvním případě se lisuje přímo bez předchozích úprav (ve skutečnosti i při tomto způsobu lisování dochází k zahřátí semen na teplotu 50 až 60 °C díky vysokým tlakům v lisech). Lisování za studena je považováno za nejšetrnější postup, jakým lze olej ze semen získat. Surový olej obsahuje řadu nežádoucích látek, které se odstraňují rafinací. „Často se stává, že spotřebitel neví, co se za rafinaci skrývá a k čemu slouží. V poslední době se stále více objevují diskuse, zda konzumovat olej lisovaný za studena, nebo rafinovaný. Rafinací se olej zbavuje zbytků mechanických nečistot, buněčných tkání, bílkovin a sacharidů, vody a doprovodných látek, kterými mohou být stopy pesticidů, případně těžkých kovů nebo dalších kontaminantů, jež přešly z životního prostředí,“ vysvětluje Jiří Brát ze Svazu pěstitelů a zpracovatelů olejin. Na druhou stranu se při rafinaci rovněž snižuje obsah prospěšných biologicky aktivních látek, jako jsou například tokoferoly (vitamin E) a rostlinné steroly. To však neznamená, že rafinovaný olej obsahuje méně vitamínu E.



Hana Profousová, Foto: archiv firem a Shutterstock

CO VÁS POSTAVÍ na nohy

SKÁKEJTE JAKO KAMZÍK!

Cvičení je bezesporu zdravé. Myslete ale na to, že je důležité i správné protažení a samotné provedení cviků, abyste se vyhnuli zdravotním komplikacím. Jestliže vás přesto začnou bolet klouby, šlachy nebo vazy, dodejte jim kolagen a vitamin C. Všechny složky obsahuje například přípravek Cemio Kamzík.



OBEZITA JE NEMOC

Nadváha či přímo obezita není jen problém konfekční velikosti, ale jde především o chronické onemocnění, které s sebou přináší zdravotní komplikace. V tomto případě už pouhá úprava životního stylu nestačí. Jednou z možností cílené léčby je metabolická chirurgie. Novým trendem v této oblasti je hledání stále méně náročných (agresivních) operací, co nejméně zatěžujících nemocného, nicméně efektivních, a co možná nejvíce vratných, tedy těch, které nejsou založeny na nevratných zásazích na zažívacím traktu (žaludek a střeva).

„Jednou z těchto slibných možností je relativně jednoduchý a přitom potenciálně vratný zákrok na tenkém střevu: entero-entero anastomóza. Jde o laparoskopickou operaci, která spojí stranou ke straně dvě části tenkého střeva,“ vysvětluje prof. Martin Fried, předseda České obezitologické společnosti a chirurg OB Kliniky. Tímto celkově nepřilíš zatěžujícím zákrokem se v řádu několika týdnů od operace sníží hmotnost a podstatně zlepší nebo i úplně vymizí cukrovka 2. typu, sníží se tlak apod.

ODFILTRUJTE ALERGENY

S příchodem dlouho očekávaného jara bohužel přichází i travní a pylová alergie. Má tedy vůbec pro alergika smysl mít čističku vzduchu doma, když nejvíce pylů je stejně venku? Rozhodně ano! Venkovní koncentrace pylů ve vzduchu je velmi vysoká a snadno se tak stane, že nám domů vletí alergen otevřeným oknem nebo si jej přineseme na oblečení či ve vlasech. A právě těchto částic nás může doma spotřebič zbavit. Je potřeba ho přizpůsobit i sezonním potřebám a vybavit správnými filtry (na pyl, prach, zvířecí alergen ad.).

NEPODCEŇUJTE PREVENCI!

Česká republika je ve statistikách onemocnění rakovinou bohužel na předních místech na světě.

U žen je jednou z nejrozšířenějších forem karcinomu rakovina prsu, u mužů rakovina prostaty. Časná stadia nemoci neprovázejí žádné příznaky, proto je velmi složité zachytit nemoc v počátcích. Lékaři stále zdůrazňují důležitost samovyšetření. A protože jedním z vedlejších příznaků rakoviny bývá ztráta plodnosti, doporučují také tzv. Social freezing, tedy zamrazení a uchování sperma nebo vajíček, které nabízí např. klinické centrum Iscare.



NOVINKA

PÂTE GRISE JOUR

Denní zmatňující gel s protizánětlivými účinky konopného extraktu, čilské máty a zinku.

NOVINKA

PÂTE GRISE PAPIERS MATIFIANTS

Přírodní celulózové papírky proti nechtěnému lesku.



NOVINKA

PÂTE GRISE NUIT

Noční purifikační péče protizánětlivými účinky extraktů čilské máty a zinku a vyhlazujícími účinky AHA kyseliny glykolové.

NOVINKA

PÂTE GRISE SOIN NUDE SPF30

Krycí péče se zapouzdřenými pigmenty pro efekt jednotné a dokonalé pleti, navíc chrání pokožku pomocí SPF30 před sluncem.

PÂTE GRISE

PUPÍNKY? NIKDY VÍCE!

Válka s pupínky je u konce, stejně jako krkolomná cesta za znovuoobjevením čisté a svěží pokožky.

Věděli jste, že PAYOT se zrodil z nedokonalosti... pupínku, specificky? Ten byl totiž výchozím bodem pro vznik slavného produktu PÂTE GRISE v roce 1947!

Od té doby značka pupínky pozorovala a poznala jejich původ a mechanismy. S těmito zkušenostmi nyní PAYOT rozšiřuje svou kultovní řadu péče o pleť se sklonem ke vzniku nedokonalostí.

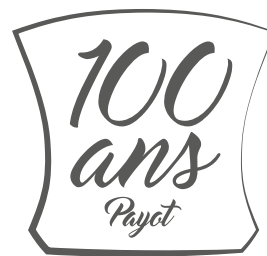
Pupínky netrápí jen teenagery, ve skutečnosti 1 z 5 dospělých lidí trpí na občasné nedokonalosti, zejména v městských oblastech. Studie poukazují na souvislost mezi vlivem znečištění na pokožku a vznikem nedokonalostí.

PAYOT uvádí na trh 4 nové produkty z řady Pâte Grise! Díky jejich purifikačním účinkům pomáhají udržet rovnováhu pokožky, zatímco ji chrání před znečištěním.

Úžasně senzorická péče o pleť s hedvábnými texturami, které nikdy nezanechávají pocit mastnoty. Sametově matná pleť, zelená a květinová vůně s tóny růže, jasmínu, dřevin a pižma.

PURETÉ ESSENTIELLE

60 minutové profesionální purifikační ošetření pro smíšenou až mastnou pleť. Hřejivý peeling s mikročástičkami uhlí otevře póry a odstraní odumřelé buňky a chladivá alginátová maska pleť vyčistí a purifikuje.



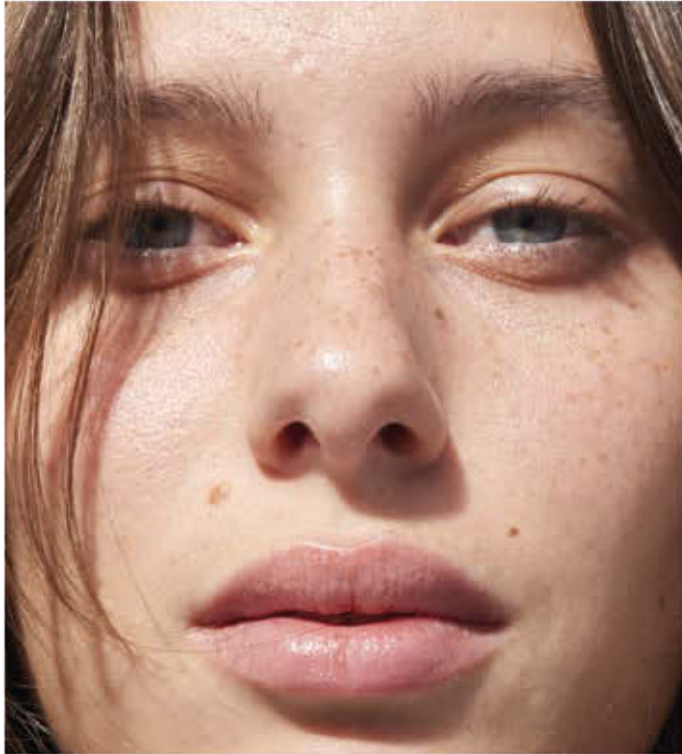
Vyhledat salon PAYOT.



www.payot.sk @payotcz #pategrise

PAYOT

P A R I S



PÂTE GRISE

SVĚŽÍ PÉČE PRO PLEŤ S NEDOKONALOSTMI

NENAOLEJUJE-LI TĚ JULIE...

...naolejuj se sama! Voňavý, hebký, uklidňující – olej je v kosmetice trvale zářící hvězdou. Používá se do koupele i po ní, na tvář i na tělo, na vlasy, nehty, zkrátka všude, kde je potřeba regenerace.

Zvlášť oleje získané z přírody a lisováním za studena si uchovávají všechny důležité látky, pro které ho lidé využívali už ve starověku. Vonnými oleji se natírali králové a královny, ale různé „mazání“, olejové náčinky a zábaly doporučovaly babky kořenářky také „obyčejným“ nemocným na jejich neduhy a zdravým pro krásu. Dnes se k jejich moudrosti pokorně vracíme.

ČÍST ETIKETY SE VYPLATÍ

V kosmetice jsou nejvíc ceněné přírodní oleje lisované za studena, které nesou certifikát biokvality. Stejně jako při nákupu jídla se v tomto případě vyplatí číst etikety, dotazovat se prodejců, zkrátka být informovaným spotřebitelem.

Nejvíce se lze dozvědět z analytického certifikátu. Uvádí složení oleje, tj. obsah jednotlivých mastných kyselin a další důležité fyzikální údaje. Podle nich poznáme, že se jedná o olej z deklarované rostliny. Mělo by v něm být uvedeno i to, odkud rostlina pochází, jakým způsobem byla pěstována a sklizena. Pro kosmetické účely je důležitá také jeho konzistence a vstřebatelnost.

NEZAPOMEŇTE PŘIVONĚT

Každý olej voní trochu jinak a jsou vůně, které vám nemusejí „sednout“. Nos vás také upozorní, že olej obsahuje cizí pachy a že něco není v pořádku, což může být následek použití poškozených, nekvalitních či starých plodů, nevhodného technologického postupu výroby nebo nesprávného skladování. Odborníci hodnotí také intenzitu, stabilitu, čistotu a příslušnost vůně k danému éterickému oleji. Každý má totiž charakteristickou vůni, pro daný druh oleje typickou.

Z jedné rostliny lze získat až tři rozdílné éterické oleje. Zatímco z kůry pomeranče máme pomerančový olej, z květů pomerančovníku oblíbený neroli a z jeho listů petitgrain.

Jiří Harašta, zakladatel české společnosti Saloos, říká: „Naučili jsme zákazníky používat olejovou kosmetiku, která je stále oblíbenější. Pro laika ale není jednoduché se v aromaterapeutické kosmetice dobře orientovat. Vždy velmi záleží na vstupní kvalitě surovin a jejich zpracování. Co se týká rostlinných olejů, pouze u kvalitního za studena lisovaného oleje je zachována charakteristická vůně i barva – některé mají vůni intenzivní, jiné méně. Totéž platí u barvy – od lehkého tónu až po velmi sytou. Je velmi důležité, aby měl olej certifikát nezávislé certifikační organizace, v ČR je to například CPK Bio. Základ pro kvalitní výrobek jsou rostlinné oleje lisované za studena. Pokud na etiketě uvidíte „glycine soja oil“ (sojový olej), je lepší se takovému výrobku vyhnout, je to jen levná náhražka kvalitních rostlinných olejů lisovaných za studena.“

TEKUTÉ ZLATO Z MAROKA

Hitem současné doby je arganový olej, kterému se přezdívá marocké zlato. Strom podobný olivovníku, z jehož žlutých plodů se lisuje, totiž roste jen v Maroku, na území mezi Agádírem a As-Sawírou (Essaouira). Jeho vysoká cena je daná nejen účinky na pokožku,

ESENCIÁLNÍ OLEJE A JEJICH ÚČINKY

Arníkový – arnika vyniká především regeneračními a zklidňujícími účinky na pokožku se sklonem k otokům, výronům, pohmožděninám a modřinám.

