

Zima 2024.

Beautiful

MENSURA MEGY HODŽIĆ

Od kozmetičarke do kreativnog direktora




A BEAUTY TECH 4D LASER ZA EPILACIJU


A BEAUTY TECH je linija aparata kreirana da ponudi više. Uzećemo za primjer **A BEAUTY TECH 4D LASER ZA EPILACIJU**. Najnoviji i prvi laser na tržištu s **4 talasne dužine** i **in motion** tehnologijom.


- ✓ hiljade zadovoljnih klijenata
- ✓ željeni rezultat postiže sa značajno manjim brojem tretmana
- ✓ zahvaljujući hladnim sondama je gotovo bezbolan
- ✓ specifični nastavci za teško dostupna mjesta može omogućiti uklanjanje dlačica čak i u ušima i nosu
- ✓ temperatura hlađenja sonde je od 0-3 stepena
- ✓ prodire dublje i uništava kapilare u samom korijenu dlake



 @abeautytech

 @066 151 198

 Karadorđeva 225, Banja Luka

 www.beautycenterkallos.com

SERIE EXPERT

L'ORÉAL
PROFESSIONNEL
PARIS



frizerland

Pegla koja ne samo da NE OŠTEĆUJE kosu, nego je dokazano NJEGUJE I OBNAVLJA? Da, MOGUĆE JE! Nourishing Styler

Profesionalna luksuzna pegla za oblikovanje koja ne samo da rekonstruira vašu kosu dok je stilizirate, nego ju i štiti i obnavlja. Dok oblikujete kosu **Nourishing Stylerom**, toplina iz ploča, pomiješana s tekućim keratinom, pretvara se u paru obogaćenu keratinom koja će vam pomoći da obnovite prirodnu razinu keratina u kosi. Otprilike oko 85% vaše kose sastoji se od keratina i on je od vitalnog značaja za održavanje vaše kose što je moguće zdravijom.

HH Simonsen Nourishing Styler ima maksimalnu temperaturu od 230°C. Zbog značajke brzog zagrijavanja **Nourishing Styler** spreman je za upotrebu za manje od 8 sekundi i održavat će konstantnu temperaturu zahvaljujući naprednim grijaćim pločama. Međutim, nemojte dopustiti da vas tako visoka temperatura uplaši, **Nourishing Styler** dokazano smanjuje oštećenje kose do 40%. Ukoliko peglu niste isključili nakon korištenja, nakon 60 minuta automatski će se prebaciti u 'način mirovanja' kako bi se keramičke ploče ohladile.



BEAUTY MEETS TECHNOLOGY

Nourishing styler pegla za kosu

Revolucionarna pegla koja hrani i obnavlja kosu dok je istovremeno stilizira. Keratin Boost, gorivo ove pegle, dizajnirano je za učinkovito obnavljanje razine keratina u kosi i pruža intenzivnu prehranu i njegu vašoj kosi - ostavljajući kosu jačom i zdravijom. Pegla koja se do željene temperature zagrijava za samo 8 sekundi posjeduje trostruku zaštitu i infracrvenu tehnologiju.



MK-COLOR
hair&beauty corner

PMU BALKAN
GOLD
CONGRESS & DEMO
LIVE SPEAKERS

18-19 | MAJ 2024 | SARAJEVO

ORGANIZATOR
Smaragda Jaganjac
& MbS Academy

Dobrodošli!

Poštovani,

čast i zadovoljstvo nam je pozvati vas na 2. PMU BALKAN GOLD CONGRESS koji će se održati 18.-19. maja 2024. godine u Sarajevu, u hotelu Hills.

Ovaj put pomjeramo granice još više i pravimo dva dana fenomenalnog programa za sve PERMANENT MAKE UP ARTISTE. Naš cilj je, ne samo da ujediniimo Balkan već cijelu Evropu.

Ukoliko želite vidjeti tehnike rada poznatih artista iz PMU svijeta onda definitivno trebate biti dio ovog događaja. Očekuje vas vikend pun druženja, učenja, upoznavanja i razmjene iskustava, ali prije svega dobre zabave i raspoloženja!

Predstaviti ćemo vam PRIME SPEAKERE iz cijele Evrope, poznate PMU zvijezde koje će vam odati tajne i prezentirati svoje specifične tehnike rada. Pored toga, u subotu poslije podne očekuje vas preko 20 DEMO LIVE SPEAKERA koji će na svojim modelima pokazati razne tehnike i pristupe radu u PMU industriji. Ali naravno to nije sve, kao i svake godine do sada za sve učesnike obezbijedili smo najbolju hranu koju pruža hotel Hills, kafe i piće, fenomenalne popuste, tombole sa nevjerovatnim nagradama naših sponzora i najbolju zabavu na COCKTAIL partiju, koja će i ove godine biti tematska.

Već je poznato nekoliko svjetskih imena koja će biti dio fenomenalnog programa, između ostalog tu je ROZA LUX, EVELINA KURAKINA, OLESIA KHOROSHYLOVA, ANGELINA SLATVINSKA i mnogi drugi, koje objavljujemo uskoro!



DOVODIMO

**VIŠE OD 10 PRIME SPEAKERA &
VIŠE OD 20 DEMO LIVE SPEAKERA**

iz cijelog svijeta

PRIJAVE I DETALJNE INFORMACIJE:

+387-63-978-822

pmu.balkan.congress

NOVITETI

PIXEL PASTA ZA MAPIRANJE OBRVA

MbS Academy vam donosi nove proizvode iz
PIXEL profesionalne linije proizvoda

Nove Pixel savršene paste za oblikovanje obrva i iscrtavanje čistih kontura. Super glatka i hranjiva pasta za obrve posebno je dizajnirana za perfekcionista koji žele simetrične, savršeno mapirane obrve. Prožeta aloe verom, naša pasta ne samo da vam pomaže iscrutati željeni oblik obrva, već i hrani područje oko obrva. Shvatamo da se stvaranje savršenih obrva vrti oko detalja, zbog čega smo formulisali savršenu pastu koja će vam pomoći da postignete željeni izgled. Pogodna je za farbanje obrva Hennom (kanom) kao i za sve PMU Artiste. Pripremite se za postizanje savršene forme i njege uz jedan proizvod jednostavan za korištenje!

Pixel Pasta ovog puta, pored bijele, dolazi i u predivnoj PINK nijansi, koja pored praktičnosti pruža i vizuelno zadovoljstvo.



•Cijena 20.00KM



•Cijena 15.00KM

PIXEL KONAC ZA 4 nove boje MAPIRANJE OBRVA

Konac za iscrtavanje oblika obrva natopljen je posebnim hipoalergenim bijelim pigmentom. Nove savršene boje pružaju lijep kontrast u odnosu na druge linije oblika koje ćete stvoriti. Pigment na koncu se ne razmazuje ali istovremeno je dovoljno vlažan. Proces oblikovanja će učiniti lakšim i bez nereda.

Konac dolazi u plastičnoj lijepo dizajniranoj bočici sa praktičnim rezačem konca koji omogućava brzo i jednostavno dobivanje tačne duljine konca. Jedna nit može ostaviti trag i na 10 linija! Svaka kutija sadrži 20 metara konca. Ima ugrađeni rezač. Konac je optimalne debljine za profesionalno korištenje ali možete ga koristiti i za Make Up kod kuće. Konac možete koristiti za Permanent Make Up tretmane, za tretmane Henna Brows, Make Up itd.

JEDNOKRATNE NAVLAKE ZA PMU MAŠINICU

Vrhunska kvaliteta: Ove navlake izradene su od visokokvalitetnog polietilenskog materijala, mekane su i lagane što je vrlo praktično za aktivnosti tetoviranja i trajne šminke.

•Mjere navlake: 5x15 cm (univerzalna mjera odgovara svakom penju). Sadrže ukupno 200 komada u kutiji s otvorom za jednostavan i čist pristup. Svaka navlaka ima prethodno probušenu rupicu za praktičnu primjenu. Samo za jednokratnu upotrebu. Održavajte svoju mašinu i radno okruženje čistim. Štiti i vašu mašinu ali i vaše klijente. Široka primjena: Ove navlake dizajnirane su upravo kako bi zadovoljili potrebe PMU Artista, estetičare, tattooiste, salonsku i kućnu upotrebu.



•Cijena 15.00KM



Skeniraj kod i posjeti
našu Instagram
stranicu!

PIXEL





Direktorica:
Naida Memić
naida.memic@sfera.ba

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

Marketing:
Azra Brajlović
azra.brajlovic@sfera.ba

Grafički dizajn:
Sfera d.o.o.

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

10.



36.



30.



40.



Merima Šivšić: Naš zadatak je da vratimo samopouzdanje i unutrašnji osjećaj zadovoljstva, kroz male rituale ljepote.

Životne okolnosti nas nekada dovedu u situaciju da nemamo vremena da same sebi posvetimo dovoljno pažnje. Užurbani tempo života, svakodnevne obaveze, ali u težim slučajevima, posljedice nekih oboljenja, ostavljaju trag na našoj koži i izgledu.

62.

Elma Beganović: Oduvijek sam se vodila da sve što radimo i koristimo bude kvalitetno i na tome je uvijek naglasak – "kvalitet".

Uvijek se trudim da sve što znam prenesem studentima bez ikakvih tajni. Nakon edukacije jako je bitna podrška edukatora i tu sam uvijek za sve svoje studente bez obzira na sve.



82.



Zašto je cijeli svijet, kao i poznate ličnosti poput Kim Kardashian, Eve Longorie oduševljen rezultatima aparata Morpheus?

Prednost ove procedure jeste što se u istom tretmanu mogu vršiti dva ili tri prelaza i time korigovati gdje je potrebno, koriguje višak masti, zateže kožu i poboljšava njenu teksturu.

Mensura Megy Hodžić: Od kozmetičarke do kreativnog direktora

Svi imamo svoje vizije i želje, međutim kada vrijedno radimo da budemo najbolja verzija sebe i da se mudro suočavamo sa izazovima, te nesebično dijelimo znanje sa drugima bez očekivanja nagrade, vrata novih prilika se sama otvore.

PIŠE: Mensura Hodžić, Grand Master Phi Akademije i vlasnica beauty studija Le Salon i Phiacademy BiH.



Mensura Megy Hodžić, Grand Master Phi Akademije, vlasnica je beauty studija Le Salon i Phiacademy BiH. Donosi sa sobom bogato iskustvo i strast prema umjetnosti trajne šminke.

Od 2014. godine, ona predstavljala vrhunsku izvrsnost i obuku u ovoj oblasti. Njena posvećenost i vještina učenja i mentorstva postavili su je kao vodeću figuru u ovom polju. Mensura Hodžić je također priznata širom svijeta za svoj izvanredan talenat u microblading umjetnosti, te je godine 2016. zasluženno osvojila prestižnu nagradu za najboljeg microblading artista na svijetu. Njena inovativnost i kreativnost donijeli su joj svjetsko priznanje. Osim toga, ona je tvorac popularne 'Bold Brows' tehnike iscrtavanja obrva trajnom šminikom. Ova tehnika je revolucionarna i ostavlja trajan utisak na estetiku obrva. Njen doprinos industriji trajne šminke i microbladinga je neizmjerljivo vrijedan, a njen rad je inspiracija mnogima širom svijeta, o tome svjedoči njen tim od 50 Mastera. Sa strašću za ljepotom i izvanrednim vještinama, Mensura Hodžić nastavlja da transformiše i obogaćuje živote kroz umjetnost trajne šminke.

U svijetu gdje umjetnost susreće poslovanje, Mensura Hodžić sjaji kao nova kreativna ikona Phi Akademije. Njen osjećaj za estetiku ne poznaje granice, a njena strast prema uspjehu postavlja nove standarde u industriji ljepote i kreativnosti. U ekskluzivnom intervjuu, Mensura otkriva tajne svog puta do vrha, dok istovremeno dijeli mudrost o ključnom balansiranju između poslovnog uspjeha i privatnog ispunjenja.

Dobrodošli u svijet gdje Mensura Hodžić ne samo da stvara, već i inspirira, dok nam otvara vrata do vrhunskog spoja poslovnog glamura i lične sreće. Ovaj članak obećava uvid u život i um kreativnog genija koji vodi Phi Akademiju u novu eru sjaja!

DRAGA MENSURA, VEĆ STE DUGO U BEAUTY INDUSTRIJI, KAKAV STE CILJ IMALI NA SAMOM POČETKU VAŠE KARIJERE? UPOREDITE PREPREKE I IZAZOVE NEKAD I SAD.

Na početku karijere, moj cilj je bio postati stručnjak u beauty



industriji, usavršavati svoje vještine i pridonositi inovacijama u području beauty tretmana. Jedan od mojih najvećih izazova je bio otvaranje beauty studija u gradu gdje nikoga ne poznajem pa samim tim nisam ni imala svoju stalnu klijentelu, međutim društvene mreže su u tom momentu počele da postaju popularne te sam itekako to iskoristila za promociju svog rada i studija. Sada kada upoređujem unazad 10 godina, po pitanju marketinga, ogromna je razlika, počevši od pristupačnosti i napredovanju tehnologije i načina na koji funkcionišu te društvene mreže koje su nam svima na dohvat ruke, bukvalno besplatno, no, na nama je samo da budemo onaj glavni neophodni igrač, a to je content kreator.

ŠTA JE BIO VAŠ POKRETAČ ZA BAVLJENJE OVIM POSLOM, ODAKLE CRPITE ENERGIJU I PODRŠKU ZA SVE ŠTO RADITE?

Moj pokretač za bavljenje ovim poslom bila je

želja za stvaranjem i transformacijom, kako tehnika tako i životnih prilika, ne samo za sebe nego i druge. Inspiracija dolazi iz svakodnevnog života, umjetnosti, knjiga ali i interakcije s klijentima, studentima i svojim masterima.

Energiju crpim iz svake situacije i transformacije koja podiže samopouzdanje i ljepotu ljudi, to može biti i samo jedan razgovor sa osobom koja ima slične vizije i pogled na svijet u kreativnom i inovativnom smislu. Najveću podršku imam od porodice, bliskih-istinskih prijatelja, te Phi zajednici koja kolektivno radi na tome da imamo sve što je neophodno da ostvarimo svoje ciljeve i vizije.

MORAMO ISTAKNUTI DA STE OD ULOGE GRAND MASTERA PHI AKADEMIJE DOSPJELI NA POZICIJU KREATIVNOG DIREKTORA. KAKVE IZAZOVE SA SOBOM NOSI VAŠA NOVA POZICIJA?

Pozicija kreativnog direktora Phi Akademije mi je otvorila puteve ka ostvarenju svojih vizija koje doprinose razvoju edukativnih programa koje Phiakademija nudi.

To podrazumijeva kreiranje programa za educiranje, režiranje promotivnog materijala, uključuje planiranje, kreiranje i sprovođenje materijala koji će efikasno promovisati proizvod, uslugu ili brend, te pružanje podrške i rješavanje problema u poslovanju koji zahtjeva strukturu, analizu i određene korake kako bi se efikasno riješili izazovi.

Ali upravo u tim izazovima vidim priliku za realizaciju ideja, tehnika, proizvoda i za postavljanje trendova koji doprinose konstantnoj evoluciji i usredsređenosti na poboljšanje procesa, proizvoda i usluga kako bi našim studentima omogućili školovanje koje ih transformiše u uspješne poduzetnike i artiste.

DA LI STE MOGLI ZAMISLITI DA ĆETE JEDNOG DANA OD KOZMETIČARKE BITI NA POZICIJI KREATIVNOG DIREKTORA SVJETSKI POZNATE PHI AKADEMIJE?

Svi imamo svoje vizije i želje, međutim kada vrijedno radimo da budemo najbolja verzija sebe i da se mudro suočavamo sa izazovima, te nesebično dijelimo znanje sa drugima bez očekivanja nagrade, vrata novih prilika se sama otvore. Ovaj posao sam oduvijek obavljala najbolje što mogu s ciljem da inspirišem i usrećim druge, te na taj način dokažem da svako može biti



vrijeme, a kreiran je 2016. godine i prepoznat je u beauty industriji širom planete i to saznanje mi donosi poseban osjećaj uspjeha. Stvaranje novog stila nije bio samo izazov, već i prilika za istraživanje granica vlastitog umjetničkog izraza.

SA GRAND MASTER TITULOM STIČETE MOGUĆNOST DA POSTAVLJATE SVOJE MASTERE U CIJELOM SVIJETU. KOLIKO TO IZISKUJE TRUDA I VREMENA?

Na samom početku izgledalo je lako, međutim moj tim mastera broji preko 50 njih u različitim zemljama. Kada imate tim koji je sačinjen od različitih kultura i tradicija, neophodno je pružiti 24h podršku kako bi ostvarili transparentnost u poslovanju i komunikaciji, otvorenost o planovima, promjenama ili izazovima koji doprinose izgradnji povjerenja.

Moja posvećenost je fokusirana na kontinuiranom poboljšanju partnerskih odnosa, analiziranju izazova i traženju načina za unapređenje edukacija, te pozitivne suradnje radi jačanje odnosa.

bolja verzija sebe. *Naravno da nisam očekivala takvu ponudu, jer sam svaki trud uložen u proteklih 9 godina radila od srca i za dobrobit cijelog kolektiva, i zahvalna sam Branku Babiću i Phi Akademiji na toj ponudi. Ponosna sam što sam napredovala u karijeri ali tome mogu zahvaliti i svojim studentima i masterima koji su postali uspješni poduzetnici prateći naš način pristupa ovom poslu, te bili moja svakodnevna motivacija i podrška, i to je sve rezultat moje posvećenosti poslu, neprekidnog educiranja i vjere u svoje sposobnosti.*

ZA DOSTIZANJE GRAND MASTER TITULE OSOBA MORA DONIJETI POTPUNO NOVE TEHNIKE, STILOVE KOJI NISU POSTOJALI DO TADA U PHIACADEMY. NJIHOV RAD MORA DA BUDE PREPOZNATLJIV U PROFESIONALNIM KRUGOVIMA. DA LI JE BILO TEŠKO SVE TO ISPOŠTOVATI?

Unapređenje stilova i inovacija su ključni za održavanje svježine i relevantnosti u bilo kojoj oblasti, bilo da se radi o umjetnosti, modi, tehnologiji ili poslovanju. Donijeti potpuno novu tehniku zahtijevalo je predanost, kreativnost i hrabrost. Moj patern pod nazivom Bold Brows je bio prvi "druagačiji" stil iscrtavanja obrva u to



To zahtijeva mnogo predanosti i strpljenja, posebice u komunikaciji koja je ključna za održavanje pozitivnog odnosa i motivisanje za napredak, ali je istovremeno i jedno od najljepših iskustava kada znate da postoje osobe koje su pomoću moje tehnike napredovale u akademiji i sada je prenose dalje na nove generacije artista.

Ulaganje truda i vremena u njihov razvoj je neprocjenjiv osjećaj jer ga smatram kao dio stvaranja globalne zajednice umjetnika koja dijeli viziju i strast prema trajnoj šminci, i koji se međusobno podržavaju i vode se istim principom da mijenjamo živote drugima na isti način na koji je promijenjen nama, zahvaljujući Phi Akademiji.

KOJE SU BIZNIS VJEŠTINE NAJBITNIJE ZA USPJEH? PRODAJNE VJEŠTINE, KOMUNIKACIJA, MARKETING, SREĆA? ŠTA JE ONO ŠTO JE PO VAŠEM MIŠLJENJU "MUST HAVE" NA PUTU DO USPJEHA?

Ključne biznis vještine za uspjeh u beauty industriji su komunikacija, vizija, prilagodljivost i strateški pristup. Prodajne vještine su važne, ali sukladno s trendovima, vizionarski pogled i sposobnost prilagođavanja novim zahtjevima su ono što razdvaja izvrsnost od prosječnosti. Kombinacija različitih vještina često čini sliku jednog profesionalca u poslovnom okruženju, ali samo njegovanje i razvijanje tih vještina može doprinijeti izgradnji uspješne karijere i napretka u poslovanju.

Po meni, jedini put do uspjeha je imati disciplinu koja zahtijeva dosljednost i odlučnost u izvršavanju određenih aktivnosti, čak i kada se suočavate sa izazovima, preprekama ili privatnim problemima. To je u današnjem vremenu teško, jer smo više nego ikada okupirani tehnologijom i ostalim stvarima koje nas ciljano zadržavaju u zoni udobnosti koja je naravno lakši izbor.

Međutim, da se podsjetimo sloboda izbora je ključna karakteristika ljudskog postojanja. Imamo sposobnost da biramo i donosimo odluke o našim postupcima, mislima i stavovima. Ova sloboda izbora omogućava nam da oblikujemo naše živote na različite načine i da preuzimamo odgovornost za svoje postupke, zašto onda ne biramo disciplinu umjesto lijenosti, još uvijek je jedna misterija za moje shvaćanje o ljudima.

OBZIROM DA STE VEOMA USPJEŠNA ŽENA, KAKO USPIJEVATE USKLADITI POSLOVNI I PRIVATNI ŽIVOT? DA LI JE TEŠKO USPOSTAVITI BALANS IZMEĐU POSLOVNOG I PRIVATNOG SVIJETA?

Usklađivanje poslovnog i privatnog života je izazovno, ali i ključno za uravnotežen život. Pronalazak ravnoteže između posla koji volite i vremena za sebe i porodicu zahtijeva postavljanje granica i uspostavljanje prioriteta.

Trudim se koliko je u mojoj mogućnosti da se potpuno isključim od posla tokom odmora ili vremena koje provodim sa porodicom, zatim investiram svoje slobodno vrijeme u literature koje me motivišu i edukuju o životu, mentalnom zdravlju, odgoju djeteta, zatim intenzivnim treninzima i meditaciji, i ništa od toga mi nije teško dokle god imam volju i disciplinu da činim ono što je najbolje za moje zdravlje i sposobnost da prevaziđem prepreke u životu .

KAKVA BUDUĆNOST ČEKA BEAUTY INDUSTRIJU U BOSNI I HERCEGOVINO, TE GENERALNO NA BALKANU? HOĆE LI ZNANJE POBIJEDITI ILI JE MOŽDA VEĆ NA POBJEDNIČKOM TRONU?





Vrata moje akademije su uvijek otvorena za sve one koji žele učiti i napredovati u beauty svijetu, čak i ukoliko niste sigurni da li je ovo za vas dođite na konsultacije.

Budućnost beauty industrije na Balkanu obećava fascinantne inovacije i rast temeljen na znanju, prilagođavanju i zajedništvu. Ovo područje se transformira kroz sve veći uticaj globalnih trendova, ali i kroz lokalnu kreativnost i kulturnu raznolikost. Edukacija, istraživanje i usvajanje novih tehnologija bit će temelj

uspjeha. S obzirom na sve brže promjene u beauty svijetu, presudno će biti da ste u toku s najnovijim metodama, proizvodima i trendovima. Stvara se prilika za razvoj unikatnih proizvoda i tehnika prilagođenih ovom području, čime se stvara vlastiti identitet beauty industrije na Balkanu. Suradnja i zdrava konkurencija su ključne za napredak. Rastuća zajednica stručnjaka, kreatora i entuzijasta omogućuje razmjenu ideja i podršku unutar branše. Smatram da će znanje biti ključni faktor, ali ne i jedini. Konstantno učenje i prilagodba su nužni, ali je jednako važno imati viziju koja će transformirati taj dobiveni set znanja u nešto revolucionarno.

OVAJ INTERVJU ĆE VJEROVATNO ČITATI MLADI KOJI PLANIRAJU DA SE UPUSTE U VODE BEAUTY INDUSTRIJE. IMATE LI NEKI SAVJET ZA NJIH, NEKU REČENICU, MISAO KOJA JE VAMA BILA OD POMOĆI?

Mladi koji ulaze u beauty industriju trebali bi biti otvoreni za učenje, kreativnost i kontinuirani razvoj. Bitno je vjerovati u sebe, sanjati velike snove i biti spremni na izazove koje će putovanje donijeti.

Ne bojte se istraživati i eksperimentirati, jer ustrajnost je ključ uspjeha. Vrata moje akademije su uvijek otvorena za sve one koji žele učiti i napredovati u beauty svijetu, čak i ukoliko niste sigurni da li je ovo za vas dođite na konsultacije. Pokretanje biznisa je uzbudljiv, ali zahtjevan proces, bitno je imati strast, posvećenost i upornost kako biste prebrodili izazove i ostvarili uspjeh u poslovanju i ja vam stojim na raspolaganju kao mentor i podrška .

hop

join wellness

Predstavljamo vam revoluciju
u profesionalnoj njezi kose

HOP INTENZIVNI TRETMANI



MONTIBELLO
EXPERIENCE BEAUTY

Generalni uvoznik i distributer za Bosnu i Hercegovinu

LNB TRADE

Put srpske vojske 236, 78 400 Gradiška

+387 51 453 330 | info@lnbtrade.com | www.lnbtrade.com

Linije HOP i DENUEE u potpunosti mogu da odgovore na zahtjeve naš frizera

Nakon 25 godina rada u struci, shvatila sam da ljudi žele da dobiju najbolje od svega za vrijeme provedeno u salonu. Kako živimo u gradu na rijeci Uni, tražili smo brend koji će biti ekološki osviješten, sa dovoljno razvijenim formulama da zadovolji želje i potrebe naših klijenata.

