

Beautiful

Željko Samardžija:

Majstor frizerske umjetnosti i inspiracija za nove generacije frizera

Olja Beočanin:

Ne postoji šminker koji Vam može totalno ukloniti rupice, pore, bore

SOFIA CVETANOVSKI

Sjajan izgled kože tokom ljeta

BaByliss®

Air Wand

SUŠI. RAVNA. STILIZIRA.
SVE U JEDNOM

USKORO



Ekskluzivni distributer i uvoznik BaByliss uređaja za BiH

babyliss.ba  BaBylissBiH  babylissbosnia

TEHNOMAG

Inebrya

» THE ITALIAN SENSE OF HAIR

SAVRŠENSTVO
BOJA ZA KOSU

REVOLUCIJA BOJA
KOJA INSPIRIŠE
SVAKOG FRIZERA

PREMIUM KVALITET
PROIZVODA

POSTANITE I VI DIO
INEBRYA PORODICE
KOJA JE DOSTUPNA
U ČITAVOM SVIJETU



PREMIUM
PLAVE
BOJE

BE READY TO INEBRYATE THE WORLD!



NOVAOPREMA
GROUP
GENERALNI ZASTUPNIK I DISTRIBUTER

Shecare BLOND *essie* KERATIN STYLE-IN

NOVA OPREMA d.o.o || 051 433 560 || 066 282 888

Huya

PROFESSIONAL LINE

LASH FILLER BTX

PROFESIONALNI TRETMAN
ZA OBRVE I TREPAVICE

OBNAVLJA, OSVJEŽAVA I
DAJE VOLUMEN OBRVAMA I TREPAVICAMA

OBNAVLJA I UDVOSTRUČUJE
TREPAVICE NAKON PRVOG TRETMANA



SAVRŠEN DODATAK NAKON LASH LIFT-A
I FARBANJA TREPAVICA

FARBE ZA TREPAVICE I OBRVE

ISTOVREMENO TRETMAN
& FARBANJE



4 RAZLIČITA UČINKA
NA VAŠ IZGLAD

NJEGUJE I
ULJEPŠAVA

- JAČA I OBNAVLJA
- DAJE BLIŠTAVI SIAJ I
MAKSIMALNU HIDRATACIJU
- INTENZIVNA I DUGOTRAJNA BOJA
- KOZMETIČKI TRETMAN SA
NEVJEROVATNIM REZULTATIMA

Dizajnirali smo specijalne setove koji uključuju sve potrebno da dobijete savršene obrve i trepavice.

PERFECT LOOK KIT LASHES



Lash Lifting + Farba + Lash Filler

Pojačava oblik i farbu.
Rezultat: Savršene trepavice

Uljepšajte svoje trepavice 2u1 setom sa nevjerovatnim rezultatima.

Pojačajte izgled trepavica sa prirodnim efektom i zaboravite maskaru.

Jedinstveni na tržištu

- 1 Dermatoški i oftalmološki testirani
- 2 Sadrži Argan koji daje sjaj i jačinu
- 3 Sa Keratinom koji obnavlja, ojačava i sprječava pucanje vrhova
- 4 Dugotrajni pigmenti

PERFECT LOOK KIT BROWS



Laminacija + Farba + Lash Filler

Definiše, daje mekoću i boju obrvama
Rezultat: Savršene obrve

Definišite i obojite svoje obrve sa nevjerovatnim rezultatima.

Postignite savršen izgled obrva uz laminaciju i bojenje.



- 1 Savršeno rješenje za jake i neposlušne obrve
- 2 Dugotrajna boja
- 3 100% pokrivanje sjedih dlačica
- 4 Obnavlja i pojačava obrve



Direktorica:
Naida Memić
naida.memic@sfera.ba

Glavna i odgovorna urednica:
Elvira Drežnjak
elvira.maric@sfera.ba

Marketing:
Hana Ćatić
hana.catic@sfera.ba

Grafički dizajn:
Anesa Pinjić
anesa.pinjic@sfera.ba

Print:
Sfera d.o.o.

Sfera d.o.o.
Čevrina 9a, Mostar
Tel: 036/578-259
e-mail: marketing@sfera.ba
www.sfera.ba



Devojke i žene mnogo pažnje posvećuju svom izgledu. Mnogi kažu da nije toliko bitno kako izgledamo, nego kako se osjećamo, no ipak sve mi volimo da lijepo i zdravo izgledamo i ka tome i težimo. Naravno da je važno kako se osjećamo i kakvog smo duha, no bitno je da shvatimo da se važnost ljepote ogleda u tome kako vidimo sebe i kako se zbog toga osjećamo.

Unutrašnje zadovoljstvo zbog onog što vidimo u ogledalu je cilj kojem težimo. Audrey Hepburn je jednom prilikom rekla „Ljepota žene mora se vidjeti iz njezinih očiju, jer to je ulaz u njezino srce, mjesto gdje se nalazi ljubav.“ Ljepota je i briga koju žena s ljubavlju daje, strast koju pokazuje, osjećaj zadovoljstva, a definitivno ljepota žene s godinama samo raste. Važno je samo da volite sebe i život.

Časopisu BeautiFUL je prava adresa za savjete, ideje i najnovije trendove iz svijeta ljepote i mode. Na svim stranicama koje su pred vama ispisani su tretmani, savršene kombinacije, preporuke i savjeti stručnjaka.

Kroz časopis BeautiFUL vodimo Vas kroz frizerske i kozmetičke salone u BiH, najbolje stručnjake iz oblasti estetike i kozmetologije, te Vam donosimo događaje koje preporučujemo da posjetite.

Ono što je najvažnije jeste poruka da su sve žene lijepe, te svaka na svoj način nosi svoju ljepotu. Bitno je biti zadovoljan sobom, cijeniti sebe, uživati u svakom danu i radovati se svakom jutru.

Glavna i odgovorna urednica
Elvira Drežnjak
mr. komunikologije

8.



70.



20.

Željko Samardžija: Majstor frizerske umjetnosti i inspiracija za nove generacije frizera

Stalno usavršavanje je ključ uspjeha u ovoj industriji.

Smaragda Jaganjac: Kao i uvijek sve novo što se dešava u svijetu ljepote trenutno, trudim se donijeti i na naše prostore i omogućiti svima da u svojoj ponudi imaju najkvalitetnije proizvode i tretmane

Na 4. Međunarodnom sajmu BeautiFUL pokazat ćemo najkvalitetnije proizvode i tretmane

26.



32.



Sofija Grijak Iličić: Uvijek se trudim da istaknem prirodnu ljepotu svojih klijenata, dok dodajem jedinstvene elemente koji odražavaju njihov karakter. Kroz detaljne konsultacije i prilagođene tehnike, kreiram look koji najbolje odgovara njihovim osobinama i preferencijama.

Sofia Cvetanovski: Sjajan izgled kože tokom ljeta

Stručni tim našeg salona je najbolja reklama našeg poslovanja u oblasti njege tijela i Beauty tretmana.

Intervju: Sofia Cvetanovski, vlasnica Royal Estetic Laser Centra u Banjaluci

Sofia se u Švajcarskoj odškolovala za stomatološkog asistenta, potom je radila u privatnoj klinici za radiologiju, ali san joj je oduvijek bio da vodi svoj kozmetički salon. Taj njen san ujedno je bio i presudni motiv da se vrati u Banjaluku i da krajem novembra 2021. pokrene Royal Estetic Laser Centar.

KAKO JE SVE POČEKO?

Počeli smo skromno, sa samo dvoje zaposlenih, a danas već imamo znatno veći profesionalni kolektiv i veliki broj zadovoljnih klijenata. Svaki naš klijent dobija kraljevski ugođaj i tretman po pristupačnim cijenama, jer ljepota treba da bude dostupna svima - poručuje Sofia Cvetanovski, vlasnica Royal Estetic Laser Centra u Banjaluci, koja za naredni period planira i pokretanje sopstvene franšize, otvaranje novog prodajnog salona savremenih kozmetičkih lasera i pokretanje Royal Estetic Akademije.

ZA POČETAK RECITE NAM NEŠTO VIŠE O SEBI?

Ja sam Sofia Cvetanovski, imam 29 godina, dolazim iz Banjaluke i mama sam jedne divne djevojčice. Odrasla



Sofia Cvetanovski, osnivačica i vlasnica Royal Estetic Laser Centra, rođena je 20. decembra 1994. godine u Cirihi, u Švajcarskoj. Ipak, Banjaluku, iz koje je porijeklom, doživljava kao svoj rodni grad u kojem se najprijetnije osjeća. Njena odluka da upravo u gradu na Vrbasu pokrene privatni biznis, zato je bila sasvim logična i očekivana.



sam i školovala se u Švajcarskoj. Osnivačica sam i vlasnica Royal Estetic Laser Centra u Banjaluci, koji se nalazi u Ulici Boška Tošića 17, pod Starčevićom. U Cirihiu sam se školovala za poslove u stomatologiji, ali želja da imam i vodim kozmetički salon me nije napuštala.

Po završetku školovanja prvo sam se zaposlila u jednoj privatnoj švajcarskoj klinici za radiologiju, ali onda sam definitivno odlučila da svoje snove o Beauty salonu napokon pretvorim u realnost. I tako sam se odlučila na pomalo rizičan potez, da sigurnost koju sam imala u Švajcarskoj zamijenim poslom o kojem maštam od malena, i to u svojoj Banjaluci, u kojoj se, ipak, najprijetnije osjećam.

KAKO STE SE ODLUČILI ZA KARIJERU U BEAUTY INDUSTRIJI?

Kao što sam već rekla, još dok sam bila mala, maštala sam o tome da imam svoj Beauty salon. Kasnije sam se mnogo ozbiljnije zainteresovala za tu djelatnost i uvidjela da bih u tom poslu imala šta da ponudim, pošto oduvijek smatram da ljepota treba da bude dostupna svima. Danas pod tim motom i vodim posao, a mnoštvo zadovoljnih klijenata Royal Estetic Laser Centra mi potvrđuje da sam uspjela pronaći model koji za sada funkcioniše savršeno, a svodi se na dvije jednostavne stvari: krajnje pristupačne cijene

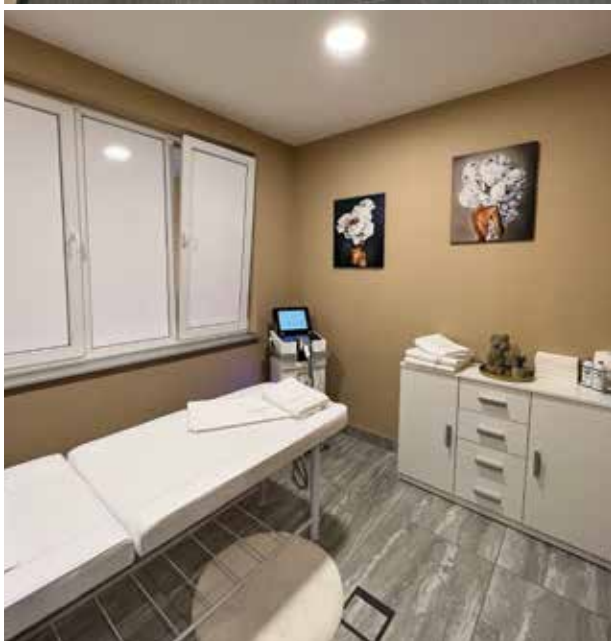
svih naših usluga u moderno opremljenom salonu ugodnog ambijenta i potpuno stručan tim ljubaznih profesionalaca koji klijentima maksimalno izlaze u susret ne dopuštajući da se ijednog trenutka osjećaju neugodno.

MOŽETE LI NAM REĆI NEŠTO VIŠE O SVOM TIMU I SALONU?

Već na samom početku rada bilo nam je veoma važno da u našem salonu stvorimo ugodan, opuštajući ambijent i da radni prostor u njemu opremimo najsavremenijim svjetskim laserskim i drugim uređajima. Najvažnije je što smo u raskošno opremljenom i stilski uređenom salonu uspjeli da formiramo i kompaktan tim ljubaznog i stručnog osoblja.

I na našem primjeru pokazalo se da su ljudi ključni faktor uspjeha u svakom poslu, a ja zbog te činjenice mogu da budem veoma srećna.

Stručni tim našeg salona je najbolja reklama našeg poslovanja u oblasti njege tijela i Beauty tretmana i pruža nam priliku da razmišljamo i o nekim narednim poslovnim potezima i novim projektima kao što su pokretanje sopstvene franšize, otvaranje novog prodajnog salona savremenih, visokoeфикаsnih kozmetičkih lasera nove generacije i pokretanje sopstvene Royal Estetic Akademije.



KAKO BISTE OPISALI PREDNOST TRAJNOG UKLANJANJA DLAKA U POREĐENJU SA TRADICIONALNIM METODAMA POPUT BRIJANJA ILI DEPILACIJE VOSKOM?

Prednost trajne epilacije je u tome što dugoročno rješava problem. Dlačice se trajno uklanjaju, a sam tretman je bezbolan i ne uzrokuje bilo kakve iritacije na koži. Tretmani epilacije, odnosno trajnog uklanjanja dlačica, rade se periodično, na svake četiri sedmice. Nakon završenog ciklusa od 8 do 12 tretmana, dovoljan je tek jedan tretman godišnje za glatku kožu bez dlačica.

KRIOLIPOLIZA JE POSTALA SVE POPULARNIJI TRETMAN ZA OBLIKOVANJE TIJELA. KOJI SU KLJUČNI FAKTORI KOJE BI OSOBA TREBALA UZETI U OBZIR PRILIKOM ODLUČIVANJA O OVOM TRETMANU? KAKO SE PRIPREMITI ZA OVAJ TRETMAN I ŠTA OČEKIVATI NAKON NJEGA?

Kao i kod svih ostalih tretmana za oblikovanje tijela, i kod kriolipolize je ključni faktor za uspješnost tretmana održavanje pravilne ishrane i dovoljan i redovan unos tečnosti u organizam. Važni su, naravno, i redovni dolasci na tretmane na svake četiri sedmice. *Kriolipoliza je kod nas pristupačna i efikasna vrsta tretmana za oblikovanje tijela i ne zahtijeva neku naročitu pripremu. Najbitnije je da se poslije svakog tretmana vodi računa o pravilnoj ishrani i redovnom i dovoljnom unosu tečnosti. Sam tretman kriolipolize je bezbolan i potpuno bezbijedan. Rezlutati mogu biti vidljivi već poslije 3 tretmana, jer možete da izgubite i do 6 cm u obimu struka.*

LJETO JE VRIJEME KADA SVI ŽELE IZGLEDATI LIJEPO. DA LI SU TRETMANI POPUT EM MUSCLE TRETMANA I SHR TETMANA POGODNI ZA LJETNI PERIOD? POSTOJI LI NEKA POSEBNA NJEGA ILI PRIPREMA KOJA JE POTREBNA PRIJE ILI NAKON TRETMANA?

Svi koji su zainteresovani za EM Muscle i SHR tretmane nemaju razloga ni za kakvu brigu jer oni mogu da se rade i tokom ljeta bez straha od bilo kakvih posljedica. EM Muscle tretmani čak ne zahtijevaju nikakvu posebnu pripremu, a jedino što je važno je da se tokom tretmana povede računa o pravilnoj ishrani i dovoljnom unosu tečnosti. SHR tretmani su nešto zahtjevniji. Neophodne su određene pripreme

Kriolipoliza je kod nas pristupačna i efikasna vrsta tretmana za oblikovanje tijela i ne zahtijeva neku naročitu pripremu. Najbitnije je da se poslije svakog tretmana vodi računa o pravilnoj ishrani i redovnom i dovoljnom unosu tečnosti. Sam tretman kriolipolize je bezbolan i potpuno bezbijedan. Rezultati mogu biti vidljivi već poslije 3 tretmana, jer možete da izgubite i do 6 cm u obimu struka.

za sam tretman i treba se pridržavati preporuka naših stručnjaka za određeni period nakon SHR tretmana. Naime, pet dana prije i pet dana poslije tretmana klijenti se ne smiju izlagati UV zracima što znači da se u tom periodu ne smiju sunčati ili koristiti solarijum. Također, dvije sedmice prije SHR tretmana ne smiju se raditi ni piling, ni spray tan i ne smije se koristiti krema za samopotamnjivanje. Poslije SHR tretmana klijentima se preporučuje da tog dana izbjegavaju znojenje koliko god je to moguće, jer

znoj poslije tretmana može izazvati iritaciju kože i neugodnosti povezane sa tim. Dakle, ne treba se izlagati suncu i vrućini, ne treba ići u teretanu, na bazen ili u solarijum. Sa SHR tretmanima najbolje je početi u pravo vrijeme, pred početak jeseni, tako da do sljedećeg ljeta već imate finu, glatku kožu.

EPILACIJA JE JOŠ JEDAN TRETMAN KOJI MNOGI RAZMATRAJU TOKOM LJETA. KAKO SUNCE I IZLAGANJE UV ZRACIMA UTIČU NA KOŽU NAKON EPILACIJE I KOJE MJERE ZAŠTITE BISTE PREPORUČILI SVOJIM KLIJENTIMA?

Znam da postoji dosta skepse po pitanju epilacije tokom ljeta, ali ta vrsta tretmana je apsolutno bezbijedna tokom cijele godine. U našem salonu su termini za trajno uklanjanje dlačica u ovom trenutku popunjeni za naredne tri sedmice.

Mislim da i sam taj podatak dovoljno govori o sigurnosti takvih tretmana tokom ljeta. Zaista nema razloga za bilo kakav strah klijenata pod uslovom da se pridržavaju preporuka našeg profesionalnog osoblja. Bitno je, dakle, pet dana prije i pet dana poslije epilacije ne izlagati se UV zracima, odnosno ne treba se sunčati i ne smije se koristiti solarijum. Ako neko ipak



BeautiFUL

zadobije opekotine od sunca ili u solarijumu, mi tretmane epilacije ne radimo sve dok se koža ne regeneriše. U takvim slučajevima epilaciju ćemo prolongirati minimalno dvije sedmice. Nanošenje SPF kreme, minimalno faktor 30, preporučila bih svima tokom ljeta, a naročito klijentima nakon tretmana epilacije.

MOŽETE LI NAM REĆI VIŠE O TOME KAKO FUNKCIONIŠU LASERSKI TRETMANI, POPUT SHR TRETMANA? KOLIKO SU BEZBIJEDNI ZA UPOTREBU TOKOM LJETA, S OBZIROM NA IZLOŽENOST SUNCU I VISOKIM TEMPERATURAMA?

Tretmani se rade u intervalima od 4 do 6 sedmica. U zavisnosti od jačine i boje dlake, potrebno je od 8 do 12 tretmana. Sjede dlake, na žalost, laser ne prepoznaje. Najbolji efekat postiže se kod tamne dlake, jer laser najbolje reaguje na crno.

Ali, naravno, može da se tretira i svijetla dlaka, s tim da je u nekim slučajevima potrebno obaviti više tretmana. Što se tiče bezbijednosti, laseri su apsolutno pouzdani i njihovo djelovanje je potpuno bezbolno. A kao što sam već rekla, mogu se koristiti i tokom ljeta uz pridržavanje preporuka koje sam takođe navela.

KAKO PRILAGOĐAVATE SVOJE USLUGE SPECIFIČNIM POTREBAMA I ŽELJAMA SVAKOG POJEDINCA?

Da bismo uspješno odgovorili željama i potrebama svakog pojedinca, već na samom početku morali smo da zauzmemo određeni kurs. Tu smo se oslonili na strategiju



upoznavanja, a zatim i širenja zajednice ljudi koji cijene profesionalne usluge njege lica i tijela, kao i na našu misiju u kojoj činimo sve što je u našoj moći da ljepotu učinimo dostupnom svima. Tako smo razvili koncept kraljevskih tretmana za sve naše klijente i to po najpristupačnijim mogućim cijenama za sve naše usluge. Veliki broj naših zadovoljnih klijenata, kako iz Banjaluke, tako i iz šire regije, uvjerava nas da smo postupili ispravno. Zadovoljstvo klijenata Royal Estetic Laser Centra naša je najveća i najdraža nagrada.

Oni su ti koji nas motivišu da istrajemo u našoj misiji i ostvarenju vizije da ljepota treba da bude dostupna svima. Iz tog razloga, svaku priliku koristimo da izrazimo iskrenu zahvalnost svima koji su nam ukazali povjerenje, a mi nastavljamo da pažljivo slušamo sve svoje klijente i momentalno preduzimamo sve

što možemo kako bi iz našeg salona uvijek izlazili srećni, nasmijani, dobro raspoloženi, vedri i lijepi.

LJETO MOŽE BITI IZAZOVNO VRIJEME ZA ODRŽAVANJE KOŽE ZDRAVOM I LIJEPOM. DA LI IMATE NEKI UNIVERZALNI SAVJET ZA NAŠE ČITATELJE KAKO BI POSTIGLI I ZADRŽALI SJAJAN IZGLED KOŽE TOKOM LJETNIH MJESECI?

To su manje-više opšti savjeti koji zaista mogu biti od koristi ako ih se pridržavate i odnose se prvenstveno na ishranu i redovan unos tečnosti. Važna je, takođe, umjerenost kako u hrani i piću, tako i u vremenu izlaganja suncu. A što se tiče samog tretiranja kože, uz osnovnu higijenu koja se podrazumijeva, najbitnija je hidratacija lica i tijela i uoptreba SPF krema prema tipu i stanju kože.



ALFAPARF
MILANO
PROFESSIONAL

Talijanski brend broj #1 u industriji frizerskih salona

Alfaparf Milano sa profesionalcima razvija i stvara učinkovite proizvode i usluge kako bi pojednostavili njihov rad i učinili ga izvorom zadovoljstva za sve. Svakodnevno dijele rezultate zadovoljstva i uživanja.

ALFAPARF MILANO PROFESSIONAL sada je vodeći talijanski brend u sektoru profesionalne njege kose, i uvijek gleda u budućnost. Posvećeni su ljudima koji dijele njihovu strast prema ljepoti. Podržavaju kreativnost svih #alfaparfpeople pružanjem naprednih tečajeva u skladu s najnovijim trendovima i tehnologijama.

Imagine Do Share Enjoy

Alfaparf Milano Professional je poznat po svojoj podršci frizerima kroz edukaciju i obuku. **Officina del Colore** nudi obuke o najnovijim trendovima u bojenju kose, upotrebi njihovih proizvoda i tehnika primjene, pomažući frizerima da unaprijede svoje vještine i ponude svojim klijentima najbolje usluge.

Officina del Colore koji je poznat po svojoj pouzdanosti i kvaliteti. Frizeri mogu biti sigurni da će njihovi klijenti biti zadovoljni rezultatima bojenja i njegovanja kose koristeći proizvode ovog brenda.

ODC nudi frizerima sve što im je potrebno za uspjeh u poslu bojenja i njege kose, kombinujući vrhunsku tehnologiju sa dugogodišnjim iskustvom i podrškom u industriji frizerskih usluga.

Ove godine frizeri će imati priliku biti na edukaciji u Milanu kod Emanuele Vona. Njegova svestrana kreativnost, uklopljena s discipliniranom i savršenom tehnikom, omogućila mu je suradnju s najpoznatijim modnim magazinima poput Vanity Fair, Marie Claire, L' "uomo Vogue i drugima, kao i sa glavnim međunarodnim fotografima na uredničkim ili reklamnim snimanjima.

Emanuele Vona će na jedinstven način podijeliti svoje znanje, a naši frizeri će imati priliku da sve naučene lekcije primjene u svom rodnom mjestu.

Sa sjedištem u Milanu, epicentru modne i kozmetičke industrije, Alfaparf Milano kombinira tradiciju i moderne tehnologije za stvaranje proizvoda koji postavljaju standarde u industriji bojanja kose.

Njihov asortiman proizvoda uključuje sve od boja za kosu koje daju intenzivne, dugotrajne nijanse do profesionalnih tretmana za njegu i oblikovanje kose. Jedna od ključnih karakteristika **Alfaparf Milano** proizvoda je upotreba inovativnih patentiranih tehnologija koje ne samo da štite boju, već i poboljšavaju teksturu i zdravlje vlasi.

Ovaj pristup garantira da svaki tretman bojenja ne samo da pruža željenu boju, već i očuvava vitalnost kose.

Alfaparf Milano Professional je prepoznatljiv po svojoj posvećenosti visokim standardima kvaliteta i kontinuiranom istraživanju i razvoju novih proizvoda. Svoju reputaciju gradi na dugogodišnjem iskustvu i suradnji sa frizerima širom svijeta, koji cijene pouzdanost i efikasnost proizvoda ovog brenda.

Upoznajte vrhunske boje od Alfaparf-a **Evolution of the color!**

EVOLUTION OF THE COLOR je vrhunska linija boja za kosu koja se ističe svojom inovativnom tehnologijom i izvanrednim rezultatima. Evolution of the Color koristi napredne formule koje kombiniraju visokokvalitetne pigmente s inovativnim aktivnim sastojcima. To omogućuje postizanje intenzivnih, dugotrajnih nijansi boja s izvrsnim rezultatima.



PATENTIRANA TEHNOLOGIJA COLOR GUARD

Patentirana tehnologija koja poboljšava strukturu boje na kosi, produžujući njezino trajanje i jamčeći vrhunski sjaj. **Color Guard** tehnologija formira zaštitni omotač oko svake vlasi kose, čime se spriječava ispiranje boje prilikom pranja kose. Ovo osigurava dugotrajan intenzitet boje i očuvanje sjaja. Color Guard tehnologija je dakle ključni element koji čini Alfaparf Milano Professional proizvode za bojenje kose posebno efikasnim i poželjnim među frizerima i njihovim klijentima, nudeći dugotrajnu zaštitu boje uz istovremeno očuvanje zdravlja i ljepote kose.

Linija Evolution of the Color nudi širok spektar nijansi koje odgovaraju različitim željama i potrebama korisnika. Nijanse su formulirane kako bi pružile precizan rezultat i besprijekoran izgled. Pored bojenja, Evolution of the Color pruža i njegu kose zahvaljujući svojim formulama koje poboljšavaju teksturu i sjaj kose. Klijenti mogu očekivati ne samo lijepu boju, već i zdravu i sjajnu kosu.

Evolicija izgleda boja stvorena je u suradnji s globalnim kreativnim direktorom **Rudjem Mostardom**.

Evolution of the Color od Alfaparf Milano Professional stoga predstavlja idealan izbor za frizere koji traže vrhunsku kvalitetu bojenja kose uz najnovije tehnološke inovacije i dugotrajne rezultate.

LOVE YOUR EVOLUTION!

Alfaparf je globalni lider u industriji profesionalne kozmetike za kosu, sa dugogodišnjim iskustvom u pružanju vrhunskih proizvoda za bojanje i njegu kose. Ziblin Cosmetic kao ekskluzivni distributer, osigurava da svi proizvodi budu dostupni na tržištu BiH, uz visoke standarde usluga i podrške za klijente. Isprobajte nove linije proizvoda i otkrijte zašto su Alfaparf i Ziblin Cosmetic sinonim za kvalitet i inovaciju u svijetu kozmetike za kosu. Za više informacija posjetite našu web stranicu ili nas pratite na društvenim mrežama.

The Italian House of Beauty!



ZAŠTITA OD PLAVOG SVJETLA

Štiti boju od oštećenja plavim svjetlom.



PROTIV ZAGAĐENJA

Za suzbijanje neželjenih učinaka onečišćenja.



SUSTAV UV ZAŠTITE

Za suzbijanje gubitka boje izazvanog UV svjetlom.

PERFORMANSE LEPLJENJA

Evolicija boje stvara zaštitni film na kosi tijekom bojenja.

FORMULA VEGAN

Formula je bez sastojaka životinjskog podrijetla i derivata.

HIJALURONSKA KISELINA

Oblikuje mrežicu poput rešetke oko kose, kako bi se postigla optimalna raspodjela boje i stvorilo maksimalno prijanjanje.



SARAJEVO ĆE 14.-15.09.2024 PONOVO BITI CENTAR BEAUTY INDUSTRIJE

Međunarodni Sajam kozmetike, ljepote, zdravlja i wellnessa BeautiFUL2024 će se održati u Skenderiji i okupiti sve stručnjake, kompanije koje nude usluge i proizvode, te sve zainteresovane kojima će ulaz na sajam biti BESPLATAN.

Projekat Međunarodni Sajam kozmetike, ljepote, zdravlja i wellnessa BeautiFUL2024, koji je postao tradicionalni događaj na prostoru BiH, u septembru će po četvrti put okupiti svu beauty industriju na jednom mjestu, te svim posjetiocima pružiti odličan i zabavan sadržaj.

Sajam je mjesto na kojem proizvođači i ponuđači usluga imaju priliku da se predstave bosanskohercegovačkom tržištu ali i šire.

Očekuje se preko 100 izlagača i 300 brendova

koje će predstaviti svoje usluge, te sa kojima ćete imati priliku razgovarati o raznim temama koje vas interesuju.

Sve prisutne očekuje interesantan sadržaj u kojem ćete sigurno pronaći nešto i za sebe.

Pripremaju se razni masterclassovi, edukacije i takmičenja, cjelodnevni program na glavnoj bini sajma, te razne dodatne edukacije u dvoranama.

Sponzori Sajma su Gema Beauty d.o.o. (Platinasti sponzor), Brill Cosmetix (Zlatni sponzor), Magnetic Nails d.o.o. Tuzla i LNB Trade d.o.o. (Srebrni sponzori), te Kanema beauty d.o.o., Estetski centar Si i Odores Dominus d.o.o. (Bronzani sponzori).

Svi sponzori su pripremili brojne edukacije za učesnike i stručnjake u zatvorenim dvoranama, kao i prezentacije na glavnoj bini sajma..

SARAJEVO, 14.-15.09.2024.

SKENDERIJA - DVORANA MIRZA DELIBAŠIĆ

2024
beautiful
MEĐUNARODNI SAJAM

PLATINASTI SPONZOR

ÉLAN



ZLATNI SPONZOR

Brill Cosmetics

PIXEL

With the Skin Doctor

PIXELIFT



mytan

SREBRENI SPONZORI

MAVEX
SWISS PEDICURE SYSTEM
CALLUSPEELING

MAYSTAR
SKINCARE

In Lab
medical
epigenetic system

Depilflax
100

Huya

MAYSTAR
GROUP

Amela
Jahic
MAGNETIC NAILS WITH TUBA

LNB TRADE

Hair
Extensions
4 you

MONTIBELLO
EXPERIENCE BEAUTY

ELIXIR
MAKE-UP

luxnatur

luxart

BRONZANI SPONZORI

Crystal
Nails

MARILYNAILS®
GELS WITH LOVE

LuXLashi

SS
Sabina Stijepić

Estetski Centar
Si



Prvi dan sajma 14.09.2024. biće održana Konferencija o estetskoj, regenerativnoj i anti-aging medicini gdje će učesnici imati priliku da se upoznaju sa najnovijim tehnikama, inovacijama i kliničkim studijama koje oblikuju budućnost estetske i regenerativne medicine. Edukatori na konferenciji su: Dr. Marija Ristanović, doktor estetske i antiaging medicine; Anđela Prolič dr.med. Poliklinika Dermamed, Dr. Edin Kulović, specijalista abdominalne hirurgije, Dr. Jelena Krčum.

Za sve kozmetologe, kozmetičare i druge stručnjake biće održana edukativna konferencija na kojoj su edukatori: Dr. Kerim Alendar, specijalista dermatovenerolog, Alisa Kazić, mag. Farmacije, Mirela Ilenić, formulator Drugi dan sajma, 15.09.2024. rezervisan je za vrhunske masterclassove i to: BeautiFUL MakeUp Show i BeautiFUL HairStyle Show. Na BeautiFUL



MakeUp Show učestvuju: Adi Hasić i Sofija Grijak Iličić makeup artisti koju su za učesnici pripremili sjajne edukacije. Na BeautiFUL HairStyle Show učestvuje tim Željko Academy i Amela Fazlibegović koji će prikazati novitete u oblasti frizerske djelatnosti.

Oba dana Sajam posjetitelje očekuje bogat program na glavnoj bini sajma gdje vas očekuju edukacije i prezentacije: Ljudmila Valjevac: Kako postati uspješan i tražen beauty master; Hadis Muračević, hairstylist: Nadogradnja kose sa UV LIGHT najnovija tehnologija; Ada Pletence, hairstylist: Frizure s dodirrom umjetnosti; Jasmina Kondeli, makeup artist:Glam make up.

Za sve zainteresovane posjetioce ulaz će biti potpuno BESPLATAN! Sve detaljne informacije možete pratiti na: www.sajam.beautiful.ba FB: Beautiful2023 - edukacije i masterclassovi.



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

MARIJA RISTANOVIC
Doktor estetske i antiaging medicine

Tema:
MODELIRANJE SREDNJE
TREĆINE LICA SA
HIJALURONSKIM FILERIMA

SARAJEVO, POČETAK:
14.09.2024. 17:00h

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

dr. med.
ANDELA PROLIC
Poliklinika Dermamed

Tema:
MULTIFRAX LASER I
ENDORADIOFREKVENCJA
THERMA DAS ZA NOVE TEHNIKE
LIFTINGA LICA I VRATA

SARAJEVO, POČETAK:
14.09.2024. 17:00h

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

EDIN KULOVIC
Specijalista abdominalne hirurgije

Tema:
BY ALLERGAN
MEDICAL INSTITUTE

SARAJEVO, POČETAK:
14.09.2024. 17:00h

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

TELENA KRCUM
Doktor estetske medicine

Tema:
PRIMJENA EGZOZOMA U
ESTETESKOJ MEDICINI

SARAJEVO, POČETAK:
14.09.2024. 17:00h

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MAKEUP SARAJEVO

SOFIJA GRUJAK ILICIC
makeup artist

Tema:
GLAM SALON LOOK
WITH A TWIST

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MAKEUP SARAJEVO

ADI HASIC
makeup artist

Tema:
DUPLI BLENDANI
EYELINER

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

ZELJKO SAMARDZIC
*hairstyle show by
AKADEMY & TEAM*

SARAJEVO, 15.09.2024. | SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

ZELJKO SAMARDZIC
*hairstyle show by
AKADEMY & TEAM*

**ZELJKO
ACADEMY
& TEAM**

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

OLJA SOBOTA
*hairstyle show by
AKADEMY & TEAM*

**ZELJKO
ACADEMY
& TEAM**

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

DANIEL MARJANOVIC
*hairstyle show by
AKADEMY & TEAM*

**ZELJKO
ACADEMY
& TEAM**

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

ALEKSANDAR DRAGANOVIC
*hairstyle show by
AKADEMY & TEAM*

**ZELJKO
ACADEMY
& TEAM**

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)



2024
beautiFUL
MEDIJARODNA SARAJEVO

AMELIA FAZLIBEGOVIC
*hairstyle show by
AKADEMY & TEAM*

Teme:
VALOVITA DUGA KOSA SA
EXTREMNIM VOLUMENOM
MODNE KOMERCIJALNE PUNDE

SARAJEVO,
15.09.2024.

SKENDERIJA
DOM MLADIH

[PRIJAVI SE](#)





Željko Samardžija: Majstor frizerske umjetnosti i inspiracija za nove generacije frizera

Stalno usavršavanje je ključ uspjeha u ovoj industriji.

Piše: Željko Samardžija, frizer i osnivač Akademije Željko.

Željko Samardžija, rođen 1971. godine u Njemačkoj, svoju ljubav prema friziranju otkrio je već u djetinjstvu. Nakon uspješne karijere u jednom od najpoznatijih njemačkih salona, Željko je svoju strast prema frizerskoj umjetnosti usavršavao kroz obrazovanje u Londonu i istraživanje inovativnih tehnika u Brazilu.

Sada kao mentor i osnivač Akademije Željko, posvećen je podizanju novih generacija frizera ne samo u Bosni i Hercegovini već i regionu. U nastavku vam donosimo priču o Želju Samardžiji i Akademiji Željko.

LJUBAV PREMA FRIZIRANJU

Moja ljubav prema friziranju počela je još u djetinjstvu, kada sam eksperimentirao s kosom svojih prijatelja i porodice. Rođen sam 1971. godine u Njemačkoj, gdje sam i odrastao. Njemačka kultura i estetika imale su veliki utjecaj na moj razvoj i formiranje kao frizera. Nakon završetka gimnazije, odlučio sam da profesionalno uplovim u frizerske vode.

Nakon škole, imao sam sreću da započnem karijeru u jednom od najpoznatijih salona u Njemačkoj. Brzo sam stekao reputaciju zahvaljujući svojoj posvećenosti i talentu. Taj period bio je izuzetno važan za moj razvoj, jer sam



učio od najboljih u industriji. Nakon nekoliko godina, osjetio sam da je vrijeme da otvorim vlastiti salon, što se pokazalo kao pravi potez. Salon je ubrzo postao jedno od najtraženijih mjesta za friziranje u gradu.

USAVRŠAVANJE I UVOĐENJE NOVIH TEHNIKA

Tokom svoje karijere, uvijek sam težio usavršavanju i učenju novih tehnika. Imao sam priliku

pohađati edukacije u Londonu, koji je poznat kao svjetski centar za frizersku umjetnost. *Također, proveo sam neko vrijeme u Brazilu, gdje sam se upoznao sa inovativnim pristupima i tehnikama kolora koje se koriste u Južnoj Americi. Ta iskustva su bila neprocjenjiva i pomogla su mi da unaprijedim svoj rad i uvedem nove metode u svoj salon kao i u frizersku industriju.*

KLJUČNE EDUKACIJE

Edukacije su bile ključne. Londonska škola mi je pružila priliku da učim tehnike šišanja od najboljih u svijetu, dok je Brazil donio svježinu i potpuno novi pristup koloru i njezi kose. Ta znanja i vještine prenio sam u svoj salon i na svoje učenike. Stalno usavršavanje je ključ uspjeha u ovoj industriji.

Oduvijek sam želio dijeliti svoje znanje i iskustvo. Vidio sam mnogo mladih talenata koji samo trebaju pravu priliku i podršku. Tako sam osnovao Akademiju Željko, koja već 14 godina uspješno obrazuje nove generacije frizera. Iza nas su stotine edukovanih frizera, koji su zahvaljujući našim programima i njihovom željom za učenjem i usavršavanjem postali uspješni stručnjaci.

SLOBODNO VRIJEME

Volim umjetnost, putovanja i kuhanje. Ta interesovanja mi pomažu da ostanem kreativan i inspirisan. Svaka nova destinacija donosi nove ideje i perspektive koje mogu primijeniti u svom radu. Umjetnost mi pomaže da razumijem boje i forme, dok mi kuhanje daje priliku da eksperimentišem, baš kao i u friziranju.

PLANOVI ZA BUDUĆNOST

Nastaviću da se usavršavam i da unapređujem svoje vještine. Također, planiram unaprijediti Akademiju Željko i sam edukacijski program kako bih omogućio još većem broju mladih ljudi da ostvare svoje snove u frizerskoj industriji.

Želim da nastavim inspirisati i biti uzor novim generacijama frizera. Nadam se da će moja priča motivisati druge da slijede svoje strasti i nikada ne odustaju od svojih snova.



Razgovor sa **Doris Misimovć-Drkić**: Inovacije i Trendovi u Njegi Kože

Stručnjakinja za ljepotu otkriva tajne za zdravu i mladoliku kožu

Intervju: Doris Misimović Drkić

Doris Misimovć-Drkić, stručnjakinja za ljepotu i vlasnica Dora Beauty bara, osoba je koja kontinuirano donosi nove trendove i inovacije u industriju ljepote u Bosni i Hercegovini. Njena ljubav prema njezi kože i ljepoti prožeta je dugogodišnjim iskustvom i stručnim znanjem, što ju čini jednom od vodećih figurom u ovoj oblasti. Kroz svoj rad, Doris ne samo da prati svjetske trendove, već ih i prilagođava lokalnim potrebama, uvodeći nove tretmane i tehnike za njegu kože koji su prilagođeni raznolikosti bosnakohercegovačkog tržišta.

KAKO STE SE ODLUČILI DA SE BAVITE BAŠ OVIM POSLOM?

Moje interesovanje za ljepotu i njegu kože razvilo se tokom godina, inspirisano željom da

pomognem ljudima da se osjećaju samopouzdana i njegovano.

Strast prema kozmetici i estetici me je usmjerila ka ovoj karijeri.

KAKO SPRIJEČITI ZNAKOVE STARENJA NA LICU?

Zdrav način života, uključujući ishranu bogatu antioksidansima, zaštitu od sunca, hidrataciju, i redovnu njegu kože sa anti-age proizvodima, ključni su faktori za prevenciju starenja kože.

KOJE SU NAJEFIKASNIJE METODE HIDRATACIJE LICA?

Ključne metode su korištenje hidratantnih krema prilagođenih tipu kože, redovno unošenje vode, korištenje hidratantnih seruma i maske koje dubinski hidriraju kožu.

KOLIKO JE VAŽNA SVAKODNEVNA NJEGA KOŽE?