Eukalyptový – hodí se pro sychravé zimní dny, působí antibakteriálně, pomáhá při nachlazení, chřipce a zánětech nosních dutin, usnadňuje vykašlávání, zmírňuje bolesti v krku, zpříjemňuje dýchání.

Levandulový – je známý svými uklidňujícími a uvolňujícími účinky. Jeho jemná, květinově pudrová vůně pomáhá při usínání. Stačí pár kapek nakapat na polštář.

Marulový – pochází z jadérek plodů marulovníku namibijského. Tento posvátný strom dává žluté plody o velikosti švestky. Peckovice se suší po dobu několika měsíců, poté se ručně rozbíjejí kamenem o zem a ze skořápky se získávají dvě až tři jádra, ze kterých se lisuje marulový olej. Namibijské ženy ho používají zejména jako ochranu před žhavým africkým sluncem.

Rakytíkový – o rakytníku řešetlákovém je obecně známo, že má vynikající regenerační schopnosti a velmi příznivě působí na problematickou pokožku i vrásky. Hodí se i pro péči o jemnou dětskou kůži.

skvělými výživovými vlastnostmi a jemnou oříškovou chutí (odlišnými postupy se vyrábějí dva druhy oleje – kosmetický a na jídlo), ale i jedinečností. Izraelští obchodníci se prý pokusili vysadit argánie ve své zemi v podobných podmínkách, ale stromy uhynuly. Potřebují prostě marockou půdu, zdejší horké slunce i sláný vítr od Atlantiku.

INZERCE

JARNÍ POHLAZENÍ KOSMETIKY CAPRI



Česká kozí Kosmetika

Capri již 25 let vyrábí

a vyvíjí vyvážené kosmetické přípravky s obsahem nativních kozích látek, které přímo ovlivňují kožní mikrobiom, a tím i krásu a zdraví naší pleti.

Pro profesionální kosmetické ošetření v salonu, ale i pro domácí péči doporučujeme úžasnou dvojici nabitou kozím mlékem a syrovátkou:

● **Zklidňující leknínový krém speciálně vyvinutý pro aktivní 24hodinový účinek.** Obsahuje přírodní biolátky pomáhající komplexně řešit problémy zralé pleti.

● **Esprit Clair K – hydratující a vysoce účinný krém na oční okolí.** Koriguje drobné vrásky kolem očí. Rozjasňuje a opticky sjednocuje oční okolí.



Návštěva manufaktury na výrobu arganového oleje patří k turistickým atrakcím, kterou při cestě do této země rozhodně nevynechejte. Na chvíli se při ní vrátíte do středověku. Ženy v kaftanech sedí na zemi na kobercích a kameny roztloukají ořechy, které se suší v „rijádu“, chcete-li atriu nebo po našem na dvorku. Z jader, připomínajících dýňová semínka, se dalšími postupy a bez pomoci složité techniky získá kosmetický olej. Na jeden jeho litr potřebuje jedna žena asi pět dnů práce. Marocká vláda manuální výrobu podporuje, pro tyto ženy z berberských vesnic je to prakticky jediná možnost zaměstnání, ale samozřejmě hlavní část produkce arganového oleje pochází z průmyslové výroby. Jinak by totiž všechny požadavky na tuto vzácnou surovinu přicházející od kosmetických společností z Evropy i z Ameriky a Asie nebylo možné uspokojit.

SÍLA Z KAMENE

Přírodní olej ale nemusí být jen z rostlin. Originální, zcela ojedinělá surovina pro jeho extrakci je břidlice. Kamenný olej se z této horniny získává v rakouském pohoří Karwendel. Jeho síla pochází z dob před 180 miliony let, kdy se ve vrstvách na dně pramoře usazovaly kostry mořských živočichů a rostliny. Při vzniku Alp byla olejová břidlice erupcí vytlačena nahoru. Její ložisko v údolí nedaleko Pertisau objevil v roce 1902 ve výšce 1800m nad mořem nadšený geolog amatér Martin Albrecht senior. Jeho potomci ze třetí generace, Alexander, Günther a Hermann Albrechtovi, těží a zpracovávají „tyrolský kamenný olej“ dodnes. Využívá se například i v nedalekém hotelu Wiesenhof u jezera Aachen ve wellness nazvaném podle jeho naleziště Karwendeltherme, ale i v některých českých lázních a wellness centrech. Působí příznivě třeba na artrózu, olejová koupel tělo výrazně prohřeje a má relaxační účinky.

OLEJOVÉ LÉČENÍ

Aromaterapie je účinný způsob použití stoprocentně přírodních éterických olejů pro zlepšení zdraví, prevenci onemocnění a zmírnění psychosomatických obtíží. Inhalací se molekuly éterického oleje dostávají přes dýchací systém do krevního oběhu a vyvolávají fyzickou odezvu. Můžou stimulovat, posilovat či relaxovat, podporovat krevní oběh či lymfatický systém a harmonizovat činnost tělesných funkcí. Koncem dvacátých let dvacátého století oživil aromaterapii francouzský kosmetický chemik René-Maurice Gattefossé, který se o éterické oleje začal zajímat, když pracoval pro rodinnou parfumerii. Všiml si, že mnoho éterických olejů používaných při výrobě parfémů bylo lepšími antiseptiky než chemické látky. Při výbuchu v laboratoři si popálil ruku a ošetřil ji čistým levandulovým olejem. Ruka se rychle zahojila, aniž by byla infikována nebo na ní zůstaly jizvy. To ho přivedlo k výzkumu využití éterických olejů v dermatologii a kosmetice. V té době začal nezávisle probíhat výzkum olejů po celém světě.

Nejen pro budoucí maminky. Tělový olej proti striím pomůže těmto pajizévkám předcházet nejen v těhotenství. Obsahuje vitamin E a vysoce kvalitní čistě rostlinné oleje, bohaté na kyselinu linolovou, která posiluje přirozenou bariérovou funkci pokožky, Eucerin, 125ml, 425 Kč



Sérum proti urban-agingu. Pro pleť namáhanou vlivy 21. století bylo vyvinuto olejové sérum CANNEFF® GREEN CBD anti-blue light. Je obohacené o kanabidiol (CBD), squalan a makadamiový olej, extrakt z rozmarýny a vitamin E pro dokonalé zvláchnění, Canneff, 30ml, 588 Kč



Chycení na švestkách. Bio Švestkový olej lisovaný za studena má protizánětlivé vlastnosti, výrazně potlačuje podráždění pleti, pomáhá minimalizovat pigmentové skvrny, tmavé kruhy pod očima a vrásky. Pleť vyživí, zvláční a zanechá ji rozzářenou a bez pocitu mastnoty, Saloos, 20ml, 179 Kč



Levandulové snění. Vyzkoušejte relaxační účinky esence do koupele Levandulové snění, Kneipp, 100ml, 179 Kč



Myje i pečuje. Čistící olej s olivovým olejem a výtažkem listů zelené olivy jemně čistí, promašťuje a zabraňuje nadměrné ztrátě vody. Vytváří na pokožce jemný film, který pleť chrání před vlivem vnějších škodlivých látek, Ziaja, 270ml, 169 Kč

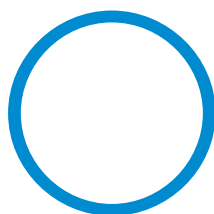


Na obličej, tělo i vlasy. Kosmetické sérum bohaté na esenciální oleje lze použít na obličej, tělo i vlasy, Santo Volcano, 100ml, 520 Kč

IDEÁLNÍ ČAS NA LÁZEŇ JE KOLEM 21. HODINY, KRÁTCE PŘED TÍM, NEŽ SE ULOŽÍTE KE SPÁNKU.

KRÁSA UVNITŘ ZROZENÁ

Inovativní řada kosmetické péče Eberlin Biocosmetics nabízí komplexní péči o pokožku těla a vychází vsťíc požadavkům moderní doby na štíhlé a pevné tělo.



bsažené účinné látky působí na spalování tuků, zlepšení stavu celulitidy, zmenšení otoků a zlepšení mikrocirkulace v pokožce. Se špičkovou

kosmetickou péčí Eberlin Biocosmetics nás seznamuje obchodní a marketingová ředitelka společnosti paní Alena Jírů.

Proč jste se rozhodla právě pro značku Eberlin Biocosmetics?

Hledala jsem značku, která by splňovala moderní nároky na profesionální kosmetiku a zároveň v sobě zahrnovala kompletní koncept péče pro kosmetické salony.

Znamená to tedy, že značka Eberlin Biocosmetics je zcela nová?

Je tomu přesně naopak! Na českém a slovenském trhu jsme se značkou Eberlin od roku 2019, ale společnost byla založena již v roce 1984 ve Španělsku a má za sebou více než 35 let výzkumu a vývoje kosmetických produktů. Historie značky sahá ale mnohem dále. V roce 1550 před naším letopočtem byl v egyptském Luxoru nalezen tzv. Ebersův papyrus – jeden z nejstarších a nejvýznamnějších lékařských papyrů, který obsahuje velmi cenné informace o léčivých rostlinách a jejich účincích. Odtud název společnosti Eberlin, která spojila znalosti starověkých technik s moderními vědeckými

metodami, což dalo vzniknout moderní kosmetické řadě produktů Eberlin Biocosmetics.

Co je hlavní filozofií společnosti?

Filozofií společnosti Eberlin je použití čistých přírodních extraktů a koncentrovaných aktivních látek. Společnost Eberlin má jako jedna z mála kosmetických společností vlastní laboratoře, ve kterých se zabývá výzkumem a vývojem moderních přírodních kosmetických produktů, které splňují veškerá očekávání týkající se účinku působení na pokožku.

Znamená to tedy, že Eberlin Biocosmetics je v biokvalitě?

To bio v názvu značky neznamena biokvalitu, ale to, že společnost Eberlin dbá při vývoji kosmetiky především na výběr kvalitních surovin v biologické kvalitě. S oblibou říkám, že se jedná o moderní značku s velkým důrazem na složení produktů.

Nabízíte kosmetickou profesionální péči v salonech, nebo i pro koncové spotřebitele?

Značka kosmetiky Eberlin Biocosmetics představuje koncept kosmetické péče určený jak pro profesionální použití v salonu, tak pro domácí použití. S ohledem na vysokou odbornost poskytované péče a s ohledem na to, že se jedná opravdu o profesionální značku kosmetiky, můžou si koncoví spotřebitelé zakoupit produkty Eberlin pouze a výhradně v profesionálních kosmetických salonech. Ze stejného důvodu produkty Eberlin není možné zakoupit v e-shopu.

Na jakou kosmetickou péči se zejména zaměřujete?

Eberlin, to je cílená kosmetická péče, která má řešení na veškerou problematiku pokožky. Díky rozsáhlé a komplexní nabídce



ALENA JÍRŮ

obchodní a marketingová ředitelka společnosti Eberlin Biocosmetics

produktů v podstatě neexistuje problém, na který bychom neměli řešení. Máme v nabídce 15 kosmetických řad k péči o pleť, které se dají vzájemně kombinovat, a dosahujeme opravdu excelentních výsledků.

Jaké je portfolio vašich výrobků? Zaměřujete se pouze na péči o pleť?

Kromě uvedených 15 řad určených k péči o pleť máme také devět řad k péči o tělo a dále kompletní nabídku dekorativní kosmetiky a potravinové doplňky. Eberlin Biocosmetics, to je opravdu komplexní způsob péče o klienta a také o kosmetický salon.

Jak s tím souvisejí potravinové doplňky? A co znamená váš slogan „Krása uvnitř zrozená“?