PIŠE: Mahira Alagić, frizer i edukator

U središtu ove priče o relaksaciji nalazi se mjesto gdje šamponjera postaje apsolutna kraljica, a svaki posjet postaje pravo putovanje u svijet opuštanja. Ovdje, priča o opuštanju počinje polako, nježno i opuštajuće, poput lagane melodije koja ulazi u svakodnevicu. **Mjesto gdje se odvija posebna čarolija tretmana, gdje se svaka kapljica vode pretvara u trenutak blagostanja. Opuštanje postaje umjetnost, a svaki pokret majstora šamponjere postaje nota u melodiji opuštanja. Masaža tjemena postaje ritual koji oslobađa od napetosti i stresa, pružajući ne samo fizičko olakšanje, već i emotivnu harmoniju. Otkrijte zašto je u studiju „Una“ šamponjera prosto umjetnost. Studio „Una“ uspješna je priča o spajanju ljubavi i posla u gradu na Uni.**

Mahirina karijera duga je 25 godina i sve što je pokreće stane u jednu rečenicu: "Bitno je da sam sretna dok radim to što radim." Činjenica je da je život skup odluka koje smo donijeli (ili nismo) i da je, kako stara

Mahira Alagić rođena je 29. oktobra 1975. godine. Na frizerskoj sceni nastupa već 25 godina i također je vrsna edukatorica. Vlasnica je frizerskog salona „Una“ u Bihaću.



narodna kaže, svako kovač svoje sreće. Mahira ne bi bila tu gdje jeste da nije sa toliko strasti prema poslu i požrtvovanosti stalno tražila novo znanje i usavršavanje, te neumorno putovala po svijetu tražeći slične sebi. Suradnici u poslu su važni na tom profesionalnom putu u potrazi za srećom. Bitno je da "kliknemo".

"Nakon 25 godina rada u struci, shvatila sam da ljudi žele da dobiju najbolje od svega za vrijeme provedeno u salonu. Kako živimo u gradu na rijeci Uni, tražili smo brend koji će biti ekološki osviješten, sa dovoljno razvijenim formulama da zadovolji želje i potrebe naših klijenata, te da pruži apsolutni wellness osobama koje odvoje vrijeme za sebe i dođu u naš Studio. To smo našli u brendu MONTIBELLO. Linije HOP i DENUUE u potpunosti mogu da odgovore na zahtjeve nas frizera iz Hair Studija UNA i očekivanja naših klijenata." – priča nam Mahira.

"Zamislila sam mjesto gdje će se pratiti modni trendovi, kreirati modna scena u našem gradu - mjesto gdje će svima biti prijatno i zabavno uz dobru muziku i još bolju energiju", priča nam Mahira I dodaje: "Želim svojim radom i ovim hrabrim korakom pokazati da mladi ljudi, ukoliko dobiju šansu i vjetar u leđa, mogu itekako da se afirmišu u svijetu kreativnosti i naprave brend koji se izdvaja kvalitetom i unikatnošću." Iz svega navedenog evidentno je da grad na Uni dobija jedinstveno mjesto koje obećava kvalitetu, fantastičnu energiju mladih i kreativnih ljudi, te kombinira vrhunske proizvode i stručnost. Poruka je jasna: Najbolji način da predvidite



budućnost jeste da je sami kreirate. Radeći ono što volite postajete inspiracija i hrabrost da ostvarujete svoje snove postaje najprirodnija na svijetu.

Kod nas u studiju šamponjera je apsolutna kraljica. Tu priča o opuštanju počinje - polako, nježno i opuštajuće. Tu se dešava posebna čarolija sa tretmanima, masažom vlasišta i vašim popratnim komentarima: "Kako je ugodno!" Poslije napornog dana ili nakon radne sedmice - pravi mali wellness da probudi sva vaša čula. Naša misija je da Studio "Una" bude Vaša oaza mira i prva asocijacija na buđenje čula.



La Bellezza Studio postoji već 10 godina uz akademiju za frizere, tretmane za kosu, make up za sve prigode

La Bellezza Studio ima u ponudi "Visoku modu" u kozmetici, a to je francuski brend Biologique Recherche koji ima svoju metodologiju dijagnostike kože, te na osnovu dijagnostike kože aparatom Skin Instant Lab klijentu preporučujemo odgovarajući tretman za njegu kože lica.

Također imamo u ponudi :

- Microneedling tretman, tzv. Dermapen, koji je među traženijim tretmanima u zimskom periodu.

- Uklanjanje pigmentacijskih fleka, staračkih pjega-uklanjanje sitnih kapilara na licu

- Fotopomlađivanje tretman pomoću bijele svijetlosti

- Laserski tretman Black Diamond peel ili tzv. Karbonski peeling

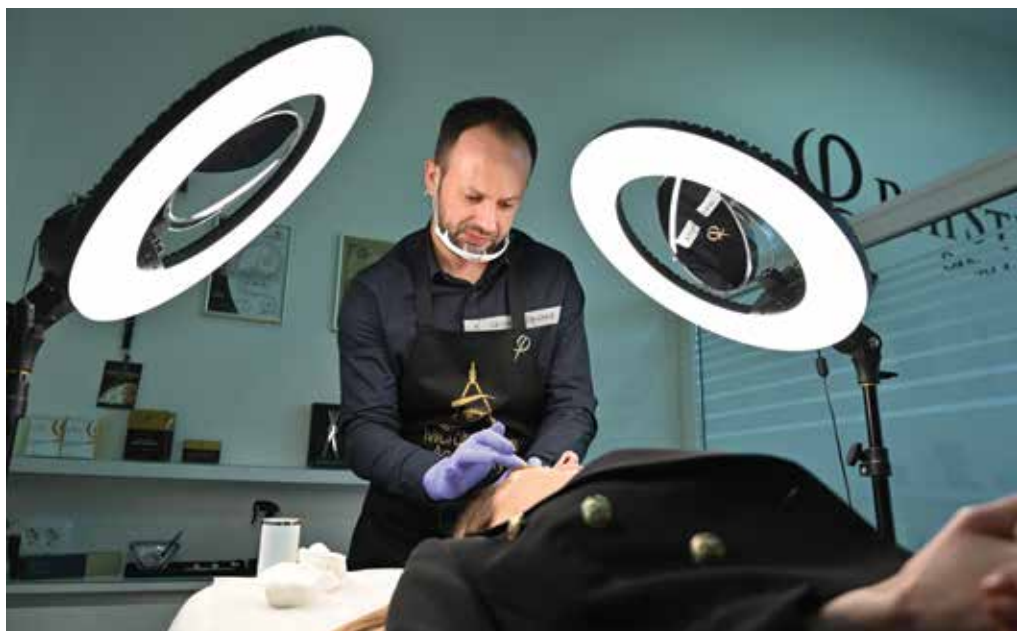
- Uklanjanje trajne šminke i tetovaža

- Tretmane trajne šminke obrve Microblading Phi Brows

- Tretmani trajne šminke usne i oči Long Time Liner

KOJA JE METODOLOGIJA BRENDA BIOLOGIQUE RECHERCHE, TAČNIJE PRAVILAN PRISTUP NJEZI KOŽE?

U La Bellezza Studiju pronaći ćete cjelokupni asortiman proizvoda Biologique Recherche. Osim što ćete ih moći kupiti za kućnu njegu,



Mary će vam prije toga napraviti dijagnozu vašeg stanja kože pomoću uređaja **Skin Instant Lab**, na temelju koje se izrađuju preporuke za proizvode, te klijentima šalju detaljne upute za njegu njima specifično prilagođenim proizvodima.

O METODOLOGIJI BIOLOGIQUE RECHERCHE

Pristup njezi kože Biologique Recherche oslanja se na specifičnu metodologiju, koja polazi od znanstvene i vizionarske koncepcije tretmana i proizvoda u službi ljepote te ultra-personaliziranog pristupa, koji je jamstvo za vidljive rezultate. Metodologija Biologique Recherche ima reputaciju iznimne učinkovitosti i temelji se kombinaciji kliničkog pristupa kozmetičkoj njezi, svjesnoj

primjeni čistih, koncentriranih, sirovih proizvoda, te originalnih i strogih protokola i postupaka i specifičnih tretmana. Riječ je o holističkom pristupu koži koja se smatra organom izravno povezanim sa svim vitalnim funkcijama organizma.

Prva faza Metodologije Biologique Recherche

jedinstvena je dijagnostika koja omogućuje utvrđivanje Trenutnog stanja kože. Izvodi se pomoću uređaja **Skin Instant Lab**, sustava za analizu, dijagnosticiranje i preporučivanje proizvoda i tretmana. Za vrijeme prve konsultacije, osobe Biologique Recherche provode dubinsku dermokozmetičku dijagnozu kako bi utvrdili specifične probleme Trenutnog stanja kože.



tim je na usluzi su svima koji traže učinkovitu i drugačiju njegu kože, dakle imamo novu metodologiju-pravilan pristup gdje ne kupujemo proizvode na svoju ruku, što je velika greška današnjice.



KONSULTACIJA SE SASTOJI OD TRI GLAVNA KORAKA:

- **kozmetičke procjene kože** za odabir proizvoda za kućnu upotrebu i tretmana u salonu za trenutno stanje vaše kože
- **niza vrlo pažljivih mjerenja** pomoću uređaja Skin Instant Lab®
- **prilagođene i evolucijske preporuke** tijekom vremena uz izbor proizvoda i tretmana Biologique Recherche koji su savršeno prilagođeni Trenutnom stanju kože©

Sa stručnim poznavanjem metodologije brenda, koja se razvila na osnovu više od 40 godina jedinstvenog kozmetičkog stručnog znanja naglašeno prilagođenog klijentima, La Bellezza

KOJI SU NAJTRAŽENIJI TRETMANI BRENDA BIOLOGIQUE RECHERCHE I NJIHOV UČINAK?

Tretmani Biologique Recherche su jedinstveni i personalizirani u skladu s Vašim trenutačnim stanjem kože. Svaka njega i briga o koži u Biologique Recherche počinje dovođenjem epiderme u uravnoteženo stanje. Za to se koriste preparati koji su odabrani u odnosu na strukturu kože, nivo vlage, kao i ukupno stanje kože. **Tretmani se sastoje od pripreme kože nanošenjem losiona P50** i nježnog odstranjivanja nečistoća, masaže lica, boosters tretmana ovisno od trenutačnog stanja kože, stavljanje maske, nanošenje autentinih seruma, nanošenje krema i završnih seruma kako bi se produžili i pojačali efekti tretmana koji slijedi. Ujedinjeni preparati Biologique Recherche sa stručnim osobljem, inovativnim aparatima Microneedling i Remodeling Face, individualno preporučenim tretmanima, garantiraju vidljivost poboljšane strukture kože već nakon prvog tretmana.

ŠTA JE REMODELING FACE?

To je napredni tretman koji primjenjuje dostignuća iz bioelektronike za personaliziranu njegu kože kombinirajući ručnu tehniku i elektroterapiju. Aparat Remodeling Face u kombinaciji sa proizvodima za njegu kože firme Biologique Recherche imaju komplementarno dejstvo i međusobno pojačavaju svoje efekte.

BeautiFUL

Remodeling Face djeluje na složen način, utičući na različite slojeve kože i mišića i ukratko pruža: Anti-age učinak, površinsko i duboko podizanje lica, prehrana i zaštita kože, poboljšanje kontura lica, pospješuje regenerativne procese.

KAKO RADI REMODELING FACE APARAT?

Remodeling Face kombinuje moć 4 električne struje:

- **Galvanska (jednosmjerna)** struja koja pospješuje difuziju aktivnih sastojaka.
- **Struja niske i srednje frekvencije** stimulise mišiće lica i ima efekat remodelovanja.
- **Atermička impulsna struja visoke frekvencije** služi za dinamizaciju epiderma.
- **Elektroporacija, impulsna struja visoke frekvencije** omogućava propustljivost gornjeg sloja epiderma i pospješuje prodiranje aktivnih sastojaka u ćelije stvaranjem većeg broja otvora na površini ćelija.

Rezultati inovativne njege porede se sa plastičnim operacijama.

OVO SU SAMO NEKI OD REZULTATA KOJI SE POSTIŽU APARATOM REMODELING FACE:

- Dobro definirane jagodice,
- Zategnuto lice,



- Blistava koža,
- Širom otvoreno oko,
- Ublažene bore
- Jasno definiran oval lica, s dugoročnim učinkom.

KAKO LASERSKI TRETMANI DJELUJU NA UKLANJANJE TETOVAŽA I KOJE SU KLJUČNE PREDNOSTI OVOG PRISTUPA U USPOREDBI S DRUGIM METODAMA?

Često prebrzo donosimo odluku kada je u pitanju tetoviranje. Zbog toga, većina ljudi danas ima neku tetovažu na koži koju želi da ukloni ili da izmjeni. Također, treba uzeti u obzir da se trajna šminka obnavlja na svakih 3-5 godina kada se pigment potpuno skida i radi ispočetka. Tetovaže, trajna šminka, hiperpigmentacija sve su to primjeri koji vremenom mogu da izazovu nezadovoljstvo, pa čak i manjak samopouzdanja jer narušavaju izgled. U današnje vrijeme, tehnologija se brzo razvija i omogućava nam da riješimo probleme koji su nas mučili. Kada je u pitanju uklanjanje tetovaža ili trajne šminke, laserski tretmani su postali najefikasniji pristup. Laserski tretmani koriste snagu svjetlosti da ciljano djeluju na pigment koji se nalazi u tetovažama ili trajnoj šminki, razbijajući ga na manje fragmente i omogućavajući tijelu da ga prirodno eliminiira.

MOŽETE LI OBJASNITI POSTUPAK OBRADJE TETOVAŽA LASEROM? KAKO ODABRATI ODGOVARAJUĆI LASER ZA RAZLIČITE VRSTE TETOVAŽA? KOLIKO TRETMANA OBIČNO ZAHTJEVA PROCES UKLANJANJA TRAJNE ŠMINKE OBRVA I TETOVAŽA, I KAKO SE MOŽEMO PRIPREMITI ZA POSTUPAK?

EYEBROWS & TATTOO REMOVAL svih vrsta neželjenih pigmentata

- konsultacije su besplatne
- lasersko uklanjanje neželjenih pigmentata obrva je najsigurniji način bez ikakvog straha za klijenta, dlačice ostaju uklanjamo samo pigment koji je površinski u koži, naravno bez ikakvog oštećenja kože
- koliko je tretmana potrebno ovisi od dubine pigmenta u koži, starosti obrva i tetovaže, stanja kože, većinom za obrve je potrebno 3-5 tretmana, dok za tetovaže je potrebno više tretmana iz razloga što je jači pigment i dublje je u koži
- obrve koje su rađene pigmentom koji sadrži titanium oksid, PhiLaser ih ne može ukloniti
- tretman ne mogu raditi trudnice, dojilje i osobe s nekontroliranim dijabetesom
- crvene, zelene, plave boje teže se uklanjaju
- nakon uklanjanja starih obrva PhiLaserom, nove obrve radimo nakon 6 tjedana
- važno je izbjegavati izravno izlaganje suncu prije i nakon mjesec dana
- tetovaže koje su urađene duboko u koži, vidno su ispupčene iznad površine kože, to jeste pri radu je duboko rađeno pod kožu, ne mogu se ukloniti laserom, potrebni su drugi postupci uklanjanja, upozorimo klijente na početku.
- opekotine se mogu dogoditi ukoliko Vam radi

nestručna osoba, i ukoliko se izlažete suncu tijekom procesa uklanjanja.

FOTOEPILACIJA - DUGOTRAJNO UKLANJANJE DLAČICA IPL METODOM

Glatka koža je postala pitanje higijene, a ne estetike. IPL je skaćenica za "Intenzivno pulsirajuće svjetlo" koje sadrži više valnih duljina kojima utječemo na uklanjanja dlačica, fotopomlađivanje, uklanjanja kapilara, uklanjanje hiperpigmentacije kao i tretmane akni. Svi IPL tretmani su dostupni u La Bellezza studiju.

NA KOJIM DIJELOVIMA TIJELA SE PRIMJENJUJU IPL TRETMANI?

IPL tretmani se mogu primjenjivati na bilo kojem dijelu tijela. Najpopularnija područja tretmana kod žena su gornje usne, brada, pazusi, bikini područje, noge. Kod muškaraca, popularna područja za tretman su leđa, abdomen, prsa i ramena, kao i vrat i lice. Ova metoda daje vidljive tretmane fotopomlađivanja lica, uklanjanja dlačica, kapilara i hiperpigmentacije te tretmane akni. IPL metoda uklanjanja dlačica intenzivnim pulsirajućim svjetlom cilja melanin u folikuli dlačice. Svijetlost koju proizvodi IPL generira kontroliranu energiju koja se apsorbira u melanin dlake eliminirajući folikul dlake. Ciklus rasta dlake je zaustavljen bez ikakvog rizika za kožu. Boja kože i dlačica su važni faktori za razmatranje prilikom tretmana. Intenzivno pulsirajuće svjetlo obično najbolje djeluje kod osoba sa svijetlom kožom i tamnim dlakama. **Eliminacija dlačica je terminirana u prosjeku od 6 do 8 tretmana ovisno o rastu dlaka i zoni tretirane zone. Razmak između tretmana je oko 4 tjedna. Rezultati su izvrsni!**



Napomene:

- Za vrijeme tretmana ne koristiti solarij i jako izlaganje suncu – prije i nakon tretmana.
- 15 dana prije fotoepilacije ne treba raditi depilaciju voskom ili električnim epilatorom.
- Dlake se ne smiju izbjeljivati 1 tjedan prije fotoepilacije.
- Potrebno izbjegavati sunčanje 15 dana prije fotoepilacije i 15 nakon tretmana, te koristiti zaštitni faktor.
- Nakon svih odrađenih tretmana ne zaboravite raditi osvježavanje svakih 2 do 3 mjeseca.

Kontraindikacije: Kožne nepravilnosti nepoznatog uzroka, trudnoća, tumori, dijabetes, korištenje paze makera, hemofilija, epilepsijam liječenje antikoagulantima, kožne bolesti, visoka osjetljivost na svijetlost.

KATIVA®

LUXURY

- **Vitamin E** sa biotinskim kompleksom i bambusom pruža obnovu i jača kosu
- **Hyaluron** sa keratinom i koenzimom Q10 dubinski hidira i sprječava lomljenje kose
- **Shea butter** sa uljem kokosa i marule hrani kosu i pruža joj dodatni sjaj



Kativa 3 nove linije za njegu kose Vitamin E, Hyaluron i Shea Butter



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

Web Shop: www.didacoshop.com

JEDINA POLIKLINIKA SA TRI ESTETSKA HIRURGA:

prof.dr. Reuf Karabeg, prim.dr. Amela Karabeg, dr. Danijela Crnogorac



Reuf Karabeg: Medicina, osobito hirurgija, konstantno moraju biti ispred svog vremena

Možemo očekivati velike napretke u tehnikama, implantacionim materijalima, opremi itd. Možda uzgajanje ili kloniranje nekih dijelova tijela koje sada moramo autotransplantirati sa tijela pacijenta.

PIŠE: prof.dr.sci. Reuf Karabeg, specijalista opšte hirurgije



Prof. dr. Reuf Karabeg je specijalista opšte hirurgije, plastične, rekonstruktivne i estetske hirurgije. Predsjednik Udruženja plastičnih, rekonstruktivnih i estetskih hirurga u BiH. Član ASPS-a (Američkog udruženja plastičnih hirurga). Član ISAPS-a (jednog od najvećih strukovnih udruženja u svijetu). Član i nacionalni delegat u ESPRAS-u (Evropsko udruženje plastičnih i estetskih hirurga). Predsjednik BAPRAS-a (Balkanskog udruženja plastičnih i estetskih hirurga) po drugi put. Nacionalni predstavnik u ICOPLAST-u (najveća asocijacija nacionalnih udruženja u svijetu). Redovni profesor na Medicinskom fakultetu. Radno mjesto – Hirurška poliklinika „Karabeg“ Sarajevo.

U fascinantnom svijetu plastične i rekonstruktivne hirurgije, gdje vještina i suptilna umjetnost hirurga igraju ključnu ulogu u oblikovanju ne samo tijela, već i života pojedinaca, razgovarali smo s istaknutim stručnjakom, doktorom Reufom Karabegom. Kroz njegovu posvećenost umijeću i strast prema pružanju pacijentima novu nadu, doktor Karabeg postaje ne samo stručnjak u polju estetike, već i ključni protagonist u rekonstrukciji samopouzdanja i kvalitete života.

Zakoračimo zajedno u svijet plastične i rekonstruktivne hirurgije kroz perspektivu doktora Karabega, istražujući kako ova grana medicine transcendirala granice između umjetnosti, znanosti i iscjeljenja.

ŠTA JE TO PLASTIČNA HIRURGIJA I ŠTA JE TO TOLIKO UZBUĐLJIVO U PROFESIJI KOJOM SE BAVITE?

Plastično-rekonstruktivna hirurgija je grana medicine koja prvenstveno za cilj ima da izmijeni ili obnovi oblik tijela. Riječ je grčkog porijekla „palacos“ i znači „umjetnost modeliranja“. Mada su kozmetičke ili estetske operacije najčešći vid plastične hirurgije, plastična hirurgija, sama po sebi, ne mora uvijek imati kozmetičku podlogu i može uključivati različite tipove rekonstruktivne hirurgije, hirurgije šake, mikrohirurgije, kao i tretman opekotina.

Drugo je rekonstruktivna hirurgija. Tu se zahvati izvode kako bi se ispravila funkcionalna oštećenja uzrokovana opekotinama i raznim povredama, kao što su: povrede kože, tetiva, kostiju, urođene anomalije poput zečje usne, stečene abnormalnosti kao što su razne izrasline itd.

JEDINI STE ČLAN OVIH PROSTORA AMERIČKE AKADEMIJE PLASTIČNIH, REKONSTRUKTIVNIH I ESTETSKIH HIRURGA (ASPS/A), ČLAN SVJETSKOG UDRUŽENJA ISAPS, EVROPSKOG ESPRAS, EVROPSKOG UDRUŽENJA RINOPLASTIČARA RSE. AKTUELNI STE PREDSEDNIK BALKANSKOG UDRUŽENJA BAFPRAS, PO DRUGI PUT. NACIONALNI STE PREDSTAVNIK U NAJVEĆEM UDRUŽENJU SVIJETA ICOPLAST I ESPRAS. VAŠ KOMENTAR?

Pojedinac može da promijeni sliku svijeta o oblasti kojom se bavi. Ove, „titule“ su svojevrsna kruna mog dugogodišnjeg istrajnog rada, insistiranja na kvaliteti i konstantnom napredovanju. Doživljavaju me kao ambasadora bosanskohercegovačke plastično-rekonstruktivne hirurgije i drago mi je da kroz ova udruženja imam priliku da promijenim sliku svjetskih autoriteta o bosanskohercegovačkoj medicini uopšte, a osobito plastično-rekonstruktivnoj i estetskoj hirurgiji.

DA LI JE MOGUĆE KOREKTIVNIM I ESTETSKIM OPERACIJAMA PODIĆI SAMOPOUZDANJE PACIJENTA?

Naravno. Osobe postaju sigurnije u sebe, veselije, prilagodljivije okolini, manje razdražljive. Postižu bolje rezultate u školi, na fakultetu i poslu. Vraća se samopouzdanje, želja i intencija vlastitom stilu.

KOJIM ESTETSKIM OPERATIVNIM ZAHVATIMA SE ŽENE NAJČEŠĆE PODVRGAVAJU I KOLIKO ČESTO SU MUŠKARCI ZAINTERESOVANI ZA ESTETSKE OPERACIJE I KOJE?