Svakodnevna njega kože je izuzetno važna jer pomaže u održavanju zdravlja kože, sprečava probleme poput suvoće ili prekomjerne masnoće, i doprinosi dugoročnom zdravlju i izgledu kože.

KOJE TRETMANE PREPORUČUJETE ZA OČUVANJE ZDRAVLJA KOŽE?

Preporučujem redovne tretmane poput čišćenja lica, hidratacije, eksfolijacije, te upotrebu maski i seruma prilagođenih potrebama kože.

ŠTA JE FACE FITNESS MASAŽA LICA I KAKO DJELUJE?

Face fitness masaža je tehnika koja kombinuje masažu i vježbe za lice radi poboljšanja cirkulacije, toniranja mišića lica i stimulacije regeneracije kože.

KOME JE NAMIJENJENA FACE FITNESS MASAZA?

Face fitness masaža je namijenjena svima koji žele održati tonus i mladolikost kože lica, posebno onima koji traže prirodne metode za to.

KOJE SU KLJUČNE KOMPONENTE OVE MASAŽE?

Ključne komponente su tehnike masaže koje ciljaju na mišiće lica, stimulaciju limfnog sistema radi detoksifikacije, i poboljšanje protoka krvi radi bolje opskrbe hranjivim materijama.

KAKO SE FACE FITNESS MASAŽA RAZLIKUJE OD DRUGIH TRETMANA ZA LICE?

Face fitness masaža se

razlikuje po tome što naglašava aktivaciju mišića lica slično kao što se radi sa mišićima tijela u fitness treningu, dok drugi tretmani fokusiraju na hidrataciju, čišćenje ili uklanjanje bora.

ŠTA POSJETITELJI MOGU OČEKIVATI NA 4. SAJMU "BEAUTIFUL" GDJE STE PLATINASTI SPONZOR?

Posjetitelji mogu očekivati bogat program sa novim trendovima u njezi kože, ekskluzivnim prezentacijama

proizvoda, savjetima stručnjaka i mogućnošću da isprobaju najnovije tretmane.

SA KOJIM BRENDOVIMA I TRETMANIMA ĆETE SE PREDSTAVITI BH. PUBLICI NA SAJMU?

Na sajmu "Beautiful" predstaviti ćemo vrhunske svjetske brendove iz područja kozmetike i dermatologije, kao i inovativne tretmane kao što su face fitness masaža, PRP terapija, i napredne tehnike za njegu kože.





AFRODITA
PROFESSIONAL

Recite zbogom znakovima starenja i pigmentacijskim mrljama... Afrodita Professional predstavlja **VITAMIN C EXPERT** za postupnu obnovu vaše kože!

5 UČINAKA U SAMO JEDNOJ NJEZI

Nova njegujuća linija **VITAMIN C EXPERT** vašoj će koži pružiti sve što joj je potrebno za cjelovitu i najučinkovitiju anti-age njegu

1. smanjuje izraženost **BORA**
2. posvjetljuje **PIGMENTACIJSKE MRLJE**
3. ujednačuje **TEN KOŽE**
4. štiti od **FOTOSTARENJA**
5. otkriva **SJAJNIJI TEN**

25-PUTA SNAŽNIJI UČINAK

U proizvode **VITAMIN C EXPERT** ugrađen je vitamin C u iznimno potentnom, nekiselinskom obliku. Riječ je o **Ascorbyl Tetraisopalmitatu** iz **Japana**, koji djeluje s 25 puta snažnijim učinkom u usporedbi s L-askorbinskom kiselinom. Osim toga:

- ✔ **NE NADRAŽUJE KOŽU**
- ✔ **VISOKO JE STABILAN**
- ✔ **PRODIRE SVE DO DERMISA**

ZA SVE TIPOVE KOŽE NAKON 25. GODINE

- Proizvodi Vitamin C Expert su idealni kako za preventivno, tako i za kurativnu anti-age njegu.
- Preporučuju se svima koji žele svoju kožu što bolje zaštititi od prvih bora i pigmentnih mrlja, ali i svima ostalima koji se već suočavaju s njima.

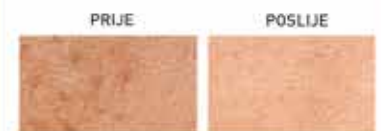
NOVO VITAMIN C EXPERT



INOVACIJA protiv starenja i hiperpigmentacije

REZULTATI, KOJI ODUŠEVLAJAVAJU:

Smanjene pigmentne nepravilnosti*:



Smanjen volumen bora:

-26%**



*IN YVD mjerenje nakon 56 dana uporabe
**IN YVD mjerenje na 22 dobrovoljca nakon 56 dana uporabe dvaput dnevno

UPOZNAJTE NOVE VITAMINSKE EKSPERTE

... i pozdravite nevjerojatno sjajnu kožu!

- **ULTRAHIDRATANTA KREMA U GELU**
s jedinstvenom, poluprozirnom teksturom gela i punom snagom hidratantne kreme
- **LAGANA HRANJIVA KREMA**
na dodir lagana i maziva, a po učinku nadasve njegujuća
- **GLOW MASKA ZA MASAŽU**
u obliku osvježavajućeg gela koji čini kožu izuzetno luminoznom



+ KONCENTRIRANA DOZA VITAMINA C

Za maksimalno iskorištavanje svih pozitivnih učinaka vitamina C u svoju rutinu njege uključite i **C10 VITAMIN SUPER SHOT**. Ovaj izuzetan pigmentacijski korektor sadrži čak **10 %** vitamina C, koji uz redovitu uporabu čak **potpuno uklanja*** pigmentne mrlje!

Shot nanesite kao podlogu za odabranu kremu za njegu.

*IN VIVO ispitivanje nakon 16 tjedana uporabe



DERMATOLOŠKI
TESTIRANO



NIJE TESTIRANO
NA ŽIVOTINJAMA



*osim maski





Smaragda Jaganjac: Kao i uvijek sve novo što se dešava u svijetu ljepote trenutno, trudim se donijeti i na naše prostore i omogućiti svima da u svojoj ponudi imaju najkvalitetnije proizvode i tretmane

Na 4. Međunarodnom sajmu BeautiFUL pokazat ćemo najkvalitetnije proizvode i tretmane

Intervju: Smaragda Jaganjac



18. i 19. maja 2024. godine održan je događaj - PMU Balkan Gold Congress. Sarajevo, glavni grad Bosne i Hercegovine, jedan vikend postao je epicentar okupljanja za sve zaljubljenike trajnog šminkanja iz cijelog Balkana, ali i šire, iz Evrope. Pod vodstvom gospođe Smaragde Jaganjac, renomirane stručnjakinje, kada je u pitanju trajno šminkanje ovaj kongres napravio je pomak u svijetu trajnog make-upa.

Uz viziju da se prevaziđu granice i ujedini stručnjake, ovaj događaj nije bio samo skup profesionalaca, već mjesto gdje su rodile broje ideje ali buduće saradnje.

Dva dana programa ispunjena su predavanjima, radionicama i demonstracijama najnovijih tehnika, pružajući učesnicima priliku da usavrše svoje vještine i otkriju najnovije trendove u industriji. Upravo ovaj događaj bio je samo jedan od povoda za

naš razgovor sa Smaragdom Jaganjac. U nastavku više čitajte o ovom događaju kao i novim događajima koji nas očekuju na jesen.

KAKO STE OCIJENILI ORGANIZACIJU PMU BALKAN GOLD CONGRESSA OVE GODINE? DA LI SU VAŠA OČEKIVANJA ISPUNJENA?

Organizacija PMU Balkan Gold Kongressa ove godine je bila zaista na vrhunskom nivou, definitivno smo kao organizatori ispunili sva očekivanja a također i svi naši partneri i učesnici.

KOJE SU BILE KLJUČNE TEME I DISKUSIJE NA KONGRESU? KOJE SU BILE NAJZNAČAJNIJE PREZENTACIJE ILI RADIONICE?

Ove godine kao i prethodne imali smo PRIME Speakere koji su došli iz cijelog svijeta da pokažu svoje tehnike rada, neke

novitete iz svijeta Permanent Make up-, te da nam dočaraju tehnike popularne u njihovoj državi.

Pored toga jedan od najzanimljivijih dijelova kongresa bili su Demo Live Speakeri i njihove prezentacije na živim modelima, tako je svaki PMU Artist imao svoj kutak gdje je radio svoju prezentaciju a učesnici su imali priliku da pogledaju i izravno komuniciraju sa speakerima. Demo Live Speakeri došli su iz Bosne i Hercegovine, susjednih država ali iz cijele Evrope.

KAKVI SU BILI REZULTATI ?DA LI SU STEKLI KORISNA ZNANJA I VJEŠTINE?

Kao i uvijek svi učesnici su bili prezadovoljni kako prenesenim znanjem, tako i činjenicom da su upoznali i dosta novih ljudi, njihovih zanimanja i načina rada , korisnih savjeta iz svijeta PMU-a ali najviše, kompletnom organizacijom, osvojenim nagradama, Cocktail Partijem i generalno savršenim druženjem i zabavom.

OVE GODINE STE ZLATNI SPONZOR 4. MEĐUNARODNOG SAJMA LJEPOTE, ZDRAVLJA I WELLNESSA BEAUTIFUL. KOJE BRENDOVE I TEHNIKE ĆETE PREDSTAVITI NA SAJMU?

Da, i ove godine smo ponosni Zlatni Sponzor Sajma Ljepote u Sarajevu i jedva čekamo. I ovaj put donosimo dosta noviteta a prije svega prezentaciju najnovijeg kozmetičkog brenda na tržištu BiH, čiji smo distributeri.

Očekuje vas mnogo dinamike na našem štandu, od velikih popusta na kompletan asortiman, konstantnih

BeautiFUL

prezentacija tretmana na štandu i još mnogo toga.

SMARAGDA JAGANJAC JE POZNATA KAO OSOBA KOJA DONOSI NOVITETE NA TRŽIŠTE BIH. ŠTA MOŽEMO OČEKIVATI U OVOJ GODINI?

Kao i uvijek sve novo što se dešava u svijetu ljepote trenutno, trudim se donijeti i na naše prostore i omogućiti svima da u svojoj ponudi imaju najkvalitetnije proizvode i tretmane. Ove godine bazirali smo se na njegu lica i tijela.

Tako da smo odnedavno ponosni distributeri brenda APIS koji je jedan od najpopularnijih brendova u Evropi i postoji preko 30 godina, u svom asortimanu ima kvalitetne i luksuzne profesionalne proizvode za njegu lica i tijela ali i kompletnu kućnu njegu.

KOLIKO JE VAŽNO ULAGANJE U SVOJE ZNANJE I SVOJ BRAND? MOLIMO VAS NEKI VAŠ OSVRT?

Jako je važno, jer čovjek treba da uči dok je živ i uvijek postoji stepenica iznad kojoj moramo težiti. Tako je u svakom vidu poslovanja bilo da prodajete proizvod ili uslugu, vaš brend treba konstantni rast.

GENERALNO KOLIKO JE VAŽNO PREDSTAVLJANJE JAVNOSTI I PRISUSTVO NA SAJMOVIMA?

Sajmovi su odličan marketing i promocija kako za nove firme i brendove tako i za one koji su dugo na tržištu jer je danas konkurencija jako velika u svim Beauty oblastima i uvijek se trebamo truditi i biti prisutni, konstantno pružati nove usluge i proizvode, i dolaziti u komunikaciju sa klijentima



te oslušivati njihove želje. Učešće na sajmovima daje vam vjetar u leđa, a pored toga možete upoznati i nove partnere, razmijeniti iskustva i sjajno se zabaviti.

DA LI PLANIRATE POSEBNE PROMOCIJE ILI POPUSTE ZA POSJETIOCE SAJMA?

Naravno! Svi naši klijenti znaju da na našem štandu uvijek imaju odlične popuste na kompletan asortiman, poklone kao i prezentacije uživo gdje mogu direktno postavljati pitanja vezano za tretman ili određeni proizvod.

ZA KRAJ KOJI JE VAŠ SAVJET ZA MLADE OSOBE KOJE POČINJU DA SE BAVE SLIČNIM POSLOM?

Svaki početak je težak ali uz ulaganje u svoje znanje, vizija i sposobnost pojedinca, svakog mogu dovesti jako daleko.

Bitno je da budete uporni i ostanete dosljedni, educirajte se kod kvalitetnih i iskusnih edukatora, koristite kvalitetnu opremu jer na kraju svakog dobrog kozmetičara u bilo kojoj branši čini njegova vještina, kvalitet materijala i iskustvo u poslu.

NAJPOPULARNIJI *beauty* TRETMANI OVOG LJETA

SPRAY TAN

Spray tan tehnika je tehnika bojenja tijela kojom se postiže lijep preplanuli ten bez štetnih UV zraka. Jedan je od najpopularnijih tretmana tokom cijele godine zato što se na jednostavan i brz način postiže preplanuli ten, bez ikakvog rizika po zdravlje kože. Postupak traje 10 minuta, a preplanulost na koži traje 7-10 dana. Tretman je potpuno siguran a mogu ga koristiti i trudnice. Preplanulost se gubi postepeno, boja se ispire bez ostataka i bez ikakvih fleka na tretiranoj koži!



SUHI PEDIKIR

SUHA pedikura je tretman koji će potpuno i kvalitetno otkloniti ispucalu kožu sa stopala. Radi se sa električnom mašinicom i profi diskovima od hirurškog čelika na koji se lijepe sterilni samoljepljivi nastavci različitih granulacija. Tretman koji je popularan tokom cijele godine a posebno preko ljeta jer je BRZ, BEZBOLAN, STERILAN I JAKO UGODAN, a pored svega toga NA TEMELJIT NAČIN rješavamo se zadebljane i suhe kože na stopalima.



BROW LAMINATION

Podizanje obrva, poznato i kao laminacija obrva, obećava pune i čupave obrve bez imalo šminke. Idealan za vruće ljetne dane kada ne nosimo puno šminke. Radi se o tretmanu stiliziranju prirodnih obrva tijekom kojeg se ne koriste igle niti trajna boja. Tretmanom se dobiva punoća i povećava se vizualni volumen obrva. Idealan je sve tipove obrva; guste, čupave, neuredne, tanke, slabe i vizualno neprimjetne obrve koje nemaju nikakav oblik.



LASH LIFT

Lash lift je bezbolan keratinski tretman neagresivnog uvijanja i podizanja trepavica koji je osmišljen za sve žene koje ne žele ekstenzije, a žele lijep i zavodljiv pogled. Lash lift čini upravo to što mu naziv govori – podiže, uvija i daje definiciju vašim trepavicama, koje su u kombinaciji s bojanjem, tamnije i primjetnije. Ovaj tretman sve više dobiva na popularnosti pogotovo ljeti jer je jednostavniji od stavljanja umjetnih trepavica, jeftiniji i lakši za održavanje.




Brill Cosmetix



BRILL COSMETIX
Sarajevska 35 a Zenica
+387-63-978-822
mbs.academy.education



NOVI BREND NA TRŽIŠTU

APIS®

NATURAL COSMETICS

O APISU:

Apis Natural Cosmetics® je Poljski brend koji više od 35 godina stvara inovativna rješenja za kozmetičke salone, kozmetološke klinike i SPA.

“Naša misija je kombinirati prirodne sastojke s modernom tehnologijom kako bismo postigli višedimenzionalne učinke u pomlađivanju i biorevitalizaciji kože lica i tijela. Danas ćete u našem asortimanu pronaći preko 400 kozmetičkih proizvoda s pažljivo odabranim sastojcima.” Generalni distributer za Bosnu i Hercegovinu je Brill Cosmetix iz Zenice.

Svi proizvodi razvijeni su u suvremenom istraživačkom laboratoriju. Njihovu sigurnost i učinkovitost nadzire tim stručnjaka iz različitih znanstvenih područja - biotehnologije, kozmetologije i dermatologije.

Suradnja s različitim istraživačkim institucijama, brojna restriktivna ispitivanja i kontrola kvalitete omogućuju nam realizaciju tehnološki naprednih projekata. Tijekom cijelog procesa zadovoljavamo pretpostavke Dobre proizvođačke prakse - GMP za normu ISO 22716.



APIS SPAJA NAJBOLJE PRIRODNE SASTOJKE S NAJNOVIJIM DOSTIGNUĆIMA BIOTEHNOLOGIJE I KOZMETOLOGIJE!

TRAJNI REZULTATI

Svakodnevno poboljšavamo i testiramo novostvorene formule u potrazi za učinkovitijim rješenjima za njegu.

Naše specijalizirane linije prilagođene su različitim potrebama i vidljivo poboljšavaju stanje kože. Dugogodišnja suradnja s kozmetološkim klinikama i kozmetičkim salonima potiče nas na daljnji razvoj i osmišljavanje proizvoda koji će odgovoriti na suvremene potrebe žena i muškaraca.





APIS U SVOM ASORTIMANU IMA PROFESIONALNU & KOZMETIKU ZA KUĆNU NJEGU!

RETAIL PROIZVODI

Kozmetičke linije proizvoda stvorene iz ljubavi prema onome što je prirodno. Linije uključuju kozmetiku za njegu lica, tijela i kose, sve što vam je potrebno bez obzira na dob.

PROFESIONALNI PROIZVODI

Linija je namijenjena kozmetičkim salonima, SPA, školama i veleprodajama kozmetičkih proizvoda. To uključuje preparate za skidanje šminke, pilinge, maske od algi i kozmetičke dodatke.

EXPERT MEDICINSKI PROIZVODI

Linija proizvoda koja je dizajnirana za postizanje spektakularnih i dugotrajnih učinaka. Posvećena klinikama estetske medicine i kozmetologije.



BRILL COSMETIX
Sarajevska 35 a Zenica
+387-63-978-822
@brill_cosmetix_
@apis.bih




NOVI BREND NA TRŽIŠTU

ECO-FRIENDLY

Imajući na umu zdravu i lijepu kožu, želimo vas pratiti svaki dan i pritom biti ekološki prihvatljiv brend.

Brinemo se da se naša ambalaža i naljepnice što je više moguće mogu reciklirati. Proizvodi koji dolaze do kupaca ne sadrže samo ekološku ambalažu već i sigurno punjenje. Biti u balansu sa prirodom naša je vodilja.



A close-up portrait of Sofija Grijak Iličić, a woman with long, dark, wavy hair, looking directly at the camera with a neutral expression. The background is dark and out of focus.

Piše: Sofija Grijak Iličić,
make-up i permanent artist

Sofija Grijak Iličić: Uvijek se trudim da istaknem prirodnu ljepotu svojih klijenata, dok dodajem jedinstvene elemente koji odražavaju njihov karakter

Kroz detaljne konsultacije i prilagođene tehnike, kreiram look koji najbolje odgovara njihovim osobinama i preferencijama.

Sofija Grijak Iličić je make-up i permanent artist sa više od 15 godina iskustva u ovoj oblasti. Njen put u svijetu šminke počeo je prije 15 godina, a prije 8 godina zakoračila je u fascinantan svijet trajne šminke. Kroz svoju strast prema make-upu, Sofija ne samo da transformiše lica svojih klijenata već i obrazuje i inspiriše hiljade pratilaca na platformama poput Instagrama, YouTube-a i TikTok-a, dijeleći sa njima svoje dragocjeno znanje i savjete kroz interaktivne tutorijale. Ponosna je vlasnica brenda "Sophie's Choice", čije škole šminkanja u Beogradu, Novom Sadu, Kragujevcu i Podgorici već deset godina uspješno oblikuju buduće profesionalce u industriji ljepote.

KO JE SOFIJA GRIJAK ILIČIĆ?

Moje ime je Sofija Grijak Iličić, u modnoj i beauty industriji sam preko 15 godina, šminkanjem se bavim 12 godina, a u svet trajne šminke sam zakoračila pre 8 godina. Svoju ljubav prema make-upu izražavam kroz razne platforme poput Instagrama, YouTube-a i TikTok-a, gde delim

tutorijale i savete sa svojom publikom. Ponosna sam vlasnica brenda "Sophie's Choice", koji uključuje i školu šminkanja u Beogradu, Novom Sadu, Kragujevcu i Podgorici koja je ove godine proslavila svoju prvu deceniju.

KADA STE SHVATILI DA JE BEAUTY INDUSTRIJA POZIV KOJIM SE ŽELITE BAVITI?

Oduvek sam volela umetnost i estetiku, šminkala sam drugarice od malena, ali to nisam videla kao svoj poziv do trenutka kada sam se našla u šminkerskoj stolici kao model. Bila sam fascinirana transformacijama koje sam na sebi viđala i pomislila sam kako bih uživala da sam ja ta koja svoju viziju prenosi na lica modela i čini svoje klijente srećnijim i samopouzdanijim.

KAKO BISTE OPISALI SVOJ STIL KADA JE U PITANJU MAKE-UP?

Moje stil je prilično raznolik, volim balansirati između prirodnog, suptilnog izgleda i smelijih, kreativnih lookova. Sve zavisi od prilike i inspiracije tog dana. Uvek se trudim da istaknem



Sofija Grijak Iličić, u svijetu šminke je preko 12 godina. Svoju ljubav prema make-upu izražava kroz društvene platforme, gdje dijeli tutorijale i savjete sa svojom publikom. Ponosna je vlasnica brenda "Sophie's Choice", koji uključuje i školu šminkanja u nekoliko gradova regiona, i koja je ove godine proslavila svoju prvu deceniju.

prirodnu lepotu svojih klijenata, dok dodajem jedinstvene elemente koji odražavaju njihov karakter.

KAKO SE POWDER BROWS I LIP BLUSH TEHNIKE RAZLIKUJU U POGLEDU TRAJNOSTI I REZULTATA? KOJA JE VAŠA PREFERIRANA TEHNIKA I ZAŠTO?

Powder brows tehnika daje nežan, puderasti efekat na obrvama i traje od 1 do 3 godine, dok lip blush tehnika pruža prirodno definisan izgled usana i može trajati do 2-3 godine. Obe tehnike imaju svoje čari, ali preferiram da radim puder obrve jer mislim da su obrve jedan od najvažnijih elemenata na licu.

KOJI SU KLJUČNI KORACI I SAVJETI KOJE BISTE PODIJELILI S NEKIM KO RAZMIŠLJA O TOME DA ISPROBA POWDER BROWS ILI LIP BLUSH?

Prvo, uvek se konsultujte sa stručnjakom kako biste razumeli šta najbolje odgovara vašem licu. Drugo, važno je pratiti uputstva za negu posle tretmana kako bi rezultati bili što dugotrajniji. Treće, budite strpljivi tokom procesa isceljenja; krajnji rezultat biće vredan čekanja.

DA LI VIŠE UŽIVATE U STVARANJU SUPTILNIH I LAGANIH MAKE-UP LOOKOVA ILI PREFERIRATE EKSPERIMENTISANJE S BOJAMA?

Suptilni, lagani lookovi su savršen izbor za svakodnevne, ali i one posebne prilike gde bismo prirodno naglašen makeup koji nikada ne izlazi iz mode, jer to su slike i prilike koje ćemo gledati i pamtiiti ceo život. Sa druge strane, eksperimentisanje s bojama omogućava

izražavanje kreativnosti i umetničke slobode. Na kraju, sve to zavisi najpre od raspoloženja i želja klijenta u tom trenutku.

KAKO SE PRILAGOĐAVATE INDIVIDUALNIM POTREBAMA I ŽELJAMA SVOJIH KLIJENATA PRILIKOM STVARANJA NJIHOVOG LOOKA?

Svaki klijent je jedinstven, i uvek uzimam vremena da razumem njihove želje, stil života i posebne prilike za koje se spremaju. Kroz detaljne konsultacije i prilagođene tehnike, kreiram look koji najbolje odgovara njihovim osobinama i preferencijama.

S OBZIROM DA ĆETE BITI PRISUTNI NA SAJMU KAO EDUKATOR, MOŽETE LI NAM REĆI ŠTA POSJETIOCI MOGU OČEKIVATI OD VAŠIH PREDAVANJA? KAKO BISTE OPISALI SVOJ PRISTUP UČENJU I ŠTO BISTE VOLJELI DA LJUDI ODNESU SA SOBOM NAKON SUSRETA S VAMA?

Posetioци mogu očekivati interaktivna i informativna predavanja gde ću podeliti svoje znanje o najnovijim tehnikama i trendovima u šminkanju. Moj pristup učenju je praktičan i prilagođen svakom pojedincu, sa ciljem da polaznici steknu samopouzdanje i veštine koje mogu odmah primeniti. Želim da svi odu sa novim znanjem i inspiracijom za dalje usavršavanje.

SAVJET ZA KRAJ

Verujte u sebe i svoju kreativnost. Lepota dolazi iznutra, a šminka je samo alat za isticanje vaše jedinstvene ličnosti. Budite hrabri u isprobavanju novih stvari i uvek težite da se osećate dobro u svojoj koži.



Od edukacije do savršenog manikira: **Crystal Nails Tim**

Crystal Nails tim čine stručni i kvalifikovani edukatori sa preko 10 godina iskustva, kako u salonskom radu, tako i u prenošenju znanja i vještina na druge. Kada ulazite u svijet manikira, od suštinskog je značaja odabrati pravog edukatora koji će vas pravilno uvesti u ovu prekrasnu umjetnost.

Naš tim veruje da je kvalitetna edukacija temelj uspješnog manikira.

OSNOVNA EDUKACIJA: PRVI KORAK KA USPJEHU

Od samog početka, polaznicima naših kurseva objašnjavamo:

- kako pravilno koristiti materijale, koji su im materijali potrebni za dalji rad,
- kako se pravilno pripremaju i održavaju četkice i pribor,
- radi sa električnom mašinicom i potrebnim nastavcima za aparatni manikir.

Trajni lak i rad sa bazama su jedna od najtraženijih usluga u salonskom radu. Na osnovnom kursu prelazi se izlivanje ili produžavanje nokatne ploče šablonima ili tipsama i odradi se korekcija noktiju koji su izrasli nakon mjesec dana.

Nakon osnovnog kursa svaka polaznica treba da samostalno vježba i primjenjuje teoretsko i praktično znanje koje je dobila. Ono što svaka

početnica treba da zna je da je ovo zanat koji se „peče“ i da jedan kurs nije dovoljan da bi neko bio dobar tehničar.

Nakon prve edukacije slijedi ispravka u radu, gdje se polaznici objasni sve ono sa čim je imala poteškoća prilikom vježbanja. Tek nakon toga dolazi se do željenih rezultata i može se započeti samostalni rad.

NAPREDNE TEHNIKE: ISTAKNITE SVOJU KREATIVNOST

Za sve one koje žele da usavršavaju svoj rad, postoje i napredne tehnike, koje će ih izdvojiti i istaći njihovu kreativnost u moru tehničara. To podrazumijeva moderne tehnike i ekstremne forme.

Ako želite da isprobate svoju kreativnost u crtanju (nail artu) i da na taj način budete kreativni i ponudite svojim klijentima nešto drugačije, nudimo i kurseve za nail art.

NAŠA MISIJA: INOVACIJA I KVALITET

Crystal Nails se iz godine u godinu trudi da ponudi najbolje materijale na tržištu i najefikasnije tehnike koje će ubrzati salonski rad.

Ulaganje u znanje i praćenje savremenih trendova ključno je za uspjeh u ovom dinamičnom poslu.

Stečeno znanje brzo zastarijeva, stoga je neophodno stalno ulaganje u edukaciju kako biste zadržali postojeće i pridobili nove klijente.



 **Crystal Nails**
NEVENA MARJANOVIĆ



Noviteti u Nail Industrij za 2024. Godinu

„Kanema Beauty“ d.o.o., sa sjedištem u Banja Luci i Novom Sadu, ekskluzivni je uvoznik Crystal Nails proizvoda za teritoriju Bosne i Hercegovine i Srbije.

U savremenim salonima sve češće dolazi do alergijskih reakcija na proizvode za nokte, koje se manifestuju crvenilom ili plikovima na koži klijenata. Najčešći uzročnici su supstance HEMA i Di-HEMA, prisutne u gel lakovima, gelovima i akril-gelovima.

Ove supstance su ključne za trajnost i čvrstoću materijala za nokte, ali mogu izazvati neprijatne reakcije kod osjetljivih osoba. U takvim slučajevima, preporučuje se trenutno uklanjanje ovih materijala sa nokatne ploče.

2024. GODINA DONOSI ZNAČAJNE INOVACIJE U NAIL INDUSTRIJI, SA POSEBNIM NAGLASKOM NA HEMA FREE PROIZVODE.

Crystal Nails je ove godine predstavio liniju proizvoda bez akrilata, odnosno bez HEMA i Di-HEMA supstanci, koje se obično koriste za polimerizaciju pod UV/LED svjetlom. Ovi novi proizvodi pružaju istu trajnost i kvalitet kao i oni sa HEMA i Di-HEMA supstancama, ali bez rizika od alergijskih reakcija.

MEĐU NAJNOVIJIM TRENDOVIMA SU XTREME FUSION ACRYL GELOVI I TEHNIKA REVERSE TIPS.

Tehnika Reverse Tips ubrzava rad u salonu i eliminiše potrebu za šablonima, omogućavajući formiranje modernih oblika noktiju poput ruskog badema. Ova tehnika je jednostavna za upotrebu, ne zahtijeva turpijanje, a plastične tipse se mogu koristiti više puta.

NOVI TREND ZA OVU GODINU SU I GEL TIPSE, KOJE ZNAČAJNO OLAKŠAVAJU I UBRZAVAJU PROCES IZGRADNJE NOKTIJU.

Gel tipse već sadrže gel, tako da je dovoljno pripremiti nokat, nanijeti tanki sloj baze i

ljepilo koje se suši pod UV svjetlom. Gel tipse omogućavaju brz i jednostavan rad, pružajući savršen izgled bez potrebe za dodatnim slojevima builder gela. **Ono što je takođe obilježilo ovaj ljetnji period su gelovi i acryl gelovi koji svijetle u mraku, i imamo ih u svim bojama.**

Crystal Nails je brend sa bogatom tradicijom i reputacijom u industriji, prisutan već punih 20 godina. Tokom ovog perioda, brend je postao sinonim za kvalitet i inovacije, konstantno unapređujući i proširujući svoj asortiman proizvoda.

Pored bogatog asortimana proizvoda, „Kanema Beauty“ d.o.o. iz Banja Luke i Novog Sada pruža i vrhunske edukacije za sve nail tehničare. Bilo da su početnici iliiskusni profesionalci, naši edukatori nude obuke koje omogućavaju usavršavanje vještina i upoznavanje sa najnovijim tehnikama i proizvodima. **Naša misija je da svaki nail tehničar bude u koraku sa najnovijim trendovima i inovacijama u industriji.**

Osim Crystal Nails proizvoda, „Kanema Beauty“ d.o.o. je ponosni uvoznik i brenda Marilyn Nails, poznatog po svojoj liniji proizvoda za nokte koji kombinuju kvalitet i pristupačnost. Takođe, u našoj ponudi se nalaze i Lux Lash proizvodi za ekstenzije trepavica, koji su idealni za postizanje savršenog izgleda trepavica uz dugotrajnu trajnost i visoku kvalitetu. Više informacija o proizvodima možete pronaći na crystanailsrs.com i crystanailsbih.com.

POSJETITE NAS NA BEAUTY SAJMU U SARAJEVU!

Pozivamo vas da nas posjetite na Beauty sajmu u Sarajevu, koji će se održati 14. i 15. septembra u Sarajevu. Ovo je odlična prilika da se upoznate sa našim najnovijim proizvodima i tehnikama, te prisustvujete demonstracijama uživo. Radujemo se vašem dolasku i prilici da vam predstavimo sve inovacije koje „Kanema Beauty“ d.o.o. i Crystal Nails donose na tržište.

Crystal Nails®



Amela Fazlibegović: Put od snova do inspiracije

Kao u svakom poslu, pa i u ovom najvažnija je kontinuirana edukacija

Piše: Amela Fazlibegović, edukator svečanih frizura.

Am e l a Fazlibegović rođena je 1973. godine u Bugojnu i već dugi niz godina s ljubavlju obavlja frizerski posao. Kroz godine rada, kontinuirano se usavršavala i napredovala u svojoj struci.

Ona je supruga i majka troje djece te aktivni član Udruženja frizera SBK od samog osnivanja. Svoje stručno znanje i iskustvo Amela je potvrdila brojnim nagradama osvojenim na državnim, regionalnim i čak svjetskim takmičenjima, uključujući prestižno takmičenje u Frankfurtu. Ove godine je i takmičar na svjetskom prvenstvu.

Također je nosilac diplome G KOT - FASHION DESIGNERS OF HAIRSTYLES. Posljednjih godina Amela se posvećuje edukaciji u svečanim frizurama, dijeleći svoje znanje mladim frizerima širom Bosne i Hercegovine i regiona.

Sa 25 godina uspješnog poslovanja u frizersko-kozmetičkosalonu "Avangard" u Bugojnu, Amela Fazlibegović ostaje jedna od poznatijih bosanskohercegovačkih edukatora svečanih frizura. U nastavku Vam donisimo priču o Ameli i njenom putu u svijet svečanih frizura.



KAKO JE SVE KRENULO

Od malih nogu, Amela je pokazivala strast prema kreativnosti. Njeno ime, koje znači rad, red i trud, odražavalo je sve što je učinila da bi se dokazala. Kroz godine, uspjela je postati majstor frizura, ali priča o njenom uspjehu nije samo priča o karijeri; to je priča o samoprihvatanju i ljubavi prema zanatu.

KARIJERA KOJE NIJE BILA PLANIRANA

Njena karijera nije bila planirana. Kao mnogi veliki trenuci u životu, sve se dogodilo spontano. Amela je pronašla svoj poziv u podizanju frizura i zaljubila se u svaki pramen koji je oblikovala.

Obrazovanje je postalo njen put - pohađala je akademiju, učila od najboljih i postala edukator, želeći svoje znanje prenijeti mladim i ambicioznim.

FRIZER NIJE SAMO FRIZER, ON/ONA JE VIŠE OD TOGA

U njenom salonu, Amela nije samo frizerka; ona je psiholog, kozmetičarka i prijatelj. Njena empatija prema klijentima, posebno prema mladim majkama i ženama, čini je istinskim osvježanjem u svijetu ljepote.

Njena sposobnost prilagodbe i osjećaj za detalje čine je traženom i omiljenom među klijentima. Ali Amela nije samo majstor svog zanata, ona je i edukator. Njen pristup edukaciji je jedinstven otvara vrata svijetu friziranja onima koji su pod tremom i nesigurni.

Kroz njezino strpljenje i podršku, njeni učenici postaju sigurni i sposobni, spremni na izazove koje donosi svijet friziranja. Ali tu nije kraj jer i sami moraju da uče, vježbaju i



da se nadograđuju kroz budući rad. Oni koji očekuju da mogu od jedne edukacije odmah sve, vjerujte da ne mogu. Kada im to usadimo u glavu (mislim na cjelokupno životno učenje) oni će tek tada shvatiti koliko je bitno ulagati u znanje. E tu nastupamo mi. Vi i ja i svi ostali edukatori.

PROMJENE NA TRŽIŠTU

Tržište se mijenja, ali Amela ostaje korak ispred, uvijek tražeći nove trendove i inspiraciju u svijetu oko sebe. Njena kreativnost ne poznaje granice, a inovacije dolaze

prirodno, iz ljubavi prema poslu. U današnjem svijetu, gdje su vrhunski stručnjaci nadohvat ruke, Amela je dokaz da se snovi mogu ostvariti. Njen život je dokaz da uz rad, red i trud, sve je moguće.

Ova priča o Ameli reflektira njenu predanost, strast i neumorni duh, dok istovremeno inspirira druge da slijede svoje snove i vjeruju u svoje talente. Amela Fazlibegović je ove godine učesnica HairStyle Show-u koji se održava u sklopu 4. Međunarodnog Sajma BeautiFUL 2024.

Monoi – najprodavanija Yves Rocher linija za njegu tijela i kose

Monoi linija proizvoda bazira se na Monoi de Tahiti ulju očaravajućeg mirisa. Nastaje na jednom mjestu na Zemlji gdje raste cvijet tiare – u **Francuskoj Polineziji**, čiji je glavni i najpoznatiji otok Tahiti, a Monoi izvorni proizvod ovog otočja.

Monoi je definitivno najprodavanija Yves Rocher linija za njegu tijela i kose. Yves Rocher je predstavio ovu liniju još davne 1988. godine i od tada je neizostavni dio njege miliona žena širom svijeta.

Ono što je čini neodoljivom je upravo miris Monoi ulja koje se dobija namakanjem cvjetova tiare u kokosovom ulju, istinskoj tradicionalnoj tajni ljepote u Francuskoj Polineziji; muškarci i žene mažu svoje tijelo i kosu ovim 100% prirodnim

biljnim eliksirom ljepote, kako bi se uljepšali i uživali u njegovom očaravajućem mirisu.

Tradicionalni način proizvodnje zaštićen je oznakom izvornosti.

Tradicionalno ulje je jedan od proizvoda Yves Rocher Monoi linije koja sadrži **97,5% originalnog Monoi ulja i 2,5% mirisa**. To je sve! Potpuno prirodni proizvod intenzivno hidrira, hrani i omekšava kožu koju obavlja zaraznim mirisom sunca i ljeta.

Posjetite *Didaco Shop* i *web shop* <https://didacoshop.com/product-category/yves-rocher/> i otkrijte sve proizvode iz Monoi linije.

Bez obzira je li dan tmuran ili osunčan, ova najprodavanija Yves Rocher linija njega za tijelo i kosu odvesće vas na daleki Tahiti i probuditi u vama osjećaj bezbrižnog ljeta!





YVES ROCHER

Bretagne, France



S MONOI
DE TAHITI
ULJEM

MONOI, MIRIS LJETA U BOČICI

Gel za tijelo
i kosu
400 ml



Mirisna
vodica
125 ml



Tradicionalno
hranjivo ulje
100 ml



Hidratizirajuće
ulje sa zlatnim
česticama
100 ml



Losion
za tijelo
390 ml



Uljni piling
za tijelo 150 ml



Toaletna voda
EDT 100 ml

LJETNA SENZACIJA

na trojnoj koži



Trn - Laktaši, Cara Dušana bb, Tel: 051/586-777, e-mail: didaco@didaco.ba, www.didaco.ba

Web Shop: www.didacoshop.com



Sanja Agić: Svaka žena je drugačija i zbog toga make up treba prilagoditi svakoj posebno

Make up mi služi da istaknem na svakoj osobi njene najljepše adute, a istovremeno ublažim mane, u mojim očima je svaka, al baš svaka žena lijepa.

Piše: Sanja Agić, autorica knjige "Make up s potpisom" i iskusna make up artistica

Sanja Agić je autorica knjige "Make up s potpisom" i make up artist. Radi već 15-ak godina kao make up artist, najviše je privlači moda i beauty, pa je tako puno češće u život birala tog profila poslove za razne časopise, kampanje, revije i slično. Veliki je esteta u svemu, važni su joj detalji i da je sve oko nje oku ugodno. Make up joj služi da istakne na svakoj osobi njene najljepše adute, a istovremeno ublaži mane, a posebno ističe da je u njeni očima svaka, ali baš svaka žena lijepa.

RAD SA BRENDOVIMA

Moram priznati da nisam puno eksperimentirala sa raznim brendovima, već sam u startu krenula sa najkvalitetnijom raditi. U životu znam biti tipična žena, i koliko god kući imala traperica uvijek sam spremna kupiti još jedne koje baš nemam, ali u šminci nikada nisam takva, šminku sam uvijek birala pomno i sigurno. Zaista je velika razlika između nekvalitetne i kvalitetne šminke i da, dobar make up artist može napraviti dobar make up i sa manje kvalitetnom šminkom, ali je neusporedivo kad se taj isti make up napravi sa

vrhunskim proizvodom. Tada mlada koža izgleda mlado, a zrelija koža svakako izgleda mlađe i svježije, u protivnom smo vrlo često svjedoci obrnutog efekta, gdje mlada koža izgleda staro, a zrela još starije. Dakle kratko i jasno: jako je bitno koju šminku biramo.

BRIGA O KOŽI

Ja smatram da svaka žena mora kući odrađivati svoju njegu kože, svoje tretmane itd. Mi kao artisti nismo tu da radimo konkretnu njegu kože, za to su tu dermatolozi i kozmetičari, a u našoj struci je važno koje proizvode biramo za neposredno nanošenje prije samog make up-a. To su najčešće lagane i hidratantne kreme koje najčešće ne iritiraju nijedan tip kože, zatim lagani serumi po potrebi i naravno primeri. Moj savjet je da žena ima svoju njegu ujutro kad se probudi i da svakako ostavi barem 15 min do pola sata da koža upije prije nego što krene sa nanošenjem make up-a. Kada dođe na red make up tada maramicom utapka višak masnoće od kreme i stavi hidratantnu kremu ili lagani serum.