My věříme, že vnější krása často odráží krásu vnitřní. Pokud tedy klienta trápí nějaká problematika pokožky, často to může souviset s jeho vnitřním prostředím. Pro komplexní působení účinných látek na organismus vyvinul Eberlin také řadu výživových doplňků s moderním složením, které nám pomáhají obnovit vnitřní rovnováhu těla:

- Eberlin neobsahuje barviva a syntetické konzervační látky
- Eberlin je bez umělých parfemací
- Eberlin neobsahuje parabeny
- Eberlin není testován na zvířatech a je vhodný pro vegany

Můžete prozradit vaše plány do budoucna?

Jsem kosmetikou Eberlin tak nadšená a ty ohlasy ze spolupracujících salonů jsou natolik pozitivní, že upřímně věřím, že do dvou let budeme na českém trhu významným partnerem mnoha kosmetických salonů. Víme, že máme našim partnerům co nabídnout!



Jaká vůně SEDNE PRÁVĚ VÁM?

Nový parfém si můžete vybírat podle různých kritérií, ale pokud neznáte svůj osobní styl, můžete se zklamat. Zamyslete se nad svou povahou, koníčky, jednoduše zjistíte, kdo jste. Pak se vypravte na nákupy.

Vůně je jednou z nejdůležitějších osobních záležitostí. Každému se líbí jiné a hledání nového flakonu je vždycky jako sázka do loterie. Možná znáte jednotlivé ingredience, možná závan vůně vnímáte jako celek. Buď vás zaujme, nebo ne. Neznamená to, že si s tím, který se vám zalíbil, budete „rozumět“. Může vás hodně zklamat a způsobit bolest hlavy. Na každém se parfém rozvoní jinak.

NAJDETE SVOU OSOBNOST...

Vypravila jste na nákup novinky a teď stojíte bezmocně před regálem plným lahviček. Nebo vám prodavačka nabídne proužek papíru s kapkami vonné esence, ale vy pořád nevíte... Zkuste ho, ale pak odejděte. Nejlepším vodítkem k nákupu parfému vám bude čas, kdy se kapka vůně rozleží na zápěstí nebo za uchem. Zkuste zjistit, jaký je váš osobní voňavý vkus. Ten vás nikdy nezklamе.

JSTE SMYSLNĚ ŽENSKÁ?

Patříte mezi výrazně ženské, smyslné až živočišné typy? Pak si jistě zamilujete vonné směsi, které obsahují gardénii, růži, silnou tuberózu, tureckou růži, zimolez, magnolii, lilii, jasmín, narcis (kořen), frézi, akácii, neřiči orchidej a ylang ylang.

Tip K&W: Parfémová voda Ambrosia di Fiori – intenzivní vzácná esence z kosatce, z jeho kořene, pryskyřice květu, damaské růže, jasmínu, tuberózy, liány, Gucci, 2690 Kč



JSTE VESELÁ EXTROVERTKA?

Jste veselá a extrovertní žena, která si nepotrpí na výstřelky, a to ani u vůní? Pak by vám měla vyhovovat povznášející a štiplavá vůně citrusů. Kromě nich by vám mohly zavonět i hrušky, guave, papaya, jahody, černý rybíz, třešně, mandarinky, granátové jablko, ananas, broskve, švestky, borůvky, kiwi, jablka i zelená jablka. Kdo by



se nechtěl osvěžit? Vyhovují hlavně sportovním typům žen, které se po výkonu potřebují dobít energií.

Tip K&W: Květinová vůně s růží, fialkou, černým rybízem a vlčími máky Popp & Barley, Jo Malone, 1440 Kč

JSTE SLADKÁ JAKO MEDOVÝ KOLÁČ?

Tento typ vůní nejraději používají nováčci, kteří právě objevují parfémy, nebo ti, kteří rádi

vnímají příjemné věci a dobrou náladu. Med zvyšuje hřejivost vůně. Při hledání vonících ingrediencí se zaměřte na tahitskou vanilku, vanilkový lusk, bílou čokoládu, lékořici, pepermint, med, kokosový ořech, karamel a hnědý cukr. Zbožňujete cestování do pouště, milujete teplo a slunce.

Tip K&W: Parfém Maxima je svůdná květinová a orientální vůně s tóny smilů písečného, jehož olej slibuje věčné mládí, voní s nektarinkou a tóny lékořice a jasmínových květů, Avon, 800 Kč



JSTE TAJEMNÁ JAKO LESNÍ NYMFA?

Dobrodružné duše, které milují intenzivní zážitky – to jsou lesní nymfy. Jsou smyslné, vřelé a přitažlivé. Ocení nejvíc vůni mechové zeminy, těžké aroma lesního dubu, žensku, cedru, tabáku, kašmíru, balzámu, sek-

voje, kávy, bílého mošusu, týkového dřeva, mučenky, růžového pepře, santalu, bílého čaje, kašmírového dřeva, cypru, růžového dřeva, kůže a myrhy.

Tip K&W: Parfémová voda Magnetista, to je omamný květinový akord mučenky doprovázený jasmínem a santalovým



„PARFÉM JE NEVIDITELNÝ, ALE NEZBYTNÝ A NENAHRADITELNÝ MÓDNÍ
DOPLŇEK. AVIZUJE, ŽE ŽENA PŘICHÁZÍ, A PŘIPOMÍNÁ JI, KDYŽ UŽ ODEŠLA.“
COCO CHANEL

dřevem. Mučenka díky rostlinné sloučenině chrysinu zvyšuje testosteronovou odezvu, symbolizuje přitažlivost mezi dvěma lidmi, Oriflame, 999 Kč

JSTE PILNÁ HOSPODYŇKA?

Tato vůně je určená pro ty ženy, které milují čistotu nade vše, stále cítí domácnost a mají rády, když vyprané prádlo voní vzduchem. Nejraději mají vůni



čistých dek a povlaků na polštářích, čerstvě vypraného oblečení, vůni při žehlení bavlny, vůni dětského pudru nebo načechraných ručníků po sprše. Pokud na vás sedí takhle charakteristika, podívejte se po esencích pudru, bergamotu, květů jablka a okvětních lístků pomerančovníku.

Tip K&W: Eau Fraiche Love – neroli a petitgrain, svěží a delikátní vůně se svůdným gurmánským základem marshmallow, pivoňka a frézie, bílé pižmo, Kilyan, 4850 Kč

JSTE BEZNADĚJNÁ ROMANTIČKA?

Patříte k elegantním ženám, které lodičky nesundají z nohou? Nosíte kostýmky a v práci jste nejraději šéfová? Vlastní je vám přirozený půvab, nenucenost a sofistikovanost? Dovolena je pro vás nejlepší na jachtě, milujete pohodu a chcete se tak cítit pořád? Umožní vám to takzvané zářivé a svěží vůně připomínající nevšední zážitky. Hledejte parfémy,



kteří obsahují zelené tóny, kumarin (aromatická přísada), lilie a konvalinky.

Tip K&W: Květinová vůně pro běžné nošení i pro speciální příležitost – parfémová voda Carat voní bergamotem, hruškou, fialkou, hyacintem, narcisem, tulipánem, ylang ylang a zimolezem, na závěr bílým pižmem a mimózou, Cartier, 1484 Kč

JAKÝ JE VÁŠ PŘÍBĚH?

Ona a její příběh, to je HERSTORY – vůně inspirovaná příběhy žen, která v sobě snoubí pikantní růžový pepř, pudrově hebký kosatec a hřejivou a okouzlující pačuli, Avon, 649 Kč



Františka Těšínská, foto: archiv firem

ÉMINENCE ORGANIC SKIN CARE

HUNGARY • SINCE 1958



Kanadská celosvětově uznávaná společnost navazující svými recepturami na maďarskou historii lázeňství a bylinkářství. Certifikovaná profesionální bio kosmetika s organickými a biodynamickými ingrediencemi.

- vysoce koncentrovaná
- zpracovávána za nízkých teplot
- oceňovaná pro své okamžité a viditelné účinky
- bez parabenů, bez ropy, bez syntetických barviv a dráždivých sulfátů
- neparfemovaná syntetickými látkami
- netestovaná na zvířatech



• Eminence Organics vysadí 1 strom za každý prodaný produkt



ZELENÁ REVOLUCE

Kosmetika vstupuje do nové éry: je to ekologický životní styl s respektem k přírodě a s péčí o zdraví spotřebitelů. Nová vize představuje šetrný přístup, bioreceptury a čisté suroviny získávané v souladu se sezónami.



istá, zdravá, ekologická a etická, to je mladá generace kosmetiky, která neškodí zdraví ani planetě. Neslibuje kosmetické zázraky, ale poskytuje trvalou podporu zdravé i problematické pleti. Nová filozofie, která přináší zdravé a účinné receptury, získává stále víc podpory ze strany výzkumu, výrobců i spotřebitelů.

Mnoho tradičních značek se už dnes také zaměřuje na tento všestranně šetrný koncept. A tak se i jejich receptury zbavují syntetických molekul (fenoxyethanol, silikon, konzervační látky atd.) ve prospěch přírodních účinných látek využívajících buněčnou inteligenci rostlin pro krásu naší pokožky.

KOSMETIKA A POSTAVENÍ HVĚZD

Trh s novými bioprodukty vykazuje rekordní růst. Kvalita, přírodní suroviny a jejich transparentní původ, respektování biologické rozmanitosti, etická produkce, absence škodlivých příměsí – to jsou klíčové parametry biokosmetiky. Takové přípravky neobsahují žádné pesticidy, chemická hnojiva, barviva ani syntetické vůně a splňují přísné normy, které vyžadují, aby 95 % obsahu přípravku bylo přírodního biopůvodu. Zbývajících pět procent můžou tvořit nezbytné konzervační látky, avšak ohleduplné k životnímu prostředí.

Evropský certifikát přírodní a organické kosmetiky zaručuje nepřítomnost škodlivých produktů a respekt ke zvířatům. Na vrcholu pomyslné organické pyramidy se nachází biodynamická kosmetika vytvořená ze surovin s nejpřísnější kontrolou kvality a je označena certifikátem Demeter. S biodynamickým hospodařením přišel rakouský doktor Rudolf Steiner již před téměř sto lety a dodnes má řadu zastánců, včetně např. prince Charlese. Podle Steinerovy antropozofické teorie hraje důležitou roli nejen sezona, ale i postavení hvězd, měsíce a slunce v době výsadby, sklizně i produkce. Rostliny se sklízí v době, kdy obsahují nejvíce účinných a prospěšných látek. V praxi to znamená, že se některé rostliny sklízí před východem slunce, některé v poledne a jiné naopak večer.

Z POLÍ A ZAHRAD ROVNOU DO KELÍMKU

Kosmetické farmy vzkvétají po celém světě. Vinařská rodina Nikolaihof z Wachau ve slunné oblasti Dunaje produkuje nejen jedinečná biodynamická vína, ale od roku 2016 pod názvem dieNikolai také biodynamickou kosmetiku z vinných hroznů na světě. Mezi její účinné složky patří olej z vinných pecek, ale i například šafrán, máslo ghí či smetana.

Známa propagátorka biodynamické kosmetiky, americká modelka Arizona Muse, na 500 hektarech farmy u francouzského Vermontu vytvořila v roce 2010 také produkci podle Steinerových principů. Její výroba se nachází

DOMÁCÍ RECEPTY

S kosmetikou připravenou doma z přírodních ingrediencí bude pokožka dýchat zdravím. Domácí kosmetické receptury umožní vybírat účinné složky, které nejlépe vyhovují našemu typu pleti, znát dokonale jejich původ a také vyrobit pouze potřebnou a čerstvou dávku, což šetří i peněženku.

RECEPT NA MRKVOVOU MASKU

Tato maska je vhodná pro unavenou a pobledlou pleť. 1 biomrkev, 1 polévková lžíce zakysané smetany, mandlový olej.

Mrkev najemno nastrouhejte, promíchejte se smetanou a 1/2 lžičkou oleje.

Naneste na obličej a vyhněte se oblasti kolem očí. Nechte působit 20 minut, opláchněte vlažnou vodou a naneste hydratační krém.