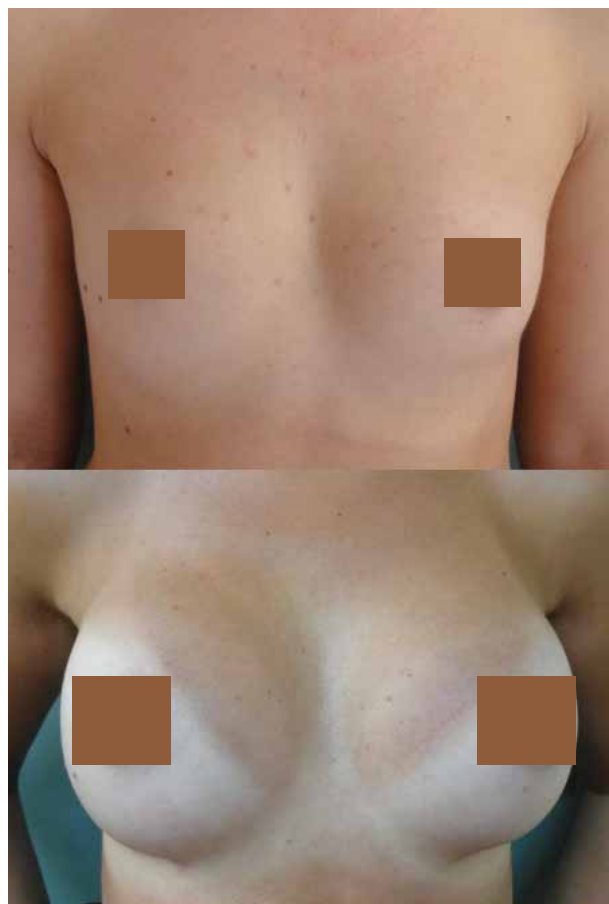
Odnos pacijenata muškaraca i žena koji se odluče na estetski zahvat u BiH je oko 70% - 30%. Tim kojim rukovodim u „Poliklinici Karabeg“ je kompetentan da uradi sve operativne zahvate iz domena estetske hirurgije. Prim. Dr. Amela Karabeg i dr. Danijela Crnogorac su moji najbliži i najdraži saradnici. Bez drugih saradnika-anesteziologa ,anestetičara, sestara, radnice... operacije se ne bi mogle izvoditi. Imamo izvanredan i kompetentan tim u cijelosti. ***Najčešće se, ipak, radi estetska hirurgija dojki (povećanje, podizanje , smanjivanje) i trbušnog zida, operacije nosa, kapaka te liposukcija kod žena. Kod muškaraca je to zatezanje lica, operacije nosa, odstojećih ušiju i smanjivanje***



“ženskih grudi”, tj. operacija ginekomastije. Kod djece se obično rade operacije odstojećih (klempavih) ušiju.

MEDICINA KONSTANTNO NAPREDUJE. ŠTA JE BUDUĆNOST ESTETSKE MEDICINE?

Možemo očekivati velike napretke u tehnikama, implantacionim materijalima, opremi itd. Možda uzgajanje ili kloniranje nekih dijelova tijela koje sada moramo autotransplantirati



BeautiFUL

sa tijela pacijenta. Medicina, osobito hirurgija, konstantno moraju biti update ili ispred svoga vremena. Zato nastaju nove i bolje metode.

DO SADA SU SE PROIZVODILI IMPLANTATI ČIJI JE "VIJEK TRAJANJA" PROIZVOĐAČ SUGERIRAO NA MINIMUM DESET GODINA I PACIJENTICI JE TREBALO PROMIJENITI ISTE, OBIČNO NAKON 15 GODINA. DA LI SADA POSTOJI DRUGAČIJE RJEŠENJE?

Naučeni smo (plastični i estetski hirurzi), a i kompanije koje ih proizvode garantiraju da implantate više nije potrebno mijenjati zbog napretka u tehničko-tehnološkom smislu. Naravno da gravitaciju nije moguće zaustaviti. Tako, vremenom, nakon 10-tak i više godina, moguća je rijetka korekcija u smislu podizanja grudi, a osobito nakon višekratnih porođaja i dojenja djece.

KOJE MATERIJALE KORISTITE U SVOM RADU I KOJE SU VAŠE PREPORUKE?

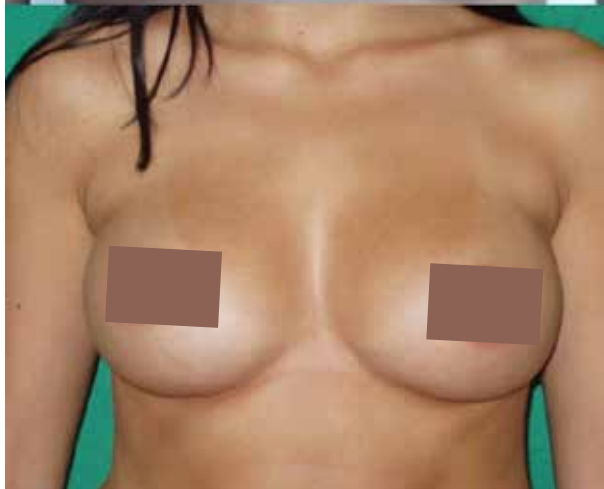
U poliklinici „Karabeg“ isključivo koristimo materijale najboljeg kvaliteta. Konci, instrumenti, aparati, implantati su od najreferentnijih dobavljača i proizvođača. Slijedimo zlatno pravilo struke uopšte, a osobito medicine, a to je da treba uklopiti tri stvari da bi sve funkcionisalo besprijekorno-prostor, kadar i oprema. ***Aparat za anesteziju je nov, maksimalne sigurnosti, vrhunske kvalitete, jednog od najpoznatijih proizvođača. Edukacije imamo stalne, ali u multilateralnom smislu. Razmjenjujemo znanje-prenosimo drugima i dobijamo od drugih.***

KOJI JE PROCENT DJEVOJAKA/ŽENA KOJE SE PODVRGNU OPERATIVNOM ZAHVATU GRUDI?

I djevojke i žene dolaze na povećanje grudi. Svakako da više dolaze djevojke koje uglavnom nemaju (dovoljno) razvijene grudi. Žene u srednjim i starijim dobnim skupinama često traže povećanje ili povećanje uz podizanje grudi u jednom aktu. Sve dobne skupine, mogu tražiti smanjivanje grudi i to iz estetskih i funkcionalnih razloga (bolovi u vratu i leđima, limitiranje u dnevnim aktivnostima itd).

RECITE NAM NEŠTO VIŠE O IMPLANTATIMA I METODAMA POVEĆANJA GRUDI, KOJE SU SVE ZASTUPLJENE?

Implantati mogu biti silikonski ili punjeni fiziološkom otopinom, niskog, umjerenog ili visokog profila; glatke ili teksturirane površine. ***Svaki od implantata i tehnika ima svoju***



indikaciju. Hirurški pristup i postavljanje implantata može biti submamarno (kroz brazdu ispod dojke), kroz bradavicu dojke i preko pazuha. Implantat se postavlja ispod žlijezde, ispod mišića ili kombinovano. Mnogi rade 1-2 metode koje smatraju najboljim a ne prilagođavaju metodu kliničkom nalazu i/ili želji pacijentice (sve dok je u granicama mogućeg). U našoj poliklinici radimo pet različitih metoda povećanja.

Tako imamo spektar djelovanja za postizanje najprikladnijeg i najboljeg rezultata za pojedinačnog pacijenta. Govorimo o personaliziranoj hirurgiji. Objavili smo u indeksiranom časopisu vlastitu metodu koja je potrebna osobito kod pacijentica sa izrazito nerazvijenim grudima tj. s malom količinom masnog tkiva, a sve u namjeri da se implantati ne mogu osjetiti pri dodirivanju dojki. Pravilan izbor je ključ koji obezbjeđuje pacijenticino i hirurško zadovoljstvo i smanjuje mogućnost komplikacija.

Najveća umjetnost estetskog hirurga je upravo u pravilnoj i najboljoj odluci za svakog pacijenta, jer rijetko kod jedne procedure postoji toliko različitih mogućih kombinacija kao kod povećanja grudi. Odabir hirurga koji će izvesti operativni zahvat mora biti minuciozan, treba istražiti reference, prije svega stručne i medicinski priznate.

GDJE SE MI UOPĆE MOŽEMO SVRSTATI U REGIONU, ALI I ŠIRE, KADA JE RIJEČ O OVOJ OBLASTI? ŠTA SMO DO SADA POSTIGLI, A NA ČEMU MORAMO JOŠ RADITI?

Sarajevo je od ranije, još prije devedesetih godina, bio prepoznatljiv i cijenjen centar za hirurgiju. Nakon Ljubljane, imali smo najreprezentativniju kliniku na prostoru bivše zajedničke države. Mi se borimo da naš rejting svakim danom podižemo postignutim rezultatima. ***Govorim kao predsjednik Udruženja-što se same struke tiče, postigli smo maksimum u datim uslovima. Ponosan sam na činjenicu da sam bio predsjednik ispitne komisije za 13 specijalista plastične hirurgije iz cijele BiH ali i dvoje izvan države BiH.***

U mnogim segmentima smo ravnopravni s regionom. Što se tiče Evropskih i svjetskih standarda, tu možemo samo govoriti o pojedincima – na svakom je plastično-rekonstruktivnom hirurgu obaveza da ostane update u vezi najnovijih svjetskih trendova, jer medicina svakodnevno napreduje.

ESTETSKE INTERVENCIJE U SVIJETU POSTALE SU UOBIČAJNA STVAR KOJOJ SE VIŠE NE PODVRGAJU SAMO POZNATE LIČNOSTI, NEGO, DA TAKO KAŽEMO, I OBIČAN SVIJET. JESU LI VAM KLIJENTI SAMO POZNATE OSOBE ILI IMA I NEPOZNATIH OSOBA KOJI ŽELE IĆI U KORAK S VREMENOM?

Svako ko želi i zna da može biti ljepši i ko je u finansijskoj mogućnosti, dolazi na operativni zahvat estetske hirurgije. Dakle svi dolaze. Od zemljoradnika do estradnih zvijezda pa i političara.

ŽELITE LI NEŠTO PORUČITI NAŠIM ČITATELJIMA?

Radije bih prvo poslao poruku onima koji ne žele i sputavaju druge da urade operativne estetske zahvate. Nemojte gledati iz aspekta sebe (jer imam npr. lijepo formirane grudi) nego uđite u glavu pacijenta. Da li bih ja uradila/o operativni zahvat da imam deformitet ili estetski nedostatak kao osoba kojoj kažem NE?

A mogućim pacijentima sugeriram da se ne rukovode bilo čim osim rejtingom, brojem operacija, iskustvom, znanjem, postignućima na praktičnom i akademskom nivou hirurga koji će izvesti zahvat.



Ljepilo za nadogradnju trepavica

Svaki lash tehničar zna da kod tretmana nadogradnje trepavica najveću ulogu igra Ljepilo.

Ljepilo nam može zadavati različite probleme

- usporava nas u radu
- prebrzo se suši
- nadogradnja brzo spada
- klijenti se žale ...

Ali ako naučimo kako Ljepilo funkcionira, šta na njega utiče, mi ćemo moći riješiti sve naše probleme i imati zadovoljne klijente.

Prvo i osnovno jeste poznavati sastav Ljepila. Glavni sastojak svakog Ljepila za trepavice je cijanoakrilat. Njegov procenat u Ljepilu jeste oko 90-92%. Na cijanoakrilat utiče temperatura, vlažnost vazduha i količina kiseonika. Postoji više vrsta cijanoakrilata, ali u novoj generaciji Ljepila koristi se etil cijanoakrilat koji daje najjaču i najelastičniju vezu i također nakon polimerizacije je otporan na temperaturu, vlagu i ulja.

Sledeći jednako važan sastojak Ljepila je polimetil metakrilat. Ovaj sastojak određuje teksturu i konzistenciju Ljepila što direktno utiče na brzinu sušenja (gušća Ljepila se sporije suše i obrnuto)



I treći sastojak crnih Ljepila jeste karbon pigment koji daje crnu boju Ljepilu, a ne utiče na njegov kvalitet.

Svi ovi sastojci Ljepila ne čine homogenu masu i zato je potrebno mućkanje Ljepila prije upotrebe.

Opasne materije koje se nalaze u nekvalitetnim Ljepilima su:

- polivinil
- hidrokonon
- metil akrilat

Neke od ovih supstanci (metil akrilat) imaju mutageno dejstvo i mogu aktivirati ćelije raka.

Isparavanjem ovih supstanci mogu nastati hemijske opekotine ali i oštećenja sluznice nosa ili očiju .

Također supstance koje ćete često naći u sastavu ljepila jesu **LATEX I FORMALDEHID** koje su također štetne po ljudsko zdravlje.

Da bismo odabrali ljepilo koje će nama savršeno odgovarati mi moramo znati sledeće:

- koja je brzina našeg rada
- temperatura u prostoriji
- vlažnost vazduha.

Kada kupujete ljepilo od prodavača tražite informacije o brzini ljepila i preporučenim uslovima.

DA POJASNIMO:

Kada kažemo da je brzina ljepila 1s, preporučena temperatura je 21-23 stepena i vlažnost vazduha 30-50%.

To znači da će vaše ljepilo u navedenim uslovima vezivati za 1s. Šta se dešava kada naši



uslovi nisu kao preporučeni??? Ako su temperatura ili vlažnost vazduha veći vaše ljepilo će vezivati brže od 1s, a ako su uslovi niži onda se ljepilo usporava i vezivat će za 1,5s . Također jako bitna stvar za ljepilo jeste i dovoljna količina kiseonika u prostoriji u kojoj radite pa se stoga potrudite da provjetravate prostoriju što je češće moguće .

PREMIUM LJEPILA su provjerenog kvaliteta, sigurna za upotrebu, klinički ispitana. Ne sadrže latex i formaldehid

U ponudi imamo
-THE BEAST (1-2s 22-24°C 40-60%)
-THE BEAST (0-5s isti uslovi)
-ULTRA FAST DRY (0.5s 22-23°C 20-70%)

Za sve potrebne informacije možete nas kontaktirati putem Instagram profila

@premiumlashesbih ili na broj 065/960-519

A kompletu ponudu naših proizvoda možete pogledati na web shop-u

www.premiumlashesbih.com

Adnan Smayki: Svaki trener treba da osjeti na koji način klijenti "dišu"

Trener nije tu samo da broji ponavljanja nego je tu i da sasluša, savjetuje i ima dozu razumijevanja

PIŠE: Adnan Smailhodžić – Smayki, fitness trener



Adnan Smailhodžić – Smayki je diplomirani profesor kineziologije, kondicijski trener za sportaše i fitness instruktor za rekreativce.

Posjeduje višegodišnje iskustvo u radu sa odraslima i djecom, te je bivši trener plivanja. Posjeduje veliki broj certifikata od kojih se izdvaja CFSC (certification for strenght couch) pod vodstvom Michael Boyla. CFSC se nalazi među top 3 certifikacije u svijetu. Prisustvovao je, te polagao Cross Fit certifikacije u Beču, prisustvovao certifikaciji za Olimpijsko dizanje utega kod Olimpijca Nikolaja Pešalova, prošao certifikacije za Kettlebell instruktora, te je kreator "Body Up" programa koji vodi u Arena sport centru i online.

Bez obzira na nivo iskustva ili vrstu vježbanja, suočavanje s izazovima i održavanje stalne motivacije može biti izazovno. Kroz tekst pročitajte na koji način trener Adnan Smayki održava motivaciju svojih klijenata.

RECITE NAM ADNANE, KAKO SE RODILA VAŠA LJUBAV PREMA FITNESSU, ŠTA VAS JE TO MOTIVISALO DA UPLOVITE U OVE VODE?

Sve je nekako išlo prirodnim tokom. Dugo vremena sam se bavio košarkom pa i jedan period profesionalno, ali uz košarku uvijek sam volio dodatno trenirati i raditi na sebi odnosno na snazi. Krenuvši na fakultet kineziologije (sporta) odlučio sam se više bazirati na edukaciju i usavršavanje te samim tim se i rodila ljubav prema fitnessu i zdravom načinu života. Motivacija bi bila povremeno tu ali cilj je uvijek bio prisutan u glavi, jer bez cilja koji želimo ostvariti samo ćemo kružiti u krug i nećemo postići baš ništa. Zato svaki put naglašavam da ljudi trebaju imati cilj i ne oslanjati se samo na motivaciju.

NAKON KOLIKO VREMENA STE VIDJELI PRVE ZADOVOLJAVAJUĆE REZULTATE RADEĆI NA SEBI I KOLIKO JE OKVIRNO POTREBNO VREMENA DA BI VAŠI KLIJENTI POSTIGLI REZULTATE?

Pa iskreno ni sada nisam u potpunosti zadovoljan izgledom jer uvijek težim ka boljem, ali naravno itekako sam zahvalan za ono što trenutno imam, odnosno kako izgledam. Nekako se držim toga da trebamo biti zahvalni za ono što imamo ali da uvijek težimo da budemo što bolji kako fizički tako i psihički. **Za svakog klijenta je to različito i ne može se definirati tačan period u kojem se mogu postići određeni rezultati.** Ono od čega najviše ovisi jeste od trenutne strukture tijela, količina masnog tkiva, utreniranosti osobe, to mislim da li je prije trenirala ili ne, povrede i slično. Sve su to faktori koji dosta utiču na sam proces postizanja željenih rezultata.

U održavanju redovnog treninga, u skladu s poznatom izrekom "U zdravom tijelu, zdrav duh", očuvanje motivacije igra ključnu ulogu. Motivacija je poput goriva koje pokreće našu posvećenost i upornost prema fitness ciljevima.

KAKO ZAPOČINJETE JEDAN VAŠ DAN KAO FITNESS TRENER?

Pokušat ću to objasniti na najjednostavniji način: Ustajem u 5:00 gdje i doručkujem, a većinom su to jaja, posni sir, tortilje i nekada kafa. Zatim od 6:00 počinjem s radom sa klijentima sve do nekih 19:00 sati. Svoj trening inače radim u popodnevним terminima jer tada se najbolje osjećam i mislim da mogu izvući svoj maksimum. ***Naravno to ne bude uvijek tako jer dosta mi ovisi od klijenata i perioda u kojim oni dolaze da treniraju.***



NA KOJEM PRINCIPU RADITE, DA LI STE SAMO TRENER ILI VAŠE KLIJENTE SAVJETUJETE O ISHRANI, TE DAJETE KONŠTANTNU MOTIVACIJU, KAKO FIZIČKU TAKO I PSIHIČKU?

Da bi saradnja bila uspješna treba da obuhvati oba polja, a to je upravo adekvatan trening, odnosno trening koji je prilagođen toj osobi što znači trening program ne može biti šablonski, tačnije isti za sve klijente, te s druge strane ishrana isto tako treba biti prilagođena klijentu jer osoba koja ima 80 kilograma i osoba od 130



Osoba koja nikada nije trenirala treba prvenstveno da prođe bazične stvari.



kilograma neće imati isti unos kalorija pa samim tim je pristup drugačiji. Motivacija kroz trening sigurno ne manjka i treba da postoji jer zna se često desiti da klijent taj dan nema neku veliku volju za treningom što je isto tako normalno

BeautiFUL

ali u takvim trenutcima trener treba da bude onaj koji će malo podići radnu atmosferu, te dovesti klijenta do uspješnog treninga. Uvijek to spomenem pa ću i ovdje, trener nije tu samo da broji ponavljanja nego je tu i da sasluša, savjetuje i ima dozu razumijevanja. Trener nije samo trener nego zaista puno više od toga i mislim da bi svaka osoba koja se bavi sa ovim poslom trebala to da zna. Bilo koja osoba, tačnije klijent koji se prepusti u vaše ruke ima potpuno povjerenje u vas, a vaše je da to i ispoštujete na pravi način.

KADA GOVORIMO O ZDRAVIM NAVIKAMA, KOLIKO JE VAŽNA ISHRANA U OSTVARIVANJU ZADATOG CILJA?

Jako bitan segment je upravo ishrana. Da bi postigli svoj cilj moramo da se pridržavamo određenog režima ishrane određeni period od



14-30 dana gdje u tom razmaku već možemo primijetiti određene promjene tačnije trebali bi da primijetimo. Ukoliko uočimo promjene ishrana ostaje ista i ne treba je mijenjati, ali sa druge strane ako stagniramo i ne dolazi do promjena, a poštujete program ishrane onda je potrebno ubaciti određene promjene u samom programu.

VAŠI TRENINZI TEMELJE SE NA INDIVIDUALNOM PRISTUPU SVAKOM KLIJENTU. PERSONALIZACIJA PROGRAMA VJEROVATNO JE KLJUČ USPJEHA TRENAŽNOG PROCESA, KAKO KREIRATE TRENINGE?

Da, tako je! Da, kao što sam spomenuo već, ukoliko želimo da određena osoba postigne adekvatan rezultat onda taj pristup treba da bude izrazito kreiran samo za tu osobu i njene trenutne mogućnosti. ***Kreiranje programa se zasniva od trenutne utreniranosti te osobe.*** Osoba koja nikada nije trenirala treba prvenstveno da prođe bazične stvari, a to jeste savladavanje pravilne tehnike izvođenja vježbi, te pravilnom disanju i tempu, kada sve to savlada onda možemo preći na plansko programiranje treninga.

KADA JE RIJEČ O ZDRAVIM NAVIKAMA KOLIKO PRATITE TRENUTNE TRENDOVE, ILI SE IPAK DRŽITE NAUČNO UTEMELJENIH PRINCIPA?

Trendovi se mijenjaju i svake godine se pojavi nova metoda koja je “najučinkovitija” ali to je

Moj princip treninga se zasniva u kombinacije rada sa opterećenjem i aerobnog rada.

sve namijenjeno u marketinške svrhe kako bi se prodali određeni proizvodi. Moj princip treninga se zasniva u kombinacije rada sa opterećenjem i aerobnog rada, što je i jedini ispravni način za ostvarivanje željenih rezultata, kao što i možete vidjeti na mojim klijentima koji su ostvarili rezultate prateći moj program treninga.

MISLITE LI DA DJEVOJKE KOJE PRVI PUT DOLAZE U FITNESS CENTAR IMAJU STRAH OD NEPOZNATIH SPRAVA I SVEGA ŠTO IH OKRUŽUJE U PROSTORU FITNESS CENTRA?

Pa vrlo vjerovatano da jeste jer realno kad sagledamo bilo gdje da odemo i ukoliko ne poznajemo taj “teren” bude nam u početku malo nezgodno i neprijatno, ali zato služe vodiči kako bi nas upoznali s tim mjestom i dali više informacija, pa tako isto važi i za trenere. Ukoliko djevojka po prvi put se susreće sa teretanom onda preporučujem da uzme stručnu osobu koja će je usmjeriti i naučiti osnovnim pokretima, vježbama koje su bitne, te samoj metodici treninga i pristupa treningu. To je najbolja opcija i s tim ne mogu pogriješiti i uštediti će puno više vremena i udaljit će ih od mogućih povreda.



MNOGI, A POSEBNO ŽENE, SE 'BOJE' RADITI S TEŽINAMA I RADITI VJEŽBE SNAGE. JESU LI U KRIVU?

Legenda kaže: „Ukoliko djevojka diže tegove mjesec dana dobit će iste mišiće kao i muškarci“. Naravno ovdje sam se šalio, ali ono što želim reći jeste upravo da žena ne može dobiti muški oblik tijela jer po samoj strukturi ženski organizam posjeduje više estrogena nego testosterona što je i glavni graditelj mišića. Zato djevojke, prestanite da mislite da su tegovi loši za vas, čak šta više oni su odlični za vas jer ćete puno više sagorjeti masti sa opterećenjem i zategnuti ćete vaše tijelo na najbolji mogući način.

KOLIKO STE „STROG“ TRENER I KAKO KLIJENTI IZDRŽAVAJU VAŠE TRENINGE, DA LI STE IMALI NEKADA NEKIH NEZGODNIH SITUACIJA?

Onoliko koliko to klijent zasluži. Kada imate pravi pristup i prepoznate na koji način određena osoba funkcionira onda problema nema. Svaki trener treba da osjeti na koji način klijenti „dišu“ i šta je to što ga može dovesti do željenog cilja.

Nikada nisam imao neke značajne nezgodne situacije.

ŠTA JE S DODACIMA PREHRANI? KOJE DODATKE SE PREPORUČUJE UZIMATI I KOLIKO DUGO?

Ono što prvo mogu preporučiti jesu vitamini i minerali koji su ključni u fazi mršanja i inače zdravlja. Kada određena osoba počne sa skidanjem kilograma vrlo često dođe do pada imuniteta upravo zbog aktivnosti koje su ubacili, a pri tome te aktivnosti su bile svedene na minimum, te i naravno organizam će odreagovati padom imuniteta, a da ne bi došlo do toga potreban je da unosimo potrebne vitamine i minerale. Preporuka jeste: vitamin c, vitamin d3, omega 3, cink i magnezij.

ZA KRAJ ADNANE, ŠTA BISTE PREPORUČILI NAŠIM ČITATELJIMA?

Da misle na vrijeme na svoje zdravlje i da ne uzimaju sve zdravo za gotovo. ***Radite na sebi kako fizički tako i mentalno.***

Kada ste zadovoljni sobom onda ste i psihički rasterećeniji što znači i zdraviji. Ono što mogu dodati još jeste da se ništa ne može postići preko noći za sve treba vrijeme, a na vama je da li to zaista želite ili je to samo jedna prolazna faza. Budite istrajni i uporni u tome što želite ostvariti jer je to uistinu jedini pravi put ka uspjehu.



davines

Naturaltech Tailoring

Nova, inovativna izuzetno prirodna i izuzetno učinkovita porodica proizvoda stvorena u botaničkom laboratoriju **Davines** sela u saradnji nauke, tehnologije i prirode.