VAŽNOST EDUKACIJA U OVOM POSLU

Edukacije su u ovom poslu, kao i u većini drugih, uvijek dobrodošle, međutim nisu presudne, u ovom poslu je jako važan talent, ako imaš dobro oko, dobar osjećaj i talent tada upijaš informacije



iz svake slike koju vidiš, iz svakog rada starijih i iskusnijih kolega, i uz malo mašte i kreativnosti može se puno toga... ovo je jako kreativan posao i lice svake žene je drugačije, na to te nijedna edukacija ne može pripremiti. U osnovi edukacija može pomoći, ali za više rezultate ili imaš "ono nešto" ili nemaš

PUT KA IDEALNOM MAKE UP

Nemam make up koji volim raditi više od drugog, zaljubljujem se u lica, u oči, u usne, u karakter, a onda me to vodi ka "idealnom" make up-u baš za to lice. Mogu samo reći da sam nekada više željela raditi ovaj ili onaj make up, a danas me možda malo više veseli kad uz pomoć odgovarajućih proizvoda dobijem što prirodniju kožu, obrvu itd...

SVEČANI MAKE UP

Točno sada je sezona vjenčanja, a vrućine rastu, dakle jako je važno da kožu hidriramo učestalo, a ne samo na dan make up-a. Korištenje laganijih pudera preporučujem uvijek a ne samo ljeti, osim naravno kod iznimnih slučajeva, kada je lice na primjer puno ožiljaka, akni ili fleka, tada za tu jednu priliku ipak preporučujem malo jače pokrivni puder. A što se ostalog tiče nije puno drugačije nego tijekom cijele godine, šminka treba biti dio karaktera, bez obzira na godišnje doba.

INDIVIDUALNI PRISTUP

Prvo volim procijeniti karakter i osobnost osobe koja mi sjeda na stolicu, zatim prokomentiramo styling koji je odabrala za tu priliku, a onda svakako pitam da li više voli vidjeti sebe sa naglašenim usnama ili očima, da li ima nešto na čemu insistira i bez čega ne voli sebe vidjeti. Kad prikupim dovoljno informacija o toj osobi stvaram u svojoj glavi make up koji se uklapa u cijelu priču, a onda ide tehnički dio, gdje taj zamišljeni make up prilagođavam spuštenim očima, ili okruglom oku ili malim usnicama, ili prevelikim, visokom čelu itd.

SAVJET ZA ČITATELJKE

Rekla bih svim vašim čitateljima da neku osnovnu njegu mogu uvijek i same raditi. Da ne pretjeruju sa kupovinama šminke koju nikada neće koristiti, da radije kupe jedan kvalitetan proizvod, koža će im biti zahvalna na tome. Šminka je tu da u nekim posebnim trenucima dodatno zablistamo i da nam pomogne malo istaknuti lijepe adute a malo ublažiti mane, međutim nemojte nikada zaboraviti da smo najljepši nesavršeni i da nas nepravilnosti čine posebnim.

Adnel Mešić: Odlazak frizeru treba biti pozitivan doživljaj koji će vam uljepšati naredni period

Bili smo prvi salon koji su donijeli neke nove trendove u frizerskoj struci, što me je izdvojilo od mase frizerskih salona u regionu i uspjeh je bio zagarantiran.

Piše: Adnel Mešić, frizer i edukator.



Adnel Mešić, rođen je u Mostaru 02.07.1978. godine, a danas živi i radi u Jablanici. Odluka da se posveti frizerskom poslu proizašla je iz duboke privlačnosti prema kreativnom izražavanju, što je oduvijek bilo prisutno u njegovom karakteru. Iako nije završio frizersku školu, već gimnaziju i trgovačku školu. Ratno stanje u Jablanici tada nije dopuštalo takav izbor pa se morao prilagoditi situaciji. Nakon srednje škole, napravio je kratku pauzu od dvije godine, a početkom 2000-ih odlučio je nastaviti svoje obrazovanje na akademiji u inostranstvu.

Rođen sam u Mostaru 02.07.1978. Živim i radim u Jablanici. Odluka da se bavim frizerskim poslom je došla sa ciljem jer je to uvijek nešto što me privlačilo, generalno kreativac u duši... Iako nisam završio frizersku školu već gimnaziju i trgovačku, jer je bilo ratno stanje i u Jablanici nije bilo frizerske škole tada tako da sam morao upisati ono što je bilo ponuđeno. Nakon srednje imao sam kratku pauzu od 2 godine i 2000-te odlazim iz Jablanice i upisujem akademiju u inozemstvu.

Pri povratku u Jablanicu otvaram svoj salon i već nakon par mjeseci poslovanja zapošljam dodatno osoblje. Bili smo prvi salon koji su donijeli neke nove trendove u frizerskoj struci, što me je izdvojilo od mase frizerskih salona u regionu i uspjeh je bio zagarantiran.

EDUKATOR ZA JEDAN OD TRENUTNO NAJPOZNATIJIH BRENDOVA ZA KOSU

Već nakon 2 godine postajem edukator za jedan od trenutno najpoznatijih bendova za kosu, to je trajalo nekih 5 godina i zbog nedostatka vremena



relacije salon i edukacija jedno sam morao odabrati. Danas smatram da moj izbor nije samo posao već način života kojem se svakodnevno traga za novim izazovima. Nisam frizer koji prati u potpunosti trendove već sam fokusiran da svakom klijentu preporučim šta je najbolje za njih. Metode koje primjenjujem većinom su inspirativnog karaktera, a usavršavanje većinom kroz seminare.

BOB U VELIKOM FOKUSU

Trenutno je BOB u velikom fokusu sa puno volumena i mekanom teksturom šišanja. Na prirodno ravnoj kosi

preporučuje se kombinacija lakih gradacija, geometrije i asimetrije. Duža kosa u više slojeva da bi se postigao volumen u kombinacijama sa šiškama koje mogu biti u ravnoj formi ili cik cak mekanoj varijanti.

Definitivno odlazak frizeru na konsultacije je nešto što treba svakom klijentu ko drži do lijepe i njegovane kose. Iskustvo koje jedan frizer ima nakon par godina poslovanja i tačno zna šta kojem tipu kose odgovara.

Moderno doba uveliko je uticalo na to da klijenti putem interneta su dobrim dijelom upućeni u

trendove i njegu kose sto je sa jedne strane olakšalo nama frizerima da lakše prihvate savjete a sa druge strane i otežalo jer ima onih koji uvijek tvrde suprotno, takve klijente pustiš i poslušaj dok se ne uvjeri da je u krivu.

Klijenti između posjeta salonu većinom koriste preparate iz naše ponude salona i sve je više onih koji pribjegavaju profesionalnoj kozmetici.

Sve je individualno, kako mi frizeri kažemo 'frizeri moraju biti veliki psiholozi da bi znali tačno procijeniti šta neki klijent zapravo želi (od samog ulaska u salon do krajnje tačke). Pošto par godina u nazad ne uzimam nove klijente već znamo uveliko šta koji klijent želi.

Odlazak frizeru treba biti pozitivan doživljaj koji će vam uljepšati naredni period, promijenit frizuru, dati mogućnost da pokažete nove 'sebe'.

SAVJET

Imajte puno povjerenje u svoje frizere i ne žurite u odluke tipa radikalne promjene osim ako uveliko razmišljate u zadnjem periodu o toj promjeni. Njeguajte svoju kosu i ne štedite na njoj.

WOOLING
100% natural wool products
www.wooling.ba

Najljepša koža je čista koža
Wooling spužvice sa aktivnim ugljenom

Aleksandra Saška Marković:

Posao lash artiste za mene je stvaranje umjetničkog djela čiji je zadatak da upotpuni ljepotu svake žene

Svakom studentu prilazim individualno i trudim se da razumijem njihove poteškoće da bih im pomogla u rješavanju problematike.

Intervju: Aleksandra Saška Marković, lash artist i edukator

Aleksandra Saška Marković je neustrašiva žena koja je svoje obrazovanje i profesionalnu karijeru oblikovala u skladu sa svojim strastima i unutrašnjim pozivom. Sa višestrukim obrazovanjem kao hemijski tehničar, ekonomski tehničar i medicinska sestra vaspitač, Aleksandra nije slijedila uobičajene puteve. Umjesto toga, odlučila se za put lash artista i edukatora. Ovo je priča o njenoj posvećenosti umjetnosti i ljubavi prema djeci, podršci porodice i neprestanom usavršavanju u industriji ljepote.

ZA POČETAK, DA LI NAM MOŽETE REĆI NEŠTO VIŠE O SEBI?

Moje ime je Aleksandra Saška Marković. Po obrazovanju sam hemijski tehničar, ekonomski tehničar i medicinska sestra vaspitač, a po opredeljenju lash artist i edukator. Osnivač sam i predstavnik luksuznog brenda za nadogradnju trepavica "Perfect art line". Najveću ljubav, podršku i pomoć dobijam od porodice. U braku sam 20 godina i imamo troje dece.

KAKO STE SE PRVI PUT ZAINTERESOVALI ZA PODRUČJE NADOGRAĐNJE TREPAVICA I ŠTA VAS JE POTAKNULO DA SE UPUSTITE U TU INDUSTRIJU?

Još kao devojka pratila sam beauty scenu i radila kao make up edukator. Suprug je tattoo & piercing artist zbog čijeg posla sam završila za ekonomskog tehničara da bih profesionalno vodila naš posao. Uporedo smo širili posao a i ja svoje obrazovanje. Završavam za sestru vaspitača jer je moja ljubav prema deci





preovladala. Svima su moje odluke delovale neshvatljivo a ja sam samo pratila svoje želje i unutrašnje osećaje iz kojih sam mnogo naučila i koje mi sada koriste u svim životnim sferama. Za nadogradnju trepavica me je zainteresovala koleginica iz vrtića koja je mesecima išla na taj tretman i stalno pričala kako bi trebalo da to probom jer imam mnogo smisla za kreativne stvari koje su precizne i koje zahtevaju strpljenje. Sada mi je drago što sam je poslušala.

I nakon 6 godina ona je moj verni klijent. Suprug i ja smo želeli da nastavimo život u inostranstvu i iz tog razloga sam odlučila da naučim nadogradnju trepavica. Doba corona virusa je pokvarilo naše planove ali u isto vreme sam mnogo zavolela nadogradnju trepavica i sve više usavršavala rad U mom životu se sve dešava naizgled slučajno da bi se na kraju ispostavio smisao i razlog.

KAKO SE BRINUTI O NADOGRAĐENIM TREPAVICAMA KAKO BI TRAJALE ŠTO DUŽE I IZGLEDALE ŠTO BOLJE?

Posao lash artiste za mene je stvaranje umetničkog dela čiji je zadatak da upotpuni lepotu svake žene. Da bi duže trajale edukujem i klijente kako da ih održavaju i čuvaju. 50% je do mog rada a drugih 50% do njihovog čuvanja. Najbitnija je svakodnevna higijena i pravilno češljanje naročito ako se klijent mnogo šminka. Prvih dana se ne preporučuje sauna, solarijum

i trening. Zabranjena je maskara i kidanje trepavica. Korekcija se radi na 2-4 nedelje.

OBZIROM DA STE EDUKATOR ZA NADOGRAĐNJU TREPAVICA KAKO BISTE OPISALI SVOJ PRISTUP OBUCI I MENTORSTVU? KOJE SU KLJUČNE VJEŠTINE ILI KONCEPTI KOJE NASTOJITE PRENIJETI SVOJIM POLAZNICIMA?

Edukacije sam kreirala za početnike i za usavršavanje i učenje novih tehnika i stilova za već iskusne artiste. U zavisnosti od edukacije kreiramo i vremensku trajnost .

Svakom studentu prilazim individualno i trudim se da razumem njihove poteškoće da bih im pomogla u rešavanju problematike. Nisam neko ko radi samo ofrlje već se moje edukacije zasnivaju na kompleksnoj i obilnoj teoriji i praktičnom radu. Nakon završene edukacije studenti su u obavezi da što više vežbaju i šalju mi fotografije i slike radova kako bi zajedno usavršavale tehniku.

Tek kad smatram da je urađen odličan set trepavica i da je student spreman za rad sa klijentima zakazujemo stručno polaganje ispita koji se sastoji iz praktičnog i teorijskog dela i dodele sertifikata. Kao mentor na raspolaganju sam kolegama kad god im je potrebna pomoć i podrška.

KOJE SU NAJVAŽNIJE STVARI KOJE TREBA UZETI U OBZIR PRILIKOM ODABIRA PRAVE TEHNIKE NADOGRAĐNJE TREPAVICA ZA SVAKOG KLIJENTA?

Klijentima prilazim individualno. Na početku obavimo razgovor i saslušam njihove želje. Nakon toga na osnovu crta lica, oblika očiju, prirodnih trepavica i želja nalazim idealnu tehniku i mapu ili ti oblik i zakrivljenost trepavica koji ću raditi. Bitno je uzeti sve to u obzir jer zdravlje trepavica i očiju je na prvom mestu. Od mene i mojih saradnika ni jedan klijent neće dobiti tretman koji će ugroziti njihovo zdravlje i narušiti izgled.

KAKO SE RAZLIKUJE PROCES OBUKE ZA POČETNIKE U USPOREDBI S NAPREDNIJIM POLAZNICIMA? KOJE DODATNE VJEŠTINE ILI TEHNIKE OBUHVATATE U NAPREDNIM KURSEVIMA?

Basic 1:1 je po meni najvažnija jer je to temelj svega što se kasnije nadograđuje i usavršava u radu.

Najbitnije je temeljno objasniti sve što budući lash artist mora da zna:

BeautiFUL

- građa oka i trepavica
 - sve o prirodnim trepavicama i extenzijama
 - sve o materijalu i kako se pravilno koristi
 - lepak i razumevanje rada sa njim
 - očuvanje zdravlja lash artiste i klijenata
 - tipovi klijenata i individualan pristup
 - pravilno mapiranje trepavice
 - korekcija
 - skidanje trepavica
 - pravilno rukovanje pincetama
 - pravilno aplikovanje i smer extenzija
- To su kompleksne teme koje se moraju savladati da bi bio dobar u svom poslu
Tek nakon dobrog znanja osnove može se krenuti sa učenjem i usavršavanjem:
- basic volumenske tehnike
 - moker efekat
 - kombinovane tehnike
 - extremne zakrivljenosti

KOJE SU VAŠE NAJVAŽNIJE PORUKE I SAVJETI KOJE ŽELITE PRENIJETI SVOJIM POLAZNICIMA?

Najbitnije od svega je biti uporan i ne odustati jer se zbog težine posla to često dešava na početku. Kada se prevaziđe nikada ne prestati sa usavršavanjem i edukovanjem to su najbolje

investicije koje nam donose znanje, nove veštine i dobru energiju koja se prenosi na edukacijama i dugo nas drži. Poznanstva, razmena mišljenja i kolegijalnost su najbolje stvari koje dobijamo besplatno na svakoj edukaciji.

KAKO OSIGURAVATE DA SVAKI POLAZNIK DOBIJE POTREBNU PODRŠKU I INFORMACIJE KAKO BI POSTAO USPJEŠAN?

Nakon završene edukacije u stalnom kontaktu sam sa studentima i kolegama. Rešavam problematike u poslu, obavestavam ih o svim edukacijama, novinama i događajima koje će se desiti u predstojećem periodu. Stalna sam im podrška.

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Za kraj ovog intervjua u kom sam uživala, čitaocima poručujem da pronađu svoju svetlu tačku koja ih inspiriše i motiviše kad god su nesigurni i slabi i da ne dozvole jednom padu da ih slomi već da im pokaže jačinu snage koju imaju u sebi kada ustanu. Iz svega učimo i svaka lekcija će nam doneti neku dobit kada je primenimo na dobar način. Uživajte, radujte se, smejte, grlite i PERFECTNO trepćite!

Instant njega u samo 2 min.

INSTANT KOREKTIVNA NJEGA KOŽE

- 1 smanjuje podočnjake
- 2 zaglađuje bore

U PAR MINUTA!



REMESCAR PROIZVODI U PONUDI



REMESCAR krema protiv podočnjaka i vrećica ispod očiju



REMESCAR instant korektor bora

MEDMETICS
REMESCAR
INSTANT CORRECTIVE SKINCARE

REMESCAR – Krema protiv podočnjaka i vrećica ispod očiju

Efekat djelovanja u samo 2 min.

Za korekciju bora postoje različiti proizvodi i tretmani dostupni na tržištu, ovisno o vašim potrebama i preferencijama. Kreme i serumi protiv bora: Postoje mnoge kreme i serumi koji sadrže sastojke poput retinola, vitamin C, peptida i hijaluronske kiseline koji mogu pomoći u smanjenju vidljivosti bora i poboljšanju teksture kože. **Remescar instant korektor** bora posebno je dizajniran da u samo nekoliko minuta koriguje male bore na osjetljivom području oko očiju, između obrva te oko usta i nosa.

Učvršćuje kožu kreira zaštitni sloj koji trenutno zateže kožu. Remescar Instant korektor bora klinički dokazano smanjuje vidljivost finih linija i bora. Potrebno je napomenuti da šminka na bazi ulja može smanjiti učinkovitost korektora i prema tome se preporučuje korištenje hidrantne kreme.

Instant efekat djelovanja možete očekivati već nakon 2 min. po nanošenju Remescar Instant korektora.



Podočnjaci mogu biti prilično dosadni! Postoji nekoliko razloga za njihovo pojavljivanje, uključujući nedostatak sna, stres, genetiku,

lošu prehranu ili čak alergije. Da biste ih ublažili, pokušajte spavati dovoljno, smanjiti stres koliko god možete, hidrirati se dovoljno i koristiti kreme ili gelove protiv podočnjaka koji sadrže sastojke kao što su kofein ili hijaluronska kiselina. Također, konzumiranje zdrave hrane bogate antioksidansima može pomoći u smanjenju njihove vidljivosti.

Remescar krema protiv podočnjaka i vrećica ispod očiju posebno je formulirana za trenutno smanjenje vrećica ispod očiju i podočnjaka na osjetljivom području oko očiju. Smanjuje vrećice ispod očiju i podočnjake u samo 2 minute. Djeluje trenutačno i prikladan je kao instant proizvod za dnevnu njegu kako bi se osigurala blistava i zdrava koža.



Remescar krema za podočnjake prikladna je za svakodnevnu primjenu, za sitne korekcije tokom cijelog dana. Rezultati su vidljivi 2 min. nakon aplikacije.

Koncentrovana i učinkovita formula s prirodnim zatezačem pruža vidljive rezultate već nakon 2 minute, a dovoljno je nježna za svakodnevnu upotrebu, stoga se može jednostavno upotrebljavati za sitne korekcije tokom cijelog dana. **Potražite vaš Remescar proizvod u apotekama.**



Mersida Hodžić Ramić: Obrve su ključni dio našeg lica koji može transformirati naš izgled i istaknuti prirodnu ljepotu

Trajnost obrva nakon odrađene korekcije varira od osobe do osobe i do tehnike, ali uz pravilnu njegu rezultati mogu trajati i do 2 godine

Piše: Mersida Hodžić Ramić, master edukator Permanent make-up

Mersida Hodžić Ramić je master edukator Permanent make-up. Njena karijera u oblasti trajne šminke je počela prije više od 8 godina, kada je završila prvu svoju edukaciju za Microblading u Phiakademiji odakle je i potekao trend i tehnika Microblading iscrtavanje

obrva. Kroz godine rada postigla je niz uspjeha u ovom poslu zahvaljujući njenoj konstantnoj želji da pronađe neke bolje, nove načine da radi svoj posao na najbolji mogući način. 2019 je i odabrana za najboljeg Phi Artista na svijetu, a danas radi educira i inspiriše studente širom svijeta, prisustvuje raznim Beauty kongresima kao govornik i član žirija na takmičenjima iz svijeta

trajne šminke. U nastavku vam donosimo intervju sa Mersidom.

KAKO STE SE PRVI PUT ZAINTERESOVALI ZA PODRUČJE OBRVA I ŠTAVAS JE POTAKNULO DA POSTANETE EDUKATOR U TOM PODRUČJU?

Moja ljubav prema umjetnosti trajne šminke obrva započela je prije mnogo godina kada sam prvi put isprobala microblading tehniku. Fasciniranost ovom preciznom tehnikom dovela me je do odluke da se maksimalno potrudim kako bih postala i edukator u tom području, te podijelila svoje znanje i strast sa drugima.

KAKO EDUCIRATE SVOJE KLIJENTE O POSTUPKU I NAKNADNOJ NJEZI NAKON PUDER OBRVA TRETMANA?

Ovisno o odrađenoj tehnici informišemo svoje klijente detaljno o postupku tretmana i važnosti pravilne njege nakon istoga. Pružamo im korisne smjernice i savjete kako bi sačuvali i produžili svježinu rezultata.

MOŽETE LI NAM REĆI NEŠTO VIŠE O VAŠEM PRISTUPU EDUKACIJI U PODRUČJU OBRVA? KOJE SU KLJUČNE VJEŠTINE ILI TEHNIKE KOJE ISTIČETE U SVOJIM EDUKACIJAMA?

Moj pristup edukaciji je temeljen na individualnom pristupu i intenzivnom praktičnom radu. Ističem ključne vještine poput preciznosti, strpljenja i umjetničke vizije u svojim edukacijama. Kada edukujem svoje studente, naglasak stavim na važnost strpljenja, preciznosti i vjerovanja u proces učenja. Uvjeravam ih da uspjeh ne dolazi preko noći, već zahtijeva predan rad, trud i disciplinu. Podstičem ih

da budu strpljivi sa sobom i svojim napretkom, te da svaki neuspjeh ili greška posluže kao prilika za učenje i poboljšanje.

KOJE SU NAJVAŽNIJE STVARI KOJE POLAZNICI TREBAJU NAUČITI KAKO BI POSTALI USPJEŠNI U RADU S OBRVAMA?

Polaznici trebaju naučiti preciznost, dubinu, teoriju boje, mjerenje oblika obrva koji odgovara obliku lica, kao i važnost higijene i sigurnosti prilikom rada s obrvama. Kroz svoje edukacije, također usmjeravam studente kako postati uspješni u ovom području tako što ih podstičem na kontinuirano usavršavanje, kreativnost i posvećenost svojoj praksi.

Njima prenosim svoje iskustvo i znanje o poslovnim aspektu tretmana, te ih upućujem na važnost marketinga, odnosa s klijentima i izgradnje reputacije. Učim ih da je ključ uspjeha u trajnoj šminci kombinacija strasti prema poslu, upornosti u savladavanju izazova i spremnosti da neprestano uče i rastu. Podstičem ih da budu svjesni da je put do uspjeha u ovom području dug i zahtjevan, ali da se trud i rad na sebi isplati i vodi ka ostvarenju njihovih ciljeva.

KOJE SU NAJČEŠĆE ZABLUDE ILI MITOVI O PMU-U S KOJIMA SE SUOČAVATE U EDUKACIJI?

Često se suočavam sa zabunama poput toga da je



BeautiFUL

microblading trajna šminka ili tetovaža ili da može biti jako bolan tretman. Dio moje uloge je raskrinkavanje tih mitova i pružanje istinitih informacija.

Tretmani poput Microbladinga, Puder obrva, i Hairstroke tehnike su polu-trajna šminka tj. tretman koji vremenom blijedi u koži i zahtjeva osvježanja boje. Pigment se unosi do drugog sloja kože, tačnije u posljednji sloj epidermisa i površinski sloj dermisa. Također u današnje vrijeme se susrećemo sa mnogim predrasudama kada je u pitanju Microblading. Neke od tih predrasuda su da tretman ostavlja ožiljke, te da se boja pretvara u druge neželjene nijanse poput ljubičaste, crvene, zelene.

Nažalost ove informacije nastaju uvijek od nedovoljno stručnih Artista ili njihovih nezadovoljnih klijenata. U suštini ne postoji nedovoljno dobra tehnika, nego nedovoljno dobar artist. Svi tretmani polutrajne i trajne šminke mogu ostaviti loše rezultate ako osoba tretman ne odradi dovoljno stručno.

Također jedna od predrasuda i o Puder obrvama jeste da je ovaj tretman poput starih načina trajne šminke koji podsjeća na klasični tattoo. Puder obrve također mogu da djeluju nježno i prirodno ako se tretman radi ispravno.

KAKO SE VIDITE DOPRINOSEĆI DALJNJEM RAZVOJU I RASTU INDUSTRIJE PMU-A KROZ SVOJ RAD KAO EDUKATOR? KOJE SU VAŠE VIZIJE I CILJEVI ZA BUDUĆNOST OVOG PODRUČJA?

Vizija mog rada je unapređivanje kvalitete i profesionalnosti u



industriji PMU-a. Konstantno se bavim usavršavanjem novih tehnika i otkrivanjem novog materijala za rad, isprobavam i kreiram nove tehnike kako bih ostvarila što bolje rezultate. Cilj mi je podići svijest o važnosti obrazovanja i pravilne prakse za siguran i uspješan rad.

KAKO ODRŽAVATI PUDER OBRVE NAKON TRETMANA?

Održavanje obrva nakon tretmana je ključno za dugotrajnost rezultata. Tačna posttretmanska njega ovisi i o odrađenoj tehnici, što znači da ima male razlike

u održavanju obrva nakon tretmana. Preporučujem klijentima korištenje specijalnih proizvoda za njegu obrva i izbjegavanje sunčevih zraka i jakih kozmetičkih proizvoda bar u prvih 14 dana nakon tretmana.

Ne preporučuje se upotreba proizvoda za čišćenje koji sadrže kiseline (glikolne, mlečne ili AHA) niti bilo kakav piling.

Neki od najvažnijih podsjetnika za klijente:

-Dozvolite da se kraste ili suva



Trajnost obrva nakon odrađene korekcije varira od osobe do osobe i do tehnike, ali uz pravilnu njegu rezultati mogu trajati i do 2 godine. Tip kože, te različiti faktori utiču na trajnost boje. Osvježavanjem boje 1 u 12 mjeseci klijenti produžavaju vijek obrva.

može transformirati naš izgled i istaknuti prirodnu ljepotu. Microblading, Hairstroke ili Puder obrve su inovativne tehnike koje omogućavaju precizno oblikovanje obrva kako bi se postigao željeni izgled koji traje i do 2 ili 3 godine.

koža prirodno ogule. Čupanje može izazvati ožiljke ili promenu boje.

-Bez tretmana lica, botoksa, hemijskih tretmana ili mikrodermoabrazije tokom naredne 4 nedelje.

-Izbjegavajte vježbe od kojih se prekomjerno znojite narednih 7 dana.

-Izbjegavajte direktno izlaganje suncu ili sunčanje 4 nedjelje nakon procedure. Nosite šešir kada ste napolju.

-Izbjegavajte jako znojenje i duge tople tuševe prvih 15 dana.

-Izbjegavajte spavanje na licu prvih 10 dana.

-Izbjegavajte kupanje, jezera, hidromasažne kade prvih 15 dana.

-Izbjegavajte šminku uključujući kremu za sunčanje u tom području narednih 10 dana.

-Ograničavanje toplog tuša na 5-10 minuta će izbjeći stvaranje previše pare. Narednih 7 dana držite lice van vode dok perete tijelo, a zatim, na kraju

tuširanja, operite kosu. Vaše lice treba da bude mokro samo na kraju tuširanja. Izbjegavajte prekomjerno ispiranje i vruću vodu na tretiranom području.

-Nikada ne trljajte, čupajte ili grebite tretirano područje.

Uz pravilnu rutinu njege, klijenti će imati mnogo bolje rezultate tretmana.

KOJA JE TRAJNOST OBRVA NAKON ODRADENE KOREKCIJE?

Trajnost obrva nakon odrađene korekcije varira od osobe do osobe i do tehnike, ali uz pravilnu njegu rezultati mogu trajati i do 2 godine. Tip kože, te različiti faktori utiču na trajnost boje.

Osvježavanjem boje 1 u 12 mjeseci klijenti produžavaju vijek obrva. Osvježanja boje se rade po potrebi, što znači da neki klijenti će raditi osvježanja nakon 1 godinu, dok će nekima biti potrebno tek nakon 2 godine. Obrve su ključni dio našeg lica koji

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Ukoliko ste zainteresovani da se bavite ovim izazovnim, ali izuzetno kreativnim poslom, važno je da se profesionalno educirate i usavršavate u oblasti željene tehnike. Edukacije vam pružaju priliku da steknete znanje, vještine i sigurnost potrebnu za uspješan rad u ovom području.

Nemojte se obeshrabriti ako put do uspjeha izgleda težak - sa strpljenjem, predanošću i radom možete postati vrhunski PMU artist. Budite otvoreni za učenje, usavršavajte svoje vještine i nikada ne prestajte težiti ka savršenstvu. Obrve su vaša karta za samopouzdanje i ljepotu, stoga iskoristite mogućnosti koje vam pruža microblading i svijet kozmetike. Postanite dio ove inspirativne industrije i izrazite svoju kreativnost. Slijedite svoje snove i vjerujte u sebe - mogućnosti su beskrajne!



NOVO: HYDRO CONTROL

– Revolucionarna linija za hidrataciju i matiranje kože

NOVO U GLORIA ASORTIMANU NJEGE LICA – HYDRO CONTROL LINIJA

Sa zadovoljstvom vam predstavljamo najnoviju inovaciju u njezi kože – **HYDRO CONTROL liniju** proizvoda. Ako vaša koža žeda za intenzivnom hidratacijom, imamo rješenje!

Ova linija, osmišljena da očuva vlažnost i elastičnost svih tipova kože lica, donosi revoluciju u hidrataciji i matiranju. Bez obzira na tip i stanje vaše kože, **HYDRO CONTROL** će vam pružiti sve što vam je potrebno za zdrav, hidriran i blistav ten.



BOOST SERUM – VAŠ SAVEZNIK U SVAKODNEVNOJ HIDRATACIJI KOŽE!

Srce naše nove linije je **Boost serum**, proizvod dizajniran za sve tipove i stanja kože, a glavna mu je zadaća poboljšati nivo hidratacije, kao i kompletan izgled kože. Od dehidrirane kože do blistave i ujednačene, **HYDRO CONTROL Boost serum** će okrijepiti kožu.

Ovaj izvanredni serum kombinira visok udio vitamina B3 i B5 sa 7-molekularnom hijaluronskom kiselinom, čime pruža dubinsku hidrataciju, ublažava crvenilo te osigurava zdrav i blistav izgled vaše kože.

Svaka molekula hijaluronske kiseline pažljivo je odabrana da proдре u različite slojeve kože, osiguravajući optimalnu hidrataciju od površine do dubokih slojeva. Intenzivno hidrira kožu te sprječava gubitak vlage i elastičnosti.

Upravo na hidriranoj koži su nepravilnosti manje vidljive jer je njena tekstura glatka i ujednačena. Budući da ne sadrži ulja tj. u sastavu ima 0% uljnih komponenti, idealna je baza za kremu ili uljni serum.

KAKO KORISTITI BOOST SERUM?

Da biste iskoristili sve prednosti **Boost seruma**, nanesite ga ujutro i navečer u tankom sloju na čistu kožu lica.

Ostavite proizvod da se upije u kožu 2-3 minute, a zatim nanosite odgovarajuću kremu ili uljni serum za lice. Budući da se radi o proizvodu na bazi vode i o aktivnim tvarima topivim u vodi, potrebno je spriječiti njihovo isparavanje. Upravo nanošenjem kreme ili uljnog seruma sastojke zaključavamo u dublje slojeve kože i dopuštamo im da djeluju.

Ovaj jednostavan korak u vašoj rutini njege omogućit će vam da osjetite intenzivnu hidrataciju, spriječite gubitak vlage i elastičnosti te smanjite vidljivost nepravilnosti za glatku i ujednačenu teksturu kože.

BENEFITI HYDRO CONTROL BOOST SERUMA:

Pružava dubinsku hidrataciju - Zahvaljujući jedinstvenoj kombinaciji hidratantnih sastojaka, vaša će koža biti hidrirana u svim slojevima.

Ublažava crvenilo - Vitamini B3 i B5 poznati su po svojoj sposobnosti da smire kožu i ublaže crvenilo, pružajući vam ujednačen ten.

Ujednačava izgled kože - Redovitom upotrebom Boost seruma, vaša će koža izgledati i osjećati se zdravo, blistavo i hidrirano.

Bez ulja - Formulacija bez ulja čini ovaj serum idealnim za sve tipove kože, uključujući masnu i kombiniranu kožu, a posebno će ga voljeti u ljetnim mjesecima koji su pred nama.

MATTE KREMA – SAVRŠENA KONTROLA SJAJA!

Pored Boost seruma, **HYDRO CONTROL** linija uključuje i **Matte kremu**, idealnu za sve tipove kože koja istovremeno hidrira i matira vašu kožu. Dobitna kombinacija za matte i blur kožu koju svi želimo.



Ova krema je savršen izbor za one koji žele kontrolirati lučenje sebuma i postići matiran izgled. Zahvaljujući učinkovitoj kombinaciji niacinamida, hijaluronske kiseline, bakuchiola, ekstrakta nilskog ljiljana i hladno prešanog nerafiniranog biljnog ulja šljive, Matte krema intenzivno hidrira kožu, kontrolira višak sebuma te zamagljuje i matira pore.

Trenutno matira kožu što znači da će spriječiti izbijanje neželjenog masnog sjaja te je održati svježom i blistavom tijekom cijelog dana i usprkos svim izazovima svakodnevice.

Osim što je savršen suborac protiv neželjenog masnog sjaja kojeg često primijetimo na fotografijama, idealna je podloga za make up kako ga ne biste morali često korigirati, kao i za uljni serum jer sadrži samo 1% uljnih



komponenti. Uz ovu kremu imat ćete savršen selfie bez masnog sjaja čak i u ljetnim mjesecima, nećete morati stalno žuriti u toalet da popravite šminku, niti nositi matirajuće papirići, setting pudere i slične proizvode koji su vam zauzimali torbicu.

KAKO KORISTITI MATTE KREMU?

Nanesite ujutro i navečer u tankom sloju na čistu kožu lica.

Preporučuje se koristiti kao prajmer/podloga za make-up ili kao baza za uljni serum bez straha od začepeljivanja pora te kao završni korak dnevne rutine u svrhu sprječavanja izbijanja neželjenog masnog sjaja tijekom dana.

BENEFITI HYDRO CONTROL MATTE KREME:

Kontrolira lučenje sebuma - Učinkovita formula pomaže u regulaciji sebuma, kontrolirajući masni sjaj tijekom cijelog dana.

Matira kožu lica - Trenutačno matira kožu, ostavljajući je glatkom i bez neželjenog sjaja, a ono najvažnije jeste da sprječava učestalo popravljavanje šminke.

Pruža zdrav i hidriran izgled kože - Iako matira, krema ne kompromitira hidrataciju, čineći kožu zdravom i blistavom.

Zamagljuje i matira pore - Djeluje na smanjenje vidljivosti pora, dajući koži ujednačenu teksturu i "blur" izgled.



HYDRO CONTROL linija nije samo proizvod, već rješenje za sve vaše potrebe u hidrataciji i matiranju kože. Uz naš Boost serum i Matte kremu, vaša svakodnevna rutina njege lica dobit će potpuno novu dimenziju. Pridružite nam se na putu ka savršeno hidriranoj, matiranoj i zdravoj koži – isprobajte novu HYDRO CONTROL liniju i otkrijte moć prave hidratacije i kontrole sjaja.

Prestanite samo željeti sjajnu kožu i počnite djelovati, a prvi korak je uvijek hidratacija, iznutra i izvana. Jer najbolja podloga koju možete nositi jeste **hidrirana** i zdrava **koža**.

Ne čekajte, vaš savršen ten je nadohvat ruke! **HYDRO CONTROL liniju** potražite u svim bolje opremljenim ljekarnama u BiH, dm i cm poslovnica ili na www.prirodna.com

GLORIA

— PRIRODNA KOZMETIKA —

ново

GLORIA

BOOST
SERUM

HYDRO
CONTROL

all skin types

SECCA CREAM
ACNE CONTROL

MATTE CREAM
HYDRO CONTROL

OLEOSA CREAM
ACNE CONTROL

www.prirodna.com



Alisa Šuvalija Osmanković: Glow Lipssyce

Kako hidratizujemo i negujemo naše lice da bi bilo što ljepše,
ovim tretmanom to isto radimo i sa usnama.

Piše: Alisa Šuvalija Osmanković, make-up i Brow artist.

U svijetu ljepote, svaki korak nosi sa sobom čaroliju, a svaki san može postati stvarnost uz istinsku vjeru i predanost. Alisa, živi po tom vjerovanju, dajući svoj maksimum kako bi pretočila svoje snove u stvarnost. Nedavno putovanje u Beč nije bilo samo još jedna stanica na tom putu, već ključna stepenica ka ostvarenju njezine vizije. Kroz edukaciju Lamimakersica & Lashica, Alisa je podijelila svoje znanje s 25 odabranih dama, pružajući im alate za ulazak u svijet beauty industrije s novim samopouzdanjem i vještinama. Alisa otkriva novu tajnu ljepote: Glow Lipssyc, revolucionarni tretman koji ne samo da neguje, već i obnavlja prirodnu ljepotu usana.

Magija je vjera da se sve može dogoditi. I zaista je tako. Bitno je samo čvrsto i istinski vjerovati u svoju ideju, zamisao i svim silama stremimo ka ostvarenju iste. Ja sam vjerovala. Od samog početka. Kada daš sebe 200% za pretočavanje





drugačijom tehnikom kojom će kročiti u ovu sferu Beauty svijeta i samim tim započeti svoj vlastiti biznis. Volim praviti čaroliju na vašem licu, a povjerenje onih koje se prepuste unatoč lošem iskustvu ili strahu od istog su moj pokretač i čine da svaki novi put budem sve bolja i upustim se u nove izazove.

Važno je konstantno raditi na sebi, svojoj tehnici, nadograđivati je, vjerovati u svoju strast i uspjeh je zagarantovan. Strast je nešto što nas snadbijeva stalnim entuzijazmom, pažnjom i energijom potrebnim za uspjeh. Tako da, prirodne, jasno definirane, nahranjene, botoxirane, začesljane, uredne Lamimakersice & Lashice su sve što nam treba, posebno u ovim toplim, ljetnim danima. Moja Beauty turneja je započela, a naravno, uskoro donosim i još noviteta koji će upotpuniti naš bještavi i zdravi izgled.

Kako svojim damama volim pružiti nešto drugačije beauty usluge sa svrhom, ovaj put sam se odlučila da potpunu brigu posvetimo našim usnama. Otkrivam vam tajnu savršeno njegovanih, zdravih, prirodno volumeniziranih usana.

Bez obzira da li ste prethodno doradile vaše usne nekom od tehnika ili ne, one će nakon

sna u stvarnost, onda je zaista sve moguće. Edukativna pustolovina u Beču je samo još jedna stepenica ka ostvarenju mog sna. Ideja o edukaciji Lamimakersica & Lashica je došla savim spontano, a brže nego sam i zamišljala, ostvarila se.

Jedno sjajno iskustvo i druženje, mene kao mentorice i vaše odabrane -Lami majstorice-, kako to cure vole reći. Istinski sam uživala kako u edukativnom programu, prenošenju tehnike i znanja curama iz Beča, tako i u sjajnom druženju, razmjeni iskustava, novim poznanstvima, zajedničkom spoznavanju i naravno, daljoj primijeni Lamimakersica & Lashica; sigurna sam da će manija Lamimakersica & Lashica brzo zavladati i Bečom i svaka druga dama će imati obrve o kakvim je oduvjek sanjala.

Upoznala sam 25 sjajnih dama, kako kroz edukacije, tako i kroz rad tretmana i njihovo oduševljenje i zadovoljstvo je moj pokretač I najveća potpora.

Zadovoljstvo mi je što su baš mene odabrale kao mentoricu i nekoga ko će ih usmjeriti sa nešto



BeautiFUL

ovog tretmana biti osvježene i znatno senzualnije i privlačnije. Riječ je o Glow Lipssycama.

Uz posebnu spa njegu usana, piling istih, posebnim aparatom sa fototerapijom apliciramo hijaluron i kolagen, (nema klasičnog -bocanja), radimo nanoiglicama koje ne mogu oštetiti vaše tkivoi tretman je bezbolan. Ovim tretmanom stimuliramo proizvodnju kolagena i elastina. Tretman uklanja mrtvu kožu sa usana, dubinski hidrira, prirodno volumenizira usne, smanjuje pukotine na usnama, popunjava bore koje dolaze starenjem.

Tretman Glow Lipssyca nipošto ne treba izjednačavati niti poređiti sa konkretnim punjenjem usana hijaluronom, filerima, jer ovaj tretman ima za zadatak i funkciju neke druge stvari. Kako hidratizujemo i njegujemo naše lice da bi bilo što ljepše, ovim tretmanom to isto radimo i sa usnama. Veličina usana je gnetki određena, ali, kako godine odmiču tako se one stanjuju a samim tim se pojavljuju i bore na usnama i oko njih.

Gubi se na volumenu, elastičnosti, a sve to zbog smanjenja kolagena u organizmu. Stoga je njega usana podjednako važna kao i briga o ostatku kože, s tim da usne traže dodatnu hidrataciju. Potrebno je ponoviti tretman nakon 2 sedmice i isti održavati pomoću specijalnog sjaja koji svaki put kad ga nanese aktivira sav apliciran hijaluron i kolagen.