RŮŽOVÁ UKLIDŇUJÍCÍ VODA

1/4 litru vroucí vody nalijte na hrst chemicky neošetřených okvětních lístků nebo poupat růží do skleněné nádoby. Nechte působit 15 minut, nálev přefiltrujte, nechte vychladnout a uchovávejte v lednici (vydrží až několik dní). Uklidňuje podrážděnou pleť, je vhodná pro všechny typy pleti. Podobně můžete vyrobit vodu i z mnoha dalších květů včetně levandule, meduňky, máty, heřmáнку či biocitrusové kůry.

REGENERAČNÍ OSVĚŽUJÍCÍ NÁPOJ DEVATERO KVÍTÍ SVATOJIŘSKÉHO LESA

Na základní dvoulitrový nálev je třeba hrstka meduňky, půl hrstky mateřídoušky nebo tymiánu, 2 květové nebo listové snítky řepíku, po snítce máty, řebříčku a šalvěje, 5 květů měsíčku, 10 květů sedmikrásky a 1 snítka rozkvetlé třezalky. Omyté byliny přelijeme 2 litry vroucí vody a necháme vylouhovat až do úplného vychladnutí. Po promíchání přecedíme a byliny řádně vymačkáme. Do nápoje přidáme 0,7 l perlivé minerálky, šťávu ze 2 citronů a mírně osladíme medem. Nápoj vychladíme a podáváme s ledem, plátkem citronu či limetky a čerstvým lístkem máty. V chladničce vydrží nápoj v uzavřené dóze několik dní.

nedaleko polí s arnikou, heřmánkem, měsíčkem či bramborami, z nichž extrahuje kyselinu hyaluronovou. Vzdálenost od výrobce ke spotřebiteli je v této nové etice podstatná. Přípravky se vyrábějí z čerstvých přírodních a chemií nezatížených surovin, bez pesticidů, zpracovaných přímo na místě sklizně.

SPOJENÍ ZAHRADNÍKA A BYLINKÁŘKY

Další francouzská organická značka Beauty Garden ze skupiny Sothys se zrodila spojením znalostí zahradníka a bylinkářky, kteří se společně pustili do výroby kosmetiky z vlastní zeleninové zahrady. Nabízejí jedinečné hydratační krémy s fialovou mrkví a okurkou, dýňovou masku, sedmikráskové sérum... Vše je organické a recyklovatelné, od semínek až po balení. Firma Sanoflore vyvíjí své krémy a květinové vody na vlastním pozemku v přírodním parku Vercors, kde pěstuje na 350 rostlin.

Podobně jako další značky – Weleda, L'Occitane či Melvita –, které nakupují od malých místních bio a AOC producentů (s chráněným označením o původu surovin), také italská bioznačka Essere přináší kosmetiku založenou na produktech s čistě organickými ingrediencemi. Pracuje především s esenciálními oleji a pyšní se jedinečným konceptem tzv. molekul, tedy speciální kombinací přípravků zajišťujících, aby naše tělo, pleť i vlasy dostaly tu správnou dávku povzbuzení. Například molekula „endorphin“ obsahuje produkty s obsahem tymiánu, heřmánku či pomeranče, které přirozeně zvýší produkci endorfinu pro příjemnou harmonii celého těla.

PŘÁTELSKÁ FAUNA

Vzácné živočišné ingredience, jejichž získávání je ohleduplné ke zvířatům, nabízejí mnoho dalších cenných vlastností. Luca Vannucci z Itálie například založil hlemýžďí farmu s cílem nabídnout kosmetiku založenou na bázi vzác-

ného šnečího slizu a vyvinul tak krém s mimořádnými léčivými účinky na popáleniny. Díky úspěchu přípravku, který dodává do nemocnic, vyrobil řadu krémů, sér a gelů značky Bio Snail s anti-agingovým efektem obsahujících také mnoho dalších regeneračních přísad jako arganový olej či bambucké máslo.

Poklady z úlu (med, propolis, pyl, včelí vosk nebo gelée royale) nabízejí koktejl mimořádně regeneračních látek z řady vitaminu B, silných antioxidantů, esenciálních aminokyselin a minerálů a kromě stárnoucí pleti dokáží podobně jako šnečí sliz zcelovat rány. Nacházejí se v mnoha včelařských značkách jako Apivita, Abellie, Ballot-Flurin. Řada Abeille Royale od Guerlainu obsahuje vzácný med z černých včel z ostrovní oblasti Ouessant, která je známá jako nejčistší přírodní území na světě. Přípravky s oslím mlékem pro změnu změkčují, chrání a regenerují díky obsahu vitaminů A, B, C, D a E, mastným kyselinám, minerálům a stopovým prvkům.

inzerce



KAKAOVÁ PLEŤ

Kakaové máslo Algi Chamot Cocoa Seed Butter je stoprocentně organický přírodní tuk, dobře známý a všeobecně využívaný v kosmetice. Díky svým unikátním vlastnostem dokonale pečuje o pokožku – změkčuje ji, hydratuje a regeneruje. Zlepšuje tonus pleti a působí protizánětlivě, neutralizuje volné radikály, čímž zpomaluje procesy stárnutí. Navíc krásně voní. Má lehkou konzistenci, takže se snadno roztírá. Zlepšuje barvu pokožky a přidává další bonus: zrychluje proces opalování a působí preventivně proti UV záření.



Kosmetičky si jej mohou koupit ve velkoobchodě hned v několika baleních – od malého až po kabinetní: <https://www.milcosmetics.cz/cocoa-seed-butter-3/cocoa-seed-butter-4/>.

MIL
cosmetics

Průběh S CELULITIDOU



S PROBLÉMEM CELULITIDY SE OBRÁŤTE NA ODBORNÍKA,
KTERÝ VÁM DOPORUČÍ ÚČINNÉ METODY.

Dolíčky, hrbolky a nerovnost pokožky se stávají velmi často noční můrou žen, které tyto problémy na svém těle objeví. Ano, řeč je o celulitidě. „*Chceme-li s celulitidou úspěšně bojovat, je třeba nejdříve problém pochopit v celé šíři, odpovědět si na základní otázky a také ve svém životě mnohé změnit. To nám pomůže problém celulitidy řešit a reliéf kůže postupně zlepšit,*“ říká Alena Kimlová, hlavní firemní kosmetička GERnétic.

CO JE TO CELULITIDA?

Celulitida (pomerančová kůže, panikulóza) je změna kožního reliéfu určitých partií. Nejčastěji se objevuje na zadní straně stehen a hýždích, ale občas ji můžeme pozorovat i na břichu, zádech či pažích. Je-li v rozvinutém stádiu, může být pokožka na dotek citlivá až bolestivá.

Rozeznáváme čtyři základní stupně celulitidy.

1. stupeň – začínající celulitida.

Na pokožce ještě nic nepozorujeme. Hodnocení se provádí stiskem vrstvy kůže mezi palcem a ukazovákem, na vzniklé kožní řase jsou viditelné dolíčky.

2. stupeň – jemné hrbolky pozorujeme již pouhým okem.

3. stupeň – nerovnost pokožky je jasně patrná opticky, kůže může být na stisk citlivá.

4. stupeň – zbytnělá, tuhá a napjatá kůže s výraznými nerovnostmi, chladná na povrchu. V tomto stavu dochází k těžké degeneraci vaziva. Stupeň 4 provázejí většinou závažné zdravotní problémy, které by měl řešit lékař.

CO JE PŘÍČINOU VZNIKU CELULITIDY

Bezprostřední příčinou je dysfunkce mikrocirkulace v kůži, která způsobuje pomalý odvod odpadních látek a jejich akumulaci v podkoží, špatné okysličení a nedostačující buněčnou výživu. Celkově vede k narušení přirozeného buněčného metabolismu. Špatná mikrocirkulace může mít mnoho příčin: nekvalitní výživa, hormonální změny, snížená pohybová aktivita, zvýšení množství podkožního tuku, postupné ochabování a ztenčování pokožky, nedostatek tekutin, ale i užívání různých léků a stresová zátěž organismu. Určitou roli hraje i genetická dispozice organismu.

A JAKÉ JE ŘEŠENÍ?

Zamyslet se nad příčinami vzniku celulitidy, snažit se je, pokud je to možné, ze svého života odstranit nebo alespoň minimalizovat. Obrátit se na odborníka! Ten zhodnotí náš problém a doporučí účinné metody, které nám v boji s celulitidou pomohou. Ne všechny metody a prostředky jsou účinné pro každého. Je spousta možností a jde jen o to vybrat si tu, která nám bude nejvíce vyhovovat a kterou budeme schopni aplikovat a dodržovat určitou dobu. Odstranění celulitidy je tak trochu běh na dlouhou trať. Základem úspěchu je změna jídelníčku. Méně tuků a cukrů, hodně zeleniny a ovoce. Konzumujte pravidelně listové saláty. Obsahují hodně chlorofylu, který má detoxikační a protizánětlivý charakter, podporují metabolismus, čistí krev. Dodržujte pravidelný pitný režim, ale pozor na sladké limonády. Obsahují umělá barviva, dochucovadla a většinou i velké množství cukru. Blahodárně působí pití vody a bylinkové čaje cílené na detoxikaci. Vyvarujte se pití velkého množství kávy a alkoholu. Věnujte dostatek času pohybovým aktivitám. Vyberte si takové, které vás budou bavit a budou odpovídat vašim fyzickým možnostem. Pohybová aktivita zlepší krevní oběh, podpoří metabolické procesy a lymfatické proudění. Pohyb pomůže snížit tukovou vrstvu. Pokud jste kuřačka, zamyslete se nad tím, zda je kouření pro vás zcela nezbytné. Nikotin působí vazokonstrikčně, to znamená, že zužuje cévy a omezuje proudění krve. Má velký podíl na snížení mikrocirkulace, proto i na vzniku celulitidy. Cigaretový kouř navíc obsahuje toxické látky, které zatěžují organismus.

PROFESIONÁLNÍ KOSMETICKOU PÉČÍ PROTI CELULITIDĚ

Velmi důležité je používání podpůrných produktů, které nám umožní celý proces od-

stranění celulitidy značně zkrátit a celkově zlepšit stav pokožky. Vyzkoušejte již mnoha lety osvědčené přípravky kosmetiky GERnétic. Stimulační tonikum Lympho podporuje prokrvení pokožky i podkožních tkání, urychluje mezibuněčnou látkovou výměnu, stimuluje lymfatickou drenáž. Pomůže rychleji nastartovat zpomalenou mikrocirkulaci. Aplikuje se dvakrát denně na celou končetinu. Jedná se o přípravek, který je určený na ošetření začínající celulitidy. Pokud se problém celulitidy již více rozvinul, je vhodné k toniku Lympho přidat velmi vypracovaný krém Vasco Artera. Protizánětlivý účinek, působení proti zadržování vody, výživa pokožky ve všech vrstvách, stimulace cévního i lymfatického systému a zpevňující a zvláčňující účinky na stěny krevních kapilár i žil činí tento produkt naprosto nezastupitelným. Až neskutečná úleva unaveným končetinám přichází téměř okamžitě po aplikaci přípravku. Při dlouhodobějším používání se zlepší nejen celulitida, ale i stav případných křečových žil a drobných popraskaných cévek v kůži. Přidanou hodnotou krému Vasco Artera je i zesilující účinek. Krém se nanáší lokálně na místa s největší masou celulitidy nebo ideálně na celé končetiny.

Celý proces odstranění celulitidy urychlí ošetření v kosmetickém salonu, kde má kosmetička možnost aplikovat ještě další produkty a masky. Velmi účinné jsou tělové zábaly z mořských řas, které jsou známé svými detoxikačními účinky. Navíc je ošetření na lehátku velmi příjemnou a relaxační záležitostí. Zlepšení stavu celulitidy, případně její odstranění je nejen estetickou záležitostí, ale přináší tělu celkové ozdravení.