Sastoji se od 4 biljne serumske baze i 6 bustera sa aktivnim botaničkim ekstraktima. Kombinacija odabrane baze i bustera daje nam 1 od 24 moguća personalizovana tretmana, svaki individualno prilagođen željama, potrebama i problemima određenog tipa kose i vlasišta.



UVOZNIK I DISTRIBUTER ZA BIH

Omladinska 123, 78250 Laktaši, Bosna i Hercegovina

Tel: 00387 (0)51 535 815 00387 (0)51 535 816 Mob: 00387 (0)65 404 031

e-mail: bmlcompany@blic.net www.hairmarketpro.com/davines/

www.facebook.com/HAIRmarketpro/

www.instagram.com/hairmarketpro/

BML
company

2
 Brzi tretman od 5 minuta koji se može raditi samostalno ili uz bilo koju drugu uslugu u salonu.

4
 Viši nivo brige za kosu u salonu prilagođen individualnim potrebama svakog klijenta.

3
 Intenzivan i odmah vidljiv impresivan rezultat na kosi.

1
 Aplikacija za pametne telefone koja će pomoći u kreiranju savršenog tretmana.



Naturaltech Tailoring

iskustvo prilagođeno individualnim potrebama, stvarajući održivu ljepotu koja traje



Petra Bračić: Dobitna kombinacija zimi je jako puno hidratacije i bogatija tekstura krema

U ovim hladnijim danima preporučujem da se posvetite više njezi kože, hidrataciji, tretmanima, bogatijim serumima i kremama. Na njegovanoj koži će šminka uvijek bolje izgledati.

PIŠE: Petra Bračić, vizažistica



Petra Bračić rođena 1.9.1993. u Splitu. Diplomirani je magistar pedagogije, a 2015. godine odlučuje otići u školu šminkanja kod Dušana Lazića (Laze) i tada je krenuo njen put u beauty industriju. Nakon završetka fakulteta 2018. godine počinje raditi i u školi kao pedagog, ali nakon 4 ipo godine rada u struci odlučila se potpuno posvetiti prvoj ljubavi - šminkanju.

U svijetu ljepote, gdje je svaka nijansa važna, a svaki detalj igra ključnu ulogu, istinska ljepota dolazi iznutra. Priprema kože prije nanošenja makeupa često se zanemaruje, no stručnjaci poput vizažistice Petre Bračić svjedoče o ključnom koraku koji često biva preskočen –

hidrataciji. U ovom članku saznat ćemo kako pravilna briga o koži može značajno unaprijediti ukupni dojam našeg makeupa.

PETRA, RECITE NAM NEŠTO VIŠE O SEBI, KAKO POČINJE VAŠ PUT U BEAUTY SVIJET?

Moj put u beauty svijetu počinje 2015. godine kada sam krenula sa šminkanjima. Od 2010. sam znala da želim šminkati ali fakultet je bio prioritet i prvo sam svoj fokus usmjerila na učenje. Nakon 2 godine i prve diplome odlučim se otići u školu šminkanja Dušana Lazića - Laze u Beograd i ostalo je povijest.





KOJE SU BILE VAŠE PRVE EDUKACIJE, TE KOJE STE SVE ZAVRŠILI DO DANAS?

Moja prva edukacija je bila škola šminkanja kod Dušana Lazića - Laze u Beogradu. *Trajala je 20-25 dana i dan danas smatram da je ta edukacija mene oblikovala i nisam požalila.*

Smatram da je Lazo jedan od najprofesionalnijih individualaca danas. Također sam bila na



masterclassu Bojana Vukadinova i kod meni jako drage Jelene Roksandić čak dva puta u godinu dana.

KAKO MODA, TAKO SE I STIL ŠMINKANJA MIJENJA, TOKOM GODINA VAŠEG RADA, KOJI STIL ŠMINKANJA VAM JE BIO NAJDRAŽI, TAČNIJE U KOJEM STE SE PREPOZNALI?

Moj stil šminkanja je uvijek bio glamurozniji, ali ovaj stil u kojem sam sada mi je definitivno najdraži i mislim da je najklasičniji. Na njega je





najviše utjecala Jelena i Lazo koji svoj klasični, profinjeni stil nikada nije ni mijenjao.

ŠTA VAM KLIJENTICE NAJČEŠĆE TRAŽE KADA JE ŠMINKA U PITANJU, DA LI JAČE ILI NJEŽNIJE LOOKOVE?

Kod mene klijentice najčešće traže klasičnije, naglašene oči i bridal. Najčešće dolaze s mojim slikama ili kolega koji rade jako slično.

KOJI SU VAŠI OMILJENI PROIZVODI, IMATE LI PREPORUKE ŠTA KORISTITI TOKOM OVIH HLADNIH DANA?

U ovim hladnijim danima ja preporučam da se posvetite više njezi kože, hidrataciji, tretmanima, bogatijim serumima i kremama. Na njegovanoj koži će šminka uvijek bolje izgledati.

DRUGSTORE PUDERI? VAŠE MIŠLJENJE O NJIMA I KOJI JE PO VAŠEM MIŠLJENJU NAJBOLJI?

Drugstore puderi su danas jednako dobri kao i high end, meni najdraži brend je ipak L'Oréal - True match linija koju sam koristila godinama kao studentica s malim džeparcem.

KAKO PRIPREMITI KOŽU TOKOM OVIH ZIMSKIH DANA, IMATE LI PREPORUKE ZA SKIN CARE PROIZVODE?

Priprema kože zimi je jako kompleksna tema i ja bi osobno otišla u kozmetičara koji će odraditi sve potrebne tretmane da bi moja koža bila spremna za jače teksture i bogatije kreme i serume. Dobitna kombinacija zimi je jako puno hidratacije i bogatija tekstura krema.

PUDERI ZA ZRELU KOŽU? KOJI SU SE POKAZALI KAO NAJBOLJI?

Puderi za zrelu kožu koje ja najviše volim su definitivno Dior Backstage, Estée Lauder Futurist i Armani Luminous Silk..

Jako važna stvar kod njih je da morate nanositi puder u tankom sloju.

ŠTA PREPORUČUJETE MLADIM DJEVOJKAMA KOJE ŽELE UPLOVITI U SVIJET ŠMINKANJA I BEAUTY INDUSTRIJE?

Savjet svim curama koje žele uploviti u Beauty svijet jeste da ulažu u sebe, svoje znanje i vještine i da budu strpljive.

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



A professional studio portrait of a woman with long, dark, wavy hair. She is wearing a black, double-breasted blazer with gold buttons and a matching skirt. Her accessories include a gold watch with a metal link bracelet, a gold necklace with a black pendant, and a ring. She has red nail polish. The background is a plain, light gray.

Merima Šivšić, vlasnica je salona Merima Beauty Room, Internacionalni PMU TREINER i internacionalni NAILS trener. Preko 17 godina iskustva u svijetu ljepote, saradnje sa kvalifikovanim edukatorima i korištenje najkvalitetnijih proizvoda, Merimu stavlja u red najtraženijih majstora ljepote u Sarajevu.

Merima Šivšić: Naš zadatak je da vratimo samopouzdanje i unutrašnji osjećaj zadovoljstva, kroz male rituale ljepote

Životne okolnosti nas nekada dovedu u situaciju da nemamo vremena da same sebi posvetimo dovoljno pažnje. Užurbani tempo života, svakodnevne obaveze, ali u težim slučajevima, posljedice nekih oboljenja, ostavljaju trag na našoj koži i izgledu.

PIŠE: Merima Šivšić, internacionalni PMU TREINER i internacionalni NAILS trener

Trajna šminka, pokazala se kao izvrsno rješenje kada je cilj korekcija nepravilnosti, ali i naglašavanje prirodnog izgleda. Nove tehnike i savremeniji materijali sve više popularizuju ovu vrstu tretmana, a sve je više prihvaćena. Više o tretmanima trajne šminke i laserskom uklanjanju saznajte od naše Merime Šivšić.

Konstanto ulaganje u profesionalni razvoj, najprije kroz edukacije i istraživanje novih trendova, posvećenost radu, ali i dašak luksuza koji svakom klijentu omogućava da se osjeća posebno, ono je što salon izdvaja od drugih. Prirodan izgled, kojem se vraćamo u 2023 godini, karakteriše naš rad. Inovacije i detaljnija pažnja koju posvećujemo svakome pojedinačno, ono je što privlači klijentice, a sve više i pripadnike jačeg pola. Dosadašnje iskustvo u radu, pokazalo je da **svaka naša klijentica zaslužuje**

pojedinačan i njoj prilagođen pristup. S tim u vezi, trudimo se udovoljiti svakom zahtjevu, vodeći računa da je usklađen specifičnim potrebama. Životne okolnosti nas nekada dovedu u situaciju da nemamo vremena da



same sebi posvetimo dovoljno pažnje. Užurbani tempo života, svakodnevne obaveze, ali u težim slučajevima, posljedice nekih oboljenja, ostavljaju trag na našoj koži i izgledu.

Naš zadatak je da vratimo samopouzdanje i unutrašnji osjećaj zadovoljstva, kroz male rituale ljepote, koji čine da se osjećamo sigurne u sebe. Nekada je dovoljan i iskren profesionalni savjet i preporuka rutine, koji može puno da doprinese stvaranju pozitivnije



slike o samoj sebi. Prvi korak je razgovor, shvatanje želja, ali i detaljno objašnjenje naših mogućnosti. Nekada je potrebno više posjeta, kako bi se zadovoljila očekivanja klijenata. **Osnovni savjet svima koji nas posjete je redovna i pravilna njega, prilagođena potrebama, godinama i stilu života.** Ljepota se, prije svega gradi vremenom, posvećenošću i malom profesionalnom pomoći s naše strane.

Trajna šminka, pokazala se kao izvrsno rješenje kada je cilj korekcija nepravilnosti, ali i naglašavanje prirodnog izgleda. **Nove tehnike i savremeniji materijali sve više popularizuju ovu vrstu tretmana,** a sve je više prihvaćena i kod naših klijentica.

Kako bi naši klijent bili što je više moguće informisani o samom postupku, sa rezultatima, ali i njihovom pravilnom održavanju, kroz naš rad pratimo svjetske trendove, tragamo za stalnim edukacijama i stvaranjem mogućnosti dijeljenja znanja i iskustava na internacionalnom nivou. Primjer ove prakse je Organizacija **1. Internacionalnog kongresa i natjecanja profesionalnih permanent makeup artista u Bosni i Hercegovini,** koji sam s kolegicom Majom Granić imala čast ove godine organizovati u Sarajevu. Učešće je uzelo 80 internacionalnih profesionalaca koji su se takmičili u pet kategorija: Aquarelle Lips, Soft Liner, Shading Brows, Microblading

Brows i Hairstroke Brows. Uspješnost događaja pokazuje to da smo kolegica Maja Granić i ja već odredile datum i mjesto održavanja još jednog Internacionalnog takmičenja i kongresa u trajnoj šminci i microblading-u pod nazivom GEMMA koji će se organizovati u Sarajevu od 21.05. do 23.05.2024 godine. U salonu Merima Beauty Room, organizujemo i edukacije na teme: Brow i Lash Lift, Masterclass, Nails program, gdje bilježimo veliku zainteresovanost mladih djevojaka, ali i onih koji žele unaprijediti svoja znanja i usluge koje pružaju. Kao najtraženijih beauty tretmana koji dominiraju u ovoj godini u našem salonu su:

LASERKO SKIDANJE TETOVAŽA I TRAJNE ŠMINKE:

Lasersko skidanje trajne šminke je napredna tehnika koja pruža siguran i učinkovit način uklanjanja pigmentacije iz kože. Ovaj postupak se često koristi kako bi se ispravile ili u potpunosti uklonile trajne šminke, poput obrva, usana ili eyeliner-a, ali i tetovaža sa tijela. Evo nekoliko ključnih aspekata vezanih uz lasersko skidanje trajne šminke: postupak laserskog skidanja trajne šminke obično je manje bolan u usporedbi s drugim metodama uklanjanja.

Lokalna anestezija ili hlađenje kože često se koriste kako bi se osiguralo udobno iskustvo za pacijenta. Više tretmana može biti potrebno kako bi se postigao željeni rezultat, ovisno o vrsti pigmenta, njegovoj dubini i veličini područja koje se tretira. Serija tretmana obično je raspoređena u određenim vremenskim intervalima kako bi se omogućilo tijelu da se oporavi između sesija. Oporavak nakon laserskog skidanja trajne šminke obično je brz i bezopasan. Lasersko skidanje trajne šminke postaje sve popularnija opcija zbog svoje preciznosti i manje invazivne prirode u usporedbi s drugim metodama uklanjanja trajne šminke.

CARBONPEEL:

Poznat i kao "Hollywood peel", predstavlja inovativan postupak kojim se koristi laserska tehnologija za poboljšanje izgleda kože lica. Ovaj postupak sve više dobiva popularnost zbog svoje brze procedure i značajnih estetskih koristi. Tretman je idealan za osobe sklone aknama i masne kože. Pomaže u kontroli lučenja sebuma i smanjenju akni. Ublažava pigmentacijske nepravilnosti, uključujući hiperpigmentaciju. Pomaže u smanjenju površinskih ožiljaka. Preporučuje se serija tretmana kako bi se postigli optimalni rezultati. Učestalost tretmana

ovisi o potrebama pojedinca i karakteristikama njihove kože.

MIKROPIGMENTACIJA OBRVA:

Tehnike poput microbladinga i ombre obrva i dalje dominiraju svijetom mikropigmentacije. Razvoj tehnika i pristupa omogućava preciznije i dugotrajnije rezultate, pružajući savršeno oblikovane obrve koje traju mjesecima.

PERSONALIZOVANE KOZMETIČKE PROCEDURE:

Personalizacija postaje ključna riječ u beauty svijetu ove godine. Svaki kozmetički tretman koji se pruža prilagođava se individualnim potrebama klijenta i stanju njegove kože. Pomno pratimo rezultate i nadograđujemo rutinu, kako bi u privatnosti svog doma, klijent mogao postići maksimalne efekte tretmana. Kroz to nudimo usluge profesionalnog šminkanja za sve prilike, egipatsku depilaciju i još mnogo usluga. Moram naglasiti da baš poput svijeta mode, svijeta trajne šminke i u svijetu manikura trendovi se mijenjaju iz sezone u sezonu, a boje lakova za koje smo imali osjećaj da ćemo ih nositi zauvijek padaju u zaborav pa se nakon nekoliko godina ponovno vraćaju.

Nokti igraju ključnu ulogu u kompletnom izgledu, stoga je važno pratiti najnovije trendove u oblicima i bojama noktiju. Ove godine, elegancija je u prvom planu, a evo nekoliko trendova koji su zavlitali manikir svijetom.

OVALNI OBLIK NOKTIJU:

Ovalni nokti su ponovo u modi. Ovaj klasični oblik pruža elegantan izgled koji se lako prilagođava svakodnevnim i formalnim prilikama.

MINIMALIZAM U NAIL ARTU:

Umjesto upečatljivih i šarenih dezena, minimalizam je postao ključni element nail arta. Jednostavne linije, tačke i neutralne boje dominiraju, stvarajući sofisticirane i suptilne dizajne.

BOJE ZA SEZONSKE PROMJENE:

U proljeće i ljeto, pastelne nijanse poput nježnih ružičastih, plavih i zelena dominiraju. Sa dolaskom jeseni i zime, tamnije nijanse poput burgundija, teget i boje šljive postaju popularne, dodajući toplinu i dubinu manikuru.

METALIK EFEKTI:

Metalik nijanse i sjajne teksture dodaju dozu glamura. Zlatna, srebrna i bakarna boja savršeno se uklapaju u večernje izlaske i posebne prilike. U 2023. godini, beauty industrija nastavlja eksperimentirati s različitim tehnikama i pristupima kako bi klijentima pružila vrhunske tretmane i estetski doživljaj koji će odražavati njihovu individualnost i stil. Za sve informacije o tretmanima i edukacijama, posjetite naš Instagram @gemma.pmu.congress, @merima.sivsic i Facebook profil Merima Sivsic, a svakako nas posjetite na adresi Kobilja Glava 19a, 71 000 Sarajevo.





Kozmetika sa česticama zlata: zlatna ekstaza ili mit?

U alternativnoj i tradicionalnoj kineskoj medicini zlato je predstavljalo bitni sastojak za pomlađivanje i regeneraciju.

Zlato je onaj dragocjeni metal koji simbolizira sunce i koji svojom sjajnom bojom kao magnet već od davnina privlači ljude. Zbog svoje rijetkosti, blijeska i opstojnosti postalo je visoko cijenjeno kao simbol moći, bogatstva i ljepote u svim kulturama.

U alternativnoj i tradicionalnoj kineskoj medicini zlato je predstavljalo bitni sastojak za pomlađivanje i regeneraciju. Aktiviralo je 'chi', životnu energiju tijela, uklanjalo blokade u organizmu i djelovalo smirujuće. Kineski carevi su ga zvali ključ do mladosti, zato su ga za smanjenje bora i sjajan izgled kože stavljali direktno na lice. Značajan pečat pustilo je u povijesti moćnog Egipta. 1922. godine bila je otkrivena još netaknuta grobnica faraona Tutankamona s najbogatijim nalazištem zlata, zlatnog nakita i ostalih dragocjenosti u cjelokupnoj povijesti arheologije.



Za rituale ljepote ga je obilno upotrebljavala egipatska kraljica Kleopatra, koja je i spavala sa zlatnom maskom na licu da bi si zagarantirana vječnu mladost, potpuni ugođaj i sreću. S razvojem suvremenih tehnologija koje su omogućile da se sa drobljenjem čistog zlata na mikroskopske djeliće iskoriste njegove odlične karakteristike, uporaba zlata dobila je nove dimenzije u kozmetici. Aktualna znanstvena istraživanja potvrđuju iznimna pomlađujuća svojstva zlata na koži, smanjenje pojava bora i poboljšanje tonusa. Kako? Nakon nanošenja na kožu zlato aktivira elektrone u stanicama kože. Kad su aktivirani, u koži se uspostave procesi stanične komunikacije (stimulira se obnova i rast stanica) te potiče njihova regeneracija.

Djelovanje zlata pozitivno utiče na:

- smanjenje degradacije kolagena i elastina, koji su ključni za održavanje čvrstoće i elastičnosti kože,
- poticanje cirkulacije u koži,
- smanjenje razine slobodnih radikala i uspostavljanje zaštite od vanjskih stres faktora koji uzrokuju starenje kože,
- lom svjetlosti, koji stvara optičku iluziju svjetlije, mlađe kože bez nepravilnosti.

Koža njegovana zlatom tako postaje na izgled glađa i prekrasnog sjaja.



GOLD 24KA – ANTI AGE EKSTAZA IZ ČISTOG ZLATA

Raskošne svilenkaste teksture, bogate izoflavinima i čestice čistoga 24-karatnog zlata koje iz skrivenih dubina zemljine unutrašnjosti u kožu donose pozitivnu energiju, a blagim odsjajem svjetlosti ten obavijaju raskošnim sjajem i glamuroznim izgledom. To su oduševljavajuće karakteristike luksuznih „zlatnih proizvoda“ s kojima Kozmetika Afrodita već 12 godina konkurira svjetskim trendovima u svijetu kozmetike. Zlatna linija pod imenom Afrodita Professional PURE GOLD 24Ka kreirana je u vjeri, da je njega sa zlatom privilegij za kožu koja zaslužuje više.

GOLD 24Ka linija sadrži pet proizvoda: raskošnu dnevnu i noćnu kremu, zlatnu masku, intenzivnu kremu za područje oko očiju, te ampule – čudesne kapi ljepote s trenutnim efektom pomlađivanja. Više o njima: <http://tinyurl.com/mr3ajnms>. Namijenjeni su njezi normalne, mješovite i suhe kože nakon 30. godine starosti, još posebice za kožu bez tonusa i kožu sa izraženim borama. Njihovom upotrebom poboljšava se struktura kože i podupire sposobnost njenog obnavljanja, što





se primjećuje u zaglađenim linijama bora te vidljivo poboljšanom tonusu. Možemo reći da nakon dragocjene njege s proizvodima GOLD 24 Ka koža doslovno zablista, vidljivo je pomlađena i prekrasno čvrstog i lijepog je izgleda.

PURE GOLD DIVINE 24 KA RASKOŠNI LIFTING SERUM uz čestice čistog zlata i sojine izoflavone sadrži i formulaciju obogaćenu s izuzetno visokom

koncentracijom dermo-kozmetičkih sastojaka. Aktivni sastojci ugrađeni su u luksuzne teksture proizvoda koji značajno poboljšavaju tonus kože i djeluju s intenzivnim učinkom korekcije bora. Zvuči složeno, ali ima jedan i jedini jednostavan cilj: nadahnuti i pomoći nam da se u svojoj pomlađenoj koži osjećamo jednostavno lijepo. Saznajte više na: <http://tinyurl.com/52mav8a4>

Ekskluzivna Linija PURE GOLD Divine 24 Ka Afrodita Professional je na raspolaganju u odabranim kozmetičkim salonima u BIH i u Afrodita web shopu: <https://webshop.afroditacosmetics.com/bih/>

POKLON SA DAŠKOM LUKSUZA

Proizvodi s česticama čistoga 24-karatnog zlata na raspolaganju su vam i u ekskluzivnom izdanju - u sofisticiranom POKLON setu! Idealan odabir za sve koji žele darovati na nezaboravan način. POTRAŽITE ZLATNE pogodnosti i poklone sa daškom luksuza: <http://tinyurl.com/4cmu6efx>

U jubilejnoj, 50. godini djelovanja kompanije stvorena je komplementarna premium linija PURE GOLD Divine koja kulminira Afroditin kontinuirani razvoj, inovacije i znanje. Sastoji se iz dva proizvoda, koji su ujedno i prvi izbor njege direktorice Kozmetike Afrodita, Danice Zorin Mijošek: PURE GOLD DIVINE LUKSUZNI LIFTING SERUM za normalnu do suhu kožu i PURE GOLD DIVINE LUKSUZNO LJEPOTNO ULJE za izuzetno suhu kožu.





AFRODITA
PROFESSIONAL

PRODAJNI HITOVI Afrodita Professional

VISOKO KONCENTRIRANO

Višestruko rasprodavani i
nagrađivani kozmetički shotovi
koji pomiču granice suvremene
anti-age njege!

- ✓ CILJANO DJELOVANJE
- ✓ BRZI UČINCI
- ✓ IZUZETNI REZULTATI

FEATURED IN
VOGUE



GRAZIA
Beauty
AWARDS
2023
WINNER

ELLE
BEAUTY
AWARDS
2022
POBJEDNIK
KOŠTANJUR, ZILJKA



Kozmetika Afrodita d.o.o.
Dr. Ante Starčevića b.b.,
88000 Mostar, BiH
t: +387 36 397 450
e: kozmetika.afrodita@tel.net.ba
w: webshop.afroditacosmetics.com

Za dodatne informacije i narudžbe obratite se:
• voditeljici programa Afrodita Professional
u Bosni i Hercegovini, **Maji Dugandžić:**
(0) 36 397 450
maja.dugandzic@kozmetika-afrodita.com

• prodajnim zastupnicima Kozmetike Afrodita
na terenu:
Region Hercegovina i okolina - Dijana Džidić
t: +387 63 997 963
Region Sarajevo i okolina - Ira Misira-Starčević
t: +387 63 287 651

Region srednja Bosna i okolina - Josip Žigonjić
t: +387 63 405 329
Region Banja Luka i okolina - Sanja Kuzmanović
t: +387 63 287 653
Region Tuzla i okolina - Daniela Martinović
t: +387 63 287 650



Malim koracima od diplomirane pravnice do uspješne Phi artistkinje

Tu je sudbina uplela svoje prste. Slušajući priče o poslu kojim se bave naši novi prijatelji i u kojem su iz njihovih priča stvarno uživale u meni se probudila želja da se i ja okušam u beauty branši. Sada ne samo da smo prijatelji, nego i jedna Phi porodica.

PIŠE: Aida Merzić Čagelja, Phi artist

N ikada ne znate da li ćete uspjeti u nečemu ako to i ne pokušate. Time se vodila i Aida, koja je od želje da bude pravica dospjela do Phi artista u dalekoj Njemačkoj. U nastavku vam donosimo inspirativnu priču ove mlade i uspješne artistkinje.

KO JE AIDA ČAGELJA - MERZIĆ, MOŽETE LI NAM REĆI NEŠTO VIŠE O SEBI?

Moje ime je Aida Merzić-Čagelja. Rođena sam 18.08.1988 godine u Sarajevu. U Sarajevu sam završila svoje osnovno i srednje obrazovanje, a potom i Pravni fakultet nakon kojeg sam stekla titulu Diplomirane pravnice. U trećem razredu srednje škole dobila sam stipendiju i priliku da još sa 4 učenika iz Europe pohađam Ljetnu školu St.Albans school of Public service u Washingtonu. To je bilo nezaboravno iskustvo. Tom prilikom imala čast da posjetim sve najvažnije institucije u Americi kao što su White House, imanje John Kennedy, USA court i slično.