Savršene obrve, trepavice i usne. Zar nam treba nešto više?! Vidite ono što želite, uzmite ono što vidite.



HYDRO X-CELL

Koža koja ti uzvraća osmijeh.

72H

HIDRATACIJE*

do **80%**

VIŠE INSTANT
HIDRATACIJE**

do **17%**

MANJE TAMNIH
KRUGOVA OKO
OCIJU**

Nova linija za njegu i čišćenje lica.

- Sa ćelijskom vodom spiruline i Hialuronskom kiselinom koji pružaju koži dodatnu hidrataciju.
- Sa Fitoceramidima koji štite kožnu barijeru, i zadržavaju vlažnost u koži.

*in vivo kliničko ispitivanje za kremu i serum.

**in vivo kliničko ispitivanje za serum



Ajla Karahmet: Ulaganje u sebe je najveća investicija

Pod negom lica ne podrazumijevaju se jaki, hemijski pilinzi dan prije šminkanja

Piše: Ajla Karahmet, make up artist



Ajla Karahmet ima 24 godine. Živi u Bosni i Hercegovini, u prelijepom gradu Zenica.

Svoj prvi korak što se tiče šminke i beauty industrije Ajla je napravila 2020. godine. Ajla od tada ulaže u svoje znanje raznim edukacijama. Svaki korak koji je napravila bio je poziv na sljedeći, pa tako i dan danas. U nastavku pročitajte priču certificiranog šminkera od strane Amele Suljić iz Visokog, Aleksandre Gudelj iz Viteza, kao i certificiranog hairstyles

artista od strane Yeliz Kaye iz Turske.

ŠMINKANJE JE DEFINITIVNO MOJ PRAVAC U KOJEM ŽELIM BITI ŠTO BOLJA, KAKO ZNANJEM O TOJ OBLASTI TAKO I U DIJELJENJU ISTOG.

Ustvari sam radila totalno suprotni posao od šminkanja, ali sam uvijek imala inspiraciju, također oko za detalje, fotografiju, video, i nekako

sam htjela da to sve predočim u nešto što bi bilo korisno i u čemu bi bio moj pečat prepoznatljivosti da tako kažem. U pravo vrijeme sam se odlučila na to i vjerno radila na tome, i vjerovala da ću biti odlična u tome. **Šminkanje nije samo uzeti četkicu i šminkati, to je sve ovo navedeno gore. Inspiracija, kreativnost, volja, želja, upornost i vjera u sebe.** Što se tiče klijentica uvijek pamtim te moje početke i te divne djevojke koje su mi pružile priliku i vjerovala mi kao što mi vjeruju i dan danas.

Najvažnije u svemu tome jeste profesionalnost, ugodan razgovor, podijeliti savjet neki koji bi koristan njima privatno kad se šminkaju za svaki dan, uvažiti njihove želje i potrebe, jer mi smo tu da ih ispunimo. Urednost, preciznost, profesionalan pristup, zadovoljstvo, su samo neke od odlika kako bi imali stalne klijentice.

Smatram da svako od nas ima svoje kvalitete i svoje prednosti. Ulaganje u sebe je najveća investicija, tako da što više ulažemo bit ćemo bolji i to će klijenti prepoznati, naravno to nije presudno, svako od nas ima svoj stil i svako je različit, a tako su i ukusi različiti. Trudim se da uvijek pružim nešto novo nešto što u našem gradu nije viđeno. Ova branša zahtjeva da budete uvijek u korak sa trendom, da



napredujete i ulažete u znanje kako bi imali veći broj klijenata, klijenata koji vam vjeruju i koji znaju da ste besprijekorni u tome što radite.

Naravno u početku kada krenete od nule jako je teško priuštiti sebi neke bolje edukacije, bolju šminku, bolji materijal, ali trud, rad i dosta strpljenja se uvijek isplati.

Ja danas svoj poziv profesionalnog šminkera sam shvatila jako ozbiljno, naravno jer imam želje i ciljeve. Sve što "dobijem" od ovog vratim nazad. Edukujem se, idem na masterclass-ove, online gledanja, tutorijale, savjete od stranih svjetskih šminkera, pokrete ruku, vježbam razne tehnike, proučavam hemiju proizvoda i to je nešto što me baš zanima u posljednje vrijeme. Koliko god napredovali uvijek ćemo biti učenici koji imaju šta učiti.

- • • • •
- Najvažnije u svemu tome jeste profesionalnost, ugodan razgovor, podijeliti savjet neki koji bi koristan njima privatno kad se šminkaju za svaki dan, uvažiti njihove želje i potrebe, jer mi smo tu da ih ispunimo.
- Urednost, preciznost, profesionalan pristup, zadovoljstvo, su samo neke od odlika kako bi imali stalne klijentice.
- • • • •





**U OVOM POSLU IMA
MNOGO LIJEPIH
TRENUTAKA, USREĆITI
SVAKU OD KLIJENTICA JE
POSEBAN DOŽIVLJAJ.**

Kada se pogledaju u ogledalo i vidim to zadovoljstvo u njihovim očima je nevjerovatan osjećaj, pogotovo jer znam da sam ja zaslužna za to. Toliko posebna emocija zavlada u prostoriji, jer sam nekog usrećila, pružila joj dozu samopouzdanja i učinila joj dan sretnim, prosto nevjerovatan stvar.

**SA SVAKOM SVOJOM
KLIJENTICOM
RAZGOVARAM NA TEMU
NJEHOVANJA LICA.**

Jako je važno da svoje lice prvenstveno čiste, njeguju, hidratiziraju svaki dan. Živimo u dobu kada imamo mnoštvo proizvoda za njegu lica, od onih skupljih pa do jeftinijih. Kada imamo djevojku, ženu koja redovno njeguje svoje lice imamo malo blago u rukama, to nama šminkerima je mnogo važno. **Svaki proizvod koji stavim na lice tako lijepo odradi svoj posao da je to nevjerovatno.** Šminka je dugotrajnija, mnogo ljepše, zdravije i čistije rad izgleda na klijentici, bez obzira na njihovu dob.

NJEGA LICA.

O tome bih mogla da pričam i pišem danima. Pod njegom lica ne podrazumijevaju se jaki, hemijski pilinzi dan prije šminkanja, naprotiv to uopšte nije preporučljivo. Tu se podrazumijeva konstantna briga o koži, hidratacija, zaštita od sunca pa tek onda ponekad neki tretman da bi nahranili našu kožu kako bi nam još zahvalnija bila. Dan prije šminkanja se odradi neki sasvim blagi piling, stavi se neka lagana hidratizirajuća



**Jako je važno da svoje lice prvenstveno čiste,
njeguju, hidratiziraju svaki dan.**



maska koju inače koristimo, ne eksperimentišemo, kako ne bi došlo do neželjenih indikacija na koži.

Što se tiče trenda, klasika je uvijek u prvom redu. Koliko god mi šminkeri radili neke boje, look-ove, po kopcima, na očima i licu, klasika je uvijek ta koja je uvijek prisutna u našoj svakodnevnici. **Ne vole baš svi da eksperimentišu posebno za neke važne događaje, uvijek se nekako drže te klasike, urednosti na licu i tih neutralnijih boja.**

Dragi naši čitaoci prvenstveno Vam se zahvaljujem jer čitate naš predivni i zanimljivi časopis "BeautiFUL" i što ste pročitali moj članak vezan za predivnu branšu šminkera i šminkanja. Nikada ne odustajte od svojih snova i ciljeva, bez obzira na okolnosti, pridike i razne neke brane koje bi vas mogle spriječiti na neki način da uspijete.



Bitno je da imate nekoga pored sebe ko vam ne stvara tenziju, loše misli i sve te neke stvari koje će Vas degradirati u poslu, nego nekog ko Vas stalno gura naprijed i daje vjetar u leđa.

Kada me pitaju šta je to ljubav? Ljubav je rad na potencijalima voljene osobe. Uživajte.

- • • • • • • • • •
- **Koliko god mi** •
- **šminkeri radili** •
- **neke boje, look-** •
- **ove, po kopcima,** •
- **na očima i licu,** •
- **klasika je uvijek** •
- **ta koja je uvijek** •
- **prisutna u našoj** •
- **svakodnevnici.** •
- • • • • • • • • •

Postizanje preplanulog tena bez izlaganja suncu

Spray tan je metoda za postizanje preplanulog tena bez izlaganja suncu. Ta tehnika koristi sprej koji se nanosi na kožu i pruža trenutno preplanuli izgled. Postupak obično traje samo nekoliko minuta i rezultati su vidljivi odmah. Spray tan je popularan izbor za one koji žele imati bronžani ten bez izlaganja štetnom UV zračenju.

PREMIUM|TAN

Jedine boje na tržištu koje su proizvedene u medicinskoj laboratoriji pod stručnim nadzorom.

Potpuno organskog porijekla:

- Bez parabena
- Bez formaldehida
- Bez alkohola
- Bogate koncentracije pigmentata
- Dugotrajne
- Boje koje ravnomerno blede
- Bez aloje

Iako je aloja poznata po mnogobrojnim benefitima po kožu, u procesu samopotamljivanja se ne preporučuje zbog svog ljepljivog sastava. Boje koje sadrže aloju ljepljive su i zapušavaju pore. Iz tog razloga PREMIM TAN je birao najbolje sastojke koji dozvoljavaju koži da diše .

PREMIUM|TAN garantuje postojanost bez fleka i narandzastih tonova ! U ponudi imamo tri osnovne nijanse



PREMIUM|TAN

BOJE SU NA BAZI VODE I ZBOG TOGA SU TOLIKO
LAGANE I PRIJATNE ZA KLIJENTA.
RAVNOMERNO SE SKIDAJU I NE ISUŠUJU KOŽU.





- MOKA
- ESPRESSO
- DARK COFFEE

Ali tu je i EXPRES BOJA koja može da daje 4 različita tona u zavisnosti posle koliko sati se tuširate .

Klijent treba da pripremi udgovarajuću njegu kože prije samopotamnjenja, tokom razvoja boje kao i nakon tretmana kako bi osigurao najbolje rezultate.

Klijent se može tuširati nakon 4-5h.
Pun efekat se najbolje vidi nakon 24h.

Kada se koristi EXPRES BOJA klijent se može tuširati već nakon:

- 1h (za najsvjetliji rezultat)
- 2h (srednje tamno)
- 3h (tamno)
- 4-5h (za najtamniji rezultat)

Kod nas možete pronaći i kompletne starter setove koji sadrže i online obuku!

KAKO FUNKCIONIŠE OBUKA?

Obuku dobijate na vaš mail i imate pristup obuci 3 mjeseca .

Nakon odslušane edukacije, radićete na modelu i šaljete nam radove.

Naš edukator će pregledati rad, usmjeriti vas na eventualne greške, dati savjete za rad. Nakon poslatih radova dobijate sertifikat o položenoj edukaciji.

Negraničenu podršku u radu dobijate od našeg edukatora, tako da vam stojimo na raspolaganju non stop kako biste dobili što veće samopouzdanje u radu.

UPOZORENJE: Ovaj proizvod ne sadrži UV zaštitu i ne štiti kožu od opekotina.

Kontakt:
@premiumlashesbih
www.premiumlashesbih.com
065950519

Izazovi, uspjesi i savjeti za njegu kože tokom ljeta iz perspektive **Danijela Vukojević**

Čišćenje lica je prvi i osnovni korak kome treba posvetiti najviše vremena i pažnje da bi vaše lice zablistalo, a koža zadržala sjaj, vlažnost i elastičnost i u ovim toplim danima.

Piše: Danijela Vukojević, strukovni kozmetičar

Danijela Vukojević je strukovni kozmetičar, vlasnica salona kojeg uspješno vodi već dugi niz godina. Za sebe voli da kaže da je kozmetičarka sa vizijom, a njenu viziju dijele brojni zadovoljni klijenti kojoj se iznova vraćaju na tretmane. U ovom intervjuu ćemo razgovarati sa Danijelom o njenom putu u poduzetničke vode i o školi ljepote koju je pokrenula. U nastavku vam donosimo još jednu zanimljivu priču.

KO JE DANIJELA VUKOJEVIĆ?

Za sebe volim da kažem da sam kozmetičar s vizijom. Tokom godina postala sam uspešna preduzetnica, a moj kozmetički salon postao je jedan od najpopularnijih u zemlji, a uz to, što mi je posebno značajno, pokrenula sam školu za negu lepote. Pri svemu tome, verujem da sam ostala ista ona devojka s početka svog profesionalnog puta, zaljubljena u kozmetičke proizvode, večiti istraživač svetskog kozmetičkog tržišta u potrazi za novim i što kvalitetnijim preparatima i tretmanima, puna želje da pomognem drugima da uvide benefite pravilne nege. Pored svih obaveza, i danas nalazim vremena da se posvetim svojim klijentima u salonu.

Jednostavno, uživam u tom poslu i praksa me najviše inspiriše kada je u pitanju planiranje daljih poslovnih koraka. Takođe, pronašla sam se i u predavačkom radu, jer imam veliku želju da svoja znanja prenesem drugima. Odabrala sam jedan prilično komplikovan i vrlo ambiciozan profesionalni put, ali upravo to je ono što sam zaista želela i sada mogu reći da sam zadovoljna postignutim, da se nalazim na nivou koji mi omogućava da pravim još ambicioznije planove, koje sa ove pozicije mogu lakše ostvariti. Doživela sam tokom ovih 15 godina, koliko sam



prisutna u kozmetičkoj industriji, mnogo uspona i padova, ali nikada nisam odustajala. Upornost i doslednost omogućile su mi da permanentno napredujem, pa čak i kada je delovalo da moj posao stagnira ili da su planovi koje sam sebi postavila preambiciozni. Uvek se trudim da nađem put i rešenje.

Počelo je tako što sam u svojoj 21. godini otvorila svoj prvi kozmetički salon. Niti sam imala završen kurs, ili bilo kakvu edukaciju, samo dar u rukama, volju da radim i neverovatnu želju za uspehom. I moj posao je napredovao, a ja sam ubrzano učila i prikupljala sva znanja do kojih

sam u svojoj sredini mogla doći. Sa 27 godina sam se preselila u Beograd, i to je vreme kada sam odlučila da se potpuno prekvalifikujem i posle završene ekonomije okrenem nezi lepote kao svom životnom pozivu. Brzo sam uvidela da u ovoj oblasti ima mnogo mesta za napredak i razvoj, ali i da u našoj zemlji nedostaje modernizacija u sferi edukacije, koja će promeniti i stav prema zanimanjima iz ove sfere, odnosno približiti ih poziciji koju uživaju bjeti stručnjaci u inostranstvu.

Nakon školovanja kod nas i u inostranstvu, u poznatim akademijama i kod istaknutih stručnjaka, osnovala sam sopstvenu poslovnu grupu Elegance Group, u okviru koje danas posluju salon lepote Elegance Beauty Spa i savremena Škola nege lepote i lepog ponašanja – Elegance Academy. Sada mogu sve svoje ideje da prenesem na druge i dokažem da je industrija lepote ozbiljan posao koju uključuje saradnju medicine, farmakologije i drugih naučnih oblasti, u službi zdravlja i lepote, jer lepota prvenstveno dolazi kroz zdravlje, kože i celog organizma. Zlatni standard je sve ono što je dobro, prirodno, provereno, bezbedno, a donosi trajne i odlične rezultate. Istovremeno, to je standard kojeg se držim i u svom privatnom i profesionalnom životu, jer verujem da ličnim primerom uvek najbolje mogu da posvedočim o uspešnosti svega onoga što drugima preporučujem i čemu učim mlade ljude u svojoj školi.

**KAO KOZMETOLOG I OSNIVAČICA
AKADEMIJE ZA NJEGU LJPOTE, MOŽETE
LI NAM REĆI NEŠTO VIŠE O SVOJJOJ
STRASTI ZA KOZMETOLOGIJU I KAKO
STE SE ODLUČILI ZAPOČETI KARIJERU U
OVOM POLJU?**

Kozmetika je moj životni poziv, za mene je to više od posla, jedna prava poslovna filozofija. Nakon dugogodišnjeg školovanja i rada u zemlji i inostranstvu detaljno sam mogla da ispratim sve promene u ovoj oblasti i ocenim šta je ono što je najbolje i najkvalitetnije, i to sam rešila da ponudim na našem tržištu.

Tako je nastao EBS salon, koji je ponudio najprestižnije svetske kozmetičke linije i najsavremenije tretmane. Veoma brzo smo stekli veliki broj klijenata, jer su rezultati koje smo postizali bili izvanredni. Doneli smo na naše prostore ideju clean beauty pokreta, koji se zasniva na jednostavnosti, čistoti i prirodnoj lepoti. Moj osnovni cilj je bio da ukažem na pogrešno viđenje estetike koje je zavlдалo na



našim prostorima i donesem duh evropskih metropola sa primesama glamura.

**KAKO BISTE OPISALI PRISTUP VAŠEG
KOZMETIČKOG SALONA I AKADEMIJE ZA
NJEGU LJPOTE?**

Verujem u klasičnu lepotu, nežnost i ženstvenost, sa daškom glamura koji pleni. Rad našeg salona, pa tako i škole, zasnovan je na dostignućima medicine i farmacije, savršenoj liniji preparata, ali i na upotrebi najnovijih aparata. I dostupan je svima, to stalno naglašavam, jer želim da ono što je najbolje bude dostupno običnoj ženi, ne samo poznatim ličnostima na crvenom tepihu – svaka žena zaslužuje da se bar ponekad oseća kao kraljica. Svakom pacijentu posvećujemo se posebno, planiramo individualni tretman, u skladu sa tipom kože, problematikom, i potrebama i željama klijenata. Kroz ceo proces nastavljamo da pratimo klijenta i prilagođavamo tretmane i upotrebu sredstava, do konačnog optimuma. Takođe, naglašavamo i koliko je važna nega kod kuće, pa smo propisali pravila za dnevnu beauty rutinu, koja mogu znatno pomoći damama da osveže svoj izgled, a istovremeno i da steknu dobru naviku da se svakodnevno,

makar nakratko, posvete samo sebi. Imamo veoma atraktivan web šop, ali insistiram na tome da se kupovina obavlja uz konsultacije sa našim stručnjacima koji su kupcima uvek na raspolaganju, uključujući i mene, putem mejla, telefonom, ali rado ćemo vas dočekati i u prijatnom ambijentu našeg salona u Beogradu na vodi. Verujemo da lepota oplemenjuje, pa smo zato i ceo ambijent i salona i škole uredili tako da boravak u tim prostorima bude prijatan. U suštini, zastupamo holistički pristup nezi kože, svesni da lepota dolazi prvenstveno iznutra, od unutrašnjeg osećaja ravnoteže i zadovoljstva, pa se trudimo da vreme koje naši klijenti provedu u salonu bude upravo vreme opuštanja i mira.

S OBZIROM NA DOLAZAK LJETA I SEZONU MORA, KOJE BISTE SAVJETE PREPORUČILI ZA NJEGU KOŽE TOKOM OVOG PERIODA?

Ovaj period je najtraumatičniji za kožu i mnoge žene se s pravom pitaju kako da pored visokih temperatura nastave sa svojom dnevnom rutinom nege i održe lice čistim i svežim. Koža lica vrlo često jako burno reaguje na sunce, visoku vlagu i temperaturu, što su sve pratioci letnjih dana. Kada se tome doda znoj, situacija postaje još alarmantnija! *Čišćenje lica je prvi i osnovni korak kome treba posvetiti najviše vremena i pažnje da bi vaše lice zablistalo, a koža zadržala sjaj, vlažnost i elastičnost i u ovim toplim danima. Naravno, tu je nezaobilazna hidratacija, pri čemu nije od značaja samo nanositi odgovarajuće kreme, već i unositi dovoljno tečnosti u organizam i pravilno se hraniti. Naše zdravlje se vidi na našem licu. Uvek birajte kvalitetne hidratantne kreme, s blagom formulom, kako bi na velikoj vrućini lice bilo što manje opterećeno i koža mogla da diše. I ono što je apsolutna zapovest – zaštita od sunca s visokim SPF faktorom.* Ne samo kada smo na plaži, nego pri svakom izlasku iz kuće. Na taj način se koža štiti od prevremenog starenja, sprečava se pojava tamnih fleka (pigmentacija), a takođe se preveniraju i neka ozbiljnija oboljenja. Šminka treba da bude primerena mestu, okolnostima i vremenskim prilikama, dakle, insistirati na svežem, jednostavnom i prirodnom izgledu.

KOJI SU NAJČEŠĆI PROBLEMI S KOŽOM S KOJIMA SE LJUDI SUOČAVAJU TOKOM LJETA I KAKO IH NAJBOLJE RJEŠAVATI?

Izlaganje suncu, posebno u kombinaciji sa slanom vodom, a sezona morskih odmora već je počela, dovodi do isušivanja kože. Takođe, alergije su najizraženije upravo u ovom periodu. Ako je koža





osetljivog tipa, reagovaće na svaku nečistoću osipom u vidu crvenih pečata, plikova i slično. Zato uvek treba imati u ličnoj apoteci neko sredstvo koje će taj osip smiriti. ***Mnogo toga se može predupređiti, ako se posavetujete s kozmetičarem. Postoji niz preparata koji mogu ublažiti očekivane alergijske reakcije, kao i tretmani kojima se koža priprema i hrani tako da dobro odgovori na letnje izazove. Aknozna koža ima tendenciju da leti još burnije reaguje jer se više luče znoj i sebum, pa higijenu treba podići na najviši nivo, i to uz upotrebu blagih sredstava.*** Na svaki mogući način treba sprečiti opekotine od sunca čije su posledice dramatične, ne samo po izgled već i po zdravlje kože i organizma u celini. Osobe svetle puti najizloženije su opasnosti od opekotina, pa treba posebno da se štite, i da izbegavaju izlaganje suncu tokom najtoplijeg dela dana.

KOJE SU KLJUČNE RAZLIKE IZMEĐU TRETMANA KOŽE TOKOM LJETA I TRETMANA TOKOM DRUGIH GODIŠNJIH DOBA?

Posle divne bronzane boje, koja uglavnom brzo počinje da nestaje, ostaje umorna i isušena koža, sklona iritacijama i perutanju, pojavi novih bora. Našem licu je tada pomoć potrebna nego ikada da bismo mu vratili vlagu i masnoću, elastičnost i sjaj. Elegance Beauty Spa salon raspolaže odličnim preparatima i primenjujemo tretmane koji u veoma kratkom roku mogu oporaviti i podmladiti kožu. Bitno je samo da se s primenom krene odmah po povratku s mora. To su tretmani kojima se koža priprema za jesen i zimu. Od velikog značaja su piling preparati koji uklanjaju

oštećene slojeve kože, zatim bogate kreme za vraćanje vlage, dok se posebna pažnja mora posvetiti nezi tanke kože u predelu očiju. Potrebno je voditi računa i o dekolteu, rukama, telu. Nezi kože vrata mora se pokloniti naročita pažnja kako bi ostala zategnuta i zaglađena, korišćenjem preparata kojima se poboljšava tonus i tekstura kože i uklanjaju fine linije i bore. Također, ne zaboravite da negujete svoje ruke. One su najizloženije uticaju raznih agenasa i zato treba da ih uvek nagradimo kraljevskim tretmanom, u vidu neke hranljive maske koja hrani i obnavlja kožu, vraća joj zdrav izgled, ima anti-age efekat i UV zaštitu. Za negu tela odličan izbor je energetski piling od soli i ulja, koji štiti od gubitka vlage, omekšava kožu, čisti je i tonira.

MOŽETE LI NAM PREDSTAVITI NEKE POPULARNE TRETMANE ZA KOŽU KOJI SU POSEBNO PRIKLADNI ZA LJETNE MJESECE?

Mi smo veliki pobornici neinvazivnih metoda za ulepšavanje i veoma se radujem što je i kod nas sada ojačala svest o tome da se na prirodan način mogu postići izuzetni rezultati. Ovakvi tretmani su naša apsolutna preporuka za letnje mesece, kada je koža izložena raznim stresogenim faktorima. Zato smo u ponudu našeg salona uvrstili procedure koje su postale hit u svetu – specifične masaže lica koje spadaju u takozvani face fitness – ali koje takođe treba pravilno primenjivati kako bi rezultati bili optimalni i trajni. Kao što su mišićima našeg tela potrebne vežbe, tako i mišići lica traže vežbe, zar ne? U pitanju su masaže koje

BeautiFUL

uključuju specijalne pokrete kojima se mišići opuštaju, koža zateže, poboljšava cirkulacija. Već posle samo jedne serije masaže vidljiva je značajna promena u svežini lica i tonusu kože. Otklanja se umoran izgled, nadutost. Ono što je odlično kod ovih tretmana jeste da su primenljivi u svako doba godine, a posebno tokom leta jer se sprovode samo korišćenjem veštih prstiju uz sredstva za čišćenje kože ili pospešivanje drenaže. Sigurno ste primetili da se na društvenim mrežama promovišu joga za lice, kao i razne druge vežbe, ali tretman face liftinga mora biti prilagođen potrebama pojedinačne osobe, njenim godinama, tipu i stanju kože, pa je zato najbolje da ga obavlja stručno lice.

Korak dalje u face liftingu je bukalna masaža, usmerena na popravljavanje cirkulacije, uklanjanje bora, limfnu drenažu, uklanjanje nadutosti u donjem delu obraza i oko usta. To je blaga ritmička masaža obraza i okolnih mišića koja olakšava napetost u ovom području, smanjuje oteke i doprinosi opuštanju tela u celini. Bukalna masaža podrazumeva konturisanje lica sa unutrašnje strane. Do sada se stimulisala površina kože, a sada se otišlo korak dalje i prišlo konturisanju mišića sa unutrašnje strane, takoreći, lice se vaja iznutra. To je fejslifting bez odlaska pod skalpel! Izvodi se prstima ili masažnim alatima (loptica ili valjak), putem pritiska i masaže različitih tačaka na licu, od usana i obraza do vilice i okolnih područja. Osim što poboljšava izgled i tonus kože, doprinosi smanjenju napetosti u vratu i ramenima, utiče na otklanjanje glavobolje i umora.

Kada su u pitanju aparturni tretmani, moramo izdvojiti hydrafacial aparat, najviše nagrađivan aparat u kategoriji aparturne kozmetike. Tretman ovim aparatom za hidrodermoabraziju trenutno je jedan od najpopularnijih u svetu, a najveći svetski stručnjaci ga stavljaju na prvo mesto kada je u pitanju doprinosi zdravlju kože. Zato smo ga odmah uvrstili u ponudu našeg salona. Ovaj aparat čisti kožu lica temeljno, hrani usne, uklanja podočnjake, omogućava dubinsko čišćenje kože i pražnjenje pora bez manuelnog vađenja mitisera. Njegova namena je mnogo šira, jer se hidrodermoabrazijom mogu tretirati leđa, gluteus, noge, praktično celo telo, pa su naši klijenti stopostotno zadovoljni ovim tretmanom. Firming peptide tretman je još jedan novitet koji je veoma aktuelan kada je u pitanju podmlađivanje. Podsticanjem mikrocirkulacije i sprovođenjem detoksikacije dobija se čvrsta, glatka i zategnuta



“

Elegance akademije je ista poslovna filozofija koja je utkana u ceo Elegance koncept – holistički pristup nezi kože i lepote, jednom rečju, zdrava, prirodna nega koja pruža trajne rezultate.

koža. Ovaj tretman prkosi procesu starenja. Započinje dermaplaningom za uklanjanje površinskih mrtvih ćelija kože, tankih dlačica i drugih ostataka, što omogućava proizvodima koji se potom nanose da duboko prodru u kožu. Sledi piling na bazi gela – laktična kiselina za piling koja dovodi do rebalansa kože i zaglađivanja finih linija i bora, uklanjajući umoran izgled i dodajući

hidrataciju. Nakon toga sledi završnica – firming peptide maska – koja sadrži inteligentne hranjive materije za učvršćivanje, peptide koji povećavaju mikrocirkulaciju i isporuku kiseonika, učvršćuju kožu i podstiču proizvodnju kolagena i elastina. Rezultat je zdrava, mladalačka blistava koža.

KAKO SE VAŠA AKADEMIJA ZA NJEGU LJEPOTE RAZLIKUJE OD DRUGIH OBRAZOVNIH INSTITUCIJA U ISTOM POLJU?

Želela sam da pokrenem školu koja će se razlikovati od drugih i biti mnogo više od običnog kursa, odnosno pružiti stručno, široko i temeljno obrazovanje u oblasti kozmetike, zasnovano na primerima vodećih svetskih akademija za negu lepote. Osnova Elegance akademije je ista poslovna filozofija koja je utkana u ceo Elegance koncept – holistički pristup nezi kože i lepote, jednom rečju, zdrava, prirodna nega koja pruža trajne rezultate. S obzirom na to da sam primetila koliko nedostaju iskusni i posvećeni stručnjaci u ovoj oblasti, shvatila sam da moja škola mora obezbediti polaznicima mnogo više od uskostručnih znanja, tako da smo u program obuke integrisali i poslovnu komunikaciju i bonton, kao i mnoge druge lekcije koje su važne za dobro vođenje samostalnog posla.

Otuda u nazivu škole lepo ponašanje, jer naši polaznici stiču veštine pravilnog ophođenja prema klijentima, kolegama i poslovnim saradnicima, što je veoma važan segment poslovanja. Vrlo svesno sam odabrala ovakav naziv, želeći da aludiram na zaboravljene vrednosti, odmerenost, umerenost, uvažavanje i poštovanje u svim segmentima života i rada, jer nije dovoljno biti samo stručnjak ako svoje znanje i umeće ne umete da prenesete na prijatan način i poštujući svoje učenike, kao i svoje klijente. To je dodir starog vremena i bojim se, zaboravljenih vrednosti, koje želim da vratim, naravno u novom, modernijem ruhu. To je i jedan od razloga zbog kojih sam napisala priručnik Savremeni bonton.

NA KOJI NAČIN PRISTUPATE EDUKACIJI STUDENATA U VAŠOJ AKADEMIJI?

Kada je u pitanju početna obuka, nije potrebno prethodno predznanje iz oblasti kozmetologije, ali je nama svakako važno da vidimo da kandidati poznaju kozmetičku industriju, prate njen razvoj i interesuju se za kvalitetne i dobre proizvode. Raduje nas kada vidimo da istinski žele da se posvete ovom poslu i pokazuju ambicije da u njemu napreduju. Talenat se odmah može

primetiti, a već u prvom razgovoru proceniti kako će se osoba ophoditi prema klijentima, što je takođe veoma značajna karakteristika. Jer ako nemate empatiju za potrebe drugih, nikada nećete moći da budete dobar kozmetičar. Rad organizujemo u malim grupama, kako bismo se posvetili svakom polazniku i bili sigurni da sve postupke dobro primenjuje i usvaja znanja sa razumevanjem. Pratimo najviše standarde u ovoj oblasti i raspolažemo najsavremenijim aparatima i najkvalitetnijim kozmetičkim sredstvima koji se mogu naći na domaćem tržištu, naši predavači su sertifikovani i sa puno iskustva, a veoma često nam u goste dolaze i poznata svetska imena iz sveta kozmetike. Kako bih ova znanja učinila pristupačnim širem krugu, odlučila sam da omogućim i onlajn-obuku.

Trenutno smo akreditovani za 5 nastavnih modula, a akcenat je na modulu za kozmetiku koji je podeljen na tri dela: osnovni, napredni i pro (master nivo). Akreditacija je validna u svim zemljama eks-JU, tako da polaznici nemaju potrebe da nostrifikuju svoje diplome po završetku školovanja i spremni su za otvaranje sopstvenog kozmetičkog salona. Svakako savetujemo da se krene od modula za kozmetičara, jer je naš program zaista specifičan, nakon čega sledi nadogradnja znanja kroz naprednije programe, čime se dobija jedan kontinuitet u učenju i radu, a samim tim i temeljno znanje.

KOJI SU GLAVNI CILJEVI I VRIJEDNOSTI KOJE ŽELITE PRENIJETI SVOJIM STUDENTIMA?

Jako sam ponosna što smo nosioci statusa javno priznat organizator aktivnosti obrazovanja odraslih (JPOA). To je visoka kvalifikacija, najviša u tom domenu edukacije odraslih. Trebalo je mnogo rada, truda i ozbiljnog planiranja da bismo dobili ovu kvalifikaciju. Postupak sticanja statusa JPOA za sprovođenje aktivnosti obrazovanja odraslih strogo je regulisan Zakonom o NOKS-u. U oblasti neformalnog obrazovanja odraslih,

“

Trenutno smo akreditovani za 5 nastavnih modula, a akcenat je na modulu za kozmetiku koji je podeljen na tri dela: osnovni, napredni i pro (master nivo).

koja danas ima sve više i škola i polaznika, jer se uslovi brzo menjaju i ljudi se često prekvalifikuju da bi išli u skladu s vremenom i potražnjom, ali i da bi ispunili sopstvene želje, našli smo svoje mesto. **Moja želja je da omogućim generacijama polaznika da steknu kvalitetno obrazovanje u zanimanju koje je vrlo perspektivno. Svi polaznici iz naše akademije izlaze kao već formirani stručnjaci, jer imamo mnogo praktičnog rada. Naravno, kod mene postoji i jedna doza pedagoške posvećenosti i iskrene želje da mladim generacijama omogućim da ostvare profesionalni uspeh i obezbede sebi siguran posao.**

Tako smo i koncipirali naš program – da pružimo sveobuhvatno obrazovanje nakon koga je osoba potpuno osposobljena da samostalno vodi svoj salon. Elegance grupa kroz Elegance Academy ostvaruje svoju davno postavljenu misiju, koja u osnovi ima pedagoški i humanitarni karakter. Primetno je u svim medijima, naročito na društvenim mrežama, da se izgledu posvećuje velika pažnja, ali istovremeno to nije praćeno adekvatnom stručnom i pedagoškom podrškom. Za nas je lepota umetnost i tako je i tretiramo, tako obučavamo i naše polaznike, da budu pravi umetnici u svojoj oblasti, da cene svoj rad, trud i umeće, ali i svoje klijente.

Namera nam je da sistem obuke za usluge nege lica i tela podignemo na jedan viši nivo, insistirajući na pravoj meri u svemu. Poslovna etika, bonton, odnos prema klijentima, osnova su svakog daljeg rada, jer se na ovaj način gradi atmosfera poverenja, uvažavanja, poštovanja, naravno uz vrhunski kozmetički tretman.

Želeći da svoju poslovnu filozofiju ugradimo i u temelje akademije, specifičnost naše škole je već pomenuta dodatna obuka iz bontona, zatim osnove nutricionizma, estetike u kozmetologiji, poslovne etike i komunikacije, što polaznicima mnogo znači u daljem ličnom i profesionalnom razvoju. Specijalizovano znanje je od presudne važnosti, ali nije dovoljno za izgradnju stabilne i napredne karijere. Potrebno je posedovati i druge veštine. Zato su naši kursevi drugačiji. Moj posao je više od posla, prosto želim da učinim svet lepšim mestom.

KAKO VIDITE BUDUĆNOST INDUSTRIJE LJEPOTE I ULOGU EDUKACIJE U NJENOM RAZVOJU?

Industrija lepote već sada ima veliki značaj i pruža velike perspektive za profesionalni razvoj

i napredovanje. Međutim, i očekivanja od nje su prevelika, jer kako vidimo danas je lep i negovan izgled postao imperativ, pa je sve skrenulo u drugu krajnost, što može biti veoma opasno i sa trajnim posledicama i po psihičko i fizičko zdravlje. Industrija lepote mora ići u pravcu saradnje s medicinom, farmacijom, jer se samo tako dobijaju trajni i dobri rezultati. Kozmetika mora biti prirodna, bez štetnih agenasa, a akcenat na čistoći kože i redovnoj nezi. U svemu tome edukacija ima presudan značaj, jer je to najbolji način da se promene uvreženi pogrešni stavovi. Ako obrazujemo mlade generacije, oni će dalje širiti svest o tome da je prava kozmetička nega i lepota mnogo više od šminke, od insistiranja na brzim rezultatima, već rezultat trajne nege i posvećenosti svom zdravlju i izgledu.

S obzirom na to da se otvara veliki broj kozmetičkih salona, ali da ne uspevaju da opstanu na tržištu koje je preplavljeno ponudom ove vrste, pokrenula sam mentoring program kroz koji uvodim vlasnike biznisa u poslovanje, dajem savete, pratim i usmeravam njihov rad i savetujem koje poslovne poteze da povuku, a od čega da se čuvaju. Zajedno uspevamo da savladamo prepreke i rizike pretvorimo u dobitke. Upravo pripremam knjigu, priručnik koji će biti odličan vodič svima onima koji započnu posao u svetu lepote.





COSMETIC
SHOP

OD SAD DOSTUPAN
ONLINE SHOP

www.cosmeticshop.ba 

KLIKNI I PORUČI!



📍 Vidovdanska bb, 78400 Gradiška

☎ +387 51 890 362 | +387 65 545 769

📱 CosmeticShopGradiska

✉ info@lnbtrade.com | webshop@cosmeticshop.ba

📷 sztr_cosmeticshop

PhiLaser Type R 2.0

Laser nove generacije

O bzirom da su tretmani polutrajne šminke već preko decenije prisutni na tržištu, te da su tehnike i materijali evoluirali tokom tog vremena, javila se i potreba za uklanjanjem starih radova.

ODGOVOR NA TO JE PHILASER TYPE R 2.0

Ovaj Q-switched laser nove generacije, napravljen je korištenjem napredne inovativne tehnologije, za njegovu ultimativnu učinkovitost. Njegova brzina je svedena na 8 nanosekundi, kojom razbija pigment unutar kože na sitne čestice, ostavljajući okolnu kožu netaknuto. Zbog toga se smatra najsigurnijim i najinovativnijim laserom za uklanjanje pigmenta.

Uklanjanje pigmenta se radi pomoću dvije vrste laserske zrake:

Metalni nastavak (1064 nm) za uklanjanje plavičastih i crnih pigmenata.

Zeleni nastavak (532 nm) za uklanjanje hiperpigmentacije, svih crvenih tonova i svih braon tonova.

Pored najbezbjednijeg i najučinkovitijeg uklanjanja polutrajne šminke, ovim aparatom možete raditi i sljedeće kozmetičke tretmane:

Uklanjanje hiperpigmentacije i staračkih pjega (1064 nm)

Karbonski piling (1320 nm). Najčešća pitanja za tretmane uklanjanja polutrajne šminke

KAKO DJELUJE PHILASER R 2.0?

Precizna zraka, odnosno njegov mehanički Q-switched efekat proizvodi vibracije koje targetiraju pigment i razlažu ga do najsitnijih čestica. Dok traje proces oporavka kože, ćelije imunog sistema polako odstranjuju pigment i eliminišu ga kroz limfni sistem, uslijed čega pigment iz obrva polako blijedi i nestaje. Ovaj laser efikasno uklanja i druge vrste polutrajne šminke, kao što je šminka na usnama ili kopcima.

KOJE SU GLAVNE PREDNOSTI PHILASER-A?

Najveća prednost ovog lasera je što isporučuje impulse koji se mjere u nanosekundama. Da bi se pigment efikasno uklonio, najvažnije je da laserski impuls bude što kraći i precizniji. Efikasnost uklanjanja pigmenta se odražava u brzini kojom targetira pigment. PhiLaser je neablativni laser, što znači da ne oštećuje površinu kože i okolno



tkivo, dok veoma precizno djeluje na pigment u koži i razlaže ga.

DA LI JE POTREBNA PRIPREMA ZA OVAJ TRETMAN?

Nije potrebna posebna priprema za ovaj tretman. Jedino je potrebno da nekoliko dana ranije ne izlažete kožu direktnom suncu.

KAKO IZGLEDA LASERSKO UKLANJANJE OBRVA?

Prvo uradimo konsultacije sa klijentom, kako bismo bili sigurni da ne postoje kontraindikacije da se tretman uradi. Nakon toga uradimo dezinfekciju i pregled kože, kako bismo bili sigurni da na koži ne postoji neka trauma, dermatitis, akna ili slično zbog čega bismo tretman trebali



odgoditi. Tretman se može uraditi samo na zdravoj koži. Kada ustanovimo da tretman možemo raditi, klijetu stavljamo zaštitne naočale. Tokom tretmana klijenti osjećaju blagu neugodnost u vidu peckanja, koju svi dobro podnose. Sam tretman izgleda tako što laserom ciljano djelujemo na željenu regiju, a kratki i snažni impulsi dovode do razbijanja pigmenta. Laser emituje frakcionisani (podijeljeni) zrak koji razbija pigment.

KOLIKO TRAJE LASERSKO UKLANJANJE OBRVA?

U rukama iskusnog tehničara, ovaj tretman traje manje od 5 minuta.

KOLIKO TRETMANA JE POTREBNO?