Kosmetiku GERnétic nabízejí salony po celé ČR i na Slovensku. Proškolené kosmetičky doporučí vhodné přípravky a nabídnou salonní péči o obličej a celé tělo. Seznam salonů GERnétic na www.gernetic.cz

TUHLE KŮŽI *nechci!*

Když už si nás vybere, je to společnice velmi, velmi věrná. Ale není to přítelkyně. Je to celulitida.

Napsalo se o ní za ta léta mnoho, skoro by se zdálo, že o ní víme vše a dokážeme si s ní proto poradit. Jenže ouha. Dolíčky a hrbolky, které vytvoří na stehnech a hýždích, stále „dekorují“ nohy mnoha žen, bez rozdílu věku a objemu. Vypadá to, že na ni prostě nestačíme.

PROČ NÁS PRONÁSLEDUJE?

Za její vznik může celá řada příčin – od genetiky přes životní styl až po hormonální nevyvornanost. Napadá převážně ženy,

a i když to vlastně není nemoc, její přítomnost na kůži majitelky stresuje. Záludnost celulitidy se skrývá i v tom, že o sobě nedává poměrně dlouho vědět, ale když už se odmaskuje, bojovat s jejími viditelnými projevy je přetěžké. Shluky tukových buněk, které se usadily pod kůží a deformují její hladký vzhled, se jen tak nevzdají.

Je to logické, protože mechanismus jejího vzniku má své zákonitosti. Stačí, aby se vlivem životního stylu začaly tukové buňky na stehnech a hýždích zvětšovat. Postupně začínou ovlivňovat a utlačovat krevní i lymfatický oběh, odpadní látky nemůžou plynule cirkulovat a v těle se začínou hromadit toxiny. Zbytnělý tuk tlačí na pokožku a my to vidíme jako celulitidu. Celý proces probíhá nenápadně, jakmile začne kůže hrbolatět, je už pozdě.

NEDEJTE JÍ ŠANCI!

Nejúčinnější je vždycky prevence, už proto, že celulitida je příznakem nerovnováhy v těle a chybného životního stylu. Ženy, které žijí zdravě a mají dostatek přirozeného pohybu, se jí většinou úspěšně vyhýbají. Co tedy dělat?

● **Jídelníček.** Vzhled kůže (a celého těla) výrazně ovlivní náš jídelníček. Kombinace přemíry tuků, cukrů, nedostatku vlákniny a přijímaných tekutin – to jsou otevřené dveře pro příchod celulitidy a samozřejmě i nadváhy.

Tip na správné stravování: Nepodlehout dietovému mámení. Hlavním úkolem je změna, ne omezení.

● **Pohybové aktivity.** Hýbeme se většinou velmi málo nebo roz-

hodně méně, než by nám prospělo. Fyzická aktivita pomáhá udržet optimální tělesnou hmotnost, správné napětí svalů, kůže a pokožky a příznivě ovlivňuje krevní oběh, lymfatický systém a podporuje i správné dýchání. Tím, že udržíme svaly v aktivitě a pohybu, prospějeme lymfatickému systému. A správně fungující systém dokáže vznik celulitidy a její projevy zmírnit.

Tip na zábavný pohyb: rychlá chůze, nordic walking, jogging, běh, cyklistika, cvičení – hluboké dřepy, výpady, zumba, tanec, plavání, skákání na trampolíně.

● **Kosmetická péče.** Ošetřením kůže krémy, mléky a gely celulitidu nezhoršíme, ale je otázka, nakolik se její aktuální stav zlepší. Z celulitidy se totiž stal velký byznys. Existují desítky přípravků, které pomáhají

TIP NA NEJEDNODUŠŠÍ PRVNÍ POMOC

Poskoky a chůze stimulují lymfatický systém. Pohyb lymfy zbavuje tělo toxinu a podporuje správné fungování celého těla. Švihadlo patřovalo k běžným dětským hračkám, škoda, že se na něj zapomíná. Přitom základy pro budoucí problémy se tvoří dlouho, už od časného dospívání. Stejným pomocníkem jako návrat k švihadlové školce je i malá domácí trampolína. Tedy žádné těžké cvičení, které většina žen zas až tak nemiluje, ale lehké poskoky, ovšem provozované pravidelně a dlouhodobě. I tak se dá lehká celulitida bezbolestně vypoklonkovat. Ale pozor – polevíte a vrátí se.



PŘEDSTAVUJEME INOVATIVNÍ ŘADU **SLIMMING & FIRMING** OD **EBERLIN BIOCOSMETICS**

PRO REDUKCI CELULITIDY A LOKÁLNÍCH TUKOVÝCH ZÁSOB

Inovativní tělová péče od Eberlin Biocosmetics vychází vstříc požadavkům moderní doby na štíhlé a pevné tělo. Obsažené účinné látky, jako je methyl-nikotinát, ginkgo biloba, kofein, zelený čaj a břechťan, působí na spalování tuků, zlepšení stavu celulitidy, zmenšení otoků a zlepšení mikrocirkulace v pokožce.

Zeštíhlující a zpevňující anticelulitidní ošetření stimuluje lipolýzu, tvorbu kolagenu a produkci kyseliny hyaluronové. Již během dvou týdnů aplikace přípravků můžete pozorovat vyhlazení pokožky a omezení projevů celulitidy. Kosmetické produkty z této řady můžeme doporučit, zejména pokud vás trápí:

- Celulitida
- Lokální tukové zásoby
- Strie
- Ochablá pokožka

Vyzkoušejte profesionální ošetření těla Slimming & Firming od Eberlin Biocosmetics ve vybraných kosmetických salonech. Profesionály v kosmetickém oboru rádi zaškolíme.



Eberlin Biocosmetics
info@eberlin-biocosmetics.com
 Tel: 608 004 321
www.eberlin-biocosmetics.com
 Vrážská 73 / 10
 Praha 5 - Radotín, 153 00



(nebo také ne) s odstraněním celulitidy. Bohužel jako vše, i tady jsou individuální rozdíly.

Tip na kosmetický produkt: Přípravek by měl působit na tukové buňky, které způsobují typický hrbolatý vzhled pomerančové kůže. Měl by obsahovat např. výtažky z břečťanu, skořice, zázvorový extrakt, kofein, kapsaicin z chilli papriček nebo zelený čaj. Důležitý je i způsob nanášení gelů nebo krémů: pomalé krouživé pohyby na kůži ohrožených částí těla podporují prokrvení. To je velkým pomocníkem v zápase s celulitidou. A důležitá je i pravidelnost.

● **Masírujte!** Pravidelné masírování pokožky na ohrožených partiích by se mělo stát součástí každodenní péče. Začít se s ním dá hned ráno ve sprše s pomocí hrubé žínky z luffy a sprchového gelu. A pak na hýždě, stehna a břicho použít vybraný anticelulitický přípravek.

Tip do sprchy: Kondici kůže může vylepšit i sprchování teplou a studenou vodou, kdy problematickým partiím dopřejeme důkladnou vodní masáž. Opět jde o prokrvení pokožky a zrychlení pohybu lymfy. Zesílí tlak na shromážděné shluky buněk.

HLEDEJTE ODBORNOU POMOC

I když máme do hlavní „plavkové“ sezony ještě chvíli času, vytrvalou celulitidu je potřeba řešit komplexně, a ne na poslední chvíli. Speciální procedury zaměřené na pomerančovou kůži samozřejmě štědře nabízejí i kosmetické salony, wellness a dermatologická studia. Cílem je výrazné zlepšení stavu kůže, většinou spojené s hubnutím.

● V takovém případě jako první pomocník každého napadne **lymfodrenáž**. Dá se využít klasická manuální, ale i přístrojová. Ale žádná velká iluze – samotná lymfodrenáž bez změny životního stylu před celulitidou nezachrání, výrazně ale pomůže mírnit její projevy.

● Velkou oblibu si získaly **tělové bandáže a vrapování** – bandáže omotávané okolo těla obsahují účinné látky, problémové partie silně zahřívají a odvádí z nich vodu. Po aplikaci se hodnotí objem stehien. Efekt je rychlý, výsledek ale nestálý, voda se po krátkém čase zase vrací. Pro úspěšnost je nezbytné dodržování pitného režimu.

● Redukční anticelulitidní ošetření mohou kombinovat působení kosmetických přípravků s radiofrekvencí, ultrazvukem a dalšími metodami. Bohužel ale ani tyto pomocníci nárazově nikomu trvale nepomůžou.

POZNAT NEPŘÍTELE

První stadium celulitidy poznáme po stisku kožní rasy na stehnech mezi dva prsty. Lehké zvrásnění kůže zatím jen varuje.

Druhé stadium je už viditelné, zatím ve stoje, při lehu mizí.

Třetí stadium signalizují hrbočky a dolíčky na stehnech, někdy i hýždích, břiše. Tady už jen úprava jídelníčku nic neřeší. Chce to pohyb.

Čtvrté stadium znamená poškození tkáně, tukové buňky se zapouzdřily. Postižená kůže může bolet, je tuhá a nepružná. Celulitidu v tomto stadiu provází nadváha a hlásí se cévní zdravotní komplikace.

KAŽDÝ SÁM ZA SEBE

Objevení celulitidy na kůži je tedy vlastně skrytý trest našeho těla za prohřešky, které už vlastně ani jako prohřešky nevnímáme. Smůla, prostě žijeme jinak než naši předkové, a to se musí nutně projevit i na kondici a vzhledu pokožky. Krémy všechno nezvládnou, musíme se aktivně zapojit.



ROSTLINAMI PROTI CELULITIDĚ

Anticelulitní krém Crema anticelulitica kosmetiky Perlage působí proti „pomerančové“ kůži výtažky z rostlin (quinoa, máta, káva, jírovec maďal, břečťan, chaluhy). Emulze s prokazatelným účinkem na tuhost pojivové tkáně eliminuje hromadění tekutin a tuků a je perfektním doplňkem liposukce anebo jiného ošetření proti celulitidě.



SRST NEČTE MEDVĚDŮM!

Už se zase blíží sezona většího odhalování těla a tím i nutnost zbavit ho chloupků.



Slový Jára Cimrmana – můžete s tím nesouhlasit, můžete si stěžovat, ale to je tak všechno, co s tím můžete dělat. Chloupky se zkrátka nenosí. Nebo si je můžete ponechat, protože neupraveným ochlupením některé ženy vyjadřují své feministické postoje. Pokud k nim nepatříte, budete muset sáhnout po depilační „zbrani“.

STĚŽUJTE SI V EGYPTĚ!

Epilaci intimních partií provozovaly ženy již ve starověkém Egyptě. Šlo ale spíš o hygienickou než estetickou záležitost, protože ochlupené tělo bylo považováno za nečisté. Tehdy měly důvod ke stížnostem, neboť šlo o dost bolestivou záležitost: chloupky se likvidovaly škrabkami z kovu nebo lasturami. Možná spíš náhodou přišli už tenkrát na to, že i cukr dobře depiluje a ještě ke všemu to nebolí. Proto patří cukrová pasta mezi nejstarší depilační hmoty – a je také nadčasová, protože na rozdíl od většiny dávných metod se používá dodnes.

Ve středověku náboženství lidem zakazovalo příliš se tělem zabírat, a kromě toho měli větší starosti. Novodobou módu úpravy ochlupení v podpaží odstartovala v roce 1915 společnost Wilkinson Sword svou kampaní, ve které lobovala za osobní hygienu. A už to tak zůstalo. V současné době si podle průzkumů chloupky odstraňuje osmdesát procent žen.

EPILACE VS. DEPILACE

Občas se tyto pojmy lidem pletou. Epilace je akt odstranění nežádoucích chloupků včetně zničení kořínku a má tedy dlouhodobý efekt. Při depilaci se odstraňují pouze viditelné části chloupků.

Tyto způsoby se dále dělí na mechanické (např. epilačním strojkem, voskem nebo cukrovou pastou) a trvalé, kdy se za pomoci přístrojů odstraní chloupky včetně kořínků (např. IPL nebo laserovými paprsky).