Nakon povratka u BIH dobila sam poziv za nastavak svog školovanja na prestižnom Harvard univerzitetu. Sve uslove sam ispunila, sve testove položila i sve je bilo spremno za moj odlazak. Ali ipak jedan stvar je bila jača od moje želje i planova za odlaskom u Ameriku. A to su bile suze mojih roditelja koje sam slučajno vidjela iako su se do tada trudili da ne pokazuju koliko im je teško što sam odlučila da idem.

Te suze su bile dovoljne i od svega jače da kažem sebi a i njima da sam odustala od mog odlaska i odlučila da ću svoje školovanje nastaviti na Pravnom fakultetu u Sarajevu. Nakon završetka studija radila sam par godina u struci, ali nažalost nakon što mi je u zadnjoj firmi istekao



Aida Čagelja-Merzić, rođena je 18.08.1988. godine u Sarajevu. U svom rodnom gradu se školuje, te također odlazi u Ameriku na školovanje. Nakon završenog Pravnog fakulteta odlazi u Njemačku, gdje se usavršava za Phi artista i otvara svoj salon.

ugovor bilo je nemoguće naći bilo kakav posao. Dočekala me je nepravda na sve strane, od namještenih konkursa, poništenih konkursa, sa čim se susreće nažalost veliki broj mladih i uspješnih ljudi u BIH. 2017 godine supruga i ja se odlučujemo da okušamo našu sreću preko granica naše zemlje, tačnije u Njemačkoj

KAKO JE PROTEKAO VAŠ PUT DO PHI ARTISTA?

2021. godine završila sam obuku za tehniku Puder obrva kod Merside Hodzic Ramić, jedne



kursevi u Akademiji su osmišljeni na način da završite obuku i nakon toga učite, vježbate i polažete različite nivoe. Tu se podrazumijeva učenje same teorije o koži, kožnim oboljenjima, tehnikama iscrtavanja samih obrva, vježba na latexu i zadnji nivoi podrazumijevaju radove na živom modelu, te polaganje teorijskog dijela ispita. Sve su obuke osmišljene na način da stvarno naučite i savladate tehniku koju ste odabrali, da imate konstantnu podršku i pomoć u toku vašeg usavršavanja, a i nakon toga.

Nakon završene obuke za tehniku Puder obrva završila sam i obuku za tehniku Bold brows-Microblading tehniku iscrtavanja obrva kod Edite Salkanović koja je također Master u Phia akademiji, a koja je toliko nesebična i otvorena u prenošenju znanja i iskustva na svoje studente da ne možete da ne uspijete. Edita u Njemackoj ima svoju uspješnu Beauty Akademiju.

KAO DIPLOMIRANA PRAVNICA, KAKO SE OPREDJELJUJETE ZA POSAO U BEAUTY SVIJETU? ZAŠTO NISTE NASTAVILI S VAŠOM STRUKOM ZA KOJU STE SE PRVENSTVENO OPREDIJELILI?

Tu je sudbina uplela svoje prste. U Njemačku smo i suprug i ja došli bez prethodnog znanja njemačkog jezika. Nakon završenih kurseva za integraciju dugo sam razmišljala kojim putem dalje krenuti.

Na ljeto 2021. godine suprug i ja odlazimo na odmor u Tursku. U Turskoj upoznajemo dva para, dvije sestre koje su sa muževima isto došle na odmor u Tursku. Obje su Masteri u Phi Akademiji-Branko Babić. Slušajući njihove priče o poslu kojim se bave i u kojem su iz njihovih priča stvarno uživale u meni se probudila želja da se i ja okušam u beauty branši.

Da napomenem da moja svekrva isto ima Beauty salon u Sarajevu i da sam u periodu kada nisam radila njoj pomagala u salonu.

DA LI JE BILO TEŠKO UPLOVITI U OVA POSAO U NOVOJ, NEPOZNATOJ DRŽAVI? KAKO STE SE SNAŠLI?

Tek nakon završene obuke otvorilo se bezbroj pitanja. Gdje naći modele, da li je to za mene, šta ako ne uspijem, kako uopšte pokrenuti posao i otvoriti salon u stranoj zemlji, kako naučiti sve zakone i sl. Otprilike godinu dana sam radila kući, usavršavala se i učila i sve odgađala otvorenje salona iz nekog straha od nepoznatog.

od najboljih artista u svijetu, a koja je članica Phi akademije Branko Babić. Phi puder obrve su tehnika sjenčenja obrva koja se radi mašinicom i pigmentima za trajnu šminku za postizanje vrlo prirodnog efekta obrva. Nepunih 6 mjeseci nakon završene obuke položila sam finalni ispit i postala Phi artist za tehniku Puder obrva. Svi



Jedni od prijatelja koje smo upoznali u Turskoj žive u istom gradu u Njemačkoj, u Duisburgu gdje živimo suprug i ja. **Edita i Senad su postali ne samo naši prijatelji, nego i naša porodica. S obzirom da su oni prošli već sve stvari oko otvorenja salona, upoznali zakone i ostalo nije bilo toliko teško uz njihovu pomoć i naravno pomoć mog supruga.**

KO JE BIO VAŠA NAJVEĆA PODRŠKA NA OVOM PUTOVANJU?

Na pitanje ko je bio moj pokretač i moja najveća podrška u otvorenju salona mogu samo reći da su to , kao što sam spomenula, naši prijatelji i naravno moj najveći oslonac i moja najveća podrška u životu, a to je moj suprug Alen.

Nas četvero smo bili jedan mali tim koji je bio usmjeren na planiranje, osmišljavanje planova, koraka i otvorenje salona. Sada ne samo da smo prijatelji, nego i jedna Phi porodica. Naravno tu je i naša porodica koja je uvijek bila naša velika podrška i naš oslonac kroz život.

STIŽETE I DO GRČKE, MOŽETE LI NAM REĆI NEŠTO O VAŠEM ISKUSTVU TAMO?

To je stvarno nešto što se ne može riječima opisati nego to morate doživjeti. Phi akademija je organizovala Meeting pod nazivom MEET&GREET koji je trajao 4 dana.

Organizovani su bili seminari, gala večere i različite vrste zabava kako bi se svi međusobno

upoznali, družili, podijelili različita iskustva i nešto naučili.

KOLIKO TRAJE TRETMAN, TE KOLIKO ČESTO SU POTREBNE KOREKCIJE?

Sam tretman iscrtavanja obrva traje otprilike 2 sata, a korekcije se rade u prosjeku svake 2 godine što zavisi naravno i od drugih faktora kao što je tip kože, način održavanja i njegovanja obrva kako poslije samog tretmana tako i nakon toga.

ŠTA JE TO ŠTO VAS NAJVIŠE VEŽE ZA OVAJ POSAO?

Čistoća samog posla, osmijeh zadovoljnih klijenata nakon tretmana, stalne poruke koje dobivam da sam nekome uljepšala život, da je neko vratio svoje samopouzdanje i mogućnost stalnog napredovanja i usavršavanja.

KOJI SU VAŠI DALJI PLANOVI?

Trenutno imam u planu da završim još neke obuke i da se dodatno usavršim, te proširim usluge koje nudim u svom salonu.

ŠTA BISTE PREPORUČILE SVIM MLADIM DJEVOJKAMA KOJE ŽELE DA UPLOVE U BEAUTY INDUSTRIJU, ŠTA JE SVE POTREBNO DA BI OSTVARILI SAMU IDEJU?

Nikada ne znate da li ćete uspjeti u nečemu i da li je to pravi poziv za vas dok ne skupite hrabrosti i to ne probate, a ne kažu džaba da sreća prati hrabre.



Spa Natural

Superupijajući i brzосуšeci
TURBANI ZA KOSU




infinity

BIOutiful

ČEŠLJEVI I ČETKE ZA KOSU

sa mljevenom kafom

Nježni prema kosi, koži glave i prirodi

PRODAJNA MJESTA U BIH:

BIJE LJINA, *Alexandar Cosmetics (Majevička 1)*

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

MOSTAR, *Hair Cosmetics Shop (Kneza Višeslava 1)*

 **Alexandar**
cosmetics

www.alexandar-cosmetics.com

Počinjju Dani otvorenih vrata u **Alexandar Cosmetics** edukativnom centru

Kompanija **Alexandar Cosmetics** 25. januara, u periodu od 12 do 18 časova, otvara vrata svog Edukativnog centra u Novom Sadu, svim zainteresovanima za usavršavanje znanja u oblasti nadogradnje noktiju, šminkanja, nadogradnje trepavica, pedikira, frizerskih usluga, laminacije obrva i mini-vala trepavica.

Posetioci će imati priliku da se bolje upoznaju sa edukatorima, načinima rada i ponudom obuka, a očekuju ih brojni pokloni i druga iznenađenja. Učešće je potpuno besplatno, ali je zbog ograničenog broja mesta neophodno prijaviti se unapred (putem mejla: info@alexandar-educentar.com ili telefona: +381(0)63/427-096).

Ukoliko neko propusti januarski termin, može se prijaviti za naredni mesec, jer će se Dani otvorenih vrata organizovati svakog meseca, napominju iz kompanije **Alexandar Cosmetics** i dodaju da je njihov cilj da se što veći broj ljudi upozna sa mogućnostima usavršavanja u oblasti kozmetike.

Edukativni centar **Alexandar Cosmetics** je nastao sa željom da polaznicima pruži mnogo više od klasičnih predavanja i obuka. „Nakon višedecenijskog rada u oblasti **beauty** industrije, pokrenuli smo savremeni Edukativni centar, kako bismo svim zaljubljenicima u ovu predivnu profesiju omogućili da usavrše svoje veštine i steknu potpuno nova znanja. U našem Edukativnom centru organizujemo individualne i grupne obuke za početnike, kao



i obuke i **masterclass** predavanja za dodatno usavršavanje, kroz rad na modelima i primenu inovativnih metoda učenja, u veoma prijatnom ambijentu i savremeno opremljenom prostoru.

Programi su koncipirani tako da polaznicima pruže celokupno teorijsko i praktično znanje, kako bi po završetku mogli samostalno da obavljaju određene tretmane i otvore sopstveni kozmetički salon ili **makeup** studio. Svi polaznici dobijaju kompletan materijal neophodan za rad



na obukama, kao i pakete proizvoda za dalje učenje i samostalan rad nakon završene obuke. Po završetku obuka proveravamo koliko su uspešno savladali teoriju i praksu. Svi koji polože test dobijaju sertifikat o stečenim znanjima i veštinama", saopštili su iz kompanije **Alexandar Cosmetics** i dodali da su u toku prijave za nove termine obuka.

Ukoliko ste zainteresovani, možete se prijaviti direktno preko sajta **Alexandar Cosmetics** Edukativnog centra, putem mejla: info@alexandar-educentar.com ili putem telefona: +381(0)63/427-096. Ne propustite priliku da od uspešnih profesionalaca sa višegodišnjim iskustvom naučite nove veštine i u novoj godini započnete novo poglavlje u svojoj karijeri.



Zerina Fekić: Maderoterapija je svoj put pronašla u svijet wellnessa, nudeći prirodan i neinvazivan pristup poboljšanju fizičkog izgleda i blagostanja

Od luksuznih wellness centara do manjih salona ljepote, mnogi prepoznaju prednosti ove tehnike koja, ne samo da pruža tjelesno olakšanje i vidljive rezultate, već i mentalnu relaksaciju.

PIŠE: Zerina Fekić, kozmetičarka

U svijetu postignuća i uspjeha, jedna od neospornih istina jeste da su inspirativne priče o uspjehu često ukorijenjene u nevjerovatnoj strasti i neumornoj predanosti pojedinaca. Ova duboka povezanost između strasti, predanosti i konačnog trijumfa nije samo slučajnost, već često predstavlja ključnu razliku između običnog i izvanrednog. U ovoj priči o uspjehu, istražiti ćemo kako strast može djelovati kao snaga koja pokreće pojedince prema ostvarivanju svojih najvećih ambicija, dok predanost služi kao nepokolebljivi temeljni put ka vrhunskim postignućima. Kroz primjer Zerine Fekić razmotrit ćemo kako je snaga volje i strastvenog predanog rada neprocjenjiva formula

za postizanje izuzetnosti. Put Zerine nije samo priča o ličnom uspjehu; to je inspiracija za buduće entuzijaste ljepote.

Maderoterapija potiče iz Latinske Amerike, posebno iz Kolumbije i Venecuele. Ova tehnika masaže koristi drvene valjke i instrumente različitih oblika i veličina kako bi potaknula cirkulaciju krvi, oblikovala tijelo te pridonijela opuštanju mišića. Maderoterapija je svoj put pronašla u svijet wellnessa, nudeći prirodan i neinvazivan pristup poboljšanju fizičkog izgleda i blagostanja.

U današnjem ubrzanom svijetu gdje su stres i briga o tijelu na prvom mjestu, maderoterapija se ističe kao tehnika koja donosi prirodnu ravnotežu relaksaciju i preoblikovanje tijela. Ova inovativna metoda masaže, koja koristi drvene valjke različitih oblika, nije samo trend već i

sveprisutna pojava u wellness zajednici cijelog svijeta. Ono što maderoterapiju čini posebnom je njezina svestranost u ciljanju i tretiranju problema poput celulita, zatezanja kože, smanjenje obima tijela i poboljšanja cirkulacije. Od



Zerina Fekić rođena je 2. juna 1995. godine u srcu Mostara.

Zadnjih sedam godina boravi i radi u Njemačkoj. Njen prvi korak bio je u svijetu maderoterapije, tehnike koju je brzo zavoljela, postižući izvanredne rezultate, te je stekla mnoge klijentice koje su zadovoljne sa ovom uslugom, koja preoblikuje tijelo, smanjuje obujam, topi celulit, te vrši i limfnu drenažu.

luksuznih wellness centara do manjih salonima ljepote, mnogi prepoznaju prednosti ove tehnike koja ne samo da pruža tjelesno olakšanje i vidljive rezultate, već i mentalnu relaksaciju. U posljednjih nekoliko godina, maderoterapija je privukla pažnju ne samo među pojedincima koji tragaju za holističkim pristupom zdravlju, već i među profesionalcima u industriji ljepote i wellnessa. Jedna od njih je i Zerina koja se proslavila sa rezultatima maderoterapije i koja ima dugogodišnje iskustvo u tome, te zadovoljne klijentice.

Uz sveprisutnost društvenih medija, ljubitelji maderoterapije dijele svoje iskustvo, stvarajući zajednicu koja cijeni prirodne metode očuvanja ljepote i zdravlja. Pojedinci svih dobnih skupina sve više biraju ovu metodu kako bi osjetili koristi drvenih valjaka koji masiraju i oblikuju tijelo. Proširujući svoje područje stručnosti, Zerina se posvetila daljim edukacija, kao što su lash lift, brow lift, puder obrve, šminkanju te stvaranju glamuroznih make up look-ova i tretmanima njege lica.

Njena stalna želja za učenjem i posvećenost detaljima ističu je u konkurenciji. U posljednjem desetljeću, svijet ljepote doživio je revoluciju, a jedan od ključnih trendova koji je zauzeo glavno mjesto je permanentni make-up (PMU). Ovaj inovativni tretman ne samo da štedi vrijeme,



već i pruža dugotrajnu i svježije izgled bez svakodnevnog šminkanja. U budućnosti, ova talentirana dama ima u planu daljnje edukacije, usmjerene ka trajnoj šminki usana i trajnom eyelineru. Njena strast prema beauty industriji odražava se ne samo u njezinim vještinama već i u želji za stalnim usavršavanjem.

Gledajući unaprijed, Zerina zamišlja daljnje poduhvate, s planovima da i sama postane edukator za maderoterapiju koja ju je i vinula u zvijezde. Nije željela da nekome nudi svoje znanje i vještine sve dok sama ne bude sigurna i dovoljno edukovana za iste, nakon više od 6 godina u toj branši smatra da je sad pravo vrijeme za to!

Njena posvećenost stalnom učenju i strast za usavršavanjem njenog posla čine je uspinjućom zvijezdom u beauty industriji. Zadovoljne klijentice i osmijeh na njihovim licima su njezina najveća motivacija.



Ono što maderoterapiju čini posebnom je njezina svestranost u ciljanju i tretiranju problema poput celulita, zatezanja kože, smanjenje obima tijela i poboljšanja cirkulacije.

Habys – za vrhunsko iskustvo profesionalne masaže

Istinski profesionalci u svijetu masaže znaju da je uz vješte ruke i praktično znanje, profesionalna oprema ta koja zaokružuje cjelokupnu salonsku uslugu i koja uvelike djeluje na iskustvo klijenta.

Kako bi udovoljilo zahtjevima brojnih profesionalaca u svijetu masaže, **Frizerland** je kao vodeće poduzeće u svijetu profesionalne salonske opreme, svoju ponudu odnedavno obogatio najtraženijim rješenjima iz svijeta masaže.

Radi se o masažnim ležajevima i dodacima za masažu proizvođača Habys, koji garantiraju savršeno iskustvo za klijente, te olakšavajuće uvjete za rad svakog masera.

Osim elegantnih i sofisticiranih masažnih ležajeva i bazaltnog kamenja za posebne zen trenutke, ovaj brend je simpatije profesionalnih masera dobio svojim inovativnim rješenjima kao

što su ergonomski jastuci, praktični prekrivači i – gel jastučići za otvor za lice.

Habys revolucionarni gel jastučići za ležajeve pružaju neviđeni komfor i podršku tijekom masaže. Savršeno se prilagođavaju licu i temperaturi tijela, a time osiguravaju vrhunski doživljaj opuštanja. Predstavljaju apsolutno otkruće i must have svakog modernog salona.

Savršenstvo izrade Habys proizvoda govore o tome da Habys nije samo brend - to je pravi izraz ljubavi prema vrhunskom kvalitetu i jedinstvenim inovacijama u području wellnesa. Ipak, kada se o masaži radi, pravi profesionalci ništa ne prepuštaju slučaju.

Osjetite čaroliju masaže, doživite luksuz kakav zaslužujete!

U najbližoj Frizerland poslovnici potražite Habys - gdje se ljepota spaja s opuštanjem!

**HABYS**[®]
for perfect massage



NOVO

RO.IAL

bubble

wax

Vosak za depilaciju u spreju

REVOLUCIONARAN, BRZ I UČINKOVIT



frizerland



Stevo Pavlović: Izdavanjem monografije, u fotografijama će se napraviti presjek mog kreativnog frizerskog rada

Intenzivno radim u salonu, na modnim događajima, edukujem frizere, fotografišem kolekcije frizura, organizujem edukacije gostiju frizera na našoj akademiji, a ovaj projekat bit će jedna divna priča satkana u jednu cjelinu.

PIŠE: Stevo Pavlović, frizer

Kroz svoj dugogodišnji rad Stevo iza sebe ima bogatu i uspješnu karijeru, koja se i danas održava istim intenzitetom. Vlasnik je i osnivač Stevo Hair academy već od 1996-te godine. Kroz razgovor smo saznali nešto više o ovom vrhunskom frizeru, a o čemu smo pričali još, čitajte u nastavku.

KO JE STEVO, RECITE NAM NEŠTO VIŠE O SEBI?

Kao dijete sam sa roditeljima 'gast arbajterima'

nakratko živio u Berlinu, a kao desetogodišnji dječak, sa roditeljima sam se preselio u Ljubljano. Želio sam studirati historiju, mama mi je savjetovala, da prvo završim neki zanat, da imam više mogućnosti, te me nagovorila za Frizersku školu.

Imao sam nevjerovatnu sreću, da sam sticajem okolnosti bio na praksi u najpoznatijem salonu u Ljubljani "Meta Podkrajšek", gdje sam se oduševio za rad u Frizerskom salonu, te odlučio, da će frizerstvo biti moj životni izbor. Od tada, pa sve do danas, intenzivno radim u salonu,



na modnim događajima, edukujem frizere, fotografišem kolekcije frizura, organizujem edukacije gostiju frizera na našoj akademiji, a najnoviji projekat je izdavanje monografije, u kojoj će, prije svega u fotografijama, biti presjek mog kreativnog frizerskog rada.

KAKO I KADA NASTAJE *STEVO HAIR ACADEMY*?

U Novembru 1996-e otvaram svoj prvi salon, a već u Januaru 1997 počinjem sa edukacijama i pokrećem Stevo hair academy. Hair academy je standardni naziv za edukativne centre u svijetu. *Ja sam po uzoru na engleske frizerske kuće Vidal Sassoon i Toni & GUY, gdje sam se usavršavao, a one su vodeće u svijetu, osnovao svoju akademiju – edukativni centar. Prije svega nudimo sveobuhvatni pristup frizerskom poslu, tehnikama šišanja i bojenja kose.*

Mnogo je zakonitosti i pravila, koji su neophodni za kvalitetan rad u frizerskom salonu. Našim posjetiocima kolegama frizerima uglavnom nedostaje znanja, zbog toga i dolaze na naše edukacije, kao što se i ja i moji suradnici redovno edukujemo, jer je naš posao izuzetno progresivan. Modna industrija, koje je frizertvo sastavni dio, je neprekidno u evoluciji i kreativnom stvaranju novih oblika, novih nijansi i kombinacija boja,



Stevo Pavlović, frizer je iz Ljubljane. Rođen je u selu Pilica, između Bijeljine i Zvornika u BiH, gdje je jedno vrijeme živio sa bakom i dedom, dok su roditelji radili u Njemačkoj. Stevo Pavlović, frizer je iz Ljubljane. Rođen je u selu Pilica, između Bijeljine i Zvornika u BiH, gdje je jedno vrijeme živio sa bakom i dedom, dok su roditelji radili u Njemačkoj.



konačnih izgleda, tehnika rada, alata, materijala. Sve to želimo prenijeti na kolege frizere, koji dolaze kod nas na edukaciju, ili se edukuju na našim gostovanjima i frizerskim događajima, gdje ja ili moj team nastupamo.

DA LI SE VAŠOJ AKADEMIJI MOGU PRIDRUŽITI POČETNICI ILI FRIZERI S MALO DUŽIM ISKUSTVOM, I KAKAV JE ODAZIV POLAZNIKA?

Edukujemo samo frizere, koji žele dodatno znanje, koji su već frizeri u salonima, završili su Frizersku školu ili su još đaci. Na Stevo hair academy ne edukujemo nikoga, ko nije u Frizerskoj školi ili nije završio Frizersku školu. *Ima kandidata, koji nisu frizeri, ali šišaju prijatelje, porodicu, pa bi željeli dobiti dodatna znanja.*



Takvi kandidati bi onda frizirali širi krug ljudi, naravno bez računa, po kućama 'na crno', što je nelojalna konkurencija nama frizerima, koji legalno radimo naš posao. Mi takve kandidate ne želimo edukovati.

NUDITE LI USLUGE EDUKACIJA I VAM SLOVENIJE, KAKAV JE ODAZIV?

Da, imamo dva takva seminara, 'Stevo u vašem salonu' ili 'Seminar za sekcije – klubove frizera', za veće grupe. Prije korone smo imali dosta takvih edukacija u Švicarskoj, Austriji, Holandiji, Hrvatskoj, Bosni i Hercegovini, Srbiji, Crnoj Gori, sada se nadamo, da će to ponovo zaživjeti.

KOJE SU VAMA NAJDRAŽE TEHNIKE ZA RAD NA AKADEMIJI, A KOJE SU NAJZAHTJEVNIJE?

Mi radimo isključivo

'geometriške' tehnike šišanja i farbanja kose, koje su zahtjevne, ali omogućavaju najbolje rezultate u radu sa kosom. Radi se o preciznom dijeljenju kose, preciznom šišanju i višekratnim kontrolama već ošišane frizure, sa naglaskom na svakom malom detalju.

Takva šišanja imaju visok kvalitet, to se odražava na zadovoljstvu mušterija u frizerskom salonu. **Isto važi i za bojenje kose. Red i disciplina u radu dovode do vrhunskih rezultata.** Kad se tome doda i kreativnost i kombinatorika, onda je to nešto potpuno drugo, nego prosječan rad u frizerskom salonu. Mnogo viši nivo.

ŠTA PREPORUČUJETE TOKOM OVIH ZIMSKIH DANA, KAKO NJEGOVATI KOSU? KOJE MASKE I TRETMANE BISTE PREPORUČILI?

Zimi grijanje – radijatori u prostorijama u kojima živimo i radimo isušuju kosu. Zato je neophodno poslije pranja, kosi dodati balzam ili kod oštećenije kose masku za dubinsku obnovu, odnosno vraćanje vlage kosi.

U kosi je oko 10-15% vlage, a ona se smanjuje zbog vanjskih utjecaja, sunca, topline u zatvorenim prostorijama zimi, feniranja, bojenja kose. Zato je neophodno vraćati vlagu kosi, čime



kosa postaje elastičnija, čvršća, mekša na dodir, a i vraća joj se sijaj.