Broj potrebnih tretmana je individualan za svakog klijenta. To zavisi od faktora kao što su količina pigmenta u obrvama, jačine samog pigmenta, broja korekcija koje je klijent tokom vremena uradio i tehnike kojom su obrve urađene. Bitan faktor je i prije koliko vremena su obrve urađene. Obrve koje su urađene prije tri ili četiri godine je lakše ukloniti, jer se i deskvamacijom ćelija kože već dosta pigmenta uklonilo. Svakako, jedan tretman je vrlo rijetko dovoljan. Najčešće je dovoljno između dva i pet tretmana da bi se pigment potpuno uklonio. Međutim, kada imamo slučaj da su obrve urađene jako davno pa ispred sebe imamo tetovirane obrve, tada može biti potrebno i 10 tretmana. Rezultati su vidljivi nakon svakog tretmana. Tretmani se ponavljaju na 4-6 sedmica.

KAKO SE NJEGUJE KOŽA NAKON TRETMANA?

Neposredno nakon tretmana koža će biti blago

crvenkasta. To je i jedina nuspojava tretmana. Neće biti otečena (osim u rijetkim slučajevima kada je klijent sklon oticanju), na koži neće biti nikakve kraste, krv, oštećenje dlake. U roku od pola sata crvenilo će se povući. Tokom oporavka, koža se topikalno tretira preparatima koji podstiču regeneraciju (pantenol) ili preparatima koji hlade kožu (aloe vera).

Važno je izbjegavati direktno izlaganje suncu barem sedmicu dana.

DA LI JE UKLANJANJE OBRVA LASEROM BOLNO?

Ovaj tretman nije bolan. Smatra se minimalno neugodnim, zbog toplote koju laserski impuls emituje.

KO JE KANDIDAT ZA UKLANJANJE OBRVA LASEROM?

Svi oni koji nisu zadovoljni trajnom šminkom obrva, ne sviđa im se njihov oblik, boja ili je koža prezasićena pigmentom uslijed brojnih korekcija.

KONTRAINDIKACIJE ZA TRETMAN?

Uklanjanje obrva laserom pogodno je za većinu, ali se ne preporučuje trudnicama, dojiljama i osobama sa kožnim oboljenjima ili infekcijama na koži. Ne može se izvoditi ni kod klijenata sa epilepsijom, malignim oboljenjima, srčanim oboljenjima, bolestima bubrega, kod osoba koje imaju vitiligo, aktivni herpes ili su na terapiji fotosenzitivnim lijekovima. Svakako, važno je da tehničaru napomenete ako ste na nekoj terapiji ili bolujete od određene bolesti. PhiLaser za uklanjanje tetovaža. Upravo kao što njime uklanjamo obrve, idealan je i za uklanjanje tetovaža. Bilo da su u pitanju jednobojne, višebrojne, svijetle, tamne, amaterske ili profesionalne, mogu se u potpunosti ukloniti.

Saloni u kojima možete naći PhiLaser Type R 2.0:

Phi Beauty by Aida, Sarajevo

Salon ljepote Magic, Sarajevo

Le Salon, Sarajevo,

Nejra Beauty studio, Sarajevo

Phi studio Gosha, Pale

La Mercie, Tuzla

Tijana Graonić brows&beauty, Banja Luka

Stylish Beauty Spot, Banja Luka

La Belleza Studio, Mostar

Profesionalni šminker Dajana Islamovski, Prijedor

Aida Arnautović, Oficijelni PhiLaser distributer za BiH. Sve upite o narudžbi možete izvršiti na aarn.legal@gmail.com

Jelena Stjepanović: Moji najveći uspjesi su definitivno uspješan i organizovan frizersko-kozmetički salon i moji zaposleni koji su srećni i zadovoljni radom kod nas

Najvažnije lekcije su mi bile da ne shvatam postupke ljudi lično, kao na primjer odlazak klijentica na drugo mjesto ili ponašanje zaposlenih u salonu.

Intervju: Jelena Stjepanović, vlasnica kozmetičkog salona i edukator za obrve i trepavice

Zelja za vlastitim kozmetičkim salonom procvjetala je još u srednjoj školi, potvrđena nakon završene škole i iskustva u drugim poslovima koji je nisu ispunjavali kao ova predivna struka ljepote. Vlasnica je kozmetičkog salona, gdje su zaposlene 4 cure.

ZA POČETAK, DA LI NAM MOŽETE REĆI NEŠTO VIŠE O SEBI?

Ja sam Jelena Stjepanović, imam 29 godina, dolazim iz Doboja, srećno udata, religiozna osoba sa puno hobija koji uključuju fizičku aktivnost kao trčanje, fitness, rolere, biciklo. Vlasnica sam kozmetičkog salona, gdje su zaposlene 4 cure. U beauty industriji sam već 10 godina, i u posljednje 3 godine se bavim i edukovanjem drugih ljudi iz oblasti obrva i trepavica, i ovlaštenu sam distributer za KALLOS LASH ACADEMY PROFESIONALNE proizvode iz Hrvatske, na čelu sa Martinom Kallos.

KADA STE SHVATILI DA JE BEAUTY INDUSTRIJA POZIV KOJIM SE ŽELITE BAVITI?

Tu želju sam imala još u srednjoj školi, kada sam pokušavala sama da naučim izradu umjetnih noktiju i tada poznatu nadogradnju tipsama, uvijek mi je bila želja da imam svoj kozmetički salon, i ta želja je bila samo potvrđena nakon završene srednje škole kada sam radeći drugi posao shvatila da to nije nešto čime želim da

se bavim do kraja života, nego nešto što me ispunjava i što volim a to su bili kozmetički tretmani.

KOJE SU VAŠE GLAVNE STRASTI I INTERESI UNUTAR PODRUČJA OBRVA, TREPAVICA I TRETMANA LICA?

Moji glavni interesi i strasti su tretmani koji uljepšavaju ženu na prirodniji način, prije svega njega lica, trajna šminka obrva i moji omiljeni tretmani poput lash i brow lifta.

KOJE SU NAJVAŽNIJE LEKCIJE KOJE STE NAUČILI TIJEKOM SVOJE KARIJERE U INDUSTRIJI LJEPOTE?

Najvažnije lekcije su mi bile da ne shvatam postupke ljudi lično, kao na primjer odlazak klijentica na drugo mjesto ili ponašanje zaposlenih u salonu. Da će posao se odvijati i kada ne daješ 100% od sebe i da je u redu da uzmeš pauzu kada ti treba.

KOJE SU KLJUČNE VRIJEDNOSTI ILI METODE KOJE SMATRATE NAJVAŽNIJIMA ZA USPJEŠNO PRENOŠENJE ZNANJA I VJEŠTINA NA SVOJE POLAZNIKE?

Iskreno, smatram da su ključne metode prenošenja znanja, prije svega da edukator ima dovoljno znanja o toj tehnici, pa onda strpljenje koje polaznici zahtijevaju i najvažnije individualni pristup svakom polazniku, jer svi polaznici imaju

Jelena Stjepanović,
29-godišnja vlasnica
kozmetičkog salona iz
Doboja, sretno udata i
posvećena religiozna osoba.
U beauty industriji je već
deset godina, posljednje
tri godine aktivno se bavi
i edukacijom iz područja
obrva i trepavica, kao
ovlašteni distributer za
KALLOS LASH ACADEMY
PRO proizvode iz Hrvatske.





drugačije izazove u savladavanju tehnika, treba ih prepoznati i pokušati na sve načine pomoći polaznici edukacije da ih savlada uz moju pomoć.

OBZIROM DA ĆETE BITI IZLAGAČ NA SAJMU BEAUTIFUL, MOŽETE LI NAM OTKRITI ŠTA ĆE BITI GLAVNI FOKUS VAŠE IZLOŽBE?

Glavni fokus naše izložbe na sajmu Beautiful će biti naši najpoznatiji proizvodi, losioni za lash i brow lift, trepavice i ljepila, a uz to i naša najnovija beauty linija koja se svima svidjela. Imat ćete i dvije prezentacije u sklopu sajma.

MOŽETE LI NAM OTKRITI O ČEMU ĆE BITI TE PREZENTACIJE I ŠTA ĆE POSJETITELJI MOĆI NAUČITI IZ VAŠIH PREZENTACIJA?

Što se tiče prezentacija, tu ćemo se fokusirati na, naravno, pravilno izvođenje lash i brow lifta i ugradnju ekstenzija. Tu naši posjetioci mogu da vide razne trikove i naš način koji olakšava rad ovih tretmana u salonu, na svakodnevnom nivou.

KOJI SU VAŠI SAVJETI ZA ONE KOJI ŽELE UĆI U INDUSTRIJU LJEPOTE I POSTATI USPJEŠNI?

Moj savijete bi bio: nikada nemojte prestati ulagati

u svoje znanje, uložite svoj trud i samo budite strpljivi, sa vjerom u Boga, jer stvarima treba dugo da se odvijaju, pogotovo u biznisu, i kada mislite ne ide, nemojte odustati, budite zahvalni na svemu do tada i gledajte naprijed.

KOJI SU VAŠI NAJVEĆI USPJESI ILI DOSTIGNUĆA U KARIJERI DO SADA?

Moji najveći uspjesi su definitivno uspješan i organizovan frizersko-kozmetički salon i moji zaposleni koji su srećni i zadovoljni radom kod nas. Ne mogu a da ne spomenem, jedan od najvećih lash i brow lift događaja, Kallos Masterclass, organizovanog u februaru ove godine, u suradnji sa kolegicom Antoniom Ćubelom iz Mostara, također Kallos edukatoricom iz BiH, gdje smo imale ogromnu posjećenost, do 100 učesnica je bilo, a pozitivni komentari o događaju su pristizali i mjesecima posle. Naravno, jedna od najvećih prekretnica u mom poslu je bio poziv za suradnju od strane Martine Kallos, za edukatora i distributora Kallos proizvoda za cijelu BiH, gdje je moja karijera dobila totalno drugačiji smijer.

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Poruku koju bi poslala čitaocima, sve su to pretežno moje kolegice koje me poznaju i ja njih,



“

Jedina osoba sa kojom se trebamo i možemo porediti jesmo mi sami. Počnimo da se poredimo sa sobom, pa ćete da uvidite koliko ste imale uspjeha i uradile super stvari u biznisu u poređenju na isto vrijeme prošle godine, i nemojte zaboraviti biti zahvalne i ne očekujte od sebe previše, samo zato što je neko drugi tako ostvario. Imajte svoju mjeru uspjeha, niko vam je drugi ne treba nametnuti, za svakog lični uspjeh je relativna stvar.

jeste da nije sve tako kako izgleda, bajno i sjajno i uređeno kao na našim Instagram profilima. Sve mi imamo momente gdje se čini da nam se biznis ruši, da ništa ne vrijedi raditi i da je sve ovo previše za nas, i te stvari najčešće ne vidimo da se događaju drugim, nego mislimo samo nama.

Nemojte se porediti apsolutno ni sa jednom osobom, jer nema tih osoba koje su imale iste prilike, isti karakter, finansijske mogućnosti i talente, pa da se mi možemo porediti.

Jedina osoba sa kojom se trebamo i možemo porediti jesmo mi sami. Počnimo da se poredimo sa sobom, pa ćete da uvidite koliko ste imale uspjeha i uradile super stvari u biznisu u poređenju na isto vrijeme prošle godine, i nemojte zaboraviti biti zahvalne i ne očekujte od sebe previše, samo zato što je neko drugi tako ostvario. Imajte svoju mjeru uspjeha, niko vam je drugi ne treba nametnuti, za svakog lični uspjeh je relativna stvar.



Hollywood, marketing ili MEDICINA

Hollywoodske glumice popularizirale su mnoštvo estetskih tretmana. Jennifer Aniston je prije nekog vremena popularizirala tretman **polinukleotidima** izjavivši za Wall Street Journal da je probala spermu lososa za zdrav i blistav ten i da odmah nakon aplikacije nije primjetila veliku razliku ali da to smatra **tretmanom budućnosti**. Iako na prvu zvuči bizarno i gadljivo, ne radi se o spermi lososa, nego o malim fragmentima DNK, točnije **adenozinu** koji preko točno određenih receptora stimulira stanice.

PA U ČEMU JE “KVAKA”? SAMO MARKETING, ILI TRETMAN STVARNO FUNKCIONIRA?

Kartko i jasno: tretman **stvarno funkcionira!** Nema dramatične razlike, izgledat ćete isto, injekcije ne uklanjaju bore kao botoks i ne daju volumen kao hijaluronski fileri. Ništa od toga ne treba očekivati. Izgledat ćete jednako kao do sada, samo zdravije i nekoliko godina mlađe - koža će blistati i biti hidratizirana, konture lica zategnute, a izgled i pogled mlađi. **Nucleofill polinukleotidi** su poznati kao novi sastojci koji pokreću regeneraciju tkiva. To je prirodan način za poboljšanje kvalitete kože i potpornih tkiva (mišića, ligamenata i masnog tkiva) na staničnoj razini. Svrha ubrizgavanja proizvoda je potaknuti vlastite stanice da se repliciraju i da proizvode kolagen i elastin.

NUCLEOFILL PDRN polinukleotidi izazivaju biorekonstrukciju te omogućuju dugotrajni lifting.

No ova priča bi bila samo jedna u nizu marketinških priča, da nemamo primjere, ne hollywoodskih glumica, nego nas običnih žena i muškaraca koje srećete svaodnevno i mislite kako imamo dobru genetiku. Ma ne, nije to genetika to je **regenerativna medicina**.

Mr.sc. Amela Karić Hajduk, dr.med.dent., spec. dentalne patologije i endodoncije, koja je završila i postdiplomski studij iz Neinvazivne estetske medicine na Medicinskom fakultetu u Rijeci, ljubazno nam je ustupila fotografije svog rada kako bi mogli prikazati djelovanje polinukleotida na cijelo lice., „Blistava i njegovana koža je danas imperativ, a to mozete postići upravo ovim preparatom. Neinvazivnim metodama, sigurnom i brzom aplikacijom dobivam fantastične rezultate. Pacijenti vide instant poboljšanje u teksturi kože na svom licu i prezadovoljni su. Ono što se meni jako sviđa je što imamo nekoliko vrsta preparata za različite namjene, tako da uvijek postizem maksimalan rezultat” - kaže dr. Karic.

NUCLEOFILL se može aplicirati na vlasište, cijelo lice i tijelo. Ovisno o mjestu aplikacije, koriste se proizvod različitih koncentracija i različitih molekularnih masa: NUCLEOFILL Strong, NUCLEOFILL Medium, NUCLEOFILL Soft Plus, NUCLEOFILL Medium Plus. **Nucleofill Strong** (2,5 %) i **Medium** (2%) koriste se za biorekonstrukciju lica, te za vrat, dekolte i tijelo. **Nucleofill Soft Plus** koristi se za područje oko očiju za uklanjanje upalih, tamnih podočnjaka i bora. Te je svojom molekularnom masom prilagođen za aplikaciju u to nježno i osjetljivo područje. **Nucleofill Medium Plus** koristi se za regeneraciju vlasišta, obrva i brade.



FULL FACE NUCLEOFILL POLINUKLEOTIDIMA
 - Tretman je trajao 6mj unutar kojih su
 napravljena 4 tretmana, tretirajući cijelo lice I
 regiju oko očiju.

NUCLEOFILL je siguran, visoko pročišćen prirodni proizvod, te je mogućnost alergijske reakcije na njega minimalna. Nakon tretmana, pojedini pacijenti mogu osjetiti lagano crvenilo i blagi otok na mjestu ubrizgavanja, ali te nuspojave vrlo brzo nestaju. Tretman je bezbolan i pacijenti se odmah po njegovu završetku mogu vratiti svojim redovnim obavezama. Drago nam je da se Nucleofil polinukleotidima mogu tretirati I različite vrste ožiljaka I to bez stvaranja dodatne trauma pacijentu. Dovoljno je direktno u ožiljčano tkivo aplicirati polinukleotide.

Nažalost današnji stresni ubrzani stil života koji sa sobom nosi i nedostatak vremena za brigu o

sebi, kvalitetan san i zdravu prehranu ,ostavlja ogromne posljedice prvo na našim podočnjacima I vlasištu. No, Nucleofill polinukleotidima, posebno namjenjenim za te regije moguće je i prevenirati i liječiti ta stanja i promjene.

Budući da NUCLEOFILL djeluje u dubljim slojevima , za prve vidljive rezultate potrebno je petnaestak dana, dok je potpuni rezultat vidljiv za dva mjeseca od tretmana. Trajnost rezultata varira od osobe do osobe, no I preporuka da se za održavanje postignutog željenog rezultata tretman ponovi svakih 6 do 12 mjeseci. Broj tretmana, protokol i dinamiku održavanja rezultata oodređujete kroz individualni pristup svakom pacijentu.



Jedna aplikacija Nucleofill Medium



Dvije aplikacije Nucleofil soft plus, posebno namjenjen za područje oko očiju, unutar dva mjeseca.

Kerim Alendar: Koža predstavlja prvu barijeru našeg organizma ka vanjskom svijetu i koža je prva na udaru od vanjskih faktora

Svako doba godine nosi i određene probleme na koži, stoga možemo reći da je koža živi organ i reflektuje naš lifestyle i način kako se ophodimo prema njoj.

Piše: Dr. Kerim Alendar, dermatovenerolog

U porodici Alendar briga o koži je prisutna već dugi niz godina. Tako je medicina odabrala i našeg sagovornika za ovaj broj časopisa Beautiful dr. Kerima Alendara specijalistu dermatovenerolog. Pored dermatologije, veliko interesovanje je pokazao prema dermatohirurgiji, estetskoj dermatologiji i anti age medicini. Današnji trendovi koji prate vrijeme u kojem živimo, te želja za konstantnim usavršavanjem, novitetima, odveli su ga na mnogobrojne regionalne i svjetske kongrese i edukacije. Član je evropske asocijacije dermatovenerologa, svjetske asocijacije dermatohirurga, asocijacije za borbu karcinoma kože itd. U nastavku vam donosimo naš intervju sa dr. Kerimom Alendarom. Kažu da je čovjek najsretniji kada radi posao koji voli, a ja sa sigurnošću mogu reći da svaki dan na posao idem sa zadovoljstvom.

KAKO STE ODABRALI OVU SPECIJALIZACIJU I ŠTA VAS JE POTAKNULO DA SE BAVITE TIM?

S obzirom da dolazim iz ljekarske porodice, mogu reći da je medicina mene izabrala i privukla me sebi. Od ranog djetinjstva želeći da se bavim medicinom, upisao sam srednju medicinsku školu. Po završetku srednje medicinske škole, počeo sam raditi i pomagati svom ocu (koji je također dermatolog) u njegovoj privatnoj ordinaciji. Tokom studija i kroz rad sa ocem, rodila se i ta želja da nastavim porodičnu lozu i da idem na specijalizaciju iz dermatologije. Ove godine ordinacija dr. Alendar slavi 20 godina svog postojanja, te konstanto nastojimo

pratiti svjetske trendove kako iz oblasti dermatovenerologije, tako i iz oblasti estetike, te da našim pacijentima pružimo najbolju uslugu i najbolji proizvod u konačnici.

KOJI SU NAJČEŠĆI PROBLEMI SA KOŽOM SA KOJIMA SE SUSREĆETE U SVOJOJ PRAKSI I KAKO SE NOSITE S NJIMA?

Od najčešćih patoloških stanja kože sa kojima se svakodnevno susrećem izdvojio bih, mladalačke





akne, alergije, seboreični dermatitis, rosaceu, psorijazu itd... U današnje vrijeme postoje, da nazovem „poteškoće“ prilikom liječenja nekih oboljenja i terapije istih, u odnosu na prije 20-30 godina. Na prvu će ovo malo kontradiktorno zvučati, jer sve napreduje i danas imamo mnogo više terapijskih mogućnosti i preparata za njegu kože, nego prije 30 godina.

Međutim danas svi imamo pristup većem broju informacija, savjeta za liječenje putem interneta, društvenih mreža, tv reklama i slično. Tako da jako često pacijenti istražuju sami, liječe se sami i nakon izvjesnog vremena kada vide da zapravo “njihova dijagnoza” nije ispravna, obrate se ljekaru. U tom slučaju, prvo se mora popraviti šteta od prethodne terapije, a tek onda liječiti problem koji zaista jeste.

MOŽETE LI OBJASNITI VAŽNOST HIDRATACIJE KOŽE I KAKO ONA UTIČE NA NJENO ZDRAVLJE I IZGLLED?

U kasnim dvadesetim počinjemo da primjećujemo prve znakove starenja kože. Smanjena proizvodnja kolagena, smanjenje volumena, genetika, su samo neki od faktora za pojavu prvih bora, izgled dehidrirane i umorne kože, pojavu podočnjaka itd... Ako na to dodamo ultravioletne zrake kojima smo izloženi, cigarete,

aerozagađenje, stres, proces starenja se može znatno ubrzati. Hidratacija je itekako bitna, kako bi sjaj i elastičnost kože što duže zadržali. Pored kozmetičkih i dermatokozmetičkih proizvoda s hijaluronskom kiselinom, glicerinom, peptidima, ceramidima, potrebna je unutrašnja hidratacija konzumiranjem dovoljne količine vode, uzimanjem suplemenata kao što su kolagen, vitamin B, vitamin D i drugo.

KAKO SE SEZONSKE PROMJENE MOGU ODRAZITI NA POTREBE HIDRATACIJE KOŽE, I IMATE LI SAVJETE ZA PRILAGODBU RUTINE NJEGE KOŽE TOKOM GODINE?

Koža predstavlja prvu barijeru našeg organizma ka vanjskom svijetu i koža je prva na udaru od vanjskih faktora. Tako da se sezonske promjene na koži itekako mogu primjetiti. Zimi se češće javljaju pacijenti sa suhom i ispucalom kožom od vjetrova i hladnog zraka.

Ljeti imamo masnu kožu sa upalnim promjenama tipa akni, upala korijena dlake. Tokom proljetnog i ljetnog perioda, česte su alergijske reakcije na koži, ujedi insekata, dok nam jesen donosi promjene na mladežima uslijed neadekvatnog izlaganja suncu tokom ljeta. Svako doba godine nosi i određene probleme na koži, stoga možemo

BeautiFUL

reći da je koža živi organ i reflektuje naš lifestyle i način kako se ophodimo prema njoj.

KOJI SU NAJVAŽNIJI KORACI KOJE LJUDI MOGU PODUZETI KOD KUĆE KAKO BI ODRŽALI OPTIMALNU HIDRATACIJU KOŽE?

Neophodno je poznavati svoj tip kože i shodno tome treba prilagoditi svakodnevnu njegu kože. Cleanseri za lice, pilinzi za kućnu upotrebu će očistiti kožu, skinuti površni oštećeni sloj i pripremiti kožu za hidratantne kreme i serume. Serumi, Vitamin C, retinol, niacinamid, kolagen, kreme za hidrataciju, kreme za masnu kožu, svi ovi preparati imaju pozitivan učinak kada ih koristimo u pravo vrijeme i na pravi način.

Svakako ne treba izostaviti i hemijske pilinge, pomlađivanje kože sa plazmom obogaćenom trombocitima PRP, hidroboosteri, mezoterapiju, dermapen, prophilos i ostale tretmane, koji će uz minimalno invazivni pristup, učiniti mnogo benefita za njegu, hidrataciju i mladoliki izgled kože.

DA LI NAM MOŽETE REĆI NEŠTO VIŠE O PRP TRETMANU?

PRP eng. Platelet Rich Plasma je tretman koji se izvodi sa vlastitom krvi pacijenta, a tretiramo kožu lica, vrata, dekoltea i šaka. Nakon što izvadimo krv pacijenta, krv se centrifugira u posebnim epruvetama i dobijemo pročišćeni i obogaćeni dio krvi zvani plazma. Izolovani faktori rasta i matične stanice imaju jak efekat pomlađivanja, stvaraju novi kolagen, smanjuju bore, potiču regeneraciju kože i nadoknađuju volumen. Glavni učinak PRP-a je potaknuti fiziološke procese regeneracije



uz pomoć vlastitog organizma na 100% prirodan način bez mogućnosti nastanka alergijskih reakcija.

POSTOJE LI ODREĐENI KANDIDATI KOJI NISU PRIKLADNI ZA PRP TRETMAN? KOJE SU KONTRAINDIKACIJE?

PRP tretman se ne preporučuje raditi tokom trudnoće i dojenja. Osobe koje uzimaju antikoagulantnu terapiju, par dana prije tretmana trebaju prekinuti terapiju uz konsultaciju ljekara. Kod osoba koje su sklone keloidima, moramo biti jako oprezni. Kontraindikacije za tretman su trenutne infekcije, tipa herpesa, upalna stanja na koži, otvorene rane itd...

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Adekvatnom njegom, hidratacijom i unosenjem potrebnih nutrijenata, učinit ćemo našu kožu otpornijom, usporiti proces starenja i odgoditi nastanak prvih bora na našoj koži. Korištenje krema sa zaštitnim- SPF faktorom spriječava pojavu hiperpigmentacija, pojačan gubitak kolagena i što je najvažnije nastanak karcinoma kože.

Koža je organ koji vidimo, stoga možemo sami uočiti neuobičajene promjene na koži, pratiti svoje madeže i pojavu novih, te svaki neuobičajen proces na našoj koži treba nam biti znak za posjetu ljekaru.

Ojačajte svoju kosu uz Doppel Herz Haar Plus

San svake osobe je da ima zdravu, jaku kosu. Međutim, svakodnevni stres, loša ishrana i razni faktori okoline mogu učiniti da kosa izgubi svoju snagu i sjaj. Upravo zato je važno pružiti joj adekvatnu podršku.

Doppel Herz Haar Plus je dodatak ishrani koji može biti vaš saveznik u očuvanju zdravlja kose. Ovaj proizvod je pažljivo formulisan da pruži vašoj kosi sve što joj je potrebno da bude jaka i sjajna.

Glavni sastojci **Doppel Herz Haar Plus** su *ekstrakt lanenog sjemena, silicij, L-cistein, L-metionin i taurin, biotin, cink, selen i cinkov*

glukonat, koji su poznati po svom povoljnom uticaju na zdravlje kose. Biotin, na primjer, igra ključnu ulogu u očuvanju zdrave kose, dok cink i selen doprinose normalnom rastu i očuvanju kose.

Ovaj proizvod je pogodan za svakoga ko želi da ojača svoju kosu, bez obzira na tip kose ili godine. Redovnom upotrebom **Doppel Herz Haar Plus** možete očekivati poboljšanje stanja vaše kose, što će rezultirati jačom, sjajnijom i zdravijom kosom.

Uz **Doppel Herz Haar Plus**, vaša kosa će postati vaš najljepši ukras, a vi možete uživati u osećaju samopouzdanja koji dolazi sa lijepom i zdravom kosom. Osnažite svoju kosu iznutra!

HAAR PLUS

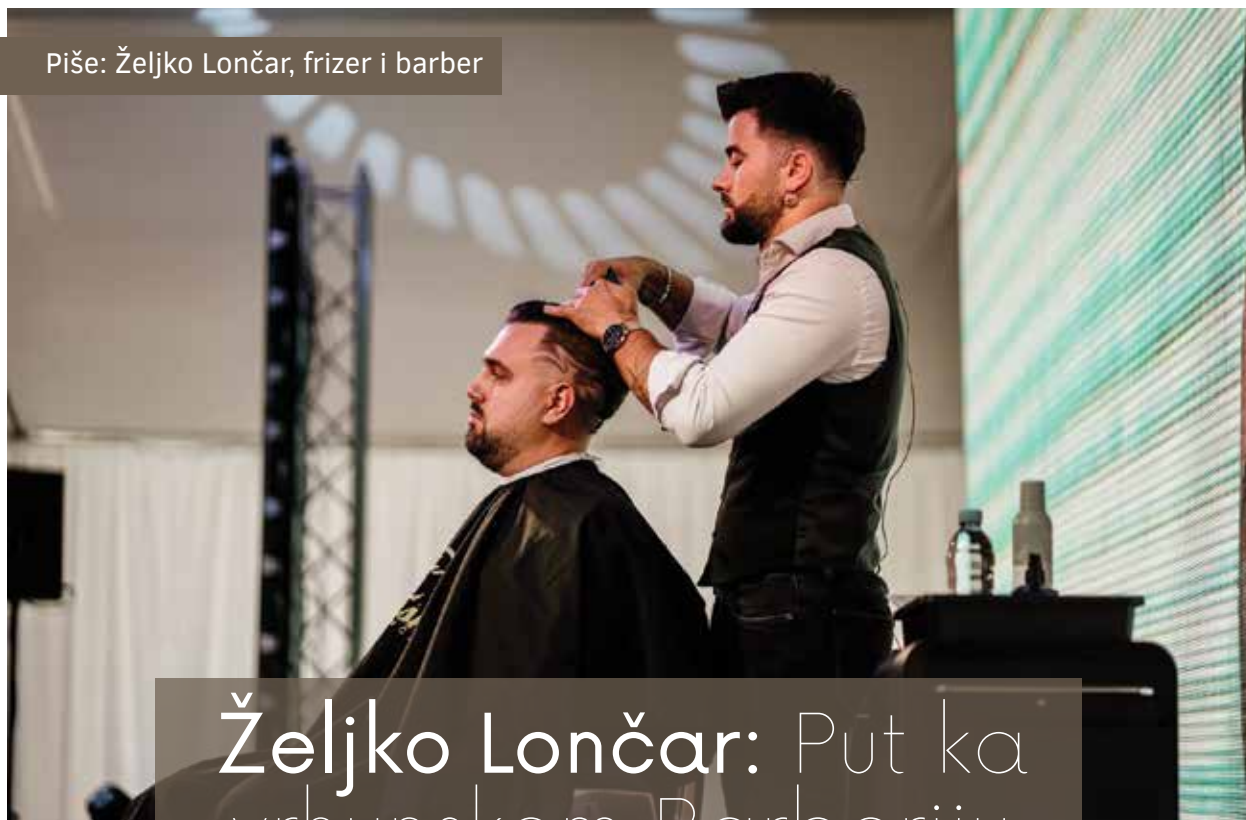
*Njega kose i
noktiju iznutra!*



system



Piše: Željko Lončar, frizer i barber



Željko Lončar: Put ka vrhunskom Barberiju

Trinaestogodišnje iskustvo i strast prema frizerskoj umjetnosti u Posušju

Željko Lončar je svoj frizerski put započeo nakon završetka frizerske škole 2009. godine u Zagrebu, gdje je stekao osnovna znanja i vještine. Edukaciju je nastavio u Sloveniji kod poznatog frizera Steve Pavlovića, a potom se vratio u Zagreb gdje je pohađao akademiju "Urban" pod mentorstvom Kreše Bezjaka. Nakon toga, odlučio se vratiti u svoje rodno Posušje i nastaviti karijeru u suradnji s majkom, također frizerkom.

Radim ovaj posao 13 godina, na početku sam bio i muški i ženski frizer, ali barberig mi je promijenio pogled na frizerstvo i tu sam se našao i mogu reći da radim ono što volim.

POČETAK KARIJERE

Svoju karijeru kao frizer počeo sam u Zagrebu nakon završetka frizerske škole 2009. godine u Posušju. U Zagreb sam otišao na praksu u frizerski salon "Žeža" u Sesvetama i tu sam stekao naviku samoga posla i odgovornosti. Nakon toga sam išao na edukaciju u Sloveniju kod poznatog frizera Steve Pavlovića. Kada sam to završio opet sam se vratio u Zagreb

na akademiju "Urban" kod Kreše Bezjaka. U to vrijeme sam bio u dilemi da se vratim u svoje Posušje ili da ostanem u Zagrebu ali ipak sam se odlučio vratiti pa sam radio jedno vrijeme s majkom koja je također frizerka. 2018. godine sam se odlučio otvoriti svoj barbershop i početi raditi sam. Kako se posao povećavao počeo sam tražiti radnike i trenutno imam 3 zaposlenika.

KREATIVNOST KAO PUT USPJEHA

Rekao bih da je neki temelj prvo u kreativnosti koju bi svaki frizer, bilo muški ili ženski, trebao posjedovati. Zatim preciznost i urednost, jer iako imate ideju u glavi kako bi neka frizura trebala izgledati, ako se sve navedeno ne poklopi to neće biti na zadovoljavajućem nivou.

INDIVIDUALNI PRISTUP U RADU

Kroz godine rada naučio sam prepoznati različite tipove kose i brade. Treba vremena da se stekne taj osjećaj kako pristupiti kojem tipu kose i frizure, a da uz to ostanete u okviru želja vaših klijenata. Najveći problem budu cvjetovi/zvrkovi jer znaju stršiti. Na edukacijama uvijek posvetim vremena da objasnim na koji način to optimalno odraditi. Kod određenih tipova kose, dlake treba

prilagoditi tehniku sisanja, kao npr. koristiti više škare nego mašinu.

VRIJEME JE DRAGOCJENO

Pa rekao bih da mi je najbitnije da sam točan sa terminima tako da mi klijenti što su naručeni ne čekaju, ljudi cijene kada poštujete njihovo vrijeme. Naravno tu je još urednost, higijena, ljubaznost i logično dobro odrađena frizura.

USLUGE U SALONU

Najčešće usluge koje pružamo u salonu su šišanje i uređivanje brade, tu je još bojanje sijede kose, a planiramo uskoro uvesti još novih usluga, kako bi ponuda bila što raznolikija. U malim mjestima većinom se novi trendovi sporije i teže uvedu, npr. kad je fade bio na vrhu popularnosti u svijetu, ja sam jedva nagovorio par ljudi da ih tako ošišam.

EDUKACIJE I SEMINARI

Gledam da ne propustim nikakvu edukaciju i seminar koji se organizira kako kod nas tako i u susjednim zemljama. Pokušavam pratiti trendove, nove proizvode i sve što nam je potrebno kako bi ostali na višem nivou. Što se tiče mojih edukacija, mogu slobodno reći da na svakoj svojoj edukaciji dajem svoj maksimum, nesebičan sam kada je u pitanju prenošenje znanja na mlađe kolege. Jako me veseli kada mogu nekoga učiti jer mi je cilj bio osim rada u salonu, da budem dobar edukator.

STIL

Svoj stil bi opisao više jednostavniji, volim raditi klasiku, a naravno prilagodim se i nekim drugim stilovima frizera tako da mogu reći da znam iznenaditi. Salonski rad uglavnom prođe bez nekih ekscentričnih frizura, tek na seminarima, natjecanjima imam prilike za neke nesvakidašnje frizure. A ne bih bas rekao da me nešto izdvaja posebno od drugih, ne volim sam sebe hvaliti, svatko je na svoj način dobar i uspješan, nije svima ljestvica jednako podignuta. Mogu samo reći da sam dosta iskren kako u salonu tako i na edukacijama i jako me veseli trenirati nakon što se vratim sa raznih seminara.

SAVJET ZA KRAJ

Svima što ulaze u frizersku industriju želim reći da nikako ne preskaču odmah na veću stepenicu. Treba učiti sve od samoga početka, klasika je temelj svake moderne frizure, tako da klasično šišanje usavršite i tek nakon toga pređite na nešto moderno. Jos mogu reći da je jako bitno da ste dobri kao osoba prema svojim klijentima i da na svakog klijenta gledate isto.



Za vaše omiljene ljetne šeme – Café Brazil

Dok čekamo dolazak ljeta i omiljenih aktivnosti na otvorenom, odvojimo trenutak za započinjanje nove navike i osigurajmo vrijeme za sebe u svakom danu. Predlažemo vam da u odvojenom vremenu maksimizirate užitek uz šalicu aromatične Café Brazil i knjigu odabranu po vašem ukusu!

Razgovarajući prije par dana s prijateljicama uz kafu, u vrijeme naših redovnih okupljanja, shvatile smo da sve funkcioniramo po istom obrascu. Unaprijed rasprodamo sedmicu i zatrpamo se obavezama – planiramo vrijeme za posao, vrijeme za porodicu, za kuću, ljekare, finansije, automobil, školu... Jedino vrijeme koje niti jedna od nas nikada ne planira je **VRIJEME ZA SEBE**.

Vrijeme odvojeno za sebe nekada je bilo dio čovjekove svakodnevnice, i ne samo da je dobro došlo, nego je i neophodno za naše normalno funkcioniranje. Za potpuni odmor i ponovno punjenje baterija trebamo 6 do 8 sati koliko (nadamo se) spavate svake noći. Ali našem su mozgu potrebni i mali periodi zastoja da bi se osvježilo, posebno u situacijama stresa ili naprezanja. Baš kao i baterija u pametnom telefonu, većina nas treba povremenih 10 do 30 minuta svakog dana da se oslobodimo dubokih misli i odmorimo moždane ćelije. Pauze su nam potrebne i za fizički odmor. Ako radite, recimo, visoko-stresan posao koji zahtijeva puno ručnog rada, u potrebne su vam barem dvije



pauze od 30 minuta dnevno ili ćete brzo pregorjeti.

Kakav tip pauze ćete odabrati, naravno, zavisi od vaših afiniteta, ali ako niste sigurni što će vam donijeti i zadovoljstvo i odmor, predlažemo šalicu Café Brazil pripremljenu po vašem ukusu i knjigu, ponovo odabranu po vašem ukusu.

Lista dobrih knjiga je beskrajna, a predlažemo vam da vratite još jednu dobru naviku i učlanite se u najbližu biblioteku, jer time pored knjige – partnera u relaksaciji, dobivate i izvrstan savjet bibliotekara i mnoštvo dobrih naslova.

Stotine dobrih knjiga i samo jedna prava – Café Brazil!

CAFÉ
MINAS
BRAZIL
SINCE 1990



Sve miriše na nju

Olja Beočanin: Ne postoji šminker koji Vam može totalno ukloniti rupice, pore, bore

Možemo samo da ih ne istaknemo, nešto ublažimo.

Piše: Olja Beočanin, make-up artist i osnivač škole šminkanja.

U životu Olje Beočanin, šminkanja nije samo zanimanje, već strast koja je počela od najranijeg djetinjstva. Kao djevojčica od samo 5 godina, Olja je otkrila svoju ljubav prema šminkanju, kada je, sakrivena u sobi sa šminkom svoje majke, prvi put eksperimentisala sa bojama i teksturama. Ta rana strast nije prošla neprimijećeno

KOJE OLJA BEOČANIN?

Ja bih sad trebala reci neke hvalospeve, moja dostignuća koje sve poznate ličnosti sam radila i radim dan danas. Obzirom da sam od 1997. radila na Tv Pink, logično je da su skoro svi sedeli u mojoj stolici. No, nećemo tako. Ja sam Olja Beočanin, obična žena kao i sve druge kojoj je pruženo da se u životu bavi onim što najviše voli i to od malih nogu i veoma sam zahvalna na tome.

PRVI KORACI U OVOM POSLU?

Ako Vam kažem da sam sa 5 godina bila sakrivena u sobi sa šminkom moje majke i da sam se lepo okrečila, jer kad sam izašla iz sobe moj otac me pogledao i samo se udario po čelu. Da to su bili prvi koraci koji nikad nisu prestajali. Moj deka je sa svih putovanja morao da donosi isključivo šminku, nikakve lutke i ostale igračke. Da vam kažem, nisu me dirali, nisu mi branili. Nastavilo se to normalnim tokom pa sam već sa 10 šminkala drugarice sa folklora za koncert koji imamo. I eto to je sve imalo svoj tok koji se nije prekidao.

PROCES PRIPREME KOŽE

Proces pripreme lica dosta zavisi od toga ko Vam je u stolici. Koliko godina ima dama, koji tip kože, da li je koža dehidrirana, da li je problematična, da li ima nekih drugih problema kao što je rozacea, vitiligo, da li pije neke jake lekove i dosta toga određuje kako ću i sa kojim tačno preparatima uraditi pripremu kože. Priprema kože je od velike



važnosti, moramo je dobro ishidrirati i nahraniti da bi šminka izgledala lepo. Naravno nećemo zaboraviti da stavimo i jači balzam za reparaciju usana koji stoji dok pripremamo kožu. Nanesem potrebne preparate, zatim radim blagu brzinsku masažu lica, kako bi pokretanjem cirkulacije dobili sto bolju apsorpciju preparata. Za suhu kožu ću koristiti hidrataciju, kremu obogaćenu neophodnim sastojcima i serum. Za mešovitu

kožu ću koristiti hidrataciju, kremu isključivo hidratantnu i na delovima gde se masti, prajmer za matiranje sa efektom popunjavanja proširenih porica. Za masnu kožu ću koristiti mist za hidrataciju, pore filer-baza za popunjavanje rupica, pora i ostalih nesavršenosti i obavezno baza za matiranje lica.

NEREALNI SVIJET LJEPOTE

Društvene mreže nam predstavljaju jedan nerealan svet gde su svi lepi, savršeni, prebogati i sve je sjajno u njihovim životima. Svedočim da to uopšte nije tako. Vama sve devojke na instagramu liče jedna na drugu. Normalno kad svi koriste isti filter. To što se danas dešava je blago rečeno užas. Iz posla ću Vam preneti da se mlade devojke bas teško nose sa tim.