Způsoby trvalé epilace se liší v míře efektivit a délce účinku. Použít můžeme epilátor, tedy přístroj na mechanické vytrhávání chloupků, epilační jehlu, která se používá pouze na lokální epilaci (v oblasti obličeje). Na celé tělo (včetně intimních partií) je vhodná epilace cukrovou pastou. Dalším nepříliš častým řešením je chemická epilace, která je založena na rozrušení stavby keratinu chemickými prostředky. Mezi velmi účinné metody patří také fotoepilace (IPL), která ochlupení likviduje plošným působením intenzivního pulzního světla, a laserová epilace, kdy paprsek je pohlcen vlasovým folikulem a ten se v důsledku tohoto zásahu rozpadne. Chloupek pak samovolně vypadne.

INZERCE



Chcete ...

- ... získat nové zákazníky a hýčkat si stávající?
- ... nové (d)epilační ošetření přírodní cukrovou pastou?
- ... se naučit a nebo zdokonalit v práci s cukrovou pastou?

Garantujeme ...

- ... že Vás práci s cukrovou pastou naučíme na Individuálním školení
- ... odbornou konzultační pomoc a další profesionální rozvoj
- ... přírodní kosmetiku vysoké kvality

www.charde.cz



ABY NÁM SLUŠELY *krátké rukávy*

S příchodem teplých dnů se krátí nejen sukně, ale také rukávy. A do nich je zapotřebí mít v co nejlepší kondici ruce i paže. Od konečků prstů až po ramena.



Nehty přitahují pozornost k rukám jako první. A to jak v pozitivním, tak v tom negativním smyslu. Žena s oprýskaným lakem či dokonce špínou pod ulámanými nehty bude působit vždy jako šmudla, i kdyby na sobě měla sebeexkluzivnější model. Naopak dáma s upravenými nehty nasbírá body na stupnici půvabu. Víte, že dokonalé nehty dokážou psychologicky zapůsobit tak, že své nositelce dokonce uberou kila? Přeneseně jde vlastně o úsměv na rukou.

NEHTY: MANIKÚRA + LAK

Pěči začněte ošetřením nehtů a rukou výživným zábalem. Pak pokračujte manikúrou, doma nebo v salonu. Jak na domácí manikúru? Nejdříve ponořte ruce do vlažné lázně, například s heřmánkem a jogurtem. Poté ruce osušte a věnujte se nehtům. Zatlačte pomerančovým dřívkem kůžičku – žádné odstříhování. Nejenže hrozí poranění nehtového lůžka, ale začaly by se vám tvořit zádky. Poté pilníčkem upravte tvar nehtů. Dlouhé drápy vyšly z módy, v kurzu jsou kratší nehty upravené do rovna nebo mírných obloučků. Tvar by měl vypadat hodně přirozeně. Francouzská manikúra či rudá klasika se stále drží v popředí pozornosti.

Ani s lakem v tělové barvě nešlápnete vedle. Často se také setkáváme s jedním nehtem v jiné barvě, než mají ostatní. Co se ale stalo opravdovým hitem roku 2020? Je to bombónková manikúra „skittles manicure“. Při ní budou nehty vypadat, jako byste ruce právě vyndala z pytlíčku s lentilkami. Každý nehet může mít jinou pastelovou barvu a dohromady ladí v duhové harmonii. Dodržujte však zásadní pravidlo: barvy laků musí být ze stejné kategorie, např. pastelové bez perleti, mléčné pastelové nebo metalické.

HŘBETY RUKOU

Právě hřbety prozradí, jak se rukám dlouhodobě věnujete. Měly by být pravidelně ošetřovány zábaly a krémy, které pokožce dodají vláhu a výživu. Používejte také kvalitní mýdlo s optimálním pH. Čemu se naopak vyhnout? Především saponátům. Ty na ruce číhají nejen při úklidu (používáte rukavice, že?), ale také například na veřejných toaletách. Tam si raději ruce myjte jen čistou vodou, v nádobce na mýdlo se může skrývat laciný dryák. Spíš mějte stále u sebe v kabelce lahvičku s dezinfekcí nebo vlhčené dezinfekční ubrousky. K příčinám předčasného stárnutí kůže na rukou se přiřazuje také nedostatečná fotoprotekce, dokonce se na něm podílí velmi výrazným dílem. „Kůže na rukou je velmi jemná a křehká, má

tendenci rychle stárnout, proto bychom o ni měli pravidelně pečovat regeneračními krémy a zajistit tak pokožce dostatečnou hydrataci a výživu,“ radí MUDr. Iva Obstová, korektivní dermatoložka z MEDICOM Clinic. „Ze složek, které v krémech na ruce hledat, doporučuji například vitamin E, který má zklidňující a regenerační efekt. Skvělý účinek má také vitamin C, jenž přispívá k sjednocení barvy pleti a slouží i jako prevence tvorby slunečních pigmentových skvrn.“

Co platí na pigmentaci

Nehezke hnědé fleky, nepěkně nazývané stařecké skvrny, nás trápí o to víc, že hřbety rukou máme neustále na očích. Stávají se tak často nejen estetickým, ale i psychickým problémem. Existuje na tyto potíže nějaký zázrak? „Oba druhy mají podobu drobných hnědých flíčků, ale zatímco ty sluneční zapříčiňuje především nedostatečná ochrana před UV zářením, stařecké skvrny zavíní obvykle genetika nebo hormonální změny, například v době menopauzy,“ konstatuje dermatoložka. „Při odstraňování pigmentových skvrn od slunce se osvědčuje zejména chemický peeling, intenzivní pulzní světlo nebo frakční radiofrekvence. Stařecké skvrny lze řešit také laserem Quanta-plus,“ doporučuje ošetření doktorka Iva Obstová. Dalším řešením je chemický peeling. Jedná se o neinvazivní metodu, která omlazuje, regeneruje, barevně sjednocuje a rozjasňuje pleť. Ošetření si umí poradit s jemnými vrás-

kami a odstraní také pigmentové skvrny. Je vhodný pro všechny typy pleti. Mezi partie, pro které může být chemický peeling indikován, hřbety rukou rozhodně patří. Chemický peeling nebolí, spíš jen lehce štípe. Už delší dobu se nepoužívají agresivní směsi, které zasahovaly příliš do hloubky a vedly k tvorbě strupů. Ošetření trvá pouze několik minut. Aplikuje se při něm peelingová směs různých látek – nejčastěji hydroxykyselin. Lékař nanese směs štetčkem na kůži a povrchová vrstva se následně díky chemickým látkám odloupne. Odloučené buňky se pak nahrazují novými. Pleť proto dostává bezprostředně po zákroku lepší vzhled.

Pomocť může také intenzivní pulzní světlo. Rozšíří pigment, zatáhne žilky a prohřeje povrchové vrstvy kůže. Vytvoří tak podmínky pro tvorbu nového kolagenu a celkově omladí pleť. Ošetření je neinvazivní – to znamená, že laserové světlo působí jen na povrchu kůže. Ošetřované místo se velmi rychle zhojí – bez toho, aby se na kůži tvořily puchýřky.

Jinou možnost nabízí ošetření frakčním CO₂ laserem; teplem laserových paprsků se

pokožka prohřeje a obnoví se v ní tvorba kolagenu, látky zodpovědné za elasticitu pokožky. Ta se proto krásně vypne a díky účinkům laseru z ní vymizí i drobné nedokonalosti. Ošetření trvá zhruba půl hodiny, podle velikosti ošetřované lokality. Při proceduře dopadá laserový paprsek na kůži v mikrobodech, které na pokožce vytvářejí jakousi mřížku. Postupně dochází i k odpaření drobných nerovností na kůži. Kvůli teplu z laserového paprsku může pokožka páliť. Proto se před zákrokem aplikuje anestetický krém. Výsledný efekt se projeví v plné míře přibližně za šest týdnů.

Nedostatečná hydratace

Druhým problémem hřbetů rukou je pak nedostatečná hydratace pokožky, která urychluje stárnutí kůže, ta se stává se vrásčitou, křehkou. Hřbetům rukou je proto kromě pravidelné kosmetické péče vhodné čas od času dopřát i hloubkovou hydrataci, tzv. mezoterapii, mikroehličkovaní, kdy se při ošetření do podkoží aplikuje směs cenných látek a vitaminů v čele s kyselinou hyaluronovou. Jedná se o ambulantní ošetření, které není nijak zvlášť bolestivé.

Necelou hodinu před jeho začátkem lze na kůži aplikovat znecitlivující krém s anestetikem.

VALY A POVISLÁ KŮŽE

Ideální prevencí povislé kůže a valů na pažích je pravidelné cvičení, posilování v kombinaci s každodenní kosmetickou péčí – promazáváním ohrožených partií výživnými a hydratačními krémy a tělovými mléky. Ale ani to není všemocné a povolená kůže na pažích se vyskytuje u mnoha žen. Objevuje se především s přibývajícím věkem nebo po výrazném úbytku váhy. Často je trápí natolik, že ani v létě si nedopřejí pohodlí v ramínkových šatech a stále nosí rukávy dlouhé minimálně k lokti.

Jde-li o takto viditelný problém, nabízí se jediné účinné řešení. Tím je plastická operace paží. Zákrok pomůže k pěknému vzhledu paží a zároveň zabráni zdravotním nepříjemnostem v podobě ekzémů a opruzenin, které se můžou v záhybech kůže objevit.

Zatoužíte-li po ještě intenzivnějším zetřihlení paží, konzultujte na klinice estetické medicíny také možnost liposukce paží.

BisBis

PRO PROFESIONÁLKY NABÍZÍME:

- DOPRAVU ZDARMA OD 3 KUSŮ
- 10% SLEVA NA PRVNÍ OBJEDNÁVKU
- PRO STÁLÉ ZÁKAZNÍKY 30 DNŮ SPLATNOST
- VĚRNOSTNÍ PROGRAM (SLEVY)
- ZDARMA VZORKY PRO PRVNÍ VYZKOUŠENÍ
- ZDARMA PRODUKTOVÁ ŠKOLENÍ

WWW.BISBIS.CZ

PRO PROFESIONÁLNÍ SALÓNY I PÉČI NA DOMA



KOSMETIKA PRO PEDIKÚRU
85% PŘÍRODNÍCH SUROVIN
ČESKÁ FIRMA

NAVŠTIVTE NÁS 3. - 4. 4. NA VELETRHU V FOR BEAUTY LETŇANECH V HALE Č. 4 NA STÁNKU 4A17.

SLEDUJTE NÁS NA FACEBOOKU BIS BIS.



Sweet Milk je jedním z řady ručně vyráběných mýdel vhodných i pro citlivější a suchou pokožku, Almará Soap, od 129 Kč



Vysoce regenerační masť Cannor s výtažky z konopí ošetří nejen pokožku rukou, Jannami, 549 Kč

Blahodárné složky z řeckých vulkánů pomáhají v péči o ruce včetně těch s ekzematickou a psoriatickou pokožkou, Santo Volcano, 329 Kč



Vyživující BIO krém na ruce využívá korejské byliny a zkušenosti východní medicíny, Whamisa, 485 Kč



Pečující krém s příjemnou texturou a vůní mandlí se o vaše ruce postará spolu s extra jemným mýdlem, Panier des Sens, krém na ruce 75 ml/269 Kč, 30 ml/139 Kč, mýdlo 149 Kč



Za studena lisovaný Bio baobabový olej se bleskurychle vstřebá, uzamyká v pokožce vlhkost a zanechá ji hladkou, měkkou a hydratovanou. Je vhodný k použití na celé tělo, ruce i tvář, Saloos, 173 Kč



Volají vaše ruce o pomoc? Jejich volání vyslyší regenerační krém SOS Repair s panthenolem, Dermacol, 69 Kč



Vyživující, jemně parfemovaný krém na ruce a nehty, v jehož složení najdeme například výtažek z jasmínu, karitové máslo, broskvové máslo či mandlový olej, Naj-Oleari, 379 Kč



Krém s vůní třešňového květu a jojobového oleje hýčká pokožku i smysly. Bohatá, rychle absorbující formule vyživuje ruce 24 hodin, Nivea, 100 Kč

Díky širokému spektru účinných látek dokáže krém Manno poskytnout rukám regenerační, antiseptické, ochranné a zklidňující účinky. Omladí je, potlačí i pigmentové skvrny, GERnétic, 510 Kč



Hydratační výživný krém s výtažky z růží dodá vláhu pažím a potěší vůni, Jeanne en Provence, 112 Kč

Malý pozdrav z Francie: hydratační krém s olivovým olejem zbaví pokožku suchosti, Le Petit Olivier, 127 Kč



Z přírody PRO KRÁSU A ZDRAVÍ

Stále více zákazníků volí přírodní a biokosmetiku, a to nejen proto, že ji může pokožka lépe snášet. Kromě vysoce kvalitního složení je pro výrobce i spotřebitele stále důležitější odpovědné používání surovin, vyhýbání se plýtvání a inovativní nápady zaměřené na budoucnost.