I ZA KRAJ, ŠTA BISTE PREPORUČILI NAŠIM ČITATELJIMA?

Preporučujem da se friziraju kod frizera. Posebno da ne boje kosu sami kod kuće, jer su jeftine boje iz trgovine slabog kvaliteta, **isušuju i oštećuju kosu. Frizeri koriste kvalitetne profesionalne boje, koje su neuporedivo kvalitetnije.**

Svjestan sam, da nažalost mnoge žene, naše potencijalne mušterije, sebi teško mogu da priušte redovne posjete frizeru, međutim ipak predlažem rjeđe posjete, ali profesionalan tretman i profesionalne boje. Tako će kosa biti u mnogo kvalitetnijem stanju.

Također savjetujem, da se produkti za njegu kose kupuju kod frizera, koji će vam dati savjet, šta je tačno potrebno vašoj kosi. Kupovina nasumično u trgovinama, gdje je kvalitet šampona, balzama, maski, učvršćivača za kosu zbog mnogo slabijeg kvaliteta, nije dobar izbor za vašu kosu.





PIŠE: Elma Beganović,
vlasnica ELLE Akademije
i edukator permanent
make up-a.

Elma Beganović: Oduvijek sam se vodila da sve što radimo i koristimo bude kvalitetno i na tome je uvijek naglasak – "kvalitet".

Uvijek se trudim da sve što znam prenesem studentima bez ikakvih tajni. Nakon edukacije jako je bitna podrška edukatora i tu sam uvijek za sve svoje studente bez obzira na sve.

U svijetu ljepote, gdje su umjetnost i znanje ključni za postizanje izvanrednih rezultata, Elma Beganović izdvaja se kao istinski kreativni um i stručnjak u industriji. Vlasnica prestižne Beauty Akademije ELLE, Elma nije samo edukatorica, već i zaljubljenik u kvalitetu. Kroz njenu strast prema ljepoti i predanost obrazovanju, Beauty Akademija ELLE postala je izvor inspiracije za mnoge. Kroz ovaj članak, uputit ćemo se u uzbudljivu priču o Elmi Beganović, istražujući njezinu viziju ljepote i obrazovanja. Otkrijmo zajedno kako se ova filozofija kvalitete prenosi na sve aspekte njezinog života i poslovanja, te kako utiče na buduće generacije u svijetu ljepote.

1. KOLIKO VAM JE VAŽNA EDUKACIJA I USAVRŠAVANJE U INDUSTRIJI LJEPOTE?

Bez obzira koliko dugo radite određeni posao edukacije su ključna stvar. Ne postoji edukacija na kojoj nešto ne možete naučiti za vlastiti napredak. Uvijek se držim istog: na nekoj

edukaciji naučite kako treba raditi/poslovati, dok na nekoj kako ne treba .

2. KAKO SE NOSITE S BRZIM PROMJENAMA I TRENDOVIMA U INDUSTRIJI LJEPOTE? KOJE STRATEGIJE KORISTITE KAKO BISTE ODRŽALI SALON RELEVANTNIM I PRIVLAČNIM ZA VAŠE KLIJENTE?

Kao u svakom poslu tako i u beauty industriji, zaista je teško pratiti sve nove trendove. Oduvijek sam se vodila da sve što radimo i koristimo bude kvalitetno i na tome je uvijek naglasak "kvalitet" pa mogu reći da je to presudno za klijente.

3. KAKO PLANIRATE ODRŽATI VISOKE STANDARDE KVALITETE U VAŠEM SALONU? KOJE STRATEGIJE PRIMJENJUJETE KAKO BISTE OSIGURALI ZADOVOLJSTVO KLIJENATA I NJIHOVO POVJERENJE U ELLE BEAUTY BAR?

Moram naglasiti da skoro svi klijenti koji dođu u naš studio primijete prvo jednu stvar, a to je

Elma Beganović je vlasnica ELLE Akademije u Bihaću. U beauty industriji je preko 10 godina. Svoje prve korake počela je kao student u drugom gradu. Njena prva ljubav bila je šminkanje, zatim oblikovanje obrva i slični tretmani. Uz trud, kvalitet i volju ubrzo je dobila ponudu da radi kao vizažist na kantonalnoj televiziji USK u Bihaću, a uporedo je bila redovan student na odsjeku Modni Dizajn. Zadnjih 7 godina aktivno se bavi edukacijama i tretmanima trajne šminke.



BeutiFUL

atmosfera između zaposlenih. Jako sam ponosna na djevojke koje rade kod mene jer smatram da smo formirale jedan divan kolektiv. To je ono što se osjeti prvo kada dođete - harmonija. Klijenti dolaze da se odmore i uljepšaju kod nas - nema mjesta za ružne stvari. Uz sve to trudimo se da im pružimo najbolju uslugu i kvalitet. I mislim da su ovo stavke zbog kojih se klijenti rado vraćaju.

4. BILI STE JEDAN OD EDUKATORA NA MASTERCLASSU BEAUTIFUL. MOŽETE LI PODIJELITI SVOJE ISKUSTVO I KLJUČNE MOMENTE VEZANE UZ VAŠE SUDJELOVANJE? KAKO SU TAKVI DOGAĐAJI OBOGATILI VAŠ PROFESIONALNI PUT U INDUSTRIJI LJEPOTE?

Jeste, već drugu godinu se družimo na fenomenalnom masterclassu BeutiFUL. Prije svega divno je sarađivati s ljudima poput Vas. Organizacija kao i svaki put na nivou, a osjećaj neopisiv.

Svaki put kada ulazim u dvoranu dobijem nevjerovatnu pozitivnu tremu. Sama pomisao da svi ti ljudi dolaze iz raznih država, gradova da uče baš od vas ostavlja bez riječi. Svaki put sam bogatija za nova poznanstva i to me posebno čini sretnom.



5. KOJE ASPEKTE SVOJE STRUKE SMATRATE NAJVAŽNIJIMA ZA PRENIJETI POLAZNICIMA EDUKACIJA, I KAKO OBLIKUJETE SVOJ PRISTUP KAKO BI EDUCIRANI POJEDINCI POSTIGLI IZVRSNOST U SVOJEM RADU?

Uvijek se trudim da sve što znam prenesem studentima bez ikakvih tajni. Nakon edukacije jako je bitna podrška edukatora i tu sam uvijek za sve svoje studente bez obzira na sve.

Stvaramo jedan poseban odnos i trudim se da se osjećaju što prijatnije u mom prisustvu. Pored znanja koje prenosim uvijek podvlačim da je jako bitno ostati prizeman i kolegijalan jer samo tako možemo napredovati.

ELLE
PMU ACADEMY

dyson

Zaštita od ekstremnog oštećenja toplotom.
Više fokusa na kontrolu, a manje na toplinu.

Najnovija tehnologija za njegu kose



Ekskluzivni distributer i uvoznik Dyson uređaja za B&H i RH

tehnomag.com
TEHNOMAG

Maria Škornjak: Ljepota je osjećaj i emocija koja daleko nadilazi nametnute standarde

Često nismo ni svjesni koliko puno, jednostavnim, malim promjenama u životnim navikama i načinu života možemo učiniti za našu kožu i usporavanje procesa starenja kako bi smo živjeli duže i osjećali se bolje.

PIŠE: dr. Maria Škornjak



Doktorica Maria Škornjak završila je Medicinski fakultet Sveučilista u Zagrebu kao i studij Forenzike. Ljubav prema preventivnoj, regenerativnoj i antiage medicini razvija tijekom studija forenzike, smjer forenzička kemija i molekularna biologija, kad u kontaktu s liječnicima prestižne Mayo klinike dobije uvid u fascinantne rezultate primjene matičnih stanica i faktora rasta u različitim granama medicine. Po završetku studija odlazi u Italiju na edukacije iz primjene PRP/PRF metoda te postaje regionalni edukator za ovu a potom i druge metode estetske i antiage medicine. Na Sveučilistu u Zagrebu upisuje i specijalistički studij iz Dermato-farmacije i medicinske kozmetologije. Direktorica je kompanije Med-Line sa sjedištem u Zagrebu, konzultant i edukator za kompaniju Med-Line Beograd, edukator Hrvatskog društva za estetsku medicinu Hrvatskog liječničkog zbora te edukator i voditelj praktične nastave iz navedenih područja na Wellness akademiji i Učilistu u Lovranu.

U današnjem ubrzanom tempu života, gdje se izloženost stresu i vanjskim utjecajima često odražava na našem licu i tijelu, estetski tretmani postaju neizostavan dio brige o sebi i očuvanja mladolikosti.

Sveprisutni pritisak društva da zadržimo mladenački izgled potiče nas na istraživanje inovativnih metoda i tretmana protiv starenja koji ne samo da obećavaju revitalizaciju kože, već i podstiču unutrašnju harmoniju i samopouzdanje. U ovom kontekstu, važno je istaknuti da su dermatolozi i stručnjaci iz svijeta estetske medicine, zajedno sa zadovoljnim klijentima, već treću godinu zaredom prepoznali kvalitetu i nadmoćnost Linerase linije za regeneraciju zrele kože. Kroz kombinaciju inovativnih tehnologija, prirodnih sastojaka te stručno

vođenih postupaka, ova linija postaje ključni dio holističkog pristupa ljepoti i dobrobiti, pružajući jedinstveno iskustvo njegovanja koje prelazi granice klasičnih estetskih tretmana. Ovi priznati stručnjaci naglašavaju kako Linerase ne samo da potiče vanjsku ljepotu već i doprinosi unutarnjem osjećaju samopouzdanja i blagostanja.

KAKO STE ODLUČILI SVOJU KARIJERU POSVETITI ESTETSKOJ I ANTI-AGE MEDICINI?

Sve je počelo nakon završetka Medicinskog fakulteta u Zagrebu, tijekom studija forenzike, spoznajom koliko moć regeneracije nosimo unutar vlastitog tijela u vidu matičnih stanica i faktora rasta, te uvidom u rezultate koje su liječnici na prestižnoj „Mayo“ klinici, s kojima sam surađivala prilikom prikupljanja podataka za temu mog rada, već tada imali u liječenju bolesti



i ozljeda različitih organa i organskih sustava uz primjenu matičnih stanica i faktora rasta (ortopediji, sportskoj medicini, kardiokirurgiji, dermatologiji itd).

Tako je počela moja ljubav prema matičnim stanicama, faktorima rasta, PRP-u, PRF-u i regenerativnoj medicini. Nakon vlastitog iskustva s malignim melanomom, rane i opsežnog defekta na stopalu i hodanja uz pomoć štaka, danas s dubokim naklonom prema navedenim postupcima mogu sa sigurnošću reći da su ove metode doprinijele cijeljenju rane zaostale nakon odstranjenjatumora, zatvaranju defekta te obnovi tkiva, zbog čaga danas ponovo bez poteškoća hodam. Ovo je i moj omiljeni tretman koji redovno primjenjujem u području vlastitog lica, vrata, dekoltea, šaka u svrhu regeneracije kože. Za mene će uvijek predstavljati omiljeni bazični tretman nakon kojeg je koža svježija, sjajnija, elastičnija, deblja, otpornija

na vanjske utjecaje, porice uže, a bore i borice pliće. Volim ga i zato jer ne mijenja prirodni oblik i konture lica. Radim ga duže od 10 godina redovno. **Tako me svijest o moćnim matičnim stanicama i faktorima rasta i želja da o svemu naučim više, prije sad već gotovo 15 godina odvela u Italiju na daljnje edukacije i usavršavanja iz ovog područja, gdje sam postala regionalni edukator talijanske kompanije s područja estetske i antiage medicine. Tako je sve počelo. Nakon toga upisujem i Dermato-farmaciju i medicinsku kozmetologiju na Farmaceutsko-biokemijskom fakultetu u Zagrebu. Ovo područje medicine brzo se razvija i zahtijeva cjeloživotne edukacije i usavršavanja.**

KOJI JE NAJVEĆI IZAZOV KOJI OVAJ POSAO STAVLJA PRED VAS KAO OSOBU?

Najveći izazov koji posao direktorice kompanije stavlja pred mene je donošenje ispravnih odluka. O ispravnosti

donesenih odluka ovisi rast kompanije i postizanje zacrtanih ciljeva. **Strateško upravljanje zahtijeva i dozu hrabrosti, a kako smo prisutni ne samo u domaćem, već i u međunarodnom poslovnom okruženju (edukacijski smocentar i ekskluzivni distributer za desetak međunarodnih kompanija s područja estetske medicine, dermatologije, kozmetologije, plastično-rekonstruktivne kirurgije), ovo postaje sve složenije jer ovisi o brojnim globalnim faktorima na koje nemamo utjecaj i nisu lako predvidivi, zahtijevaju spremnost na stalne promjene, redefiniranje ciljeva, stabilnost i smirenost uma, analitičko mišljenje, a često i brzo zaključivanje i donošenje odluka u interesu kompanije.** Posebno su izazovne situacije u kojima, za donošenje odluke, nisu poznate sve potrebne informacije pa je potrebno uključiti i intuiciju i zrno mudrosti.

ŠTO JE VAŠ NAJVEĆI POSLOVNI USPJEH DO SADA?

Radeći svoj posao prvenstveno u svim okolnostima, težim humanosti, poštenju, poslovnom moralu i poslovnoj etici. Trudim se da Med-Line bude prepoznatljiv po ovim principima. Na ovim principima težim postavljanju visokih ciljeva prvenstveno sebi uz naravno svjesnost o vlastitim ograničenjima. Težim ne biti direktor šef, već se iskreno zauzeti za zaposlenika kao i za kandidate koji pohađaju naše edukacije, biti mentor, motivator, potpora i pomoć kako bi i zaposlenici i kandidati koje educiram rasli i razvijali vlastite potencijale. Trudim se da Med-Line bude prepoznatljiv po poštivanju standarda poslovnog ponašanja, po

BeautiFUL

poslovnom moralu, poslovnoj etici, poštenju humanosti.

ČEMU TEŽITE I KOJI JE TO CILJ KOJI IMATE ISPRED SEBE?

Moji budući ciljevi vezani uz posao su traženje prepoznavanje novih poslovnih prilika, posebnicu u međunarodnom okruženju i usredotočenje na stvaranje vrijednosti. Sve ovo često zahtijeva razmišljanje „izvan okvira“, predviđanje učinkovito planiranje, a ponekad i plivanje protiv valova. Moji budući ciljevi u privatnom životu su zasaditi još poneko drvo, dovršiti knjigu, te i dalje biti posvećena humanitarnom radu. S obzirom da sam u šestom desetljeću života zdravlje i kvaliteta života su također ciljevi, a glavni privatni cilj je preostala zrnca iz pješčanog sata života potrošiti s poštovanjem i dubokom zahvalnošću prema životu koji mi je darovan.

KOJI BISTE TRETMAN ILI ZAHVAT IZDVOJILI KAO NAJUČINKOVITIJI KAD JE RIJEČ O POMLAĐIVANJU KOŽE?

Svakako je najbolji pristup individualni pristup (pregled, analiza kože i dijagnostika) nakon čega možemo dobiti uvid u stvarne potrebe kože i pristup koji kožu ne promatra kao izoliran organ, već organ na kom se manifestiraju promjene općeg stanja organizma.

Kombinacija različitih tretmana individualno prilagođena pacijentu na temelju njegove životne dobi i stvarnih potreba, dati će najbolje rezultate. Za bazičnu njegu, tretman matičnim stanicama, faktorima rasta, kolagenom, aminokiselinama i sve metode tzv. biorevitalizacije, biostimulacije i bioregeneracije pomoći će usporavanju procesa starenja kože i održavanju njenog tonusa, sjaja, vlažnosti, zdravog i mladolikog izgleda bez promjena u konturama lica.

Oni koji me poznaju znaju kako sam zagovornik preventivne i regenerativne medicine, te kako nisam ljubitelj pretjerane voluminizacije dermalnim filerima osim kad je to zaista neophodno za nadoknadu izgubljenog volumena. Koža je organ koji ima savršeno pamćenje kao i savršenu zahvalnost u smislu regeneracije, ako joj u tome pomognemo.

Često nismo ni svjesni koliko puno, jednostavnim, malim promjenama u životnim navikama i načinu života možemo učiniti za našu kožu i usporavanje procesa starenja kako bi smo živjeli duže i osjećali se bolje. Svaki liječnik estetske medicine osim



Renata Končić Minea

upotrebom injektivnih ili aparativnih metoda savjetima i uputama vezanim uz odbacivanje štetnih i usvajanje korisnih životnih navika može učiniti dodatni iskorak u smjeru preventivne medicine i savjetovanja te tako stvoriti dodatnu vrijednost za život i zdravlje pacijenta, jer malo vrijede savršeno oblikovane usne i botoksirano čelo ako su krvne žile pacijenta prepune aterosklerotskih plakova.

U ČEMU NAŠE ŽENE NAJČEŠĆE GRIJEŠE KADA JE RIJEČ O PREVENIRANJU ZNAKOVA STARENJA?

Životni vijek je sve duži pogotovo zahvaljujući životnom standardu, iskorjenjivanju brojnih zaraznih bolesti, napretku medicine, ali i zahvaljujući sve većoj osviještenosti cjelokupnog čovječanstva o važnosti preventive, zdrave i uravnotežene prehrane, fizičke aktivnosti, očuvanja životnog okoliša i života u skladu s prirodom i prirodnim zakonima. Potpuno je prirodno da i u zrelim godinama imamo potrebu osjećati se vitalno, zdravo, ugodno u vlastitom tijelu i pri pogledu na vlastiti odraz u zrcalu, te primijeniti sve dostupne metode koje mogu usporiti proces starenja.

Proces starenja iako je zasigurno najprije uočljiv na našoj koži koja se zbog gubitka kolagena, elastina, hijaluronske kiseline opušta, postaje tanja, izborana, gubi vlagu, zapravo je proces

koji zahvaća cjelokupan organizam i zato kožu ne smijemo promatrati kao izoliran organ. Iz tog razloga, kao i općenito u medicini prevencija je najvažnija. Moj je dojam da nam još uvijek nedostaje svijest kako je prevencija ključ i kako tu najviše griješimo. Pomoć tražimo kad smo već bolesni umjesto da se posvetimo prevenciji ili na primjeru kože, za tretmanima posežemo kad na koži primjećujemo već uznapredovale znakove starenja i tad tražimo brza, instant rješenja. **Čovjek je daleko više od fizičkog tijela i izvanjska ljepota nije nešto po čemu bi smo trebali vrednovati ljude, osim kada je "biti lijep" imperativ i zahtijeva ga njihov poziv ili profesija, zato sam sklonija govoriti o zdravlju kože nego o njevoj ljepoti jer zdrava koža je uvijek lijepa.** Svrha estetske medicine i estetske kirurgije također nikad ne bi smjela postati samo ispunjavanje želje pacijenta da izgleda kao sto je „zamislio“ ako to nije medicinski opravdano, a još manje, da izgleda kao netko "drugi", već da (uz sve slučajeve kad postoji jasna medicinska indikacija) osobama kojim nezadovoljstvo vlastitim fizičkim izgledom stvara svakodnevnu frustraciju, izvor je nesigurnosti i nezadovoljstva, te kao takvo predstavlja ozbiljnu prepreku u ostvarivanju vlastitih potencijala, estetska medicina ili kirurgija, uklanjanjem ili korekcijom izvora nezadovoljstva, nesigurnosti ili frustracije pomogne ostvarivanje punog životnog potencijala.

Brojne ankete su pokazale, da je više od 90% osoba, nezadovoljno nekim dijelom svog tijela (masne naslage, opuštenost i višak kože, nezadovoljstvo veličinom ili oblikom nosa itd.) i da bi se vođeni osjećajem kako će se nakon podvrgavanja estetskom zahvatu osjećati bolje podvrgnuli čak i kirurškoj korekciji kada bi imali tu mogućnost. **Zdravlje nije samo odsustvo bolesti i iznemoglosti (prema definiciji SZO/WHO), već osjećaj potpunog duševnog i tjelesnog blagostanja, u postizanju kojeg estetska medicina i kirurgija, danas, više nego ikad, imaju značajnu ulogu. Potrebno je za dobrobit pacijenta i u skladu s pravilima struke postaviti jasne granice između njege, prevencije, antiaginga, razumnih estetskih i kirurških korekcija i "pretjerivanja".**

KOLIKI UTJECAJ NA USPORAVANJE PROCESA STARENJA IMAJU PREHRANA I FIZIČKA AKTIVNOST?

Ogroman. Redovna fizička aktivnosti ili bar koji korak dnevno više, kao što će blagotvorno utjecati na naš krvožilni i lokomotorni sustav

istodobno će potaknuti cirkulaciju i opskrbu potrebnim hranjivim tvarima na nivou naše kože. Jednostavan obrok prepun antioksidansa u obliku salata, povrća intenzivnih boja (ljubičasto, crveno, zeleno, žuto povrće), zelenog lisnatog povrća prepun antioksidansa, biofavnoida, likopena i drugih korisnih tvari koji će pomoći popravku oštećenja kojima smo svakodnevno izloženi u svijetu u kom tijelu slobodni radikali prijete sa svih strana: iz onečišćene atmosfere, procesuirane hrane koja obiluje umjetnim bojama, konzervansima i pojačivačima okusa i slično, pružiti će našem tijelu dodatni suport.

Istodobno bioflavonoidi kao i vitamin C iz ovih namirnica doprinose sintezi kolagena, esencijalnog za očuvanje čvrstoće i elastičnosti kože, ali i stijenki krvnih žila te imaju snažna antioksidativna svojstva i stimuliraju imunološki sustav čime ublažavaju negativne posljedice oksidativnog stresa. Prestanak pušenja ili pokoja cigareta dnevno manje u zamjenu za šaku bobičastog voća (borovnica, malina, kupina i slično) i orašastih plodova, blagotvorno će i kumulativno utjecati na zdraviji i svježiji izgled naše kože.

Mahunarke, bjelanjak jajeta, sirutka kao visokoproteinska hrana koja sadrži aminokiseline također može pomoći kod sinteze kolagena. Pretjerivanje u konzumaciji šećera i rafiniranih ugljikohidrata može potaknuti neželjenu ubranu razgradnju kolagena i pojavu znakova starenja kože jer šećer potiče glikaciju, vezanje šećera na proteine te čini strukturu kolagena slabijom sto za posljedicu ima i slabljenje strukture kože sto se očituje u gubitku elastičnosti, bore se produbljuju a ten postaje sivkast i neujednačen.



Dobar san i zdrava crijeva u kojima se sintetiziraju serotonin i dopamin, kao i optimalna hidratacija tijela pomoći će zdravijem i svježijem izgledu kože. Svaki liječnik estetske medicine osim upotrebom injektivnih ili aparativnih metoda savjetima i uputama vezanim uz odbacivanje štetnih i usvajanje korisnih životnih navika može učiniti dodatni iskorak u smjeru preventivne medicine i savjetovanja te tako stvoriti dodatnu vrijednost za život i zdravlje pacijenta, jer malo vrijede savršeno oblikovane usne i botoksirano čelo ako su krvne žile pacijenta prepune aterosklerotskih plakova.

DANAS SE ESTETSKE INTERVENCIJE MOGU OBAVITI NA RAZLIČITIM MJESTIMA, KAKO DA NE POGRIJEŠIMO?

Kako bi se izbjegle komplikacije koje mogu biti i po život opasne, jedina mjesta gdje je opravdano potražiti medicinske estetske zahvate poput botoksa, dermalnih filera, PRP-a, skin boostera i slično su dermatološke i liječničke ordinacije, poliklinike i klinike, dakle isključivo medicinske ustanove, dok se neinvazivni zahvati poput čišćenja i njege kože topikalnim pripravcima i uz upotrebu profesionalnih

aparata mogu potražiti i kod kozmetičara i medicinskih kozmetičara čija uloga u održavanju higijene kože i prevencije starenja kože je također neizostavna.

Kirurške intervencije poput korekcije nosa, korekcije grudi, liposukcije i slično, rezervirane su za liječnike kirurge različitih specijalnosti, od plastično-rekonstruktivnih kirurga, maksilofacijalnih kirurga, ORL-a i dr.

KAKO POMIRITI POMLAĐIVANJE, S JEDNE STRANE, I PRIHVAĆANJE SVOJIH GODINA I IZGLEDA, S DRUGE?

Svjedoci smo kako živimo u svijetu brojnih nametnutih kriterija, među kojima je i kriterij "vječne mladosti". Poimanja pojma "ljepota" mijenjala su se kroz povijest, a veliki dio kriterija po kojima su procjenjivale žene tada i sada, nametnuli su modna industrija i mediji. U šali volim istaknuti kako bi Marilyn Monroe, zanosna ljepotica, raskošnih oblina, danas vjerojatno pod utjecajem medija bila nesretna i na dijete, a ne seks simbol.