Koža lica ima teksturu i to je normalno. Ne postoji šminker koji Vam može totalno ukloniti rupice, pore, bore. Možemo samo da ih ne istaknemo, nešto ublažimo. Na slikama to nećete videti, jer su u pitanju filteri. U pitanju je i veoma jaka rasveta koju mi šminkeri koristimo za slikanje klijenta, ona također zna da bluruje određene stvari na licu. Teško je sad i kolegama, ako staviš realnu sliku, imat ćeš pogrdne komentare, ako isfiltriraš onda je to vau.

Tu najviše trpe mlade devojke kojima to utiče na psihu i samopouzdanje. Koliko god mogu, trudim se da za sat vremena koliko traje šminkanje pričam sa njima i objasnim im sve to, a uzgred i malo podignem samopouzdanje. Kada Vi osvestite sebe da ste Vi jedna jedina i neponovljiva osoba, da ste takvi kakvi ste, sviđalo se to nekom ili ne, uradili ste mogo za sebe. Savršenstvo ne postoji.



Po meni je "savršenstvo" pogotovo u fizičkom izgledu koje sad možemo da vidimo na društvenim mrežama, nebitno. Zašto bi jedna mlada žena zatvarala sebe u mrak svog uma gledajući slike tamo neke devojke koja naizgled predstavlja "savršenstvo"? Pogledaj se u ogledalo, nasmej se sebi, bore - moje su, rupice na licu - moje su, kriv mi je nos - bas je to nešto zbog čega imam svoju harizmu. Imate mnogo prelepih, ali praznih i bezličnih koje grme društvenim mrežama, a onda imamo jednu devojku koju bi društvene mreže okarakterisale kao "nebitnu" ili možda i gore od toga, koja živi život svojih snova. Nećemo dozvoliti da nam društvene mreže kroje život i drže kontrolu nad njim. A znate i onu: " Pazi kome zavidiš".

SVAKODNEVNI MAKEUP

Svakodnevni makeup bi po meni trebao da bude samo koliko da izgledate uredno i čisto. To bi bilo: tečni puder u blažoj pokrivnoj moći, malo

Koža lica ima teksturu i to je normalno. Ne postoji šminker koji Vam može totalno ukloniti rupice, pore, bore. Možemo samo da ih ne istaknemo, nešto ublažimo. Na slikama to nećete videti, jer su u pitanju filteri. U pitanju je i veoma jaka rasveta koju mi šminkeri koristimo za slikanje klijenta, ona također zna da bluruje određene stvari na licu. Teško je sad i kolegama, ako staviš realnu sliku, imat ćeš pogrdne komentare, ako isfiltriraš onda je to vau.

BeautiFUL

bronzeru ili rumenila koje ćemo malo i na kapke da nanese, maskara i ruž. Za malo jači look možemo dodati kreon jako tanko u samu liniju trepavica, tek toliko da dobijemo efekat "gušćih trepavica". To je po meni, ali šminkanje je ipak umetnost, pa ne znači da to što se sviđa meni, treba da se sviđa i Vama, tako da, iako vidam ful večernju šminku sa sve xxl veštačkim trepavicama u 10 ujutru, bitno je da su svi srećni i zadovoljni.

KLJUČNI PROIZVOD?

Ključni proizvod za održavanje šminke na licu u bilo koje doba godine je setting puder. Šta je to? To je puder u prahu. Ukoliko stavite tečni puder, a ne stavite u prahu, vaša šminka nema šanse da preživi duže od 2 - maksimalno 3 sata. Dosta se pominju i fiksatori za šminku, ali ponavljam ukoliko ne stavite prah, možete celu bočicu fiksatora isprskati na lice, neće stajati šminka. Isti princip primenjujemo za sva godišnja doba. Leti možda i prestanemo sa korišćenjem tečnog pudera, mada nije loše imati ga u minimalnim količinama bar kao zaštitu od sunca i spoljašnjih faktora koji nam prljaju lice tokom dana.

SPECIFIČNI LJETNI PROIZVODI

Leti ćemo obično koristiti neke proizvode koji su specifični za leto kao što su bronzeri, blagi sjajevi

za lice, naravno samo na striktno određenim mestima kako ne bismo dobili kontra efekat i izgled oznojanog lica. Uglavnom leti svi volimo taj "Glow" efekat prirodnog izgleda i zdrave kože. Naravno i tad ćemo T zonu matirati prah puderom bas zbog temperatura i vlage.

KORIŠTENJE PROIZVODA SA SPF-OM

Što se tiče proizvoda sa SPF faktorom, danas je tržište puno i izbor je veliki. Imate i kreme i tonirane kreme i pudere sa faktorom zaštite, tako da smo spokojni po tom pitanju. Ukoliko vidite da proizvod koji koristite nema SPF faktor, potrošite ga, ali u sledećoj kupovini obavezno gledajte da to kupite, jer to nam štiti kožu lica. Ukoliko ne koristite tečni puder, potrudite se da u letnjim mesecima imate na licu kremu sa faktorom zaštite. Čuvajte lice, ne izlazite ga puno suncu, koristite SPF obavezno u bilo kom obliku, sigurna sam da niko ne želi izabrano lice pre vremena. Trenutno mi je omiljeni blendani eyeliner koji malo podigne oko, a deluje prirodno. Svež ten sa obaveznim rumenilom i sjaj na usnama.

SAVJETI ZA KRAJ

Želim da budu srećne jer je svaka devojčica i žena jedinstvena i neponovljiva. Da uživaju u svom životu i ne opterećuju se previše izgledom, iako se lično bavim time, nije sve u tome.





 065 348 607

 radionica "foryou"

 radionica_for_you

Gdje dizajn susreće ljepotu... Namještaj "for you"

Sindrom suhog oka, savremeno očno oboljenje današnjice kao i smjernice u liječenju

Systane Balance rješenje za liječenje savremenih oboljenja oka!

Piše: Mr.sci. med. dr Azra Bibanović

Savremeni način života donosi mnogobrojne izazove za očuvanje očnog zdravlja. Faktori rizika su: visok stepen zagađenja, oštećenje ozonskog omotača, starosna dob pacijenta, kao i hronična terapija. Vrlo čest simptom u menopauzi je nelagoda, žuljanje i pečenje očiju, kao i sindrom suhog oka. Rješenje za ovaj neugodni osjećaj žuljanja je otopina Systane Balance.

Systane Balance ima široki spektar korištenja: od tretiranja povreda očiju, do suhih očiju, kao i prilikom korištenja anti glaukomske terapije. Također, Systane Balance je neizostavni preparat kod pacijenata koji boluju od sjogrenovog sindroma, kao i kod pacijenata koji boluju od reumatoidnog artritisa, dijabetesa i mnogih drugih oboljenja koji rezultiraju suhoćom oka. Onkološki pacijenti, kao posljedica raznih sistemskih tretmana za posljedicu imaju suho, umorno, i crveno oko. Preoperativni i postoperativni tretman katarakte, neizostavno uključuje i redovno korištenje Systane Balance najmanje 3-5 x dnevno, u oba oka.

Naročito je efikasan u sprječavanju postoperativnih komplikacija, koje su nerijetko, ne zbog hirurškog zahvata, nego zbog neadekvatno nepripremljenog oka, koje je suho i iritirano. Systane Balance su kapi za ovlaživanje oka, koje u potpunosti obnavljaju prirodni suzni film, neizostavna su terapija kod osoba s MGD (disfunkcija meibonovih žlijezda), jer koriste jedinstveni Lipitech sistem za stabilizaciju lipidnog sloja i produljuju TF BUT (Test vremena pucanja suznog filma) što rezultira rjeđim ukapavanjem.

A, sada za naše drage čitatelje koji već uživaju u ovom članku, samo par osnovnih stvari. Suzni film oblaže očnu površinu, sastoji se iz tri sloja: lipidni, vodeni i mucinozni film. U slučaju nedostatka jednog od tri sloja suznog



filma, dolazi do nestabilnosti suznog filma a u težim slučajevima dolazi i do pucanja, što rezultira neugodnim simptomima. Oštećenje očne površine može uzrokovati suhoću očiju. TBUT test koji nakon kompletnog treptaja, je stabilan nakon 10-35sec., se smatra normalnim. Vrijednost manje od 10 sec., je sumnja na nestabilnost suznog filma. Prednost u sastavu ovog preparata je patentnom zaštićeni LIPITECH sistem, koji u kombinaciji sadrži fosfolipide, te praktično pakovanje, bočica od 10 ml, sa produženim rokom upotrebe, do 6 mjeseci nakon otvaranja. Ne koristi se na kontaktne leće.

Efekat udobnosti i komfora, pomjera granice u liječenju suhoće očiju, kao i razmišljanje pacijenata u liječenju ovoga neugodnog sindroma. Zašto se patiti sa stalnim crvenilom i žuljanjem očiju? Peckanjem koje nikako ne prestaje?! Počnite koristiti Systane balance. Prvog dana nakon uključenja ovoga lijeka, uočićete ugodan osjećaj ovlaženih očiju, sa osvježenom vidnom slikom, bez neugodnih simptoma. Moja je preporuka svim sadašnjim i mojim budućim pacijentima: ulažite u svoje očno zdravlje sa kvalitetnim preparatima, kao što je Systane Balance. Sa boljim i zdravijim pogledom u svijet sa Systane Balance.

www.elpharma.ba

SYSTANE BALANCE

rješenje za liječenje
savremenih oboljenja oka



POTREBE PAŽLJIVO PROČITATI UPUTSTVO O MEDICINSKOM SREDSTVU. ZA OBAVIJESTI O INDIKACIJAMA, MJERAMA OPREZA I NEŽELJENIM DEJSTVIMA POSAVJETUJTE SE SA LJEKAROM ILI FARMACEUTOM.

Nositelj potvrde o upisu u Registar medicinskih sredstava:

Amicus Pharma d.o.o. Fra Andela Zvizdovića 1, 71 000 Sarajevo, BiH

Broj potvrde: 06-07.4-1-3514-2/23 od 11.10.2023.

PM-BA-2024-8-4230; 08/2024

BLATO OD ALGI GUAM, NAJBOLJI ANTICELULITNI PROIZVOD SA STVARNIM REZULTATIMA

Pišu: Mia Slišković Barbarić, direktorica SANOPHARM d.o.o.,
ekskluzivnog zastupnika GUAM preparata za BiH, i Anita Slišković, voditeljica prodaje

I za talijanskog benda kozmetike, dodatka prehrani i fitness programa sa mikrokapsulama algi GUAM, snažno stoje dvije žene Mia i Anita. Povijest GUAM-a počinje još 1986. godine fascinirano morem i morskim algama, kombinirajući ih s drugim specifičnim aktivnim sastojcima za ljepotu i zdravlje kože, kako bi iskoristio sve što nam ovo zeleno zlato može dati. Sinergiji algi i gline dodani su biljni aktivni sastojci koji pružaju zavidne rezultate svim tipovima kože, pa i onoj najosjetljivijoj.

Moguće je specifično djelovati na različita područja tijela koja su zahvaćena celulitom, bilo da se radi o trbuhu, nogama, stražnjici ili rukama, imati tretman toplim učinkom zahvaljujući infracrvenim zrakama FIR ili s hladnim učinkom za osobe osjetljive kože, sa izraženim venama i kapilarama. Sve u kombinaciji s biljnim ekstraktima, pažljivo odabranim za povećanje učinkovitosti.

Posebnu pozornost posvećujemo osobama osjetljive kože, sa izraženim venama i osjetljivim kapilarama. U tom slučaju obavezno je birati proizvode sa hladnim efektom





kao što su, GUAM hladno blato, hladna anticelulitna krema iz linija Fango ili DUO, te DREN hladna krema sa efektom dreniranja tjelesnih tekućina.

Uz preparate kojima na problematiku djelujemo izvana, nikako ne smijemo zanemariti čišćenje organizma iznutra. Izvrsne formulacije na bazi morskih algi su napitci BRITANNIA DREN PLUS (drenaža i čišćenje organizma od toksina), BRITANNIA CELL (za mršavljenje i celulit), BRITANNIA VENTRE PIATTO (napitak koji ciljano djeluje na području trbuha i struka potičući metabolizam i eliminaciju crijevnih plinova), BRITANNIA COLAGEN+ (napitak za blistavu i zdravu kožu sa visokom koncentracijom morskog kolagena, hijaluron. kis., vitaminima i algom Wakame,



obogaćen astaksantinom). Novi proizvod ove godine je BRITANNIA SNELLIN CALO (napitak na bazi šipka, guarane, mate, alge wakame i gorke naranče za mršavljenje i smanjenje osjećaja gladi).

Učinkovitost proizvoda potvrđena je brojnim

kliničkim istraživanjima, ali i zadovoljstvom potrošača koji su GUAM uvrstili na Olimp najučinkovitijih tretmana u borbi protiv celulita, uz smanjenje masnoće, smanjenje obujma bedara, veću čvrstoću i elastičnost kože te opću dobrobit, s vidljivim rezultatima već pri prvoj primjeni.



Mia Slišković Barbarić, direktorica SANOPHARM d.o.o.: „Znanstvena istraživanja dokazuju nebrojene dobrobiti morskih algi: usporavaju starenje, bore se protiv slobodnih radikala i imaju snažno svojstvo smanjenja celulita i masnih naslaga.

S ponosom možemo reći da je GUAM postigao izvanredne rezultate tijekom dermatološke konferencije u Pragu u studenom 2022., kada je potvrđena učinkovitost blata od morskih algi sa sljedećim rezultatima: prosječno smanjenje opsega bedara od 2,74 cm te prosječno smanjenje opsega kukova od 3,80 cm kroz mjesec dana primjene.

Upravo je GUAM, već dugi niz godina sinonim za suborca u borbi sa nesavršenostima kože, a glavni su borci naši korisnici koji su prepoznali problem, snažno odlučili i posvetili se zdravlju i ljepoti svoje kože. Mi smo ponosni što imamo prirodnu formulu koja može pomoći u toj borbi, i zahvalni jer nam se korisnici redovno javljaju sa pohvalnim povratnim informacijama. To nam daje vjetar u leđa već 15. godinu otkako uvozimo i distribuiramo GUAM u BiH, i svakako potvrđuje



vjerodostojnost GUAM slogana „rezultati koji se vide“.Naši proizvodi dostupni su u ljekarnama diljem BiH, odabranim beauty salonima, online preko naše web stranice www.sanopharm.ba, FB i IG profil: [guam_ba](https://www.instagram.com/guam_ba) gdje sam osobno svakodnevno dostupna za konzultacije.“

Anita Slišković, voditeljica prodaje: **„Iznimno nas raduje kada nam se svake godine, upravo u ovo vrijeme, javljaju iste žene, žene koje godinama koriste GUAM radi održavanja već postignutih rezultata blatom. One uglavnom uz blato kombiniraju neku od anticelulitnih krema i Britannia detox.**

Recimo jedna od „dobitnih“ kombinacija u posljednje vrijeme kod naših korisnica je blato i Fango krema za zonu trbuha i struka + BRITANNIA DREN, ili ako su u stisci sa vremenom, onda posegnu za blatom za tuširanje koje je praktičan tretman od svega 3 min., kao i anticelulitne GUAM tajice za svakodnevno nošenje, „must have“ komad odjeće sa mikrokapsulama algi za dame koje treniraju.“

BIOKAP[®]

KAP PRIRODE U VAŠOJ KOSI!



**Tople
prirodne
boje.**

Formulirane
s biljnim
sastojcima,
idealne i za
nježniju kožu

Sa ULJEM ARGANA
iz bio uzgoja i TRICOREPAIR
kompleksom za njegu kose.

Bez amonijaka, rezorcina, parafenilendiamina, parfema i parabena.
Nikel i dermatološki testirano.
Formula pogodna i za vegane.

www.sanopharm.ba

POTRAŽITE U LJEKARNAMA I SPECIJALIZIRANIM PRODAVAONICAMA!
ZASTUPNIK I DISTRIBUTER ZA BIH: SANOPHARM d.o.o. Siroki Brijeg,
Tel.: 039 708 272; E-mail: info@sanopharm.ba; Instagram: [biosline_bih](https://www.instagram.com/biosline_bih/); Facebook: [sanopharm_bih](https://www.facebook.com/sanopharm_bih/)

Put od Sarajeva do svjetskih pozornica: sport, nauka i motivacija

Moja želja je dati najveću moguću podršku i motivaciju mladim ljudima, mojim studentima i studenticama na putu njihovog ostvarenja u životu.

Piše: dr. sci. Lejla Šebić

Rođena i obrazovana u Sarajevu, Lejla Šebić je svoju strast prema sportu razvila još u ranom djetinjstvu pod uticajem svog oca, istaknutog sportskog stručnjaka. Svoju karijeru je izgradila kao redovni profesorica na Fakultetu sporta i tjelesnog odgoja, istovremeno postižući izvanredne rezultate u ritmičkoj gimnastici i natural bodybuildingu. Kroz brojne knjige, naučne radove i javne nastupe, Lejla kontinuirano promovise zdrav način života i ubraja se u red najpoznatijih bosanskohercegovačkih stručnjaka kada je upitanju sportski način života.

KAKO JE IŠAO VAŠ PUT U SVIJET FITNESS?

Već od najranijeg djetinjstva sa nepunih 8 godina znala sam ići sa svojim ocem u fitness, gdje me je on polako uvodio u svijet treninga. Kako je moj otac svojevremeno bio i juniorski prvak ex države u olimpijskom dizanju tegova dosta sam toga imala priliku da naučim od njega i da zavolim sport, trening i zdrav način života.

Ujedno on je po struci bio ljekar tako da se kod nas uvijek najviše govorilo o zdravlju, zdravom načinu života, pravilnoj ishrani i treningu. Kad rastete u takvoj porodici zdravi životni stilovi postanu dio vaše ličnosti. Danas moja djeca slijede moj primjer na što sam posebno ponosna.

NAJVEĆI IZAZOVI?

Najveći izazov je svakako izdržati strogu dijetu tj. veoma rigorozan režim ishrane pred samo takmičenje u bodybuildingu. Takav vid ishrane i maksimalno iscrpljivanje organizma nije zdrav i to je ono što mi je najviše smetalo kao nekome ko je pobornik zdravog načina života.

Ali to je žrtva koju sportisti opet svako na svoj način zavisno od sportske discipline moraju dati



u cilju postizanja vrhunskih rezultata. Definitivno vrhunski sport kojim sam se bavila i kao djevojčica dugi niz godina ritmička gimnastika, a kasnije natural bodybuilding nije zdrav. Rekreativno umjereno bavljenje sportom je najzdravije i najbolje za ljudski organizam.



MOŽETE LI NAM OPISATI SVOJE ISKUSTVO NATJECANJA NA RAZINI "MISS BIKINI AMERICA 2014" I "MISS BIKINI BIH 2015"?

Sve se desilo neočekivano. Kada se pojavila nova „bikini“ takmičarska kategorija u svijetu bodybuildinga jako su mi se svidjele propozicije takmičenja i tijelo koje se traži i ocjenjuje.

Ne previše mišićavo, tek toliko da se vidi da djevojka trenira rekli bi smo idealno žensko tijelo za plažu. Izgledalo je kao da sam se baš cijeli život ja upravo pripremala za to takmičenje. U isto vrijeme vidjela sam najave za balkansko prvenstvo u natural bodybuildingu u Mostaru i odlučila sam da se prijavim i okušam sportsku sreću.

Nakon osvojenog prvog mjesta u Mostaru uslijedilo je evropsko prvenstvo u Španiji i ponovo osvojena medalja te ostvarena kvalifikacija za Svjetsko prvenstvo u Las Vegasu gdje sam ponovo osvojila prvo mjesto. To je bio niz pobjeda u neka 3 mjeseca i najbolja forma koju sam ostvarila u takmičarskom smislu.

Sve je bilo neočekivano i bez nekog velikog pritiska ili očekivanja, uživala sam u nastupu svojoj prezentaciji pred sudijama, a medalje su se samo redale jedna za drugom. Državno

Dr. sci. Lejla Šebić je rođena u Sarajevu, gdje je završila osnovnu i srednju školu, a zatim Fakultet sporta i tjelesnog odgoja gdje je magistrirala i doktorirala kao najuspješnija studentica svih generacija. Od 1999. godine zaposlena je na Fakultetu sporta i tjelesnog odgoja u zvanju redovnog profesora i imenovana je prodekanese za međunarodnu saradnju. Autorica je 6 knjiga i više od 50 stručnih i naučnih radova iz oblasti ritmičke gimnastike, plesa, aerobika, fitnesa. Orginalni stručni uspjeh pokazala je kroz uspješan dugogodišnji rad u sportu i kroz brojne sportske projekte i nastupe od javnog značaja. Veliki uspjeh za napredak BiH sporta ostvarila je 21.11.2014. nastupom na Svjetskom prvenstvu natural bodybuildinga u Las Vegasu (USA), gdje osvaja 1. mjesto u kategoriji bikini +35 godina, klasa visoke djevojke +168cm. Objavila je prvo i jedino DVD izdanje u BiH „Aerobik sa Lejlom“ (2008). Osnovala je Udruženje građana Aerobic studio „LNO1“ koje ima za cilj promociju zdravog i sportskog načina života. Savremene aerobik programe promovisala je dugi niz godina kroz brojne javne nastupe i emisije jutarnjeg vježbanja na NTV Hayat, a zatim na FTV i BHTV. Organizator je velike manifestacije vježbanja za sve građane na otvorenom pod nazivom „FITNESS LJETO 2017“ u Sarajevu. Za sve ostvarene uspjehe i promociju zdravog i sportskog načina života dobila je specijalnu nagradu Olimpijskog Komiteta BIH 2014. godine. Učestvovala kao pozivni predavač na brojnim kongresima o sportu, zdravlju i promociji zdravih životnih navika. Lejla Šebić u sretnoj je vezi sa kondicionim trenerom ženske košarkaške reprezentacije i majka je dvoje djece.



prvenstvo BiH 2015 bilo je samo još jedna potvrda mog uspjeha i pehar na domaćem terenu.

MOŽETE LI NAM REĆI O NEKOM POSEBNOM TRENUTKU ILI DOGAĐAJU KOJI STE DOŽIVJELI TIJEKOM SVOJE KARIJERE U RITMIČKOJ GIMNASTICI ILI TIJEKOM NATJECANJA LJEPOTE?

Iz perioda treniranja ritmičke gimnastike najviše pamtim period rata u Sarajevu kad smo se u nemogućim uslovima pripremali za odlazak na Svjetsko prvenstvo u Japan 1993. godine.

Naš nastup u Japanu je bio prvi nastup neke sportske ekipe pod zastavom BiH u državi koja nas u tom trenutku još uvijek nije priznavala. To je bio veliki uspjeh i dokaz da je sport

najbolji način prezentovanja i promocije jedne države.

KAKO BISTE SAVJETOVALI MLADE DJEVOJKE KOJE ŽELE SLIJEDITI VAŠE STOPE?

Dosta mladih djevojaka je krenulo mojim putem. Nakon mog uspjeha u Americi povećao se broj djevojaka u BiH koje se takmiče i osvajaju medaje u bodybuildingu.

Također je dosta onih koje treniraju i dižu tegove u fitness centrima što naravno prije nije bio slučaj. Prateći me na društvenim mrežama i javnim nastupima vidim da sam primjer mladim djevojkama i često me pitaju za savjet što mi je drago. Naravno za uspjeh je potrebno biti posvećen cilju 24h dnevno i uživati u samom procesu.

KOJE SU VAŠE DUGOROČNE AMBICIJE U PODRUČJU SPORTSKIH ZNANOSTI?

Već sam se ostvarila velikim dijelom u svojoj akademskoj karijeri naravno i dalje radim i učim jer to je proces koji traje cijeli život. Moja želja je dati najveću moguću podršku i motivaciju mladim ljudima, mojim studentima i studenticama na putu njihovog ostvarenja u životu. U skoroj budućnosti očekujem izlazak nove mobilne aplikacije za vježbanje na kojoj sam radila sa timom fitnes instruktora pod nazivom Zen2fit.

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Budite aktivni svaki dan, krećite se, vježbajte, vodite računa o svome tijelu jer biti zdrav najveće je bogatstvo koje imamo ali koje ne dolazi samo od sebe već zahtijeva ulaganje i vrijeme posvećeno sebi.

SAGAS

Vaša priča o zdravlju



Starenje je prirodan proces koji s vremenom dovodi do promjena u našem tijelu. Ove promjene nisu samo površinske; one se događaju i na dubljim nivoima kao što su organi, tkiva i ćelije. Jedno od područja koje posebno osjeća efekte starenja jest naša koža i hrskavica.^{1,2}

Kako starimo, naša koža postaje manje elastična, gubi vlagu i postaje sklonija boranju. To je posljedica smanjene proizvodnje kolagena, proteina koji je ključan za održavanje čvrstoće i elastičnosti kože. Osim toga, s godinama dolazi i do promjena u rasporedu proteoglikana, supstance koje zajedno s kolagenom čine osnovni strukturni sastav kože. Slično tome, hrskavica, koja pokriva krajeve kostiju i osigurava glatko kretanje zglobova, također trpi posljedice starenja. Smanjenje proizvodnje kolagena i promjene u distribuciji proteoglikana dovode do gubitka fleksibilnosti i smanjene funkcionalnosti hrskavice.^{1,2,3} Pored kolagena, i hijaluronska kiselina pomaže zadržati vlagu u koži, dok MSM podržava zdravlje hrskavice i potiče proizvodnju kolagena te doprinosi čvrstoći i elastičnosti kože.^{4,5,6} Koenzim Q10, zajedno sa vitaminom C i cinkom, štiti kožu od oštećenja uzrokovanih slobodnim radikalima te pomaže u očuvanju integriteta DNA ćelija kože. Također, smanjuje oštećenje kože uzrokovano sunčevim zračenjem čime doprinosi održavanju zdravlja kože, a ujedno i potiče obnovu vitamina E.^{7,8,9}

Zašto izabrati riblji kolagen?

Riblji kolagen postaje sve traženiji zbog svojih brojnih prednosti kao što su mala molekularna težina, biokompatibilnost i laka apsorpcija u ljudskom tijelu. Osim izvanrednog djelovanja na kožu, riblji kolagen također može doprinijeti zdravlju hrskavice.^{10,11} Istraživanja su također pokazala da riblji kolagen može potaknuti brže zacjeljivanje rana.¹²

Upoznajte **SAGAS COLLAGEN HYALURON COMPLEX** - visokokvalitetni proizvod koji obuhvata najbolje za vašu kožu i hrskavicu. Sadrži riblji kolagen tipa 1, hijaluronsku kiselinu, Koenzim Q10 i MSM, uz dodatak vitamina C koji podržava normalnu proizvodnju kolagena i pruža antioksidativnu zaštitu. Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju kože i hrskavice te regeneraciji reduciranog oblika vitamina E. Cink doprinosi održavanju normalne kože. Selen i cink doprinose održavanju normalne kose i noktiju. Cink doprinosi normalnoj sintezi DNA. Vitamin E, C, selen i cink doprinose zaštiti stanica od oksidativnog stresa. Važno je pridržavati se uravnotežene i raznovrsne ishrane i zdravog načina života. Ovaj proizvod je **GLUTEN FREE, GMO FREE**, visoko pročišćen, i pogodan za vegane. SAGAS COLLAGEN HYALURON COMPLEX dostupan je u pakovanju od 60 tableta, pružajući sve što vam je potrebno za održavanje zdravlja vaše kože i hrskavice.

1. Lotz M, Loeser RF. Effects of aging on articular cartilage homeostasis. *Bone*. 2012 Aug;51(2):241-8. doi: 10.1016/j.bone.2012.03.023. Epub 2012 Mar 28. — 2. Chaudhary M, Khan A, Gupta M. Skin Ageing: Pathophysiology and Current Market Treatment Approaches. *Curr Aging Sci*. 2020;13(1):22-30. doi: 10.2174/1567205018666190809161115. — 3. Daily oral supplementation with collagen peptides combined with vitamins and other bioactive compounds improves skin elasticity and has a beneficial effect on joint and general wellbeing. *Nutrition research (New York, N.Y.)*. 57, 97-108. Czajka, A., Kario, E. M., Genovese, L., Corbo, A., Merone, G., Luci, C., & Sibilla, S. (2018). Dostupno na: <https://doi.org/10.1016/j.nutres.2018.06.001> — 4. Hyaluronic acid: A key molecule in skin aging. *Dermato-endocrinology*, 4(3):253-258. Papakonstantinou, E., Roth, M., & Karakulakis, G. (2012). Dostupno na: <https://doi.org/10.4161/derm.21923> — 5. Beauty from within: Oral administration of a sulfur-containing supplement methylsulfonylmethane improves signs of skin ageing. *International journal for vitamin and nutrition research. Internationale Zeitschrift für Vitamin- und Ernährungsforschung. Journal international de vitaminologie et de nutrition*, 92(3-4), 182-191. Muazzuddin, N., & Benjamin, R. (2022). Dostupno na: <https://doi.org/10.1024/0300-9631/s0000643> — 6. Toguchi A, Noguchi N, Kanno T, Yamada A. Methylsulfonylmethane Improves Knee Quality of Life in Participants with Mild Knee Pain: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial. *Nutrients*. 2023 Jun 30;15(13):2995. doi: 10.3390/nu15132995. 7. Stimulatory effects of collagen production induced by coenzyme Q 10 in cultured skin fibroblasts. *Journal of clinical biochemistry and nutrition*, 71(1), 29-33. Mino, Y., Takahashi, T., & Okamoto, T. (2022). Dostupno na: <https://doi.org/10.3164/jcfn.20-187> — 8. Sohail RS. Coenzyme Q and vitamin E interactions. *Methods Enzymol*. 2004;378:146-51. doi: 10.1016/S0076-6875(04)78010-6. — 9. Žrnšek K, Pogačnik T, Mervic L, Žrnšek J, Pravat I. The effect of dietary intake of coenzyme Q10 on skin parameters and condition: Results of a randomised, placebo-controlled, double-blind study. *Biofactors*. 2017 Jan 2;43(1):132-140. doi: 10.1002/biof.1316. — 10. Current Insights into Collagen Type I Polymers. *Nanomaterials*, 13(16), 2642. Naom, R., Ridzuan, P. M., & Behari, H. (2021). Dostupno na: <https://doi.org/10.3390/polym13162642> 11. Martínez-Puig D, Costa-Larrión E, Rubio-Rodríguez N, Gálvez-Martín P. Collagen Supplementation for Joint Health: The Link between Composition and Scientific Knowledge. *Nutrients*. 2023 Mar 8;15(6):1332. doi: 10.3390/nu15061332. 12. Marine Collagen: A Promising Biomaterial for Wound Healing, Skin Anti-Aging, and Bone Regeneration. *Marine drugs*, 20(1), 61. Goashan, S., Bahariouei, P., & Rahman, A. (2022). Dostupno na: <https://doi.org/10.3390/md20010061>

Sabina Karić: Tehničke vještine i menadžersko znanje – temelj uspjeha u frizerskom poslu

Ulaganje u razvoj menadžerskih sposobnosti vlasnika salona nije samo investicija u poslovanje, već i u dugoročni uspjeh i održivost.

Piše: Sabina Karić, vlasnica dva salona i osnivač akademije Charm

Sabina Karić rođena je i odrasla u Zenici. Vlasnica je dva salona u samom centru grada. Osnivač je frizerske akademije Charm koja svake godine iznjedri frizere koji su spremni za rad. Ove godine frizerski saloni Charm slave 30 godina postojanja. Veliki je ljubitelj zdrave kose i kvalitetnih proizvoda, te proizvode s kojima radi holandske firme Keune čiji je i ambasador za BiH. Također je i osnivačica Web shop D.o.o Charm Cosmetics.

Veliki je humanista, pokretač mnogobrojnih humanitarnih akcija i veliki je aktivista za unapređenje struke. Osvajač je brojnih pehara, medalja i organizator veoma posjećenih frizerskih revija. U ovom članku, istražujemo ključnu ulogu balansa između tehničkih i menadžerskih sposobnosti za prosperitet frizerskog salona, kroz perspektivu Sabine Karić, vlasnice dva salona i osnivačice frizerske akademije Charm.

MENADŽERSKE SPOSOBNOSTI

U svijetu frizerske industrije, naglašava se važnost tehničkog znanja frizera, ali često se zanemaruje podjednako bitna uloga menadžerskih sposobnosti vlasnika salona. Ovaj suštinski balans između vještina u radu s kosom i sposobnosti upravljanja ključan je za prosperitet svakog salona.

KVALITET U POSLU

Razgovori među frizerima često se vrte oko iste teme, a to je nedostatak kvalitetnih frizera na tržištu rada. To je dovelo do toga da su mnogi frizeri odustali od zapošljavanja, te odlučuju da rade sami, što dovodi do toga da frizeri postaju iscrpljeni i jako umorni.

Ovaj problem sam davno shvatila, i shvatila sam da ne želim da se oslanjam na znanje koje frizer



Sabina Karić rođena je i odrasla u Zenici. Osnivač je frizerske akademije Charm. osnivačica Web shop D.o.o Charm Cosmetics.

“doneše” iz frizerske škole u salon jer želim da držim izuzetno visok nivo usluge u salonu, a osnova istog je kvalitetno osoblje, pristup i znanje tehnika.

GREŠKE U VOĐENJU SALONA

Vlasnici salona često postanu dio dnevnog rada u salonu, nepreuzimajući aktivnu ulogu u upravljanju poslom. Jedna od greški koju vlasnici salona prave jeste da postanu još jedan

od zaposlenih u svom salonu, umjesto da preuzmu kontrolu i postanu kapetani broda. Ova greška može dovesti do toga da salon postane neefikasan i neproduktivan, čak i ako frizeri posjeduju izuzetno tehničko znanje. Bez menadžerskih vještina iz oblasti: zapošljavanje frizera, motivacija osoblja, organizacija vremena i komunikacija, upravljanje finansijama salona, graditi uspješan salon postaje veliki izazov.

VAŽNOST BALANSIRANJA IZMEĐU TEHNIČKIH I MENADŽERSKIH VJEŠTINA
Kao vlasnica dva frizerska salona i frizerske akademije, prepoznala sam ovu dvostruku važnost i preduzela korake ka stvaranju balansa između tehničkih i menadžerskih vještina.

Kroz edukaciju i implementaciju menadžerskih principa, uspjela sam transformisati radni ambijent svojih salona. Ovo nije samo povećalo produktivnost i efikasnost, već je podiglo i motivaciju i profesionalizam mog tima. Smatram da je ključni indikator uspjeha svakog salona harmoničan spoj tehničkih vještina i menadžerskog znanja.

Tehničko znanje frizera je osnova, ali bez sposobnosti efikasnog upravljanja poslom, to znanje može ostati neiskorišteno. Produktivan salon je onaj u kojem vlasnik igra aktivnu ulogu u vođenju posla, stvarajući okruženje u kojem svaki član tima doprinosi i ličnom i zajedničkom uspjehu.

ULAGANJE U RAZVOJ MENADŽERSKIH SPOSOBNOSTI

Ulaganje u razvoj menadžerskih



sposobnosti vlasnika salona nije samo investicija u poslovanje, već i u dugoročni uspjeh i održivost. Kroz balansiranje između tehničkih vještina i menadžerskog znanja, vlasnici salona postaju vođe svojih timova, što je ključno za ostvarenje dugoročnog uspjeha u frizerskoj industriji.

Prepoznala sam problem s kojim se frizeri suočavaju te sam i pored osnovnih i naprednih edukacija o unapređenju frizerskih tehnika u frizerskoj akademiji Charm dodala i poslovne seminare koji obuhvataju sve navedene menadžerske aspekte. Zato sa svim polaznicima naše

frizerske akademije radimo i predavanja na temu vođenja salona i time želim pružiti kompletnu podršku budućim vlasnicima salona u razvoju ne samo svojih frizerskih vještina, već i sposobnosti upravljanja poslom, kako bi postigli maksimalan uspjeh u svojoj karijeri.

Uvijek kažem da 'navijam' za cjelovitu frizersku struku, i radujem se kada vidim koliko naša industrija napreduje u svijetu ali i u BiH, zato i pišem ovaj članak jer smatram da frizeri treba da imaju jedan iskren savjet od nekog ko 30 godina radi kao frizer, obučava frizere i zapošljava frizere.

Vodič za savršenu kožu: Najnoviji trendovi i tretmani

Otkrijte najnovije tehnologije u dermatološkoj njezi

Za većinu najljepši period godine je tu. Malo zatezanja i aktivacije kože kako bi dugotrajno zadržala elastičnost je svima dobrodošlo, a ako uz to ide i mršavljenje rezultat je vrhunski. Nema boljeg od sretno i zadovoljne žene. S ljetom živajući na suncu često zaboravimo na isušivanje kože. Dobra priprema prije i hidratacija nakon za kožu puno znače.

Mala pomoć aparata koji zatežu kožu i smanjuju obujam više je nego dobrodošla. **Accent Prime** uređaj za tijelo za kojeg imamo samo riječi hvale je moj izbor kaže nam dr. Anđela Prolić. Djeluje jako brzo i učinkovito rješava problem viška obujma i kože. Za lice se biraju tretmani **MultiFrax** frakcijskim ne-ablativnim laserom, Thermi RF radiofrekvencija i Lumixa collagen booster. Uz ove tretmane aktivno radimo na prirodnoj biostimulaciji mezoterapijskim koktelima i biostimulatorima.

KOJE BISTE TRETMANE PREPORUČILI?

Svi smo različiti i pojedinci planiraju obnovu kože ranije, dok ostali čekaju zadnje tjedne, ali sve se može individualno prilagoditi i naći najbolje rješenje u vidu brzine otapanja, uklanjanja celulita ili podizanja i zatezanja kože.

Većinu tretmana smo prilagodili i radu ljeti kako bi klijenti bili u sigurnim rukama bez straha, a nakon tretmana koriste se točno propisani protokoli njege obzirom većinom radimo minimalno invazivne tretmane. Za one invazivnije poput Q switch Lasera i jačih pilinga ipak se držimo zimskog perioda dok se najnoviji ne-ablativni MultiFrax Laser radi cijele godine, pa i ljeti. Prije i tijekom godišnjih odmora uvijek se biraju tretmani duboke hidratacije i to je na liječniku da vam složi paket kako bi koža bila spremna za ljetu. Najčešće uključuje tretmane poput Lumixa collagen booster koji se posebno preporučuje ljeti zbog svog zaštitnog učinka obnove kože i eliminacije oštećenja uzrokovanih suncem.





Aktivnije tretmane poput Infini RF radimo do ljeta, a tretmane biostimulacije i mezoterapije te radiofrekvencijske tretmane Accent Prime RF i Thermi RF ali i sve tretmane tijela cijelu godinu.

KAKO IZABRATI NAJBOLJI TRETMAN ZA SEBE?

Izbor tretmana svakako ovisi o stanju kože i željenom rezultatu. Najčešće kure traju 2-4 tjedna i u to vrijeme postignemo potpunu obnovu kože, čiji kolagen još dugotrajno jača nekoliko mjeseci. Rezultati su zapanjujući posebno kada kombiniramo MultiFrax frakcijski laser i Accent Prime radiofrekvenciju. Podizanje kapaka radimo

Thermi RF uređajem i za to nam treba 6 dolazaka na tretman.

NJEGA TIJEKOM LJETA?

Dobra hidratacija ljeti je uvijek izbor uz naravno medicinsku komponentu aktivnog tretmana što može biti radiofrekvencija ili drugi stimulirajući tretman kako bismo ipak imali duboku stimulaciju kolagena koja je svima potrebna.

Ponekad se klijenti odlučuju i na tretmane koje ne mogu raditi zimi zbog posla te koriste godišnji odmor za obnovu kože, Tu smo posebno pažljivi, ali dovoljno intenzivno pristupamo kako bi se koža obnovila. Tu najčešće biramo frakcijski MultiFrax laser jer je učinkovit i bez oporavka imamo samo crvenilo dva sata. Uz njega koristimo i I Lumixa tehnologiju koja znanstveno dokazano ubrzava cijeljenje i obnovu kože.

VELIKA NOVOST JE THERMA D.A.S. MINIMALNO NEINVAZIVAN TRETMAN POMLAĐIVANJA

Ova inovacija kombinira bezbolnost, sigurnost i visoku učinkovitost, nudeći brze rezultate uz samo jedan tretman. Posebno preporučljiv za izrazito opušteno kožu i podbradak, tijekom terapije, liječnik pažljivo koristi kanilu uz



kontroliranu temperaturu, podižući kožu i postižući zatezanje.

Therma D.A.S. ne samo da zaglađuje bore i poboljšava teksturu kože, već i poboljšava njezinu kvalitetu, sve bez nuspojava i oticanja. Stimulira proizvodnju kolagena i fibroblasta, poboljšava teksturu i kvalitetu kože, smanjuje opuštenost kože, minilifting, remodeliranje kontura lica.

Ovaj tretman savršen je za one koji traže brze i sigurne rezultate. Tko ne bi želio zategnutu kožu i riješiti se podbratka u samo jednom tretmanu? Važno je napomenuti da uz zatezanje, tijekom terapije koristi se i liposukcijski modul, što dodatno poboljšava rezultate tretmana.