Udržitelné a přírodní. Letošní únorový veletrh přírodní kosmetiky Vivaness v Norimberku opět prezentoval hlavní trendy v oblasti přírodní kosmetiky. V tomto duchu se představily tři stovky vystavovatelů ze 40 zemí světa. Díky přísným pravidlům a transparentním kritériím pro účast se stal veletrh nejvýznamnější akcí zaměřenou na přírodní a biokosmetiku na světě. Součástí veletrhu je tradičně také stejnojmenný odborný kongres s množstvím přednášek a panelových diskusí. Kongres informuje o aktuálním vývoji v oblasti přírodní a biokosmetiky. Přednášky byly rozvrženy do čtyř témat: analýza trhu, formy prodeje, vnímání spotřebitelů a komunikace, design a obaly.

TRENDY V PŘÍRODNÍ A BOKOSMETICE PRO ROK 2020

Koncepty jsou rozdílné – Clean, Green & Ethical, přírodní a bio kosmetika, Free From nebo Phyto kosmetika, všechny ale spojuje trend k maximální přirozenosti. Hlavní roli hraje touha po zdraví, nezbytnost udržitelnosti a hledání autenticity, transparentnost a smysl produktu.

● Zero waste koupelna

Přírodní kosmetika se usídluje v našich koupelnách. Záměrné vyhýbání se plýtvání v koupelně je trend, který sahá napříč všemi skupinami produktů. Nové a inovativní

výrobky snižují přepravní hmotnost. Tuhá kosmetika neobsahující vodu – jako vlasové mýdlo, tuhé pečující tyčinky a pečující produkty v práškové formě – pomáhá snížit spotřebu plastů. Výrobky pro zubní péči, jako jsou bambusové zubní kartáčky a udržitelné hygienické výrobky nebo menstruační kalíšky, poskytují nové cesty k péči o tělo šetrné ke klimatu.

● Péče o zuby

Trend v ústní a zubní hygieně směřuje k širšímu výběru organických produktů, např. dentální nit a ústní voda v různých příchuťích. Na veletrhu Vivaness mohli návštěvníci vidět kromě různých druhů inovativních doplňků také širokou škálu zubních past a zubních prášků. Zubní kartáčky vyrobené z recyklovaného plastu a ze dřeva, dentální nitě využívající udržitelné suroviny a ústní voda v práškové formě, to je jen několik příkladů vylepšené udržitelnosti v koupelně. Ústní a zubní péče v současné době představuje jednu z nejdynamičtějších skupin produktů v přírodní a biokosmetice.

● Zaměřeno na konopí

Konopí má polarizační účinek, i když se dlouho používá v oblastech, jako jsou doplňky stravy a textil. Nyní dobývá trh s přírodní a bio kosmetikou. Má mnoho možných využití: od krémů po doplňky stravy, počet produktů používajících konopný olej a CBD (kanabidiol) stoupá. A právě inovativní výrobky pro péči o pleť vycházejí z prokázané účinnosti této starobylé rostli-



ny. Výsledkem jsou produkty s úžasným provedením, které jsou nejméně stejně dobré jako konvenční kosmetika, pokud jde o texturu, složení a účinnost. Vivaness nabídl návštěvníkům možnost objevit mnoho nových zdokonalení a vylepšených receptů konopné kosmetiky.

● Obal

Spotřebitelé více přemýšlejí o své spotřebě a chtějí větší transparentnost ve všech aspektech balení. Výrobci se i u kosmetiky zavazují používat ekologicky šetrnější obaly, ať už cestou recyklovaných a opětovně recyklovatelných obalů, hledání nových obalových materiálů nebo snižování množství materiálů jako takových. Toto téma je stále velmi nové, ale bude i nadále součástí našich životů. Je to vývoj, který spadá na úrodnou půdu mezi výrobce ve všech částech přírodního a biokosmetického průmyslu, protože se jedná o oblast, kde se sbíhají vysoce kvalitní produkty, udržitelné obaly a přání spotřebitele.



KDYŽ SE LIDI SMĚJOU,
VYPADAJÍ LÍP

Její Saxanu znají nejen ti, kteří pamatují premiéru slavného filmu Václava Vorlíčka, ale i všechny generace následující. Dívka na koštěti jakoby nestárne, stejně jako její představitelka Petra Černocká.

Dokonce se nyní, téměř po čtyřiceti letech, objevuje v divadelní verzi příběhu. Za spoustu let, co Petru znám (proto nebudu předstírat vykání), ji z bůhvíjakých důvodů zub času vynechává.

Přiznala jsi, že tě revizoři v tramvaji už nekontrolují. Méně cvičené oko v tobě ovšem seniorku cestující v MHD zdarma neodhalí. Navíc toho stíháš víc než mnohé čtyřicátnice. Kde bereš energii?

Spíš koukám, abych s ní šetřila. Už je to pár let, co jsem svému manželovi oznámila, že už ten náš zájezdový cirkus nebudu manažerovat. Docela mě bavilo povídat si s pořadateli, ale stávalo se, že jsem si něco hned nezapsala, a malér byl na světě. Můj Jiří chybí minimálně, protože má prostě méně povinností a – nerada připouštím – evidentně i lepší paměť.

Jak dobíjíš baterky?

Jdu si zacvičit. Teď jsem si ještě přidala jógu, takže dvakrát v týdnu mám pocit, že něco pro sebe dělám, a jako bonus jsem si tam taky pořídila pár nových kamarádek. Jsou to, pravda, sličné sedmdesátnice, ale už to, že chodí pravidelně cvičit, něco vypovídá o jejich uvažování a energii. Navíc, když se tam „mučíme“ na karimatkách, je s nimi i sranda. Taky jdu do divadla nebo do kina, vypůjčím si knížku v knihovně, abych nedbala jen o svou fyzickou schránku.

Vloni ses vrátila i ke hraní, vystupuješ ve Studiu DVA ve své životní roli Saxaně. Jak se na prknech, která znamenají svět, cítíš?

Zkraje to byl nervák. Coby „hérečka“ jsem

trochu přišla o svoji soukromou komfortní zónu. Najednou jsem byla v šatně s holkami ve věku mé dcery. Ve Studiu DVA jsem si připomněla své semaforové období, což byla opravdu krásná léta. Divadlo má svůj půvab, na který jsem už zapomněla. Je to krása, když celý večer všechny spojuje jen jedno: odvést co nejlepší výkon, pobavit se společně s diváky a užít si zasloužený finální potlesk. Teď a tady.

Natočila jsi se svou dcerou Bárou Vaculíkovou, která vystupuje pod uměleckým jménem Diva Baara, a osmiletou vnučkou Coco dojemně krásný singl Čas Vánoc.

Tu vánoční písničku složila Bára a jsem ráda, že se jí povedla. Už jsem dlouho žebrala o nějaký nápad, kde by se hodilo pochlubit se, že naše Coco taky hezky zpívá. To jsou ty babičky, co si myslí, že jim v rodině roste mimořádný talentovaný zázrak...

Ústřední fotografie k vánoční písničce vznikla ze série snímků, které jste s Bárou a Coco nafotily. Moc vám to všem sluší. Líčíš se takhle krásně, i když jdeš koupit brambory?

My jsme nafotily celý kalendář. Byla to mimochodem pěkná šichta. To už fakt není práce pro dámu mého věku, dvanáctkrát se převléct, přelíčit a „opičit se“ před foťákem. Modelkám opravdu nezávidím. Ale z domu nenalícená nevylezu, ne kvůli lidem, ale kvůli sobě. Stačí mi ale pět minut, to je prostě cvik: hnědý oblouček nad víčkem, linka tužkou, řasy, tvářenka, rtěnka, a když se objeví nějaká překvapivá červená skvrnka, tak korektor. A samozřejmě pudr. Když mám moc času na líčení, nedopadne to dobře. Vypadám pak zmalovaná jako selská truhla.



Petra Černocká (70 let)

Na konzervatoři vystudovala operní zpěv a hru na klavír. Hrál v divadle Semafor, mnoho let zpívala se skupinou Kardinálové Zdeňka Merty. Její nejúspěšnější písně, které musí na přání publika dodnes opakovat na vystoupeních se svým manželem Jiřím Pracným, jsou Nákladák a Koukej, se mnou si píseň broukej. Své písně si také sama skládá a píše. Vydala 3 gramofonová alba a 5 CD. Ke své nejznámější filmové roli Saxaně v Dívce na koštěti se po 37 letech vrátila také v divadelním představení pražského Studia DVA.

Co tedy děláš pro to, abys působila tak mladě a svěže, jak působíš?

Tak to dík! My dvě se vídáme hlavně při příležitostech společenského rázu, to by bylo, abych si nedala na sobě záležet! Začínám samozřejmě oblečkem, který ze mě neudělá usedlou paní. A pak to třeba doladím trochu „piclým“ kloboučkem nebo baretem. Svěže možná působím, dokud je to třeba, ale přiznávám, že když přijdu domů, skopnu ty mučící boty na vysokém podpatku, plácnu se do křesla u televize a je po čerstvosti.

Jako mladé děvče jsi v rozhovorech kosmetickou péči odbývala tvrzením, že používáš jen Indulon. Jak jsi na tom dneska?

Nejlepší pleť, jakou jsem kdy viděla u starší dámy, má televizní hlasatelka Kamila Moučková. Jen jsem se jí neodvážila zeptat, jak to dělá. Každá ale asi máme nějaký svůj recept. Já rozhodně věřím, že základ je se dobře večer odličít a nanést na obličej dostatečně výživný krém. Občas na nějaké promo akci slavné a špičkové kosmetické

firmy, kterou si pochopitelně nenechám ujít, třeba dostanu na vyzkoušení jejich nový produkt. To si piš, že ho nadšeně používám a pochvaluju si jeho jemnost a hebkost, ale zvyk je železná košile. Stejně se vracím k Induloně, která sice zázračně nevoní, ale když už mi celý život úspěšně slouží, tak je těžké ji zradit. Věřím tomu, co mi kdysi dávno řekla jedna paní kosmetička: „Nesmíte zapomínat dát pleti alespoň jednou denně pořádně najíst. Když nikdo není doma, naplácejte si jakýkoli výživný krém na obličej a dekol v hodně silné vrstvě a za půl hodiny ten zbytek setřete.“ Tak se toho držím.

Chodíš někam na kosmetiku?

Nechodím. Byla jsem v životě asi jen dvakrát na kosmetickém ošetření, protože kamarádky básnily, jak je to skvělé, že si odpočinou a krásně relaxují. Jenže já relaxovat vleže neumím. Stejně mi šlo hlavou, co jsem nevyřídila, co je třeba koupit nebo v kolik hodin kde mám být. Nejraději bych z toho lehátka hned seskočila. Ovšem nikdy neříkej nikdy, třeba se nechat opečovávat ještě naučím.

Pamatuji si na tvé období paruk, kdy jsi na každém koncertu, vystoupení nebo večírku zářila v jiném účesu, v jiné barvě. Ted' jsi také změnila image. Jak se ti žije jako blondýně?

Já už za svůj život stihla dvě vlny módy paruk. Jenže nasadit si paruku a jít je sice komfortní, ale co si budeme povídat, v té parádě je dost horko. Být blondýnou byl můj dětský sen. Párkrát jsem to už zkoušela, ale nějak se mi zdálo, že mi to typově nesluší. Ale teď si konečně připadám docela přijatelně a uvěřitelně. Samozřejmě doufám, že mě to i trochu omladilo.