Zato nisam sklona analizirati pojam ljepote iako su mi kao liječniku dobro poznati kriteriji, na temelju kojih ljudski mozak određeno lice ili tijelo percipira

kao skladno i lijepo oblikovano ili obrnuto. Kada se govori o pojmu ljepote za mene je ljepota rezultat prvenstveno mjera koje će rezultirati njegovanim izgledom, dobrom tjelesnom kondicijom i dobrim zdravljem. Svemu navedenom svakako će doprinesti pravilna njega kože, nutritivno vrijedna prehrana bogata antioksidansima, optimalna fizička aktivnost prilagođena životnoj dobi i promjenama lokomotornog i drugih tjelesnih sustava, izostanak kroničnih bolesti koje je moguće spriječiti ili bar ublažiti njihove posljedice redovitim preventivnim pregledima, pravilnom prehranom i zdravim načinom života te unutarnji mir i sklad koji isključuje emocije gnjeva, bijesa, želje za osvetom, žaljenja za prošlošću ili strahova od budućnosti, te svim emocijama koji krađu unutarnji mir i posvećenost sadašnjem trenutku.

Sve navedeno zrcali se kako na našem licu tako i na tijelu. I nerijetko ćemo u našem poslu sresti osobu u šestom desetljeću života koja ostavlja dojam petnaest ili dvadeset godina vitalnije i mlađe osobe, ali i obrnuto. Sama ljepota u oku je promatrača a danas uz pomoć estetske medicine i kirurgije, svaka osoba može biti lijepa, ako to želi i ako ju to čini zadovoljnijom i sretnijom.

Ljepota je igra neurotransmitera u mozgu promatrača. Ljepota je i sloboda izabrati biti jedinstven i zadržati genetske karakteristike svojih roditelja i predaka u obliku specifičnog oblika nosa, usiju, usana ili drugog dijela tijela bez želje za estetskom korekcijom. Ljepota je osjećaj i emocija koja daleko nadilazi nametnute standarde iskazane matematički u obliku omjera i proporcija.



LIN *e* RASE

SKIN REGENERATION

HOME CARE



PROFESSIONAL



 **Med-Line**
MEDICAL | AESTHETIC | HOSPITAL | HEALTH

www.med-line.eu · info@medline.hr · www.med-line.eu/webshop · 0955801701 · 0989836628 · 0916155662

Biorevitalizacija – Superheroj regeneracije zrele kože

Već treću godinu zaredom dermatolozi i stručnjaci iz svijeta estetske medicine, kao i klijenti, prepoznali su kvalitetu i nadmoćnost Linerage Regenerativne kreme. Što ovu liniju čini toliko posebnom i nadmoćnom doznajte u tekstu koji slijedi.

Biorevitalizacija je novi trend u prirodnom vraćanju vitalnosti kože, hidraciji, elastičnosti te samim time pomlađivanju zbog sinteze kolagena, elastina i hijaluronske kiseline. Usporava se proces starenja kože te se popravljaju znakovi oštećenja i koža izgleda mlađe, zdravije, blistavije. Odlični se rezultati postižu i kod tretiranja ožiljaka od akni, strija i drugih nesavršenosti na licu. Talijanski brend Linerage donosi kompletnu medicinsku liniju proizvoda za biorevitalizaciju i anti-ageing te dodatnu liniju za nastavak njege kože kod kuće.

Linerage Hydro za regeneraciju kože idealan je proizvod za obnavljanje izvanstaničnog matriksa te za stvaranje odgovarajućih uvjeta za pravilno funkcioniranje fibroblasta – stanica vezivnog tkiva zaduženih za prirodnu sintezu kolagena u koži. Ovaj je proizvod namijenjen injekcijskoj aplikaciji, pri čemu se neumrežena hijaluronska kiselina u kombinaciji s aminokiselinama i puferskim otopinama ubrizgava u više točaka po cijelom licu. Za Linerage protokol se preporučuju četiri tretmana s razmakom od 8-10 dana.

Upravo je regeneracija izvanstaničnog matriksa glavni preduvjet pomlađivanja i biorevitalizacije kože – jer stvara uvjete u kojima naše stanice neometano funkcioniraju, aktivira samoregeneraciju kože i usporava cjelokupni proces starenja.

Injectable Collagen formula, tretman koji se također ističe iznimnim djelovanjem na kvalitetu, mladolikost i izgled kože, istovremeno djeluje na ubrzano zacjeljivanje oštećenja i općenito regeneraciju slojeva kože. Dokazano djeluje na brže zacjeljivanje ozljeda, smanjuje izraženost ožiljaka i drugih nepravilnosti na koži. Kolagenski prah se u suspenziji fiziološke

otopine aplicira injekcijski u ciljana područja, pri čemu molekula kolagena prolazi proces hidrolize i stvara aminokiseline i tripeptide koji zajedno djeluju poput faktora rasta na fibroblaste. Osim toga, dovodi do sinteze prirodnog kolagena, a preporučena tehnika aplikacije je po jedan ubod svaka dva centimetra na površini cijelog lica, vrata, dekoltea i nadlanica. Za Linerage Collagen tretman preporučuju se četiri tretmana s razmacima od 2 tjedna između tretmana.

Linerage Collagen Powder kreiran je za regeneraciju kožnog tkiva i biorevitalizaciju kože. Djeluje kao faktor rasta na fibroblaste stvarajući optimalne uvjete za fiziološku proizvodnju novog kolagena, elastina i hijaluronske kiseline. Pogodan je za žene i muškarce u borbi protiv vidljivih znakova starenja. Pomaže kod finih bora, dubokih bora, opušteno kože, ožiljaka od akni i gubitka volumena. Liofizirani prah kolagena miješa se s fiziološkom otopinom neposredno prije tretmana; za to vrijeme prirodna molekula kolagena prolazi proces hidrolize. Tripeptidi pomažu u replikaciji fibroblasta i anaboličkih procesa, povećavajući proizvodnju novog kolagena. Također, dokazano inducira sintezu kolagena tipa III.

Linerage peel off peeling je piling u obliku film maske na bazi pojačanog retinola, vitamina C i polipeptida kolagena. Piling potiče bioregeneraciju epidermisa. Sadrži derivat male količine alfa hidroksi kiseline i vitamina A koji normalizira funkciju keratinocita i potiče pravilno sazrijevanje stanica u epidermalnom sloju. Zbog malih doza alfa-hidroksi kiseline i resorcinola omogućeno je lakše prodiranje retinola u epidermis, kao i ostalih aktivih sastojaka koji su prisutni u ovom proizvodu poput peptida, kolagena, hijaluronske kiseline, vitamina C te oligopeptida s djelovanjem nalik faktorima rasta.

Linerage Medical White Peel prvi je lokalni tretman s biostimulirajućim djelovanjem na epidermu. Koristimo ga kod nečiste kože i kože sklone aknama, za tretiranje ožiljaka nakon akni, kod hiperpigmentacija, melazme i kloazme, za ublažavanje vidljivih znakova starenja, kod

kože oštećene suncem te kod opušteno kože i površinskih bora.

Vrhunska anti-age kozmetika za kućnu upotrebu

Ako preferirate 'uradi sam' pristup te birate udobnost vlastite kupaonice, Linerise donosi doista revolucionarnu inovaciju – liniju proizvoda koja spajaju vrhunsku kozmetiku i estetsku medicinu. Počiva na principu da na kožu trebamo djelovati u svim slojevima – u dermisu, najdubljem sloju kože te u epidermisu, gornjem sloju koji aktivne sastojke najlakše upija.

Linerase Regenerativna krema – za snažnu bio-regeneraciju kože. Visoko hranjiva i revitalizirajuća krema koja, zahvaljujući visokokvalitetnim aktivnim sastojcima, uspješno pobjeđuje u borbi protiv znakova starenja kože, finih linija i bora te vraća čvrstoću i elastičnost kože lica, vrata i dekoltea, ostavljajući izgled prirodno blistave i pomlađene kože. Svakodnevna upotreba potiče intenzivnu regeneraciju kože.

Linerase Antiox krema – njegujuća krema sa snažnim antioksidansima. Zahvaljujući bogatstvu aktivnih sastojaka, Linerase Antiox antioksidativna i hidracijska krema učinkovito se suprotstavlja štetnim učincima slobodnih radikala te popravljajući oštećenja kože kojima je ista svakodnevno izložena te potiče sintezu novog kolagena. Svakodnevna upotreba Antiox kreme ublažava znakove starenja te ostavlja kožu mekom i blistavom.

Linerase Restoring Mask – regenerirajuća maska napravljena od prirodnih sastojaka koji djeluju umirujuće, ubrzavaju zacjeljivanje i umiruju nakon tretmana. Regenerira i vlaži kožu. Aktivni sastojci, poput cinkovog oksida,

pridonose trenutnom zatvaranju mikrokanala stvorenih iglom i omogućavaju nanošenja šminke odmah nakon tretmana. Aloe, bisabolol i drugi prirodni ekstrakti umiruju iritacije. S druge strane, hijaluronska kiselina ima hidracijski učinak.

Linerase Collagen Daily ima formulaciju Peptan® hidroliziranog kolagena koja potiče ljepotu kože i sprječava starenje kože. Kada se progutaju, bioaktivni peptidi kolagena imaju dvostruko djelovanje. S jedne strane, slobodne aminokiseline pomažu u formiranju kolagenih vlakana, djelujući kao supstrat; s druge strane, peptidi potiču proliferaciju fibroblasta te se posljedično tome povećava proizvodnja hijaluronske kiseline, kolagena i elastina.

Linerase serum za snažnu regeneraciju ostavlja kožu glatkom i svilenkastom. Pomoću svojih aktivnih sastojaka pomaže revitalizaciji kože te ju čini čvršćom i intenzivno hidrira. Preporučuje se za njegu kože lica i područje oko očiju za umanjivanje finih bore te za blistav efekt. Sadrži retinol koji potiče regeneraciju kolagena i elastina, što kožu čini elastičnijom, čvršćom i mlađom.

Sve informacije o Linerase liniji za profesionalnu, medicinsku i kućnu upotrebu možete dobiti putem e-maila: info@medline.hr, na web stranici uvoznika i distributera – tvrtke Med-line te putem webshopa www.med-line.eu/webshop/linerase

Ovlašteni regionalni Linerase edukator: Dr. med. Maria Škornjak, Med-Line d.o.o.

web shop: www.med-line.eu/webshop/linerase

• e-mail: info@medline.hr • e-mail: dr.maria.skornjak@gmail.com

mob: 0916155662, 0989836628, 0955801701



Šejla Topuz: Uredni nokti su odraz lične higijene

Proces izrade noktiju zahtijeva strpljenje, vježbu i posvećenost kako bi se postigao savršen manikir.

Intervju: Šejla Topuz, nail tehničar



Šejla Topuz, rođena je 1999 godine u Mostaru. Živi sa roditeljima u porodičnoj kući u Blagaju kod Mostara. Završila je Srednju Ekonomsku školu u Mostaru 2018 godine, te stekla zvanje 'ekonomski tehničar' SSS, IV stepen. 2018 godine upisuje se na Sveučilište 'HERCEGOVINA' u Mostaru, na Fakultet međunarodnih odnosa i diplomacije-smjer međunarodna sigurnost. Od stranih jezika, aktivno govori engleski, a od drugih jezika pomalo koristi njemački.

Njen put u svijetu beauty industrije počeo je prije četiri godine, ispunjen strašću i odlučnošću. Krenula je s edukacijom, učeći o savršenom oblikovanju obrva, lash liftu, vještini šminkanja i na kraju, umjetnosti noktiju - što je odma zavoljela zbog prilike za izražavanje svoje kreativnosti. Uporedo radeći dva posla, kako bih stigla sve. Kako je sve to izgledao od početka pa sve do sada, pročitajte u nastavku.

Nikada nisam posustala, opcija odustajanja jednostavno nije postojala. Proces izrade noktiju zahtijeva strpljenje, vježbu i posvećenost kako bi se postigao savršen manikir. Svaki korak, od pripreme nokta do završnog detalja, ključan je za postizanje besprijekornog rezultata.

Ja sam osoba koja neprestano ulaže u svoje znanje, uvijek teži usavršavanju kako bih pružila najbolju moguću uslugu svojim klijenticama. Od samog početka suočila sam se s mnogim izazovima, radila sam 16 sati dnevno, ali nikada nisam posustala. Shvatila sam da uspjeh zahtijeva predanost i upornost.

Bilo je jako teških trenutaka kada klijenti nisu dolazili, a troškovi su se gomilali, ali to me samo dodatno motiviralo da pružim 300% sebe kako bih uspjela. Zahvalna sam na tim iskušenjima jer su me oblikovala, ali shvatam da je moj put tek počeo.

Izuzetno mi je važno da se moje klijentice osjećaju ugodno u mom salonu. Tu ih dočekuje topli napitak, neki slatkiš ili sok kako bi uživale u tretmanu. Higijena u mom radnom prostoru je moj prioritet, koristim isključivo potpuno sterilizirane materijale. Smatram da bez toga jedan salon ne može imati zadovoljne klijente. Ono što klijentice najviše traže je, bez sumnje, besprijekoran "french" manikir. Uvijek sam svoj najveći kritičar, neprestano radim na tome kako bih unaprijedila svoje vještine. Do sada, na

sreću, nisam imala neprijatnih iskustava. Najtraženiji oblik ove sezone je definitivno 'badem' na kojeg se žene sve više odlučuju.

Najviše vremena mi je trebalo zasigurno za tehniku izlijevanja. Uvijek nekako gledam šta bih to mogla popraviti da dođem do savršenog izlivka.

Sada imamo i tehniku nadogradnje gel tipsama gdje dobijete gotove nokte za 45min. Svjesni brzine života kojeg živimo i uvijek smo u žurbi ovo je odličan način



Nikada nisam posustala,
opcija odustajanja
jednostavno nije postojala.

nadogradnje. Priprema kod kuće nije potrebna. Uvijek naglasim klijenticama da same ne skidaju materijal, da ne bih uništile ploču nokta. **Mislim da su uredni nokti jako bitan odraz lične higijene. Da li se vi odlučili za neki dizajn ili ipak samo manikir da se ploča očisti, smatram da je jako bitna urednost.**

Poruka koju želim poslati čitateljima je da vjeruju u svoje snove, budu predani svom radu i nikada ne odustaju. Vjerujem u čuda, i naravno, pozivam ih da dođu i dožive najbolji manikir u gradu.





STRUČNJACI ZA DEPILACIJU

Imati svilenkasto glatku kožu gotovo je postalo obaveza za ljepotu i higijenu. Ali kada je u pitanju depilacija uvijek imamo dilemu, treba li da boli ovaj tretman? Boli u slučaju lošeg kvaliteta voska i loše tehnike rada. Depilflax je španska kompanija specijalizovana za preparate za depilaciju i već je 33 godine na tržištu. Pored široke palete toplih i hladnih voskova od iznimne je važnosti koristiti i kozmetiku koja će osigurati potpuno bezbolan tretman.

U svom asortimanu **Magnetic nails d.o.o.** imaju kozmetiku za pripremu kože prije depilacije, koja osigurava manji utrošak voska, povezivanje voska za dlačice umjesto za kožu i mjesto na koje je nanijeta dezinficira. Zatim nakon samog tretmana uvijek koristite specijalizirani proizvod za uklanjanje viška voska a potom uz pomoć sredstva nakon depilacije umirite, zatvorite, dezinfikujete kožu te usporite rast dlačica.





ONO ŠTO NUDE JESTE KVALITETNA
TEHNIKA I VRHUNSKI PROIZVODI KOJI
ĆE VAMA I VAŠIM KLIJENTIMA OVU
USLUGU UČINITI UGODNOM.

PROVJERITE ZAŠTO SU STRUČNJACI ZA DEPILACIJU!



UVOZNIK I DISTRIBUTER ZA BIH:
Magnetic nails d.o.o.
Turalibegova 11, 75 000 Tuzla
035 257 400

Sanela Mašović: Kao licencirani edukator profesionalnog šminkanja svoje znanje nesebično prenosim na svoje učenike

Nositi zvanje edukatora podrazumijeva ogromno teorijsko i praktično znanje koje treba biti preneseno na učenike uz puno razumijevanje i podršku pri svakom narednom koraku.

PIŠE: Sanela Mašović, visažist

Sanela Mašović je vizažistica koja svoju ljubav u poslovnom svijetu preusmjerila u make up industriju, gdje je stekla zvanje licenciranog edukatora profesionalnog šminkanja. Ističe kako se njene edukacije razlikuju od ostalih po tome što njen kurs nema nekog određenog roka, nego traje onoliko koliko je potrebno da se dovoljno i kvalitetno usvoji znanje učenika. Pričali smo i o stilovima šminkanja, te o tome šta djevojke najviše traže na terminima za šminkanje, više pročitajte u nastavku.

RECITE NAM NEŠTO O SEBI, KADA STE UPLOVILI U SVIJET ŠMINKANJA?

Svoje profesionalno bavljenje šminkanjem započela sam 2007 godine. Prošla sam sve faze, od učenika do edukatora. **Moram priznati da svaki period pojedinačno ima svoje specifičnosti i izazove koji zahtijevaju punu posvećenost i ljubav prema ovom pozivu.** Brojna usavršavanja, kako kod domaćih tako i internacionalnih šminkera su me dovela do zvanja jedinog licenciranog edukatora u Sandžaku na šta sam posebno ponosna. Od tada pa sve do sada kroz moje edukacije je prošlo preko 1000 učenika iz cijele Evrope. Oni mi daju snagu i radost u ovom poslu i motivišu me da nastavim dalje sa još većim uspehom.

Ličnu satisfakciju vidim i u tome što su moje učenice ne samo iz našeg regiona, iz Evrope, već i iz celog sveta, a pomenuću da su samo neke iz: Tunisa, Turske, Rusije, Austrije, Nemačke, Luxembourga, Kosova, Crne Gore, BiH.



Sanela Mašović, rođena je na sjeveru Crne Gore, tačnije u Beranama, gdje je završila osnovnu i srednju školu. Nakon toga je upisala učiteljski fakultet u Novom Pazaru gdje se i udala, te započela svoje profesionalno bavljenje šminkanjem. Stečeno zvanje licenciranog edukatora profesionalnog šminkanja smatra krunom svog rada.

TAKOĐER STE EDUKATOR, ŠTA NUDITE VAŠIM POLAZNICIMA?

Nositi zvanje edukatora podrazumeva ogromno, kako teorijsko tako i praktično znanje koje treba

biti preneseno na učenike uz puno razumijevanje i podršku pri svakom narednom koraku.

U skladu sa tom činjenicom, mislim da sam jedini edukator u Evropi, a možda i šire, koji svoje učenike ne ograničava vremenski koliko će sam kurs trajati, već učimo dok ne naučimo. Neko uči sporije, a neko brže. Također imaju pravo da i posle završenog kursa uvek dođu i obnove zaboravljeno ili nauče nešto novo.

ŠTA JE ZAPRAVO SAVRŠEN MAKE-UP LOOK?

Mislim da ne postoji savršen make-up. Verujem da iskustvo koje se stiče godinama, razgovor, osluškivanje želja klijenta, dovodi do toga da žena/djevojka izađe zadovoljna i puna samopouzdanja iz salona.

KOJI MAKE-UP DJEVOJKE NAJVIŠE TRAŽE KADA DOĐU KOD VAS?

Akcentat je na arapskom stilu šminkanja. Kako je Novi Pazar poznat po tome da voli, poštuje i neguje svoju tradiciju tako se uz sav taj glamur i zlato ova tehnika savršeno uklapa.

KOJI JE NAJVEĆI TREND OVE SEZONE KADA JE U PITANJU BRIDAL MAKE-UP?

Ovdje možemo sa sigurnošću jedino da konstatujemo da je to individualno. Ponoviću opet, ukoliko su u pitanju tradicionalne svadbe arapski stilovi su najzastupljeniji, a ukoliko se radi o onima koje to nisu onda su to natural stilovi.



KOLIKO JE VAŽNA PRIPREMA KOZE ZA NANOŠENJE MAKE-UP?

Diskutabilno! Jako je važna priprema, ali opet ako nemamo razvijenu svijest o tome da treba da negujemo svoju kožu svakodnevno, onda ni taj dan nije neki prevelik rezultat postignut. Ono što je do nas, uglavnom sve odradimo da bi to izgledalo besprekorno dobro bez obzira na sve nedostatke.

KOJE SU TO PO VAŠEM MIŠLJENJU NAJVEĆE MAKE-UP GREŠKE?

Najveća greška je ne obaviti razgovor sa klijentom pre samog šminkanja. **Morate klijenta pažljivo saslušati i na kraju opravdati njegovu povjerenje.**



POSTOJE LI NEKI SVJETSKI ŠMINKERI ČIJI STIL I NAČIN RADA CIJENITE I PRATITE?

Naravno da postoje. S tim da bih ja radije spomenula šminkere s naših prostora, između ostalih, vašu sugrađanku Aleksandru Gudelj i svog prvog edukatora Branka Bogičevića koji je i učinio da uđem u svet šminkanja sa tako puno entuzijazma i ljubavi.

ZA KRAJ, STA BISTE PREPORUČILI NAŠIM ČITATELJIMA?

Da budu svoje. Da se ne povode po svaku cenu za trendovima, već da neguju svoju unutrašnju ljepotu, a vanjsku prepuste nama šminkerima da je samo naglasimo.

frizerland

TURN UP —
— THE LUXE

ARDELL®
AMERICA'S LEADING LASHES



DERMA MED

The Future is here!

Poliklinika Dermamed
Inovativni provjereno učinkoviti tretmani.



LUMIXA

Booster energija za kožu.

Kromofore iz gela daju energiju koži na mitohondrijskoj razini.
Uz jaki anti-age učinak, vidno osvježavaju kožu, smanjuju upalu, crvenilo i akne.



MultiFRAX frakcijski laser

Laser koji smo čekali, učinkovit, bezbolan i bez oporavka. Koža iz snova, smanjenih pora, ujednačenog tena. Djeluje na elastičnost, kvalitetu kože i hiperpigmentacije.



ThermaD.A.S.
DERMO ABLATION SURGERY

Therma DAS – Intralifting

EndoPROLifting kože lica, vrata i tijela. Kanilom podiže i zateže kožu.
Bezbolno i bez oporavka. Potreban je samo jedan tretman.

Vodeći smo pružatelj inovativnih i ekskluzivnih patentiranih rješenja za regeneraciju kože, dermatologiju, kirurgiju i estetiku.

Split
Poljička 28b
21 000 Split

Zagreb
Krapinska 16,
10 000 Zagreb

T.: + 385 91 785 8357

INNOVATIVE
EXCLUSIVE
PATENTED SOLUTION

Poliklinika Dermamed
Edukacije liječnika - dr. med. Anđela Prolić

SKIN REGENERATION
DERMATOLOGY
SURGERY
AESTHETICS



www.dermamed.hr
www.medicalaesthetics.hr

Zašto je cijeli svijet, kao i poznate ličnosti poput Kim Kardashian, Eve Longorie oduševljen rezultatima aparata Morpheus?

Prednost ove procedure jeste što se u istom tretmanu mogu vršiti dva ili tri prelaza i time korigovati gdje je potrebno, koriguje višak masti, zateže kožu i poboljšava njenu teksturu.

PIŠE: dr.sci.med. Maja Jevđević, doktor estetske medicine



Dr.sci.med. Maja Jevđević je stručnjakinja iz oblasti estetske medicine s bogatim iskustvom od 15 godina. Rođena je s vizijom da unaprijedi ljepotu i samopouzdanje ljudi kroz inovativne metode estetske medicine. Nakon završetka medicinskog fakulteta, posvetila se specijalizaciji u estetskoj medicini, gdje je stekla duboko razumijevanje najnovijih tehnika i trendova. Svoju stručnost potvrdila je osnivanjem ordinacije Glamour Aesthetic u Beogradu, koja je postala prepoznatljivo mjesto gdje se klijentima pruža vrhunska skrb uz primjenu najnovijih tehnologija i inovacija. Dr. Jevđević je posvećena stvaranju individualiziranih pristupa za svakog pacijenta, pridavajući pažnju detaljima kako bi postigla prirodne i harmonične rezultate.

kao i samom aparatu priča nam dr. sci.med Maja Jevđević.

ŠTA JE MORPHEUS 8?

Morpheus 8 predstavlja najnoviju generaciju aparata za nehirurško zatezanje kože. Ovaj revolucionarni aparat kompanije Innmode, izdvaja se od ostalih po tome što kombinuje dve moćne estetske procedure, frakcionu radiofrekvencu i mikroiglice. Namijenjen je remodelovanju kože i potkožnog tkiva u cilju podmlađivanja, zatezanja i regeneracije kože lica i tela, ali i za uklanjanje estetskih nedostataka kao što su ožiljci od akni, strije, celulit, podbradak.

KAKO DELUJE?