OAZA VRHUNSKIH TRETMANA

U Zagrebu i Splitu poliklinika Dermamed oaza je najnovijih tretmana. Kako sam već naglasila za lice i tijelo fascinira nas učinkovitost Accent Prime uređaja i Therma DAS endoradiofrekvencije, tu je uvijek i hollywoodski tretman Thermi RF za kapke i obnovu vaginalne stijenke i prevencije curenja mokraćne.

Za vrat, dekolte, lice, ožiljke i strije dobili smo najjačeg saveznika: MultiFrax® laser. Frakcijski laser medicinski je uređaj samo u poliklinikama koji je vrhunac tehnologije u pomlađivanju kože lica i tijela, a posebno je pogodan za tanku kožu na rukama jer uklanja pigmentacije i obnavlja kožu bez većih oštećenja te se moguće odmah vratiti svakodnevnim aktivnostima. Dugo smo čekali laser koji je nježan i učinkovit. Ovisno o potrebi kože individualno se prilagođava intenzitet, dubina i trajanje tretmana, što omogućuje personalizirani pristup i optimizirane rezultate.

MultiFrax® laser unaprijedena je verzija izumitelja prvog Fraxel lasera i ima FDA odobrenje uz patentnu zaštitu nekoliko inovacija jačine i usmjerenosti laserske zrake. Koristi kombinaciju dviju valnih duljina 1927nm i 1550nm istovremeno ili odvojeno ovisno o potrebama kože.

I za tretmane cijele godine, a pogotovo ljeti najnovija medicinska inovacija:

Lumixa Collagen Booster – FLE TECH (Florescent Light Energy)

inovacija je u tretmanima kože lica vrata i dekoltea. Uz pomoć patentiranih kromofora koji se aktiviraju svjetlom ovaj tretman donosi dubinsku obnovu kože, uništavanje slobodnih radikala koji uzrokuju oštećenje kože i 700 puta pojačano stvaranje kolagena navodi nam dr. Prolić koja je posebno zadovoljna rezultatima nakon tretmana koji su utemeljeni na medicinskim istraživanjima, znanosti i biotehnologiji, a krenuli su od tretmana cijeljenja rana što je iskorišteno za inovaciju u obnovi kože i prevenciji starenja. Lumixa gel ima specifičan energetska profil koji je učinkovit u smirivanju reaktivnosti kože i stresa, sprječavanju i suzbijanju upala te regeneraciji i revitalizaciji kože.

Kvaliteta, učinkovitost i rezultat su najvažniji kako bismo izabrali najbolji tretman za vas. Obratite se s povjerenjem na besplatne konzultacije kod naših stručnjaka.

Poliklinika Dermamed LOKACIJA SPLIT Poljička cesta 28b/II kat LOKACIJA ZAGREB Krapinska 16 / II kat.

+385 91 7858 357 info@dermamed.hr

Sponzorski tekst

SVAKA ZENA JE MAGICNA
UZ PRESSENSU

PRESSENSA

www.pressensa.ba

Estetski Centar Si.d.o.o
Sensual lips by PRESSENSA

Rose Lips



Embrace Effortless
Summer Style

Roselips with

HYALURONIC ACID

Maximum hydration, deep repair and natural tone

Roselips

Sa hijaluronskom kiselinom

Maksimalna hidratacija, dubinsko obnavljanje i prirodan ton. Duboka hidratacija i elastičnost usana zahvaljujući niskoj molekularnoj hijaluronskoj kiselini, it

stimuliše proizvodnju kolagena dajući više svjetla usnama. Obnavlja i popravlja kožnu barijeru i oštećenih područja usana, zahvaljujući svojoj antioksidativnoj moći djeluje

kao zaštitnik od slobodnih radikala. Usnama daje zdrav, sočan i ružičast izgled. Hijaluronska kiselina: Zbog svoje vrlo male molekularne težine ima dublju penetraciju u slojeve epiderme. Pruža odličnu hidrataciju koži zahvaljujući velikom kapacitetu zadržavanja vode stvara elastičnost i stimuliše proizvodnju kolagena koji doprinosi da koža usana bude mlađa i sjajnija.

Glicerol: Veoma efikasan zbog svoje visoke higroskopnosti i sposobnosti da apsorbuje i zadržava vodu u stratum corneum-u, krajnjem i vidljivom sloju kože. Osim toga, nedavne studije o glicerolu su pokazale da on također ima važan efekat barijere, budući da je uključen u restrukturiranje lipida u stratum corneumu. Tako povećava elastičnost kože smanjujući bore, postižući vidljiv efekat protiv starenja.

Ekstrakt voća Ribes Rubrum (botanički): Bobice crvene ribizle poznate su kao "supervoće" jer imaju prirodno visok antioksidativni kapacitet zbog pigmentiranog polifenola, cijanidina, koji se nalazi u njihovoj kožici. Takođe su dobra zaliha vitamina C i K, mangana i kalijuma.

Distributer za Bosnu i Hercegovinu Si.d.o.o
Dzavida Haverica 6a

Estetski Centar Si
www.pressensa.ba
estetskicentarsi@gmail.com

www.estetskicentarsi.com
tel/ +387 62 854 127
info@estetskicentar.com

Nataša Miljković: Svako lice je drugačije. Udaljite se i sagledajte šta treba istaći, a šta korigovati

Šminkanje po šablonu je greška, prešminkavanje, oštre linije i konture, sve što lice čini starijim i grubim.

Piše: Nataša Miljković, make-up artist

I skusna šminkerka s više od 15 godina iskustva, ne samo da stvara ljepotu na licima svojih klijenata, već i inspiriše svoje učenike širom svog studija. Njeno putovanje započelo je kao sudbinski poziv na školskoj reviji, a danas je njena strast za šminkanjem i edukacijom neprolazna.

Kroz svoju priču, Nataša ističe važnost kvalitetne šminke i kontinuiranog usavršavanja u beauty industriji, nudeći svoje dragocjeno iskustvo kao vodič budućim generacijama šminkera.

KOJE NATAŠA I KAKO JE KRENUO VAŠ PUT U SVIJEM MAKEUPA?

Moje ime je Nataša Miljković, bavim se profesionalnim šminkanjem i edukacijama više od 15 godina. Podjednako uživam u radu sa klijentima i učenicima u svom studiju, kao i na snimanjima muzičkih spotova i raznih kampanja.

U mom slučaju, to nije bila stvar odluke, već sudbine. Neki veći znak da je to moj poziv i moja ljubav desio se kada sam na svojoj školskoj reviji večer ushićenje i odgovornost osetila





šminkajući modele, nego ceo proces izrade iste. Dolazak u veliki grad na studije modnog dizajna, pronalazak sebe, razni padovi, završetak studija i nesnalaženje u pronalasku posla, borba za egzistenciju... doveli su do toga da potražim posao šminkera na jednoj Beogradskoj televiziji i odatle je sve krenulo.

KOLIKO JE KVALITETNA ŠMINKA VAŽNA U OVOM RADU?

Kvalitetna šminka nam pre svega olakšava rad, kvalitetne četkice također, one su osnova i bolje je uložiti na početku, ko je u mogućnosti. S obzirom na

to da sam na televiziji radila sa drogerijskom šminkom i da mnogi brendovi tada nisu bili dostupni, prelazak na kvalitetnu šminku značio je i vidljiv kvalitet rada.

VAŽNOST NJEGE I HIDRATACIJE KOŽE

Ne preterivati, suhu kožu nahraniti, normalnu hidrirati, kožu sa porama zagladiti odgovarajućim proizvodom. Ali imajte na umu da koža diše, i da je nekad manje-vise. Prajmer neće učiniti da puder duže traje ali nega hoće da vaša koža lepše izgleda kada se nanese šminka. Često kažem učenicama - vizualizujte!!!

Svako lice je drugačije. Udaljite se i sagledajte šta treba istaći, a šta korigovati. Šminkanje po šablonu je greška, prešminkavanje, oštre linije i konture, sve što lice cini strijim i grubim. Ono što meni najviše može da pokvari utisak je loš izbor trepavica i pogrešan način nanošenja.

EDUKACIJA I PRAĆENJE TRENDOV

Ulaganje u svoj napredak uvek je pravi izbor. Često posećujem edukacije i master klasove širom sveta. Jedna nova finesa, deo estetike koji preuzmem, za mene je dragoceno. Nekada se dogodi da se to novo naučeno tek kasnije "posloži".

POPULARNI SOFT GLAM

Iz godine u godinu to je definitivno nežniji, takozvani "soft glam" makeup look. On je često i izbor za mladin najvažniji dan. S obzirom da najveći broj mojih klijenata traži nude tonove, neke svoje kreativne ideje čuvam za potrebe snimanja gde je scenska šminka izlazak iz zone komfora.

Šminka za venčanje treba svakako biti laganija bez obzira na godišnje doba. Tokom letnjih dana, težak puder je nešto što neće izgledati dobro na licu kao ni osenčena kontura, tamne senke na očima. Akcenat je na blistavom besprekornom tenu, svežini, rozikastim i kajsijastim tonovima.

SAVJET ZA KRAJ

Sada kad je znanje o beauty industriji toliko dostupno, moj savet bi bio nadovezan na početak priče.

Sve možete, dovoljna je volja i upornost a iznad svega ljubav.

Regulacija tjelesne mase obično biva prioritet ili cilj kada je stanje već alarmantno, odnosno vezano je za potencijalni razvoj određenih komplikacija

Zdrava ishrana podrazumijeva balansiranu, uravnoteženu i svrsishodnu ishranu. Imajući ovo na umu, integriranje zdrave ishrane u svakodnevni život moralo bi obuhvatiti nekoliko koraka.

Intervju: Mirha Skakić, magistra nutricionizma

Ljeto, sezona kada se sunce nudi svoje najsvjetlije zrake, a plaže pozivaju na uživanje, često nas potiče da osvijestimo svoje prehrambene navike i prigrlimo zdraviji način života. Upravo o tome ćemo razgovarati s istaknutom stručnjakinjom za nutricionizam, Mirhom Skakić. Mirha je magistra nutricionizma i veliki zaljubljenik u zdravu ishranu koja ima veliko iskustvo u razumijevanju potreba ljudskog tijela. Mirha nam donosi vrijedne savjete i uvide kako postići balansiranu ishranu koja će podržati naše ciljeve za ljepotom i vitalnošću.

KAKO BISMO ZAPOČELI, MOŽETE LI NAM REĆI NEŠTO VIŠE O VAŠEM PUTU I KAKO STE POSTALI ZALJUBLJENIK U ZDRAVU ISHRANU?

Još od ranog djetinjstva zanimala sam se za uticaje iz vanjskog svijeta na unutrašnje stanje čovjeka, kako fizički, tako i emotivno. Vrlo brzo, kroz srednjoškolsko obrazovanje sam krenula istraživati brojne aspekte toga, učiti o njima, a u slobodno vrijeme sam se počela baviti fitnessom. Upravo spoj ovih elemenata u privatnom životu probudio je razmišljanja poput: zašto smo svi različiti, od čega je to ljudski organizam sačinjen, kako lično možemo uticati na svoje sudbine vezane za zdravlje...Zdrava ishrana je postala početak i kraj odgovora na to. Mi smo zaista prezentacija naše genetike, navika i stila života, tako da je ulazak u svijet nutricionizma bio najlogičnija i najbolja odluka



koju sam mogla donijeti u ranoj zreloj dobi, kada sam fokus svog djelovanja stavila na studiranje, izučavanje i prakticiranje metoda koje su bile nutricionistički pristupi sa veoma kvalitetnim stručnim temeljima.

SOL JE SASTAVNI DIO MNOGIH JELA, ALI KOLIKO JE ZAPRAVO KORISNO ILI ŠTETNO PREKOMJERNO KONZUMIRANJE SOLI?

Pretjerivanje u bilo čemu općenito nije poželjno, jer vodi ka određenim krajnostima, koje su često neželjene posljedice. Upravo takva situacija je i sa prekomjernim konzumiranjem soli. Sol je u našem organizmu neophodna, radi brojnih uloga, ali višak dovodi do komplikacija koje su najčešće vezane za kardiovaskularne bolesti, visok krvni pritisak, moždani udar ili bubrežna oboljenja. Posebnu pažnju treba obratiti na konzervirane namirnice, mesne proizvode koji prolaze procese salamurenja, namirnice sa produženim rokom trajanja i sl. jer su to najčešće oblici koji sadrže značajne količine soli dodane primarnim namirnicama.

DETOX DIJETE SU PRILIČNO POPULARNE, ALI POSTOJI LI PRAVI NAČIN ZA DETOKSIKACIJU ORGANIZMA, A DA NE NARUŠIMO RAVNOTEŽU NUTRIJENATA?

Detox dijete su poznate unazad 20-ak godina,

Mirha Skakić je vlasnica Nutricionističkog centra NutriSano, u okviru čega djeluje i radi kao nutricionistica, sa velikom željom i strašću da pruža podršku pozitivnim promjenama u životima drugih ljudi. Zvanje magistra prehrambene tehnologije, usmjerenje Nutricionizam, stekla je završetkom master studija na Univerzitetu u Tuzli, čemu je prethodilo srednjoškolsko obrazovanje u Medicinskoj školi Tuzla. Njena interesovanja su se još od ranih godina protezala od prirodnačkih nauka, poput biologije, hemije, fizike, sve do društvenih usmjerenja. Aktivistička iskustva, ali i prvo zaposlenje, stekla je kroz rad u različitim fondacijama i angažman u nevladinim organizama, na pozicijama usmjerenim na projektni menadžment i jačanje kapaciteta lokalnih zajednica. Po završetku prvog ciklusa studija, raznolikost njenog iskustva nastavila se graditi kroz stručno usavršavanje u laboratoriji za analitičke metode, što je približilo struci. Istinska životna promjena uslijedila su po završetku master studija, kada je za svoj fokus djelovanja izabrala isključivo nutricionizam, kao nauku sadašnjosti i budućnosti, sa širokom lepezom mogućnosti. Od 2021. angažovana je kao spoljna saradnica na projektima i programima Edukacijskog centra Nahla Tuzla, kao savjetnica za ishranu, čime započinje individualni rad sa klijentima, razvijajući poslovni model u skladu sa učestalošću zdravstvenih stanja i oboljenja.



kao alat koji ima za cilj da u kratkom vremenskom periodu "eliminiše" toksine ili određeni višak iz organizma, a da paralelno dovede do željenog estetskog rezultata. Kako ne postoji čarobna tableta, koja bi se koristila za detoksikaciju organizma ili regulaciju tjelesne mase, tako ne postoji niti jedan napitak koji bi mogao za kratak vremenski period od nekoliko dana ili nekoliko sistemski planiranih obroka učiniti čudo. Prihvatanje takvog sistema obročenja skoro sa sigurnošću vodi do disbalansa u unosu makro i mikronutrijenata, kao i kontrole stvarnih i poželjnih metaboličkih reakcija koje se svakodnevno odvijaju.

KAKO BI STE SAVJETOVALI NEKOME KO SE ŽELI PREBACITI NA VEGETARIJANSKU ILI

VEGANSKU ISHRANU, ALI NIJE SIGURAN KAKO OSIGURATI SVE POTREBNE NUTRIJENTE?

Vegetarijanska ili veganska ishrana su često modeli ishrane koju pojedinci biraju iz zdravstvenih, etičkih i drugih razloga, tako da je za početak vrlo bitno razjasniti zašto mijenjamo životni stil i navike, a onda se informisati o potencijalnim rizicima. Najčešći potencijalni rizici se ogledaju u mogućim nutritivnim deficitarnostima, pa je nužno da se prije takve odluke osiguraju dovoljne zalihe brojnih makro i mikronutrijenata ili informiše o potrebi suplementiranja onim nutrijentima koji će biti manje prisutni u daljoj ishrani, a ovo se posebno odnosi na: željezo, vitamine B skupine (sa akcentom na B9 i B12), kalcij, proteine itd. S obzirom na to da se ovi nutrijenti više neće unositi kroz namirnice životinjskog porijekla, najbitniji savjet ili uputa bi bio da se sistemski planira prelaz na drugačiju ishranu i da se osobe posavjetuju sa stručnim licem koje bi ih što lakše i stručnije uvelo u očekivajuće promjene.

KOJE SU VAŠE PREPORUKE ZA LJUDE KOJI IMAJU PROBLEMA S KONTROLOM TJELESNE TEŽINE, A ŽELE POSTIĆI ZDRAVU RAVNOTEŽU?

Regulacija tjelesne mase obično biva prioritet ili cilj kada je stanje već alarmantno, odnosno vezano je za potencijalni razvoj određenih komplikacija. Zbog toga ću pokušati biti vrlo iskrena i reći ono što je u praksi bitno. Tjelesna masa se ne povećava tako lako i taj proces ne traje kratko. Upravo to nam govori da se ni njeno umanjivanje ne može desiti u nerealno kratkom vremenskom periodu, nego prvenstveno zahtijeva vrijeme, disciplinu i stručan pristup. Osoba koja imaj ovakav izazov ispred sebe, na takvo putovanje transformacije ne treba kretati sama. Stručna podrška, koja je često nutricionistička, psihološka, endokrinološka... umije biti od krucijalnog značaja.

ČESTO SE GOVORI O VAŽNOSTI HIDRATACIJE. KAKO VODA MOŽE UTJECATI NA NAŠE ZDRAVLJE I IZGLJED?

U ljudskom organizmu se nalazi i do 75% vode, a ona kao takva nikada nije prisutna u samostalnom obliku nego je vezana i pohranjena sa drugim molekulima. Bez vode život zaista ne bi bio moguć, i to od ćelijskog nivoa pa dalje. Bilo koji procesi stvaranja ili razgradnje, regeneracije ili osnaživanja organizma, nisu mogući bez dovoljnog prisustva vode. U naš organizam ona



ne može drugačije dospjeti nego unosom kroz hranu i tečnosti, a potrebe za vodom su različite. Stoga je važno znati koja je to količina vode na dnevnom nivou koja nam je minimalno potrebna za sve ove uloge. Prvi nedostaci vode u organizmu se najlakše manifestiraju kroz sitne bore na koži, pojavu promjena vezanih za pigmentacije, oticanja dijelova tijela ili ekstremiteta, promjenu boje oko očiju ili usana, a to nam upravo govori da trebamo pratiti nabrojane karakteristike kao simptome koji mogu biti od pomoći, posebno onda kada zbog drugih obaveza ne stižemo da razmišljamo o ovako značajnim stvarima.

POSTOJI LI NEKA HRANA ILI PIĆE KOJE BISTE PREPORUČILI KAO TAJNU ZA ZDRAVU I SJAJNU KOŽU?

Tajna zdrave i sjajne kože kombinacija je sljedećih faktora: njege, ishrane, hidratacije i odmora. Međutim, svaki od ovih segmenata vrlo je značajan, ali o bitnosti ishrane u ovom pogledu možemo govoriti sa posebnim akcentom, jer ona može poboljšati trenutna stanja ili prevenirati neke nove komplikacije. S tim u vezi, najznačajnije uloge skoro pa jednako pripadaju omega-3 masnim kiselinama, vitaminima A, C i E koji su jaki antioksidansi, a kombinacije sa jednim ili više njih najlakše možemo pronaći u:

ribi, sjemenkama, orašastim plodovima, svježem voću i povrću, te balansiraju količine hrane i potreba tijela za određenim kcal.

KAKO SE ZDRAVA ISHRANA MOŽE INTEGRIRATI U SVAKODNEVNI ŽIVOT OSOBE KOJA JE UVIJEK U POKRETU I IMA MALO VREMENA ZA PRIPREMU OBROKA?

Zdrava ishrana podrazumijeva balansiranu, uravnoteženu i svrsishodnu ishranu. Imajući ovo na umu, interesiranje za zdravu ishranu u svakodnevni život moralo bi obuhvatiti nekoliko koraka. Prvi je prihvatanje činjenica vezanih za trenutno opće i zdravstveno stanje, potom planiranje ishrane za nekoliko dana unaprijed, a onda održavanje discipline u kreiranju i terminki uslovljenom konzumiranju namirnica. Jedino tako, navike se polako kreiraju, i postaju trajne – a to i jeste suština i moja lična želja svaki put u radu sa klijentima.

KOJI SU VAŠI SAVJETI ZA ODRŽAVANJE MENTALNOG ZDRAVLJA KROZ ISHRANU?

Održavanje mentalnog zdravlja u današnjem svakodnevnom životu često zahtijeva i uključenost stručne osobe, što može postati zanimljiv i veoma značajan segment u radu na

samom sebi. Mentalno zdravlje ponekad biva zanemareno, u smislu prostora i vremena koje odrasli, zreli, ljudi sebi posvete kroz sesije, edukacije ili terapije namijenjene ovoj svrsi. Međutim, realnost govori da se brojne osobe bez ili sa problemom vezanog sa ishranom teško odlučuju na posjetu stručnim osobama i otvaranju dubljih tema usmjerenih ka tome.

S tim u vezi, voljela bih da ove riječi budu dodatni motiv koji će pomoći onima koji se trenutno nalaze na raskršnici nekih novih uloga, da proces prilagođavanja i promjene ispune novim stručnim uputama i ljudima koji donose pozitivnu energiju.

ZA KRAJ VAŠA PORUKA ZA ČITATELJE?

Vjerujemo da čuda postoje, ali znajmo da je snaga tog čuda u nama. Ako želimo bolje, ljepše i zdravije živjeti svakodnevnicu i sve ono što život nosi, zaista moramo misliti ko smo to mi u "svoja četiri zida". To mora biti osoba koja teži zdravlju, napretku, razvoju..., a da uz to razvija ljubav i empatiju u svome srcu. Sve to, stepen po stepen, treba prihvatiti kao izazov, a ne kao problem i na vrlo ugodan način usvojiti nove ili drugačije vrijednosti koje će se dalje njegovati. Moguće je, a samo hrabri ne odustaju.

INSTITUTE B C N
BARCELONA



Original Mesoceuticals®

www.institutebcn.com

Ekskluzivni distributer za BiH:
Bošnjak MK-Post Scriptum d.o.o.
Milana Karanovića 57, Banja Luka
Mail: info@bosnjakmk.com
Kontakt: 066/468-111; 066/204-801

Miroslav Marijanović: Edukacija je ključna, nikad nije kraj učenju jer uvijek ima nešto novo što možemo naučiti

Biti muškarac i frizer prije 20 godina u tad pomalo konzervativnoj sredini, nije nimalo bilo lako jer nas je bilo samo par, a danas nakon svih tih prevaziđenih stvari je fantastično i samo želim nastaviti raditi ovaj posao koji izuzetno volim.

Intervju: Miroslav Marijanović, frizer

Miroslav Marijanović, poznat kao Miro među kolegama i klijentima, predstavlja se kao strastveni frizer s bogatom karijerom od 2002. godine. Vlasnik frizerskog salona "Red Carpet" u Mostaru, Miroslav nije samo stručnjak u svom poslu, već i jedini frizer u Bosni i Hercegovini s Revlon Professional Masterclass diplomom. Njegova priča o ljubavi prema frizerstvu počela je još u djetinjstvu, a danas je sinonim za visoku kvalitetu, stručnost i neumornu želju za usavršavanjem. Kroz više od

dva desetljeća rada, Miroslav je uspio ne samo ostvariti svoje snove već i postaviti standarde u frizerskoj industriji regiona.

ZA POČETAK DA LI NAM MOŽETE REĆI NEŠTO VIŠE O SEBI?

Zovem se Miroslav Marijanović, kolegama i klijentima poznat kao Miro, živim i radim u Mostaru. Vlasnik sam frizerskog salona Red carpet, ako Bog da dogodine slavim rođendan svog frizerskog salona 20 godina rada. Već dugi niz godina sam edukator za Revlon professional, te jedini frizer u Bosni i Hercegovini koji ima



završen Masterclass koji se polaže nepune 3 godine, a on mi daje mogućnost da mogu raditi edukacije bilo gdje u svijetu za Revlon Professional. Interesovanje prema frizerstvu počela se javljati još od malih nogu kada sam sam sebi prvi put ošišao šiške, zatim u četvrtom osnovne „ukrao,, sestrinu farbu za kosu i opet se igrao frizera, vjerovatno je to bio neki moj početak...A ljubav i strast za frizera sam Bogu zahvalan sto mi je dao taj talenat i umjetničku žicu.

KAKO STE SE PRVI PUT ZAINTERESIRALI ZA FRIZERSKI POSAO I ŠTO VAS JE INSPIRIRALO DA POSTANETE FRIZER?

U frizerstvu sam od 2002. od svoje 16 godine. Svoj profesionalni put započeo sam u jednom frizerskom salonu, gdje sam radio i istodobno pohađao srednju frizersku školu. Čim sam se počeo educirati za ovaj zanat, znao sam da je to moja strast i ta ljubav traje već godinama. Na početku moje karijere najvažnija je bila ljubav prema poslu te dobro postavljeni cilj, a samo upornošću i mukotrpnim radom ja sam taj cilj i ostvario. Prvi salon otvaram sa 18 godina, nije bilo nimalo lako, nisam imao pomoć sa strane, sam sam se probijao na što sam izuzetno ponosan.

MOŽETE LI OPISATI SVOJ PUT DO POSTIZANJA USPJEHA KAO FRIZER? KOJE SU BILE KLJUČNE PREKRETNICE NA TOM PUTU?

Biti muškarac i frizer prije 20 godina u tad pomalo konzervativnoj sredini, nije nimalo bilo lako jer nas je bilo samo par, a danas nakon svih tih prevaziđenih stvari



je fantastično i samo želim nastaviti raditi ovaj posao koji izuzetno volim. ***Trebalo je jako puno rada i truda, uspjeti u poslu i biti popularan frizer tad bez društvenih mreža Instagrama i Facebooka bilo je pravo čudo, a uspjeh vidim u čestim edukacijama i svakodnevnom radu u salonu s klijentima, a to je nekad znalo trajati dnevno po 13,14 sati rada.***

KAKO EDUCIRATE SVOJE KLIJENTE O NAJNOVIJIM TRENDOVIMA U NJEZI KOSE I FRIZERSKIM TEHNIKAMA?

Mislim da je najbitnije povjerenje između frizera i klijenta. Frizer može biti doktor za kosu ukoliko dobro poznaje profesionalne proizvode te zna pristupiti svakom problemu, dati adekvatan savijet koje proizvode da klijent koristi kod

kuće. Samo njegovana i zdrava kosa je lijepa kosa, treba nam to uvijek biti prioritet, a danas postoje razni proizvodi koji mogu doprinijeti tome da očuvaju zdravu i lijepu kosu, a i razni proizvodi koji mogu nanijeti više štete nego koristiti. „Kućna radinost,, nam često pravi problem u poslu, te razni proizvodi koji se lijepe na kosu, vlasište.

KAKO POTIČETE KLIJENTE DA NJEGUJU SVOJU KOSU IZMEĐU POSJETA SALONU? JESU LI NEKI SAVJETI ILI RUTINE KOJE PREPORUČUJETE KAKO BI SE OČUVALA KVALITETA I LJEPOTA NJIHOVE KOSE?

Savjete za njegu kose nesebično dijelim svojim klijentima, ne u fazanu da nekom nešto prodam nego iz iskustva da im preporučim dobar i kvalitetan proizvod koji ne mora nužno



biti skup, a koji će im super uraditi posao na kosi i riješiti određeni problem. Što se tiče kućne njege kose nisu na odmet razna ulja, kao što su kokosovo, ricinusovo, arganovo, ruzmarinovo i druga njegujuća ulja, ali isključivo namjenjena za kosu.

NADAMO SE DA ĆE NOVI TRENDovi ZA LJETO ISPUNITI OČEKIVANJA BOSANSKOHERCEGOVAČKIH DAMA. ŠTA VI MISLITE O TOME?

Trend je nešto što brzo dolazi i prolazi i ne treba ga slijepo pratiti. Mislim da je bitnije izgraditi svoj individualni stil i biti dosljedan tome.

KAKO PRATITE NAJNOVIJE TRENDove U FRIZERSTVU I GDJE PRONALAZITE INSPIRACIJU?

Svaki klijent mi je inspiracija sama za sebe. Mi frizeri smo vizualni tipovi i kad vidimo mušteriju na vratima, već imamo viziju šta da radimo. Inspiraciju pronalazim spontano, dok pijem jutarnju kavu, šetam po gradu, frizer živi svoj posao 24h na dan.

ZBOG ČEGA SU TOLIKO VAŠE SVEČANE FRIZURE POSEBNE?

Obožavam raditi svečane frizure, i to je jedna specifična grana frizerstva za koju si talentiran ili nisi. Najčešće dolazak klijentice u salon bude sa slikom svečane frizure koju želi da napravi, ali ako vidim da se može nešto bolje uraditi uvijek preporučim. Volim individualan pristup svakom klijentu pa čak i ako su u pitanju klasični valovi, želim da to bude prepoznatljivo da je iz mog salona. Jako je bitan taj osjećaj za estetiku i sitne detalje koji čine frizuru posebnom. Volim da moje svečane frizure imaju X faktor i možda su zbog toga toliko posebne.

S OBZIROM NA TO DA STE UČESTVOVALI NA BEZBROJ EDUKACIJA I SEMINARA, SMATRATE LI DA SE I DALJE NE SMIJU IZOSTAVLJATI EDUKACIJE? VAŠ SALON BROJI VELIKI TIM STRUČNJAKA, DA LI SU I ONI INVOLVIRANI U CJELOKUPNU PRIČU, TE DA LI SA VAMA IDU NA EDUKACIJE?

Prestao sam da brojim koliko je edukacija iza mene, nego uvijek razmišljam koja je sljedeća edukacija gdje idem. Ovo je posao koji se nadograđuje cijeli život i nikad nije kraj sa edukacijama jer uvijek ima nešto novo. Divna strana frizerstva svakako je snaga moga tima iz salona, u kojoj se međusobno motiviramo, zajedno razvijamo i učimo jedni od drugih kako biti još bolji. Sudjelujemo zajednički u svim poslovima te edukacijama od kojih mogu izdvojiti visoka usavršavanja u Zagrebu gdje sam više puta vodio cijeli tim na akademiju koja je trajala po 5,6 dana. Posljednje zajedničko putovanje je bio Beograd, predivno druženje sa kolegama iz salona i regiona. Uvijek tražim frizere koji su veoma disciplinirani u svom radu. Važno mi je da taj posao rade iz srca i s mnogo ljubavi, također moraju biti uredni, precizni i imati želju za napretkom.

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Savjetovao bi da budete uporni u ostvarenju svojih ciljeva, da pratite svoj unutarnji instikt i da nikada ne odustajete bez obzira na kakve prepreke naišli. Morate raditi na svome napredovanju i usavršavanju, edukacija je vrlo važna. Jako je bitno naučiti osnove, ali je još bitnije usavršavati naučeno, uspjeh je zagarantiran. Pratite nas na našim društvenim mrežama Instagramu i Facebooku: [redcarpet_frizerskosalon](https://www.facebook.com/redcarpet_frizerskosalon)


infinity

UZ INFINITY SVAKO
STILIZOVANJE KOSE JE
PRAVO UŽIVANJE!




www.alexandar-cosmetics.com

PRODAJNA MJESTA:

BIJEJINA Alexandar Cosmetics (Majevička 1)

BANJA LUKA Dea Cosmetics (Trg Krajine 2 i TC Delta Planet)

MOSTAR Hair Cosmetics Shop (Kneza Višeslava bb, SPC „Orca“)

SARAJEVO Rosa Cosmetics (Dr Mustafe Pintoła 23) i Dea Cosmetics (Zelenih beretki 4)

Ivana Vuković: Najbitnije je da frizer voli svoj posao i da mu je na prvom mjestu zadovoljan klijent

Ukoliko želite zdravu i njegovanu kosu, redovan dolazak frizeru je veoma važan, veoma je bitno da redovno skraćujete svoje vrhove kako bi Vaša kosa bila zdrava i kako bi mogla rasti.

Intervju: Ivana Vuković, frizerka

U poznajte Ivanu Vuković, čija strast prema frizerskom zanatu nije samo posao, već način života. Sa svojom srednjom frizerskom školom i dodatnim usavršavanjem na prestižnoj akademiji u Čačku, Ivana je stvorila svoj ugledni frizerski salon koji već pet godina oduševljava svoje klijente.

ZA POČETAK DA LI MI MOŽETE REĆI NEŠTO VIŠE O SEBI?

Moje ime je Ivana Vuković, živim i radim u Višegradu, na upisu u osnovnu školu znala sam da je moj smjer frizerstvo, u čemu sam se ostvarila i otvorila svoj frizerski salon. Završila sam srednju frizersku školu i stekla dodatno znanje na akademiji u Čačku, frizerski salon držim 5 godina, sve moje radove možete pogledati na mom Instagram profilu @ivanahairstyle.

KADA STE SHVATILI DA JE TO POZIV KOJIM SE ŽELITE BAVITI?

Još kao mala djevojčica obožavala sam da idem sa mamom u frizerski salon, mnogo sam voljela promjene frizura, boja. Znala sam da će to biti moj posao. Uljepšavanje drugih je za mene bilo nešto što ja želim da radim u budućnosti i tako sam ostvarila svoj san.

KAKO PRATITE NAJNOVIJE TRENDOVE U FRIZERSTVU? KOJE METODE KORISTITE ZA KONTINUIRANO USAVRŠAVANJE SVOJIH VJEŠTINA?

Ovo je posao u kojem se trendovi mijenjaju iz dana u dan, a zbog velike količine posla nisam uvijek u mogućnosti da putujem da bi išla na



edukacije, zbog toga mnogo pratim online edukacije kao i mnogo svjetske frizere. Smatram da za ovaj posao morate biti uvijek u korak sa vremenom kako bi ste bili najbolji u onome što radite i kako bi vašim klijentima pružili savršen tretman.



KOJE SU NAJČEŠĆE TRAŽENE FRIZURE U SALONU, I POSTOJI LI NEŠTO ŠTO JE TRENUTNO POSEBNO POPULARNO MEĐU VAŠIM KLIJENTIMA?

Najčešće tražene frizure među mojim klijentima trenutno su talasi, što se tiče kolorisanja trenutno su mnogo popularni prirodni i bakarni tonovi, među svijetlijim nijansama mnogo je popularna air touch tehnika bojenja, koja je zasjenila tehniku balayage. Air touch tehnika pomoću fena stvara savršen prirodni efekat. Takođe i pramenovi do lica koji su savršen detalj kod naglašavanja crta lica

KAKO STRUČNOST FRIZERA MOŽE PRIDONIJETI ZDRAVLJU I LJEPOTI KOSE?

Mnogo je bitno da u ovom poslu frizer prati trendove, frizeri su ti koji trebaju da se pobrinu za savršene boje i frizure. Baš onakve kakve zahtijevate, svojim klijentima uvijek volim da preporučim dobre preparate za njegu kose i naravno da im predložim adekvatan savjet za održavanje kolora kod kuće između posjeta salonu.

KAKO EDUCIRATE SVOJE KLIJENTE O NAJNOVIJIM TRENDOVIMA U NJEZI KOSE I FRIZERSKIM TEHNIKAMA?

Zbog društvenih mreža, većina klijenata dolazi sa već spremnim fotografijama, kako bi htjeli da njihova frizura izgleda. Većinu noviteta koje unosim u svoj salon podijelim na svojim društvenim mrežama, kako bi klijenti bili upućeni u sve novitete kao i frizura tako i preparata

KAKO POTIČETE KLIJENTE DA NJEGUJU SVOJU KOSU IZMEĐU POSJETA SALONU? JESU LI NEKI SAVJETI ILI RUTINE KOJE PREPORUČUJETE KAKO BI SE OČUVALA KVALITETA I LJEPOTA NJIHOVE KOSE?

Jako je važno da klijent između dolazaka u salon ima adekvatnu kućnu njegu, kao što je dobar šampon, maska i naravno sprej za dodatnu njegu i zaštitu od toplote. Klijenti sve više dolaze na tretmane za njegu kose, salonska farbanja u kojima je jako važno da klijent bude redovan, kako bi boja bila jednaka i baš onakva kakvu želimo. Dosta klijenata pegla svoju kosu, izlaže kosu visokim temperaturama tako da je mnogo važna njega između dolazaka u salon kako bi kosa bila savršena.

DA LI SU ŽENE ZAHTJEVNE KADA JE U PITANJU KOSA I NJENA NJEGA?

Najbitnije je da frizer voli svoj posao i da mu je na prvom mjestu zadovoljan klijent. Prije svakog rada volim da obavim razgovor sa klijentom u kome se dogovaramo oko svih detalja, kako bi ispunila želje klijentu. Uvijek volim i da dam svoj savjet kako bi zajedničkom idejom došli do cilja i postigli željeni rezultat.

KOLIKO ZNAČI REDOVNA POSJETA FRIZERU ZA ZDRAVLJE KOSE?

Ukoliko želite zdravu i njegovanu kosu, redovan dolazak frizeru je veoma važan, veoma je bitno da redovno skraćujete svoje vrhove kako bi Vaša kosa bila zdrava i kako bi mogla rasti. Njegovana kosa zahtijeva pažnju i posvećenost. Potrebno je odvojiti vrijeme kako i za frizera tako i za kućnu njegu kako bi dobili savršeno zdravu kosu.

KOJU PORUKU ŠALJETE NAŠIM ČITAOCIMA?

Ono što bi poručila čitaocima je da bez obzira kojim se poslom bavili, ono što je jako bitno da se posvetite svom radu maksimalno i svoju energiju preusmjerite na ono što volite.

Adnan Zećo: Plastična hirurgija nudi širok spektar djelatnosti od rekonstruktivne, preko plastične i na kraju estetske hirurgije

Budućnost plastične hirurgije je sigurno ekspanzija ove oblasti u BiH, vezano za kvantitet i kvalitet.

Piše: Mr. Sci. Dr Adnan Zećo

Mr. Sci. Dr Adnan Zećo pripada skupini hirurga koji je posvećen maksimalno svom poslu. Svoj profesionalni put započeo je inspiriran svojim ocem koji je abdominalni hirurg. Kroz svoju karijeru istakao se u rekonstruktivnoj, plastičnoj i estetskoj hirurgiji, te je postao poznat po inovativnim pristupima i visokim standardima kvalitete u praksi. U ovom intervjuu, Dr. Zećo će s nama podijeliti svoje iskustvo, izazove i viziju budućnosti plastične hirurgije u Bosni i Hercegovini i širem regionu.

MOŽETE LI NAM ISPRIČATI KAKO STE SE PRVI PUT ZAINTERESOVALI ZA OBLAST REKONSTRUKTIVNE, PLASTIČNE I ESTETSKE HIRURGIJE I KAKO JE VAŠA KARIJERA ZAPOČELA?

Zainteresiranost za medicinu općenito je prešla od oca koji je abdominalni hirurg, s tim da sam ja krenuo malo drugačijim putem u hirurgiji, odnosno baviti se plastičnom, rekonstruktivnom i estetskom hirurgijom. Razlog za to je možda i to što me je prije upisa na fakultet zanimala i arhitektura, pa sam našao neku sredinu, arhitektura ljudskog tijela. Kroz plastičnu hirurgiju dosta problema možete rješavati na različite načine upotrebom različito dizajniranih reznjeva. A naravno treba uzeti u prilog i sve veću popularnost estetske hirurgije.

KAKO SU VAŠE EDUKACIJE, POSEBNO U ESTETSKOJ HIRURGIJI, OBLIKOVALE VAŠ PRISTUP PRAKSI? KOJE SU BILE KLJUČNE FAZE U VAŠEM PROFESIONALNOM RAZVOJU NAKON DIPLOMIRANJA?

U svakom slučaju ključna faza je uvijek mukotrpan i požrtvovan rad uz mnoga



odricanja. Kada vaši prijatelji idu u izlaske ili na vikende vas zapadne da idete u operacionu salu. Ali kada se neki posao voli, ni to nije teško. Također naglasio bi i dobre mentore. Vezano za edukacije, to je naravno i danas nerazdvojivo od rada na visokom nivou. Kvalitetne i kontinuirane operacije su neophodne. U današnje vrijeme najnovija literatura sa najnovijim procedurama je lako prisutna, uz naravno odlaske na razmjenu iskustava na svjetski priznate klinike.

KOJI SU BILI NAJIZAZOVNIJI ASPEKTI VAŠEG RADA NA PLASTIČNOJ HIRURGIJI? KAKO STE SE NOSILI S RAZLIČITIM VRSTAMA OPERACIJA, UKLJUČUJUĆI

REKONSTRUKCIJU DOJKE VLASTITIM TKIVOM?

Plastična hirurgija nudi širok spektar djelatnosti od rekonstruktivne, preko plastične i na kraju estetske hirurgije. Među najizazovnije operativne zahvate svakako bi istakao vraćanje potpuno amputirane ruke u području nadlaktice, prebacivanje kosti potkoljenice sa mišićem na suprotnu nogu a kako ista ne bi bila amputirana. Sve su ovo operacije koje zahtjevaju multiple zahvate u ovoj oblasti. Također dodao bi i rekonstrukciju dojke vlastitim tkivom, koja je jedna od najizazovnijih operacija iz područja plastične hirurgije, gdje se višak tkiva sa stomaka skida, u potpunosti odvaja od pacijentice, a nakon toga spaja na krvne sudove grudnog koša i formira dojka. Na taj način pacijentice oboljele od karcinoma dobijaju novu dojku, a uz to se rješavaju visećeg stomaka.