Dámy se dnes už rády pochlubí zkrášlovacími procedurami, které absolvovaly. Mnohé mají za sebou i opakované zákroky. Jak jsi na tom ty?

Omlazování pomocí různých tech-

nik dnes frčí. Jenže ne vždy výsledek splní očekávání. Všimla jsem si, že některé ženy, které zákroky pravidelně absolvují, vypadají jaksi divně. Řekla bych, že jsou si dokonce všechny podobné, jakoby z jednoho vrhu. Ale je to jen můj názor. Nakonec, když se sobě líbí, tak je to přesně to, co chtěly, a je to v pořádku. Já to nechám na přírodě a s tím, že už nevypadám jako třicítka, si hlavu nelámu. Vrásky, hlavně ty od smíchu, mi ani nevadí.

Humor je určitě výrazný anti-agingový prostředek. Užíváš ho s tímto cílem?

Humor ve všech podobách, včetně dělání si legrace sama ze sebe, miluju. Vždycky mi pomáhal k tomu, abych se nebrala moc vážně. Když se lidi smějou, vypadají všichni o moc líp.

Jak relaxuješ?

Snažím se už si hlídat, abych po sobotním a nedělním vystoupení v pondělí nic neslíbila. Prostě si dopřávám dny, kdy pracovně nic nemám. Mít den, kdy si můžu třeba uklidit skříň, něco si přečíst, zavolat kamarádům, uvařit Jirkovi nějaké náročnější jídlo...

Je malování, kterému se v poslední době také věnuješ, pro tebe odpočinek?

To je skvělá relaxace! Nejraději maluju na hezky tvarované kameny. Nezabere to tolik času jako obraz. Vytvářím si takovou zásobíčku jako dárky pro kamarády.

Ke svému jubileu jsi vytvořila fotoknihu, story svého života. Kdy ses cítila nejlíp „ve své kůži“?

Když jsem probírala šuplata s fotkami, nejvíc mě těšilo vymýšlet popisky a příběhy k těm starším snímkům. Připomněly mi události, na které jsem už skoro zapomněla. A musím říct, snad to nebude příliš marnivé, že jsem tak ve třiceti byla fakt „kočka“. Škoda, že jsem si to tenkrát neuvědomovala.



Fotka z kalendáře



Petra s dcerou a vnučkou



MLSÁNÍ BEZ VÝČITEK

Na čem si bez obav pochutnávat a „zobát“ večer u televize, abyste se udrželi ve formě a nepřibírali? Zkuste zeleninové chipsy z červené řepy, marinované v omáčce z oříšků a rozinek. Nejsou smažené, takže objevíte skvělou alternativu k tučným a přesoleným bramborovým lupínkům. Mají příjemně nasládlou chuť a hodí se nejen jako samostatná křupavá pochoutka, ale i jako skvělá dochucovací složka do salátů.

Bio Raw Zeleninové chipsy, LifeFood, 79 Kč (40 g)

Zdravá, fit a v pohodě!

DO PRÁCE I PRO HOSTY

Měkké špaldové sušenky, vyrobené výhradně z čistě přírodních surovin, chutnají jako čerstvé nadýchané perníčky. Doslova se rozplývají na jazyku, nejsou doslazované. Sladké jsou jen po ovoci, které obsahují. Nenajdete v nich žádné kypřicí látky, barviva, konzervanty ani umělá aroma. A samozřejmě ani palmový olej. Na výběr jsou varianty brusinka, karob/kokos a skořice/kokos.

Madhurí Špaldové měkké sušenky, 59 Kč (200 g)



OŽIVTE A ZPESTŘETE SVŮJ JÍDELNÍČEK A PŘIVÍTEJTE JARO V PLNÉ FORMĚ! PLÁNUJETE OČISTNÝ DETOX NEBO CHCETE PÁR KILO SHODIT? ZDE JE MALÁ INSPIRACE!



NEODOLATELNÉ MÜSLI

Dokonalá svačinka do kabelky, na výlety, dětem do školy a na cestování. Je vždy po ruce a jíst ji můžete rukou přímo ze sáčku. Jde o luxusní směs kešu oříšků, ovesných vloček, čokolády a vanilky, která je spojena do větších kousků (hrudek). Tuto zdravou dobrotu máte po ruce kdykoli během dne a zamilují si ji velcí i malí. Oříšky pocházejí z lokálních farem na Bali a jsou bohatým zdrojem vitaminů i zdravých tuků, dodají rychle energii. East Bali Cashew Granola Chocolate, 139 Kč (125 g)

EXOTIKA NA STOLE

Nezůstávejte jen u jahod, meruněk a rybízu. Tradiční anglická marmeláda ze zralých sevillských pomerančů najde doma nespočet využití. Vynikající je na pečivo, palačinky a lívance, vhodně doplní zmrzlinu, využijete ji rovněž při pečení a zdobení koláčů a moučníků.

Typická hořkosladká chuť vzniká vařením dužiny, šťávy a kůry pomerančů společně s vodou a cukrem. Dejte šanci novým chutím!

Bonne Maman Marmeláda pomerančová, 75,90 Kč (370 g)



PŘÍLOHA PRO GURMÁNY

Čerstvá zelenina přijde vhod v jakoukoli roční dobu. Vsaďte na novinku z prémiové řady od značky Nowaco. Lahodná směs mrkve, hrášku, kukuřice a květáku je dochucena bylinkovým máslem. Zelenina byla sklizena zralá a okamžitě hluboce zmrazena, takže si uchovává výtečnou chuť i všechny vitaminy. Stačí jen vyndat z mrazničky, ohřát či opéct na pánvi a vynikající přílohu k masu máte během chvilky hotovou. Zelenina Premium s bylinkovým máslem, Nowaco, 29,90 Kč (300 g)

ŠŤÁVA Z BŘÍZY PROČISTÍ

Březová šťáva je oblíbeným pomocníkem v tradiční východní medicíně. Díky velkému obsahu vitaminů C, B a minerálních látek je považována za účinné čisté přírodní léčivo, přispívá se jí omlazující a regenerační účinky, oceníte ji při jarním detoxu těla. Ochutnejte ji v bio kvalitě, například ve svěží příchuti zázvoru a limetky.

Šťávy jsou bez přídavného cukru a pasterizované. Bio březová šťáva Arax, Foodish, 30 Kč (300 ml), 59 Kč (1 l)



MAZANEC TROCHU JINAK

Usnadněte si práci a ušetřete čas při přípravě velikonocní tradiční dobroty. Hotová směs na bezpečný mazanec

vás nadchne a návštěvy si pochutnají. Do připravené směsi na těsto přidáte jen mléko, máslo a žloutky, podle chuti dále rozinky, mandle, ořechy nebo třeba kandované ovoce. Mazanec pak upečete v troubě nebo ještě snadněji v elektrické pekárně a máte hotovo. Je lehký a chutná jako od babičky! Směs na mazanec bez lepků, Labeta, 54,90 Kč (500 g)



S námi neminete cíl!

press21

www.press21.cz



PŘEDPLAŤTE SI ČASOPIS

KOSMETIKA & Wellness

OBJEDNEJTE SI PŘEDPLATNÉ ČASOPISU KOSMETIKA & WELLNESS
NA CELÝ ROK. 6 ČÍSEL ZA 474 Kč VČETNĚ DPH.
CENA 1 VÝTISKU JE 79 Kč.

PRVNÍCH 10 PŘEDPLATITELEK OD NÁS DOSTANE DÁREK:
HELIOCARE 360° WATER GEL SPF 50+, 50 ML, V HODNOTĚ 649 Kč.



HELIOCARE 360° WATER GEL SPF 50+

je gel na opalování určený především pro suchou a dehydratovanou pokožku, ale dobře poslouží každému typu pleti, včetně té smíšené a mastné. Poskytne vám komplexní spektrum ochrany proti záření UVA, UVB, infračervenému záření typu A i viditelnému záření. Získá si vás svou ultralehkou texturou, díky níž snadno přilne k pleti a rychle se do ní absorbuje. Na pokožce nezanechává pocit mastnoty a nevádí ani citlivým očím, pokud se do nich omylem dostane. Heliocare 360° Water Gel SPF 50+ je voděodolný, neobsahuje parabeny ani alkohol, k dostání je v balení po 50 ml.

Tato novinka pro opalovací sezonu 2020 od španělské sluneční dermokosmetiky Heliocare, jejíž hlavní tvář je španělský tenista Rafael Nadal, byla testována pod dermatologickou a oftalmologickou kontrolou.

Kompletní portfolio značky Heliocare si můžete prohlédnout na oficiálním e-shopu www.heliocare.cz. Sledovat můžete také Instagram [heliocare_cz](https://www.instagram.com/heliocare_cz) a Facebook [heliocare_CZSK](https://www.facebook.com/heliocare_CZSK).

Bud'te
v obraze jen
za 474 Kč
ročně!

Kosmetika & Wellness
vše o kráse, zdraví a estetice

Objednávejte na www.kosmetika-wellness.cz
nebo na info@kosmetika-wellness.cz





PŘÍŠTĚ SI PŘEČTETE

- ❖ Ovocné kyseliny = kyseliny krásy
- ❖ Dekolt je jako terasa: přitahuje sluneční paprsky i pozornost
- ❖ Navlékněte sukně a ukažte krásné nohy!
- ❖ V létě se nemusím líčit: mám permanentní make-up
- ❖ Nasadíme si korunu krásy aneb péče o vlasy
- ❖ Dokonalé křivky do plavek do léta máte!

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE 21. KVĚTNA 2020



KOSMETIKA & Wellness

Kosmetika & Wellness

Časopis o kráse, zdraví,
estetice a životním stylu

Vydavatel

Press21 s.r.o.
Sacré Coeur Offices
Holečkova 103/31, 150 00 Praha 5
IČ: 24733784
DIČ: CZ24733784
tel.: +420 727 990 061
e-mail: info@press21.cz
www.press21.cz

Šéfredaktorka

PhDr. Hana Profousová
tel.: +420 732 961 678
e-mail: profousova@press21.cz

Stálí spolupracovníci

PhDr. Eva Hirschová
Mgr. Simona Procházková
Štěpánka Strouhalová
PhDr. Milana Šimáčková
Mgr. Františka Těšínská
Anna Zajícová

Korektorka

Jindra Zahradníková

Obchodní oddělení

Lucie Cabáková
tel.: + 420 773 112 334
e-mail: cabakova@press21.cz

Grafické zpracování

J&D

Fotografie

Radek Hensley

Foto na obálce

Lenka Hatašová

Tisk

Grafotechna Plus s. r. o.

Administrace webu:

Ing. Michael Klán
tel.: +420 720 704 199
e-mail: info@press21.cz

Objednávka předplatného

cena 1 výtisku je 79 Kč,
roční předplatné 474 Kč včetně DPH,
mimo ČR 30 Eur (5 Eur za výtisk)

Předplatné zajišťuje SEND Předplatné
Ve Žlábku 1800/77,
193 00 Praha 9
tel.: 225 985 225
e-mail: kosmetika@send.cz

Distribuce

PNS, a. s.

Redakci nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí. Bez vědomí a souhlasu redakce nelze publikované materiály dále rozšiřovat. Zasláním materiálů do redakce souhlasíte s tím, že mohou být opakovaně otištěny v tomto časopise, redakčně upraveny a nebudou vám vráceny. Neručíme za kvalitu inzerce a PR článků.

Toto číslo vyšlo 26. 3. 2020

Registrační číslo

MK ČR E 20335

ISSN 2533-4085

Zajímavé články

Vaše příběhy

Diskusní fórum

Centra pomoci

Online časopis

Společně životem s lupénkou

Představujeme vám nový web
www.zivotslupenkou.cz



tradice | zkušenost | jistota

Kompletní seznam zákroků naleznete na nových stránkách kliniky

www.esthe-plastika.cz