ŠTA VAS JE PRIVUKLO OPERACIJAMA NOSA, ZATEZANJU LICA, GRUDI I ZATEZANJU STOMAKA? MOŽETE LI PODIJELITI NEKA VAŠA ISKUSTVA I IZAZOVE U OVIM VRSTAMA OPERACIJA?

Tu je upravo ona navedena želja za studiranjem

arhitekture. Kroz ove operacije vlastitim dizajnom, a naravno poštujući postulate estetske hirurgije donosimo nešto što je lijepo i što će nekoga usrećiti. Ono što bi naveo kao neko iskustvo ili neka vlastita satisfakcija jeste ono kada vidite sretnog pacijenta ili pacijenticu koji je riješio svoj problem a koji ga je godinama mučio.

KAKO JE VAŠA STRAST PREMA ISTRAŽIVANJU UTICALA NA VAŠU PRAKSU? KOJA SU VAŠA NAJZNAČAJNIJA ISTRAŽIVANJA ILI RADOVI U OBLASTI PLASTIČNE HIRURGIJE?

Strast prema istraživanju, na praksu je u svakom slučaju uticalo mnogo. Uvijek nastojimo da vidimo koje su to novine u području estetske hirurgije. Danas je to da se uradi neka operacija a da se oporavak pacijenta smanji u najmanjem mogućem obimu. Ovdje bi svakako spomenuo upotrebu piezzo ultrasoničnog noža koji se koristi kod operacija nosa, za što brzi oporavak i što bolji rezultat, gdje smo mi kao klinika jedni od pionira u regionu, kao i prva klinika iz Bosne i Hercegovine.

KOJI SU VAM NAJVEĆI IZAZOVI I NAJVEĆE NAGRADE U RADU S PACIJENTIMA? KAKO POŠTIŽETE ZADOVOLJSTVO PACIJENATA U VAŠOJ PRAKSI?

Izazovnih operacija uvijek ima, jer uvijek nastojimo da dobijemo maksimum iz postojećeg stanja. Ovdje se često radi o sekundarnim ili tercijarnim operacijama, što je samo posebni izazov. Najveća nagrada je svakako zadovoljan i sretan pacijent. Put do taga naravno nije uvijek lak. Ono što je glavno da vidimo šta su želje pacijenta, te da im na pravi način objasnimo šta su mogućnosti, šta možemo i šta ne možemo. Također bitno je pacijentima objasniti kojim sa mjerom može da ide njihov oporavak, koje su moguće komplikacije, i kakve rezultate može da očekuje. Na ovaj način pacijent dobija sigurnost i povjerenje u hirurga i kliniku.

KAKO VIDITE BUDUĆNOST PLASTIČNE HIRURGIJE U BOSNI I HERCEGOVINI I REGIONU? KOJE SU POTENCIJALNE PROMJENE ILI NAPREDCI KOJE OČEKUJETE?

Budućnost plastične hirurgije je sigurno ekspanzija ove oblasti u BiH, vezano za kvantitet. Kvalitet ne bi posebno naglašavao jer smatram da po tome ničim ne zaostajemo od neke Klinike u Americi ili Njemačkoj. Mi imamo pacijente koji



BeautiFUL

dolaze iz inostranstva radi kvalitete naših usluga, a također imali smo i pacijente koji dolaze iz tih zemalja na revizione operacije. Plastična hirurgija sigurno više nije tabu tema. Ovdje bi najbolje citirao jednog svog prijatelja koji mi govori da su prije estetske operacije bile negdje u magli, neko tamo drugi se operiše, a sada se operišu ljudi oko njega.

KOJI SAVJET BISTE DALI MLADIM HIRURZIMA KOJI ŽELE UĆI U OBLAST REKONSTRUKTIVNE, PLASTIČNE I ESTETSKE HIRURGIJE?

Savijet mladim hirurzima je svakako da budu ustrajni da dođu do željene oblasti u medicini. Čitav taj put, fakultet, dobijanje specijalizacije jeste mukotrpan, ali ako to zaista želite, ništa nije predugo i preteško. Također ovdje bi dao i mali savjet za mlađe kolege, da se ne vode TV novelama vezanim za plastičnu hirurgiju,

jer se ona ne svodi na davanje filera i botoxa, povećavanjem grudi. U svakom slučaju prije dobijanja specijalizacije nije loše da se obiđe Klinika, gdje trebate vidjeti sve one dobre i loše strane ove oblasti.

Kao i u svakoj oblasti pa tako i u ovoj jako bitan je timski rad. Od ono ko će se ljubazno javiti na telefon i dati pacijentu ulazne informacije, preko onoga ko će primiti i voditi brigu o pacijentu dok je on na Klinici, te naravno čitavog tima koji vodi čitavu proceduru. Ukoliko nešto u tom sistemu nije u redu ne možete imati dobar rezultat i sretnog pacijenta.

ŠTA VAS NAJVIŠE MOTIVIŠE I INSPIRIŠE U VAŠEM SVAKODNEVNOM RADU?

Motivacija je svakako želja za nečim novim i boljim i želja da svi pacijenti budu zadovoljni, ako ništa da smo barem dali sve od sebe.



Dr. Pistor MESOGUN

Medical class IIB

Device class

IIB

Range of syringes

Centered Luer cone syringe without Luer lock
10 ml, 5 ml, 2,5 ml, 2 ml, 1 ml

Range of needles

4 mm, 6 mm, 13 mm
Tous diametres

Weight

580 grams (with battery)

Battery

Lithium ion 2200 mAh 7,4V
Autonomy : 36 hours
Reloading : 2 hours max.
Level of charge displayed on LCD screen
Life expectancy: : 5 years

4 preset injection modes

- Continuous mode
- Mesoperfusion mode (0,0285 ml)
- Topping (0,005 ml)
- Point per point injection: Standard dose (0,0285 ml)

Adjustable parameters

Previous setting is stored.

- Needle length
- Needle penetration depth
- Syringe size
- Injection speed (Continuous mode)
- Time between two injections (Mesoperfusion)
- Injection frequency (Gust / Nappage mode)
- Duration of injection (Modes: Standard dose)



The control screen: Simplified use thanks to a new layout, simple and intuitive programming.

CE 0459



 **Med-Line**
MEDICAL | AESTHETIC | HOSPITAL | HEALTH
www.med-line.eu | info@medline.hr | +385969636628 | +385916155662 | +385955801701

Ivana Barišić: U ljetnim mjesecima, fokus na određene vitamine, minerale i elemente može biti ključan za zdravlje kože i crijeva

Kombinacija različitih ovih nutrijenata može pomoći u očuvanju zdravlja kože, podržci imunološkom sistem te održavanju ravnoteže crijevne flore tijekom ljetnih mjeseci.

Piše: Ivana Barišić, magistra sam nutricionizma

Ivana Barišić je magistra nutricionizma i vlasnica nutricionističkog centra Nutrilife u Zagrebu. Nutrilife je osnovala 2016. godine, inspirirana osobnim iskustvom i željom da pomogne drugima u usvajanju zdravih životnih stilova. Njena životna priča i borba s „modernim“ zdravstvenim problemima (nadutost, manjak energije, poremećaj glukoze, intolerancija na hranu i sl.) potaknuli su je da stvori inovativan koncept koji će ljudima omogućiti da prekinu začarani krug nezdravih navika. Njen centar je mjesto gdje kombinira najnovija naučna saznanja iz područja nutricionizma s individualnim pristupom svakom klijentu. Ivanin cilj je pomoći ljudima da započnu svoje promjene i usvoje nove rutine, kako bi postali zdraviji, sretniji i zadovoljniji. U nastavku donosimo intervju sa Ivanom Barišić

KADA STE SHVATILI DA JE TO POZIV KOJIM BI SE ŽELJELI BAVITI?

Nakon završetka fakulteta 2008. godine, nisam odmah planirala baviti se nutricionizmom na način na koji to radim danas. Bila sam željna stjecanja različitih znanja i vještina, pa sam se zaposlila u velikoj korporaciji, u području marketinga i managementa. Međutim, stresan način života i velike ambicije uzeli su svoj danak te sam se razboljela. Tijekom oporavka shvatila sam koliko je prehrana ključna za zdravlje i dobrobit. Tada sam dobila inspiraciju za pokretanje centra koji će se fokusirati na holistički pristup zdravlju, obuhvaćajući prehranu, wellness i cjelokupno blagostanje. Tako je 2016. godine nastao Nutrilife Centar, mjesto gdje kombiniramo najnovija znanstvena saznanja iz područja



nutricionizma s personaliziranim pristupom svakom klijentu. Naš cilj je pomoći ljudima da usvoje zdrave životne navike, poboljšaju svoje zdravlje i postignu optimalnu ravnotežu između tijela i uma. Nutrilife nije samo posao, već moj način da ljudima prenesem znanje i iskustvo koje sam stekla kroz vlastitu borbu sa zdravstvenim problemima, te da im pružim podršku na njihovom putu prema zdravijem i sretnijem životu.

KOJE SU NAJČEŠĆE ZABLUDE ILI MITOVI KOJE LJUDI IMAJU O ISHRANI I KAKO SE NOSITE SA NJIMA U SVOM RADU?



Postoji mnogo zabluda i mitova o ishrani koji mogu utjecati na zdravlje ljudi. Jedan od najčešćih mitova je da svi trebaju slijediti isti dijetni režim kako bi bili zdravi. Važno je znati da stvari koje su znanstveno i medicinski dokazane ne djeluju jednako na sve. Generalni nutricionistički savjeti često ne funkcioniraju za svakoga jer je svako tijelo drugačije i svi reagiramo na različite načine. Zato je ključan individualni pristup i sveobuhvatno promatranje metabolizma i tijela. Neki globalni mitovi koji se tiču žena i prehrane uključuju:

1. "Jedno veličina odgovara svima" dijeta – Ideja da postoji univerzalni plan prehrane koji će odgovarati svima je pogrešna. Na primjer, keto dijeta ili paleo dijeta mogu djelovati za neke, ali mogu biti neadekvatne ili čak štetne za druge.

2. Detoksikacijski napici i čajevi – Često se vjeruje da su detoksikacijski napici i čajevi neophodni za čišćenje tijela. Međutim, tijelo već ima prirodne detoksikacijske sustave, kao što su jetra i bubrezi, koji efikasno obavljaju ovaj posao.

3. Izbjegavanje masti – Mnogo žena vjeruje da će izbjegavanje svih masti pomoći u gubitku težine i poboljšanju zdravlja. No, zdrave masti, poput onih u avokadu, orašastim plodovima i maslinovom ulju, neophodne su za pravilno funkcioniranje organizma.

4. Brojanje kalorija je sve što je važno – Fokusiranje isključivo na broj kalorija može zanemariti važnost kvalitete hrane. Nutritivna vrijednost namirnica je ključna za zdravlje i dobrobit.

KAKO SE FOKUSIRATE NA DUGOROČNO ZDRAVLJE I DOBROBIT KLIJENATA, A NE SAMO NA KRATKOROČNE CILJEVE?

U svom radu s klijentima, trudim se razbiti ove mitove pružajući edukaciju temeljenu na znanstvenim dokazima i individualiziranom pristupu. Svaki plan prehrane prilagođavamo specifičnim potrebama i zdravstvenom stanju pojedinca. Koristimo najnovija znanstvena saznanja kako bismo osigurali da prehrana podržava cjelokupno zdravlje i dobrobit.

Edukacija klijenata o tome kako funkcionira njihov metabolizam i tijelo pomaže im da donesu informirane odluke i usvoje zdrave navike koje će im dugoročno koristiti. U Nutrilife Centru naš glavni cilj je osigurati dugoročno zdravlje i dobrobit naših klijenata. Kroz godine rada i vlastito iskustvo naučila sam koliko je važno usmjeriti se na održive promjene koje će trajati cijeli život.

Svakom klijentu pristupamo individualno, prilagođavajući planove prehrane njihovim specifičnim potrebama, ciljevima i zdravstvenom stanju. Pružamo detaljnu edukaciju o zdravim prehrambenim navikama, metabolizmu i načinu na koji tijelo funkcionira kako bismo ih osnažili da razumiju vlastito tijelo i donose informirane odluke. Naš pristup je holistički, uzimamo u obzir sve aspekte zdravlja, uključujući fizičko, mentalno i emocionalno blagostanje.

Redovito pratimo napredak klijenata i prilagođavamo planove prema potrebi, osiguravajući im kontinuiranu podršku kako bi ostali motivirani i dosljedni svojim ciljevima. Fokusiramo se na postupno usvajanje zdravih životnih navika koje klijenti mogu održavati dugoročno, vjerujući da je ključ dugoročnog zdravlja u postizanju ravnoteže i održavanju zdravih navika koje se uklapaju u svakodnevni život.

KOJE SU NAJČEŠĆE PREPREKE S KOJIMA SE LJUDI SUOČAVAJU PRILIKOM POKUŠAJA PROMJENE PREHRAMBENIH NAVIKA I KAKO IM POMAŽETE DA IH PREVAZIĐU?

Jedna od najčešćih prepreka je nedostatak vremena. Užurbani način života često otežava planiranje i pripremu zdravih obroka. U Nutrilife Centru, pomažemo klijentima razviti praktične strategije za organizaciju vremena i planiranje obroka koje se lako uklapaju u njihov dnevni raspored. Druga prepreka je nedostatak motivacije i podrške. Promjena prehrambenih navika može biti izazovna, posebno kada se radi samostalno.

U našem centru, pružamo kontinuiranu podršku i motivaciju kroz redovite konzultacije, praćenje napretka i prilagodbu planova prema potrebi. Na taj način, klijenti se osjećaju podržano i motivirano da ustraju u svojim ciljevima. Nedostatak znanja o zdravoj prehrani također može biti značajna prepreka.

Mnogi ljudi nisu svjesni kako pravilno balansirati obroke ili koje namirnice su najbolje za njihove specifične potrebe. Kroz edukaciju i personalizirane savjete, pomažemo klijentima razumjeti osnove nutricionizma i kako primijeniti te principe u svakodnevnom životu.

Emocionalno jedenje i stres također su česte prepreke. Mnogi ljudi posežu za hranom kao načinom suočavanja sa stresom, tugom ili dosadom. U Nutrilife Centru, radimo na prepoznavanju okidača za emocionalno jedenje i razvijamo strategije za suočavanje sa stresom koje ne uključuju hranu. Naš cilj je osigurati da promjene koje klijenti uvedu budu održive i dugoročne. Kroz holistički pristup, individualizirane planove i kontinuiranu podršku, pomažemo ljudima da prevladaju prepreke i usvoje zdrave prehrambene navike koje će im donijeti trajnu dobrobit.

KOJE SU NAJBOLJE STRATEGIJE ZA ODRŽAVANJE HIDRIRANOSTI TOKOM LJETA, POSEBNO ZA LJUDE KOJI SE BAVE FIZIČKOM AKTIVNOŠĆU NA OTVORENOM?

Održavanje hidriranosti tokom ljeta, posebno za ljude koji se bave fizičkom aktivnošću na otvorenom, ključno je za zdravlje i performanse. U Nutrilife Centru savjetujemo nekoliko ključnih strategija:

1. Redovito pijte vodu – Nosite bocu vode sa



sobom i pijte male količine vode tijekom cijelog dana, ne čekajući osjećaj žeđi.

2. Konzumirajte hranu bogatu vodom – Lubenica, krastavci, naranče i bobičasto voće odlični su izvori tekućine.

3. Izbjegavajte prekomjerni unos kofeina i alkohola – Ovi napici mogu dovesti do dehidracije.

4. Koristite sportske napitke – Ako vježbate dulje od sat vremena ili po intenzivnoj vrućini, sportski napici mogu pomoći u nadoknadi elektrolita.

5. Prilagodite unos tekućine uvjetima – Povećajte unos vode na danima kada su temperature visoke ili kada planirate intenzivnu fizičku aktivnost.

Pravilna hidratacija pomaže u održavanju energije, sprečavanju grčeva i poboljšanju ukupne izvedbe. Kroz individualne konzultacije, pomažemo klijentima prilagoditi unos tekućine njihovim specifičnim potrebama i aktivnostima.

KAKO MOŽEMO ISKORISTITI SEZONSKO VOĆE I POVRĆE KOJE JE DOSTUPNO TOKOM LJETA U SVOJOJ ISHRANI?

Sezonsko voće i povrće dostupno tokom ljeta obiluje nutritivnim vrijednostima i svježinom. Evo nekoliko primjera kako ih možete uključiti u svoju ishranu:

1. Lubenica: Bogata vodom i antioksidansima, idealna za hidrataciju i osvježenje.

2. Paradajz: Odličan izvor vitamina C i likopena, koji su važni za zdravlje srca.

3. Krastavci: Niskokalorični, ali bogati vodom i vlaknima, što ih čini idealnim za održavanje

hidratacije i probave.

4. Jagode: Puna antioksidansa, vitamina C i vlakana, podržavaju zdravlje kože i imunološki sustav.

5. Tikvice: Niskokalorične, bogate vlaknima i vitaminom C, koje podržavaju zdravlje probavnog sustava.

6. Breskve: Slatke i sočne, bogate vitaminom A i C, koje su korisne za zdravlje kože i oči.

7. Kukuruz: Izvor vlakana i vitamina B kompleksa, koji podržavaju zdravlje srca i živčanog sustava.

KOLIKO JE VAŽNA SUPLEMENTACIJA I KOJI SU VITAMINI I MINERALI POTREBNI UNOSITI U LJETNOM PERIODU?

U ljetnim mjesecima, fokus na određene vitamine, minerale i elemente poput cinka može biti ključan za zdravlje kože i crijeva, osobito uzimajući u obzir povećanu izloženost suncu i promjene u prehrani.

1. Vitamin D: Sunčeva svjetlost je glavni izvor vitamina D, važnog za zdravlje kože. Međutim, suplementacija može biti potrebna ako ste ograničeni na sunčevo svjetlo ili koristite zaštitu od sunca.

2. Vitamin C: Ovaj antioksidans je ključan za zaštitu kože od UV zračenja i poticanje proizvodnje kolagena, što je važno za elastičnost kože.

3. Omega-3 masne kiseline: Podržavaju hidrataciju kože i smanjuju upale, što je korisno

u uvjetima povećane izloženosti suncu.

4. Cink: Ovaj mineral je bitan za održavanje integriteta kože i zaštitu od UV zračenja. Također igra važnu ulogu u normalnoj funkciji imunološkog sustava i probavnog sustava.

5. Probiotici: Podržavaju zdravlje crijeva i probavu, što je važno kada se prehrana mijenja ili tijekom putovanja.

Kombinacija ovih nutrijenata može pomoći u očuvanju zdravlja kože, podršci imunološkom sustavu te održavanju ravnoteže crijevne flore tijekom ljetnih mjeseci. Preporučuje se individualni pristup suplementaciji uz savjetovanje s nutricionistom ili liječnikom, kako bi se osiguralo optimalno zdravlje i dobrobit.

KAKO SE NOSITI S PREHRAMBENIM IZAZOVIMA PUTOVANJA TOKOM LJETA, UKLJUČUJUĆI DUGOTRAJNA PUTOVANJA I ODMOR NA ODREDIŠTIMA SA RAZLIČITIM PREHRAMBENIM NAVIKAMA?

Putovanja tijekom ljeta mogu predstavljati izazove u održavanju zdravih prehrambenih navika, posebno tijekom dugotrajnih putovanja i boravka na odredištima s različitim prehrambenim navikama. Evo nekoliko strategija za nositi se s tim izazovima:

1. Planiranje unaprijed: Prije putovanja istražite dostupne opcije hrane na vašem odredištu. Potražite restorane ili tržnice koje nude zdrave i svježije namirnice.



2. Pakiranje zdravih snackova: Uzmite sa sobom zdrave snackove poput orašastih plodova, sušenog voća, proteinskih pločica ili voća koje se lako nosi poput jabuka ili banana. To će vam pomoći da izbjegnute nezdrave opcije hrane tijekom putovanja.

3. Hidratacija: Pazite da pijete dovoljno vode tijekom putovanja, posebno ako putujete na određite s visokim temperaturama. Nosite sa sobom bocu vode i redovito pijte tijekom putovanja.

4. Prilagodba lokalnoj kuhinji: Iskoristite priliku da istražite lokalnu kuhinju i isprobate tradicionalna jela. Tražite zdrave opcije koje sadrže obilje svježeg voća, povrća i nemasnih proteina.

5. Balansiranje obroka: Pokušajte održati ravnotežu u obrocima, uključujući raznolike namirnice poput voća, povrća, proteina i cjelovitih žitarica. To će osigurati da dobijete sve potrebne hranjive tvari za održavanje energije tijekom putovanja.

6. Fleksibilnost: Budite otvoreni za prilagodbu i fleksibilnost u prehrani. Nemojte se previše brinuti ako ne možete uvijek pronaći idealne zdrave opcije hrane. Uživajte u putovanju i iskustvu novih okusa i kultura.

KAKO PRAVILNO ČITATI DEKLARACIJE NA PREHRAMBENIM PROIZVODIMA KAKO BISMO IZBJEGLI DODATNI UNOS ŠEĆERA ILI NEPOTREBNIH ADITIVA TOKOM LJETNIH MJESECI?

Pravilno čitanje deklaracija na prehrambenim proizvodima ključno je za izbjegavanje dodatnog unosa šećera i nepotrebnih aditiva, osobito tijekom ljetnih mjeseci kada su ponude proizvoda često raznolike i privlačne. Evo koraka koje možete slijediti:

1. Provjerite popis sastojaka: Sastojci su navedeni po smanjujućem redoslijedu prema količini. Ako šećer ili aditivi kao što su konzervansi ili umjetne boje dolaze među prvih pet sastojaka, proizvod može sadržavati visok udio tih sastojaka.

2. Pogledajte količinu šećera: Pogledajte količinu šećera koja je navedena u tablici s nutritivnim vrijednostima. Ponekad se šećer može prikriti pod različitim imenima poput glukoze, fruktoze, sirupa ili meda.

3. Izbjegavajte dodane šećere: Tražite proizvode koji imaju niski udio dodanih šećera.

4. Obratite pažnju na aditive: Ako želite

izbjegavati nepotrebne aditive poput umjetnih boja, konzervansa ili pojačivača okusa, provjerite deklaraciju da biste vidjeli ima li proizvod takve sastojke.

5. Budite svjesni skrivenih šećera: Šećer može biti prisutan u mnogim prerađenim namirnicama, čak i onima koje se ne smatraju slatkima, poput umaka za salatu, kruha ili konzerviranih proizvoda. Provjerite deklaraciju kako biste bili sigurni koliko šećera proizvod sadrži.

KOJE SAVJETE BISTE DALI LJUDIMA KOJI ŽELE DA UNAPRIJEDE SVOJU ISHRANU I OPŠTE ZDRAVLJE?

Evo nekoliko savjeta za ljude koji žele unaprijediti svoju ishranu i opće zdravlje:

1. Raznovrsna ishrana: Uključite raznovrsnu paletu namirnica poput voća, povrća, cjelovitih žitarica, proteina i zdravih masti. Ovo osigurava unos različitih hranjivih tvari potrebnih za optimalno zdravlje.

2. Balansiranje obroka: Pokušajte uravnotežiti obroke tako da sadrže proteine, ugljikohidrate i zdrave masti. To pomaže u održavanju stabilne razine energije i podržava dugoročno zdravlje.

3. Izbjegavanje prerađene hrane: Smanjite unos prerađene hrane koja može biti bogata šećerom, solju i zasićenim mastima. Umjesto toga, birajte svježe namirnice kad god je to moguće.

4. Hidratacija: Pijte dovoljno vode tijekom dana kako biste održali hidrataciju. Voda je ključna za mnoge funkcije tijela i pomaže u regulaciji tjelesne temperature.

5. Redovna tjelesna aktivnost: Uključite barem 30 minuta umjerene tjelesne aktivnosti većinu dana. To može biti hodanje, trčanje, biciklizam ili vježbe u teretani, što pomaže u održavanju zdravlja srca, mišića i cjelokupnog dobrobiti.

6. Pazite na porcije: Pripazite na veličinu porcija kako biste izbjegli prejedanje. Slušajte signale gladi i sitosti vašeg tijela.

7. Planiranje obroka: Planirajte obroke unaprijed kako biste izbjegli impulsivne izbore hrane koji mogu biti manje zdravi.

8. Razmislite o suplementaciji: Razmislite o dodatku prehrani poput vitamina i minerala koji vam možda nedostaju, ali uvijek se posavjetujte s nutricionistom ili liječnikom prije uzimanja dodataka. Pravilna prehrana igra ključnu ulogu u općem zdravlju, energiji i dugovječnosti. Mali, ali postojani koraci prema zdravijim prehrambenim navikama mogu imati veliki utjecaj na vašu dobrobit i kvalitetu života.

SAJAM KOZMETIKE, LJEPOTE, ZDRAVLJA & WELLNESSA

2024
beautiFUL
MEĐUNARODNI SAJAM

SARAJEVO, 14.-15.09.2024.

SKENDERIJA - DVORANA MIRZA DELIBAŠIĆ

Ul. Stjepana Radića 16
Široki Brijeg
387 63 355 785
@salonliepotekairos

Kairos
SALON LJEPOTE

antonia_bevanda_cubela
antoniacubela.com
387 63 99 66 33
Dubrovačka 11, 88 000 Mostar

KALLOS
EDUCATOR

MAKEUP ARTIST

FACEBOOK:
Merima Sipković Begić



INSTAGRAM:
merima_sipkovic_begic

Komune Vejle br. 14, Jablanica
+387 61 536 199
merimabegic88@gmail.com



NAILS FACTORY

_nails_factory_
387 60 314 53 38
Braće Fejića bb,
Mostar



DE BEAUTYROOM

Dragana Eriš

Proboj 71
88 320 Ljubuški
063 678 333
eresdragana@gmail.com

DE BEAUTYROOM

- makeup
- lash lift
- obrve
- depilacije
- nokii(rubber base)

JELENA HRKAČ
makeup artist



jhrkac98@gmail.com
+387 63 526 687
jhrkac_makeup
Široki Brijeg, Njivice bb



Trg 1 Maj, Mostar 88 000
062 537 327
061 938 841
Salon Perfect
salonljepote.perfect
salonljepote.perfect@gmail.com

Manikir
Pedikir
klasični
ruski
callux
Solarijum (Ergoline)
Laserska epilacija

Vaš pravi izbor

Bosiljka Vučić



Majora Dragutina gavrilovića 21, Bijeljina
bosiljkastanisc11@icloud.com
+387 65 979 655
@bosiljkavucic

AKADEMIJA ODOBRENA OD STRANE MINISTARSTVA OBRAZOVANJA,
KULTURE I SPORTA USK



STUDIO & ACADEMY

+38761742797
BSAKADEMIJA
BOSANSKA KRUPA
BS AKADEMIJA

Madamm Amela
BEAUTY & MAKEUP STUDIO

Amela Suljić

MADAMM_AMELA • +387 61 543 439

HAIRCOUTUREDESILVA
hair salon & products

contact +387 62 06 08 08
Branilaca Sarajeva 14, Sarajevo
info@dennysilva.ba

www.dennysilva.ba IG: hc_desilva denny_d_silva



Stupska 17A
71 210 Ilidža - Sarajevo
www.divacosmetic.ba
+387 62 169 976

ZAGRLITE MOĆ TRANSFORMACIJE, GDJE LJEPOTA
CVIJETA I SAMOPOUZDANJE SJIA.



Rustempašina 23/II
Mellan Centar, Ilidža
Tel.: +387 62 720 909

deneabeautycentar@gmail.com
denea_beauty_centar
Denea Beauty Centar



Ivana Bošnjak

+387 63 637 149

lys_mostar

mostar@lysbyrb.com

Tina Ujevića (Vokića i Lorkovića) 87, Mostar



STUDIO

Tijana Martinović



066 795 700

Karadorđeva 1, Doboj
Svetog Save 30, Teslić



Kozmetički salon

Maršala Tita 11, 71000 Sarajevo
Tel.: 061 / 383 - 116
@la_vie_beauty_centar

KOZMETIČKI SALON

AFRODITA

OLIVERA MARKOVIĆ

LIVNO

063 344 969



POEZIJA LJEPOTE
FRIZERSKO-KOZMETIČKI SALON

+387 61 68 30 39
+387 60 350 41 60
Branislava Nušića 164
Poezija Ljepote
poezija_ljepote



DRAGANA

MAKEUP & BEAUTY
SALON

DRAGANA

+387 65 030 003

GORANA

+387 65 343 437

NIKOLINA

+387 65 376 154

@ dragana_bajic

Obala Vojvode Stepe 6

STUDIO LJEPOTE

Beauty Room

by Kristina Šilić

Brune Bušića 4
063 421 441
studioljepoteBeautyRoom
studioljepoteBeautyRoom
kristina.silic@gmail.com

KOZMETOLOŠKI CENTAR LARISA



- ☎ 062 641 445
- ✉ ks.larisa@gmail.com
- 📍 Šabana Zahirovića br.2
75 000, Tuzla
- v.l.SARA SUFI



SLOBODAN GUTOVIĆ, DIPL. FIZIOTERAPEUT

Usluge iz oblasti fizikalne medicine i kozmetologije,
edukacije za masažu, hidžamu i kozmetičke tretmane.

- 📍 Trebinjskih brigada 11
- ☎ 065 239 218
- ✉ fiziocentartrebinje@gmail.com
- 🌐 www.fiziocentartrebinje.com

GLAMOUR *beauty house*

- 📍 Dečanska 32, Istočno Novo Sarajevo ☎ +387 (0)65 000 013
- ✉ glamourbeautyhouse2023@gmail.com 📱 glamourbeautyhouse2023



2A Milanka Bošnjaković | CEO & Founder

- ☎ +387 62 676 675 +387 61 955 566
- 📍 TC Sjenjak, Tuzla
- 📘 kozmeticki salon 2A
- 📷 kozmeticki_salon_2A



AILS & EDUCATION STUDIO

- 📍 Bulevar branilaca bb
- ☎ +387 61 835 271
- 📧 nails_and_education_studio
- 🌐 www.nailsandeducationstudio.com



FRIZERSKI SALON ASMIRA

- 📍 Mehmedalije M Dizdara,
Stupine B7
- ☎ 062 629 225
- 📱 @Frizerski salon „Asmira”



IVANA M. KOZMETIČKI STUDIO

IVANA MLIKOTA MARTINOVIĆ
kozmetolog i fizioterapeut

- ☎ 063/980-333; 063/263-262
- ✉ ivanamartinovic300@yahoo.com
- 📘 Kozmetički studio Ivana M
- 📧 ivanamlikota.martinovic
- 🕒 pon - pet: 09 - 20h; sub: 09 - 14h

IVIĆ

COSMETICS AND MESSAGES

- 📍 Prnjavor, BiH
- ☎ +387 66 991 575
- 📘 Ivić Cosmetic
- 📱 ivic.cosmetics

TIJELO

- Ultrazvučna kavitacija
- Radiolazni lifting
- Body sculpting
- Maderoterapija
- Limfna drenaža
- Laserska epilacija
- Masaža tijela

LICE

- Higijenski tretmani
- Hidrafacial
- Fitopliling
- Dermapen
- Hemijski pilinz
- Mezoporacija
- Hidratacija

KOZMETIČKI SALON

*Beauty
Dragana*

- 📍 Karadorđeva 48, Doboj
- ☎ 065/922-075
- 📱 draganaa.stancic.pmu



- 📱 beauty_basics
- ✉ bbasics91@yahoo.com
- ☎ +387/66-936-795
- 📍 Svetosavska 10, Trebinje 89101

FAM

FRIZERSKI SALON

- 📍 NUSRETA BRKIĆA 2, SARAJEVO
- ☎️ +387 62 690 833
- 📌 FRIZERSKI SALON "FAM"
- 📷 FRIZERSKI_SALON_FAM

EDUKACIJE & TRETMANI

+387(0)65 857 599
+387(0)65 683 186

@studior.studio
sladjana.jeftic@sviato.academy
salonijepote.studior@gmail.com



BS best style STUDIO

FRIZERSKI-KOSMETIČKI

M.M. BAŠESKIJE 20
061 198 794
033 864 564

Radno vrijeme:
pon-pet 08-19h
sub 08-17h

OM SALON

OM SALON 1.maja br. 5
066 099 980

OM STUDIO Muharema Suljanovića 9
065 000 880

OM BEAUTY BAR Branislava Nušića 1
066 772 235

Barber shop

ZELJKO LONČAR

ŽELJKO LONČAR

+387 63 700 232

zeljoloncar123@gmail.com

zeljko_loncar_barber_shop

Zagrebačka bb, 88240 Posušje

PHIACADEMY

GRAND MASTER
MENSURA MEGY HODZIC
LE SALON D.O.O

KALINJA BARIŠA 1
71000 SARAJEVO

PHIACADEMYVRIJE@GMAIL.COM

+387 61 661 666

+387 62 806 934

PHIACADEMY_BIH

GRAND_MASTER_MEGY

Beauty HOUSE

by Ljudmila

Beauty HOUSE

by Ljudmila

Teheranski trg 7
71000 Sarajevo, BiH

+387 33 865 324

+387 62 225 224

info@beautyhouse.ba

beautyhousebyljudmila

Beauty House by Ljudmila

www.beautyhouse.ba

RADNO VRIJEME
Pon - Ned
9:00 - 20:00

BeautiFUL

Jabučica
NUTRITIONISTIČKO - FARMACEUTSKO
SUKOBNOUČIŠTE

**SELMA
GURDA**

MAGISTRA FARMACIJE &
SPECIJALISTICA NUTRICIONIZMA

+387 61 783 785
info@jabucica.ba
Zmaja od Bosne br. 7, Sarajevo
www.jabucica.ba



BEAUTY STUDIO JENNY 1

VI. Bašić Oženića

Trg heroja 16, 71 000 Sarajevo
+387 61 565 013
beautystudio.jenny@gmail.com
@beautystudiojenny
Beauty Studio Jenny



Beauty Studio Jenny

ZJ
ZERINA JUNUZOVIĆ

ZERINA JUNUZOVIĆ

Trajna šminka
Puder obrve
Hairtsroke
EDUKACIJE

GRAČANICA, UL. RIJEČKA
+387 61 576 738
ZERINA.J55@HOTMAIL.COM

salon ljepote
LARISA

Nikole Tesle 1
Nevesinje
+387 65 787 806
salon.ljepote.larisa
jelena.sara.lara



FKS I EDUKATIVNI CENTAR
"LADY DI"
BUGOJNO

Irma Mandžuka
PERMANENT MAKE UP ARTIST

KONTAKT : +38761786150
IG : IRMA.MANDZUKA.PMU
FB : IRMA MANDZUKA



NEDIN KUTAK

nedin.kutak
Nedin kutak

NEDA PANIĆ

Boška Tošića 19 b
tel. +387 65 328 228

Antonela Ravlić
MAKEUP STUDIO

+387 63 759 243
antonela.ravlic13@gmail.com

Dr Franje Tuđmana 57B, Grude

**Antonela
Ravlić**
MAKEUP
STUDIO

Butik Ljepote
KOZMETIČKI SALON

Kontakt broj: +387/63-255-123
Društvene mreže: @butikljepote
E-mail: butikljepote@gmail.com
Adresa: Ulica Gojka Šuška, Čapljina



Estetski Centar Si & SALONA

Magister Estetike i Kozmetologije
Ernesa Janjos

enjoy salona & estetski centar si

+37 62 854 127 / +387 60 34 16 540
estetski.centar_si / enjoysalona



Marija Ivančić - Mery

Prisoje bb, 80 240 Tomislavgrad
mery_makeup_hairstylist
+387 63 464 303
marijamerytg@gmail.com



Dudic Ela

- +387 62 145 556
- Merhemica trg bb, Sarajevo
- @beautystudioela
- Studio Ela



FRIZERSKO-KOZMETICKI SALON MILLIONHAIR

ADRESA: DZEMALA BIKEDLOVA 3132
TEL: 0607219-14-33
INSTAGRAM: MILLIONHAIR_OFFICIAL

Body Shape by Bojana



Bojana Panić

- +46721820190
- _bojana_panic_
- _body_shape_by_bojana
- bojanasemberija@gmail.com



- Mepas Mall 5. Kat, Mostar
- www.chique.ba
- 061 195 681
- @chiquemostar
- kontakt@chique.ba
- Chique - Luxury Beauty Palace

COSMO OBRAZOVNO-KREATIVNI CENTAR

- Bosanska, Travnik 72270
- +387 61 698 320
- Cosmo Obrazovno-Kreativni Centar
- cosmo creative center
- LICENCIJANE EDUKACIJE:
 - Profesionalni sminker
 - Profesionalni nail artist
 - Phibrow artist



- Makeup
- Microblading
- Nadogradnja trepavica
- Tretmani lica
- Oblikovanje obrva koncem - kana

- +387 65 968 892
- @vladanabutulija



FRAJLA KOZMETICKI SALON

- Cara Dušana br. 18, Dobož
- +387 61 378 980
- Kozmetički salon Frajla
- @frajla_doboj

- MEDICINSKI PEDIKIR
- NOKTI
- TREPAVICE



Tijana Graonić

- +38766182426
- www.tijanagraonic.com
- tijanagraonic@yahoo.com
- Slobodana Jovanovića 39F, Banja Luka

Maria Mešić
Master permanentne šminke

- +387/61 704-915
- studioIjepote.mm14@gmail.com
- Maršala Tita 34 75000 Tuzla



MARTINA Nunić

Kozmetički salon "Wings"
Svetog Save 30
74270 Teslić

- +387 66 648 626
- _studio_wings_

Una Royal

WEDDING

Luxury Wedding Organization

Bihac 77000,
Irfana Ljubijankića 24
+387 61 165 687

✉ unaroyal-wedding@hotmail.com
📷 @una_royal_wedding

BeautiFUL

2024
beautiFUL
MakeUp Show

SARAJEVO, | SKENDERIJA
15.09.2024. | DOM MLADIH

2024
beautiFUL
HairStyle Show

SARAJEVO, | SKENDERIJA
15.09.2024. | DOM MLADIH

2024
beautiFUL
MEDUNARODNI SAJAM

SARAJEVO, | SKENDERIJA - DVORANA
15.09.2024. | MIRZA DELIBASIĆ

GLAVNA BINA SAJMA

2024
beautiFUL
MEDUNARODNI SAJAM

SARAJEVO, | SKENDERIJA
14.09.2024. | DOM MLADIH

KONFERENCIJA O ESTETSKOJ,
REGENERATIVNOJ I ANTIN-AGING MEDICINI

NAJVEĆA PONUDA
NOVIH I POLOVNIH

SOLARIJUMA



u ponudi imamo
**ZAMJENU
LAMPI ZA
SOLARIJUME**

najveći izbor
**KREME ZA
SOLARIJUME**

TANNYMAX^X
Healthy. Beautiful. Brown.

051 433 560

www.novaoprema.com

   066 882 888

GENERALNI ZASTUPNIK
I DISTRIBUTER

 **NOVAOPREMA**
GROUP

PRODAJA OPREME ZA NADOGRAĐNJU NOKTIJU



TRAJNI LAKOVI

NAJVEĆA PONUDA U BIH - PREMIUM KVALITET

 **Silcare**
PROFESSIONAL



GRADIVNI I GELOVI U BOJI



EDUKACIJA ZA POČETNIKE I NAPREDNE

JEDINA POLIKLINIKA SA TRI ESTETSKA HIRURGA:

prof.dr. Reuf Karabeg, prim.dr. Amela Karabeg, dr. Danijela Crnogorac



MONTIBELLO

EXPERIENCE BEAUTY

hop
join wellness

Novi 100% prirodni keratinski tretman na našem tržištu.



- Eliminiše kovrčanje (frizz)
- 100% prirodna glatkoća
- Superiorni sjaj
- Jača vlakna kose
- Obnavlja oštećene dijelove kose
- Zatvara kutikulu dlake
- Neutralizira neželjene tonove
- Olakšava raščejavanje
- Štiti kosu od temperature do 230°C
- Kompatibilan sa bilo kojom drugom vrstom tretmana
- Stvara meku, svilenkastu, besprijekornu i upravljivu kosu
- Trajanje 3-6 mjeseci

Generalni uvoznik i distributer za Bosnu i Hercegovinu

LNB TRADE

Put srpske vojske 236, 78 400 Gradiška
info@lnbtrade.com | www.lnbtrade.com



320 ml 32.8 fl.oz.
MONTIBELLO

1000 ml 33.8 fl.oz.
MONTIBELLO

Nucleo Fill



novi koncept
bioregeneracije na
bazi polinukleotida



Ekskluzivni predstavnik i distributer
brenda "Promoitalia"
za Hrvatsku i Bosnu i Hercegovinu:
MK - Post Scriptum d.o.o. PJ Skinmed aesthetic
Milana Karanovica 57 Banja Luka Kontakt
br.: 066468111; 066204801