Obložene mikroiglice prodiru podkožno na različite dubine, dok aparat emituje bipolarnu radiofrekvencu zagrevajući tkivo. Dubinu prodiranja iglica, kao i jačinu RF energije

U današnjem brzom ritmu života, potraga za inovativnim rješenjima koja pružaju besprijekorne rezultate u očuvanju mladolikosti i ljepote postala je sveprisutna. U toj potrazi, jedno ime je postalo sinonim za vrhunske estetske rezultate - Morpheus. U nastavku ćemo istražiti zbog čega je cijeli svijet oduševljen rezultatima koje pruža Morpheus, te kako je postao nezaobilazan alat u očuvanju ljepote i mladosti za pojedince širom svijeta. Više o metodi rada

određuje doktor na osnovu stanja kože i regije koja se tretira. Zagrevanjem tkiva stimuliše se proizvodnja prirodnog kolagena. Prednost ove procedure jeste što se u istom tretmanu mogu vršiti dva ili tri prelaza i time korigovati višak masti gde je potrebno (npr. podbradak, vrećice na obrazima), zatim zatezanje kože i na kraju korekcija same površe u smislu poboljšanja teksutre (smanjenje pora, sitnih bora, ujednačavanje tena).

KAKO IZGLEDA INTERVENCIJA?

Nakon pregleda, doktor određuje parametre koje će primeniti u zavisnosti od indikacije. Na regiju koja se tretira nanosi se anestetik krema. Izvođenje same procedure traje 20-30min. U toku tretmana pacijent oseća blago bockanje i zagrevanje.

KAKO PACIJENT IZGLEDA NAKON TRETMANA ?

Nakon tretmana na regiji koja je tretirana očekuje se crvenilo u prvih 12-24h. Moguća je i pojava blagog otoka kao i vidljivost mikro tačaka, koje se na licu povlače za 24-48h, a na telu mogu trajati 2-4 nedelje.

KADA SE VIDI REZULTAT?

Prvi efekti tretmana vide se već prvih dana nakon intervencije, a pun efekat nakon 4-6 nedjelja. Preporuka je da se za maksimalni rezultat odrade tri vezana tretmana s vremenskim razmakom od 4-6 nedjelja izmedju. Efekti su dugotrajni.

DA LI BOLI?

Ovaj tretman svrstan je u minimalno invazivne procedure. Tako da nije potrebna anestezija, osim anestetik kreme koja se nanosi 30-45min pre tretmana.

NEGA POSLE NAKON TRETMANA TREBA:

- izbegavati šminku 24h,
- izbegavati direktno izlaganje suncu dve nedelje,
- koristiti prvog dana antibiotsku kremu
- koristiti kreme za umirenje kože dok traje crvenilo (poput pantenola)

ZAŠTO JE MORPHEUS 8 EFIKASNIJI OD DRUGIH UREĐAJA?

Morpheus 8 daje ujednačene rezultate za sve tipove kože, bez rizika od stvaranja toplotnog oštećenja dermisa. Inovativna tehnologija takođe smanjuje rizik od post-inflamatornih hiperpigmentacija (tamnih fleka), što je nus

pojava mnogih procedura za regeneraciju kože. Tajna je u tome što se kombinuje radiofrekventna energija sa mikroiglicama.

KOMBINACIJA SA OSTALIM ESTETSKIM PROCEDURAMA.

Morpheus 8 se može kombinovati za ostalim procedurama. Doktor će Vam dati uputstva i plan estetskih tretmana.

NA KOJIM DELOVIMA LICA SE PRIMENJUJE:

- celo lice
- regija čela i oko očiju
- regija podočnjaka
- regija srednje trećine lica
- regija donje trećine lica i podbradka

NA KOJIM DELOVIMA TELA SE PRIMENJUJE:

- vrat
- dekolte
- nadlaktice
- kolena
- butine
- stomak

ŠTA SE SVE POSTIŽE MORPHEUSOM?

- zatezanje kože
- poboljšanje kvaliteta kože
- redukcija masti na kritičnim regijama (podbradak, obrazi, stomak, kolena, nadlaktice)
- redukcija celulita
- redukcija strija
- lečenje ožiljaka od akni



Marizela Šabanović: Prehrana je samo jedna karika životnog stila

Nutricionizam kao nauka o prehrani danas pomaže da savladamo izazove koje donose autoimune bolesti, neplodnost, hipotireoza, te inzulinska rezistencija.

PIŠE: Marizela Šabanović, dr.sci. nutricionizma

Marizela Šabanović nutricionistkinja je sa 16 godina iskustva rada na fakultetu, zvanju asistentice, više asistentice i docentice na predmetima iz uže naučne oblasti „Nutricionizam“. Uživa da prenosi znanje te je u svom radu u struci poznata kao neko ko prije svega educira klijente kako i na koji način kombinirati namirnice, praviti bolje izbore i naučiti šta našem tijelu odgovara. Do sada je realizovala više projekata izrade jelovnika za određene populacije poput prehrane za kardiovaskularne pacijente, oboljele od raka, oboljele od upalnih bolesti crijeva, prehrane studenata, prehrane kod bolesti štitne žlijezde itd. U svom radu poseban fokus stavlja na žensko zdravlje i prehranbene potrebe žena.

Svaki dan saznajemo neke nove informacije, a nažalost naš sjedeći stil života nam donosi i mnogo nezaraznih hroničnih bolesti. Kakve su posljedice neregulisane ishrane, da li je ishrana uzročnik mnogih bolesti i koliko mijenja naš život reći će nam nutricionistkinja Marizela Šabanović. Više o važnosti pravilne ishrane saznajte u nastavku.

MARIZELA, VI STE DR.SCI. NUTRICIONIZMA, RECITE NAM NEŠTO O VAŠEM POZIVU?

Moj poziv je za mene čista ljubav prema zdravlju i ljudima. Inače spada u nove nauke i spoj je medicinskih, farmaceutskih, prehrambenih nauka te naravno baznog znanja biohemije,





hemije, biologije itd. Zahtijeva jako mnogo učenja i stalno usavršavanje jer nauka danas brzo napreduje. Svaki dan saznajemo neke nove informacije, a nažalost naš sjedeći stil života nam donosi i mnogo nezaraznih hroničnih bolesti. Tako nam nutricionizam kao nauka o prehrani danas pomaže da savladamo izazove koje donose autoimune bolesti, neplodnost, hipotireoza, inzulinska rezistencija itd. Ovaj poziv zahtijeva i puno strpljenja, suosjećanja da vodite osobu kroz promjenu životnih navika koja u konačnici treba da pomogne smanjenju simptoma bolesti i unapređenju kvaliteta života.

ŠTA VAS ČINI NAJSRETNIJIM U VAŠEM POSLU?

Najsretnija sam kad pomognem nekome da riješi neki svoj zdravstveni problem, promijeni navike i poboljša svoj kvalitet života. Posebni su trenuci

i kada pomažem ženama u procesu vantjelesne oplodnje.

KOLIKO JE ISHRANA VAŽNA ZA NAŠE KAKO FIZIČKO, TAKO I PSIHIČKO ZDRAVLJE?

Prehrana je samo jedna karika životnog stila. Najbolje je kad djelujemo preventivno tj. kada pravilnom prehranom čuvamo naše zdravlje. Određeni sastojci iz hrane mogu pomoći i u našem psihičkom stanju (npr. omega 3 masne kiseline, vitamini B kompleksa, magnezij itd.) dok neki sastojci hrane poput kofeina mogu pogoršati simptome anksioznosti. **Prehrana utiče ne samo na broj kilograma nego i na pojavu određenih bolesti. Npr. visoko prerađena industrijska hrana negativno utiče na crijevnu floru, povećava unos zasićenih masti i trans masnih kiselina, djeluje upalno i povećava sistemsku upalu u tijelu.** Zato je važno osvijestiti da hrana nije samo kalorija nego da našem tijelu daje zaštitne materije koje imaju protektivno djelovanje na zdravlje. Pored hrane, za očuvanje zdravlja važna je fizička aktivnost, dobar san, socijalizacija, odmor.

KAKVA JE ZASTUPLJENOST GOJAZNOSTI U POSLJEDNJE VRIJEME?

Globalno se povećava broj gojaznih osoba u razvijenim zemljama što je posljedica sjedećeg načina života, loše prehrane, puno stresa. Nažalost, često vidamo i gojaznu djecu oko nas što je opet jedan veliki problem. Naime, dokazano je da gojazna djeca često ostaju gojazna u odrasloj dobi. Gojaznost nije samo estetski problem nego zdravstveni. Volim reći da je gojaznost samo posljedica iza kojeg se obično nalazi cijeli niz problema.

MNOGO PIŠETE O DIJABETESU, RECITE NAM KOLIKO ISHRANA UTIČE NA ISTI, TE DA LI JE VEĆA ZASTUPLJENOST KOD MLADIH SADAŠNJE GENERACIJE ILI IPAK KOD STARIJIH OSOBA?

Dijabetes je nažalost još jedna bolest koja se javlja kao posljedica života. Govorim o dijabetesu tip 2 i inzulinskoj rezistenciji. Nekada se DM 2 javljao kod starijih ali danas je sve više prisutan kod mladih. Usljed stalnog opterećenja hranom i stalne potrebe da gušterača luči inzulini, vremenom dolazi do rezistencije naših ćelija na inzulini i on više ne može obavljati svoju funkciju. Tada imamo situaciju povišene glukoze u krvi uporedo sa visokim inulinom. Prije dijabetesa tipa 2 se javlja inzulinska rezistencija. Ona može

biti prisutna i više godina, a da osoba ne primijeti simptome. Obično je kod žena u kombinaciji sa sindromom policističnih jajnika a nerijetko i sa hašimotom i hipotireozom. Zato je jako važno osvijestiti da se prehranom može spriječiti dijabetes tipa 2, a inzulinska rezistencija nestaje promjenom životnih navika prije svega prehrane te uvođenjem vježbanja.

ŠTA NAM MOŽETE REĆI NA TEMU ANKSIOZNOSTI I PREHRANE?

Nakon covid-a jako mnogo ljudi se susrelo sa anksioznošću. Drago mi je da sve više pričamo o tome. Vrlo često osoba ne shvati da ima anksioznost jer je pod stresom i rokovima koji je pritišću. *Zalijeva se kafom i energetskim pićima da preživi još jedan dan, a time samo pogoršava stanje anksioznosti. Zato je pored psihološke pomoći, kod anksioznosti potrebno poraditi na zdravim životnim navikama, suplementaciji, te odmoru i snu.*

EMOCIONALNO PREJEDANJE, KAKVE POSLJEDICE OSTAVLJA I KAKO RIJEŠITI TAJ PROBLEM?

Emocionalno prejedanje polazi od psihološkog stanja ličnosti i prvi korak je suočavanje sa svojim emocijama, najbolje sa stručnom osobom. Uvijek naglasim da će stručan psiholog brže riješiti neki problem nego da sami mjesecima i godinama tapkamo u mjestu. Uporedo sa psihoterapijom dobro je raditi na promjeni prehrane i životnih



navika. Osvještavati šta nam se jede, povezivati to sa psihičkim stanjem, te raditi na mijenjanju obrazaca jedenja.

IDE ZIMA, KAKVU ISHRANU I VITAMINE NAM PREPORUČUJETE?

Uvijek polazimo od crijeva. U ovom periodu su nam potrebni probiotici iz fermentisanog povrća (poput kupusa) te tople juhe od tikve i mrkve prepune vitamina A i E. *Citrusi su saveznici u borbi protiv prehlada jer su bogati vitaminom C. Zima je period za kuhanu hranu, domaću kuhinju. Uvijek preporučim da provjerite vitamin D jer nema sunca, boravimo u zatvorenom. U odnosu na nivo vitamina D u krvi, dodaju se suplementi. Osobe sklone respiratornim infekcijama mogu uzimati dodatke prehrani sa beta glukanima.*

KAKO SE VREMENA MIJENJAJU, DOLAZE NOVE GENERACIJE, DA LI S DOLASKOM NOVIH GENERACIJA VIDITE PRIMJENE U ISHRANI, KAKO SE HRANE MLADI?

Mladi danas imaju više informacija i primjećujem cijeli jedan pokret mlađih kolega i generalno osoba koje se trude da jedu zdravije. Nažalost, još imamo i veliki broj onih koji su druga krajnost i ne žele da porade na svojim navikama. Mislim da je potrebno raditi još mnogo na promjeni pristupa prehrani, najbolje kroz formalno obrazovanje u vrtićima i školama.

KAKO OTPRILIKE IZGLEDA VAŠ JELOVNIK ZA JEDAN DAN?

Ja dan započinjem čajem. Često dodam i kolagen. Nakon toga pojedem srednje zrelu bananu. *Naglašavam ovo jer jako zrela banana ima dosta šećera i ne preporučujem je ujutro. Slijedi doručak i kafa. Najdraži doručak mi je omlet na sve načine. Obavezno dodam sezonsku salatu ili povrće unutra.* Nakon cca 3 sata imam voćnu užinu sa par badema. Ručak je poslije podne i najviše volim ribu sa povrćem. Volim i sva naša domaća jela, zimi posebno sarmu. Imam još jednu voćnu užinu i to je kraj mog jelovnika. Godinama ne podnosim večere i ne jedem ih. Tokom dana pijem dosta vode i čaja. Volim popiti kafu i nakon ručka.

I ZA KRAJ ŠTA BISTE PREPORUČILI NAŠIM ČITATELJIMA?

Uživajte u hrani tako da negujete svoje tijelo iznutra. Osvijestite da je hrana obim brige i ljubavi prema sebi. Nemojte se bojati hrane. Hrana je naš saveznik u zdravijem životu.



blistava
KOZA

čvrsti
NOKTI

bujna
KOSA



Ljepota ima pitanja, **Merz Spezial** ima odgovore.
Čak i tokom menopauze.



Menopauza i njen efekat na kosu

Okolo 50. godine gotovo svaka žena proći će kroz period menopauze i suočiti se s njenim simptomima. Mnoge od njih vjerovatno već poznajete, ali manje su poznat simptom promjene na kosi koje su posljedica velikih hormonskih promjena u tom periodu. U ovom članku saznat ćete kako su kosa i nivo estrogena povezani te kako možete imati zdravu i jaku kosu i u menopauzi.

Menopauza nastupa ako žena nije imala menstruaciju 12 uzastopnih mjeseci i više ne može zatrudnjeti prirodnim putem.

Većina žena osjeća simptome već tokom perimenopauze, koji uključuju neredovne menstrualne cikluse, navale vrućine, obilno znojenje i nesanicu. Tu možemo ubrojati i promjene na koži, kosi i noktima. Simptomi vas mogu pratiti i u postmenopauzi te nestati nakon pet do deset godina.

Moja kosa više nije ista!

Tokom ta tri perioda žene mogu primijetiti nekoliko različitih promjena u kosi, kao što su:

- perut
- tanja kosa
- suha kosa i vlasište
- drugačija tekstura kose
- pojačan gubitak kose ili početak ćelavosti (alopecija)
- kosa više ne raste, duže vrijeme ostaje iste dužine
- neravnomjerna raspodjela kose na tjemenu
- pojava dlaka tamo gdje ih prije nije bilo (hirzutizam)

Ako ste i vi primijetili slične promjene, vjerovatno su posljedica promijenjenog nivoa estrogena u tijelu.

Kosa u menopauzi

Jedna od najvećih promjena tokom menopauze je **prestanak rada jajnika**, što utiče na proizvodnju estrogena, koja je značajno smanjena.

Ispitivanja su dokazala da estrogen značajno utiče na rast kose, naročito na broj vlasi u anagenoj fazi (tj. fazi rasta), na brzinu rasta i debljinu vlasi. Zbog nižeg nivoa estrogena u menopauzi žene mogu primijetiti stanjivanje i češći gubitak kose te sporiji rast, pogotovo na prednjoj liniji kose.

Zbog nižeg nivoa estrogena hormonska ravnoteža pomiče se u pravcu hiperandrogenizma, što utiče na povećanu proizvodnju androgena, muških polnih hormona. Oni smanjuju folikule dlake i dodatno utiču na ispadanje kose, a istovremeno mogu ubrzati rast dlaka na neželjenim mjestima poput brade ili iznad gornje usne.

Savjeti za njegu kose u menopauzi

Gubitak kose, perut i suho vlasište mogu uticati na vaše dobro raspoloženje i samopouzdanje, zato sebi pomozite sljedećim savjetima:

- **Ograničite upotrebu proizvoda za oblikovanje kose.**
- **Koristite samo prirodne boje za kosu koje ne sadrže amonijak.**
- **Masirajte vlasište kako biste povećali dotok krvi u folikule kose.**
- **Koristite šampon koji hrani i pojačava prokrvljenost vlasišta** - ružmarin, kadulja, kopriva, hibiskus.
- **Vratite svoju hormonsku ravnotežu.** U nastavku pročitajte savjete kako možete sami sebi pomoći u tome.
- **Dnevno pijte najmanje 1,5 l vode ili druge tečnosti** - supe, kompoti, nezaslađeni sokovi i čajevi.

Pobrinite se za zdravu i uravnoteženu prehranu

Promjene u hormonskoj ravnoteži utiču i na vašu probavu pa joj morate pomoći pravilnom prehranom. Neke namirnice mogu uticati na **sintezu hormona te strukturu i rast kose**.

- **Proteini - sprečavaju prekomjerno opadanje kose:** svježi sir, jogurt, riba, teletina, govedina, soja, grah, orašasti plodovi, sjemenke i integralne žitarice
- **Masti - ubrzavaju rast kose i hidratiziraju je:** riba, perad, maslinovo ulje, orašasti plodovi, biljno ulje
- **Ugljikohidrati:** kruh od integralnog zrna, griz, riža, tjestenina od integralnog zrna, povrće, voće s niskim glikemijskim indeksom
- **Prehrana bogata željezom - snabdijeva vlasnište kisikom:** nemasno crveno meso, bijelo meso, riba, tamnozeleno lisnato povrće, žitarice

Osigurajte dovoljan unos vitamina i minerala

Pobrinite se da unosite dovoljno **vitamina C, vitamina grupe B i vitamina A** jer svi oni utiču na stanje kose.

- **Vitaminska grupa B** su važni u **održavanju zdrave i jake kose**. Također pomažu boljoj prokrvljenosti vlasništa te tako podstiču rast kose ili sprečavaju gubitak kose.
- **Vitaminska B₂ i B₁₂** su važni u metabolizmu masti, bjelancevine i ugljikohidrata koji **snabdijevaju kosu hranjivim sastojcima**. Također su uključeni u normalno stvaranje i održavanje crvenih krvnih ćelija, koje su odgovorne za opskrbu vlasništa kisikom, što povoljno utiče na rast kose.
- **Vitamin B₆** doprinosi normalnoj sintezi cisteina i njegovoj ugradnji u keratin, što **podstiče zdrav rast kose**.

- **Vitamin B₇** doprinosi **održavanju zdrave kose**. Nedostatak tog vitamina može prouzročiti opadanje i lomljivost kose.
- **Vitamin B₉** (folna kiselina) doprinosi normalnoj sintezi aminokiselina i normalnoj funkciji imunološkog sistema, a također ima ulogu u procesu dijeljenja ćelija.

Elementi **bakar, cink i željezo** također utiču na rast kose.

- **Bakar** doprinosi **normalnoj pigmentaciji kose**.
- **Cink** doprinosi održavanju normalne kose. Budući da podstiče razmnožavanje ćelija i rast tkiva, **vrlo je važan za zdrav rast kose**.
- **Željezo** doprinosi normalnom stvaranju crvenih krvnih ćelija i hemoglobina, a također ima ulogu u procesu dijeljenja ćelija.

Sve ključne hranjive tvari mogu se pronaći u **Merz Spezial kapsulama za kosu**. Osim gornjih nutrijenata u kapsule smo dodali i ekstrakte zelenog čaja, prosa i paprike:

- Ekstrakt zelenog čaja uz antioksidanse sadrži i polifenole, biljne spojeve koji **podstiču ponovni rast kose**.
- Ekstrakt prosa značajno poboljšava rast ćelija u folikulu dlake, a istovremeno povećava debljinu kolagena u folikulu. Sve to znači da proso može **ubrzati rast kose**, a istovremeno **postojeću kosu zadržati zdravom i jakom**.
- Ekstrakt paprike **podstiče protok krvi u folikulima dlake**, što osigurava zdraviji rast kose.

Efikasnost Merz Spezial kapsula potvrdile su i mnoge naše korisnice.



99 %

ZADOVOLJNIH KORISNICA

Preporučilo bi Merz Spezial kapsule za kosu svojoj najboljoj prijateljici.

* Anкета kod 617 korisnica Merz Spezial kapsula za kosu, Medis 2023, Bosna i Hercegovina, Hrvatska, Slovenija

Dragana Bajić: Pored "klasičnog" šminkanja i trajne šminke, koristim svaku priliku da radim "face & body art"

Iscrpljujuće je, ali ono što kreiram i prenesem u djelo je upravo neiscrpni izvor energije koji svakako iznova dobro dođe.

PIŠE: Dragana Bajić, visažist

Dragana Bajić rođena je u Gradišci 24. februara 1997. godine. Živi i radi u Gradišci u svom kozmetičkom salonu "Make up & beauty salon Dragana". Završila je srednju školu, ekonomski tehničar, nakon toga završava Pedagoški fakultet sa smjerom "Predškolsko vaspitanje i obrazovanje". Na drugoj godini fakulteta otvorila je svoj prvi salon i uporedno uz studiranje radila u salonu. Do sada ima ukupno 20 položenih edukacija što se tiče kozmetičkih usluga, a cilj joj je da se ne zaustavlja na tome, kako bi sve više napredovala u svom poslu.

U svijetu ljepote, šminkanje često prerasta u umjetnički izraz koji odražava individualnost i kreativnost svake osobe. Ljubav prema šminkanju nije samo površna estetika, već duboko ukorijenjen izraz samopouzdanja i samoprikazivanja. Kroz nijanse boja, tekstura i tehnike, šminkanje postaje ritual koji omogućava eksperimentisanje, transformaciju i istraživanje ličnog stila. Ovaj tekst će istražiti fascinaciju i strast koja se krije iza ljubavi prema šminkanju, otkrivajući kako ova umjetnička forma može ojačati individualnost i osnažiti svaku osobu koja uživa u stvaranju svoje jedinstvene ljepote. Zaronite s nama u šareni svet četkica, paleta boja i kreativnih izraza ljubavi prema šminkanju.

RECITE NAM NEŠTO VIŠE O SEBI?

Vlasnica sam "Makeup & beauty salona Dragana" u Gradišci. Ovim poslom se bavim punih šest godina, od svoje 20. godine. Iako je to relativno kratak period, smatram da sam uspjela na svoj način izraziti svoju kreativnost. Ideja je potekla od moje porodice, koja mi je bila podrška i koja je u meni prepoznala umjetničku notu. Iako moje školovanje nije teklo ka tom smijeru,



nakon srednje Ekonomske škole, završila sam Pedagoški fakultet- smijer Predškolsko vaspitanje i obrazovanje.

Međutim, moj hobi je prešao u moj poslovni život. U samom startu sam otvorila svoj prvi salon i krenula sa šminkanjem, nadogradnjom umjetnih trepavica i oslikavanjem maski po licu za dječje zabave (face paint). Nakon toga sam ulagala u



usavršavanja na mnogobrojnim edukacijama po raznim zemljama regiona i odlučila da proširim svoju ponudu tretmana i otvorila novi i veći salon. "Permanent makeup" (trajna šminka) je nešto što u današnje vrijeme postaje sve više zastupljeno, a za šta sam se ja od samog početka interesovala.

TEMA O KOJOJ SE NE PRIČA MNOGO, A SIGURNO JE INTERESANTNA JE FACE & BODY ART. KAŽITE NAM KAKO STE DOŠLI NA IDEJU ZA FACE & BODY ART?

Pored "klasičnog" šminkanja i trajne šminke, koristim svaku priliku da radim "face & body art". To je način da svoje kreacije koje smišljam prenesem i u djelo. *Kao što sam već spomenula, u samom poslovnom startu sam se bavila oslikavanjem po licu na dječjim rođendanskim zabavama, te tako dobila ideju i želju da oslikavam po sebi i drugima razne maske koje bih mogla predstaviti kao svoje umijeće.*

Na tim radovima se trudim da iznova napravim unikatno djelo i u tome zaista uživam. Iako to nije dio svakodnevnice mog posla, koristim svaku priliku da se bavim s tim, kao što je jednom godišnje takozvani "Halloween".

KAKO IZGLEDA PROCES SLIKANJA NA KOŽI? KOLIKO TRAJE I KOJE PROIZVODI KORISTITE?

"Face & body art" su radovi koje radim i



po nekoliko sati. Iscrpljujuće je, ali ono što kreiram i prenesem u djelo je upravo neiscrpni izvor energije koji svakako iznova dobro dođe. Najčešće koristim boje od Kryolan-a i specijalne

BeautiFUL

efekte. Pretpostavljamo da je ovaj tretman namijenjen za specijalizirane evente i određene marketing kampanje. Kome ste sve radili face & body art? Može se iskoristiti za jako dobre reklame, kao što sam radila za "Omcafe", razne butike i ugostiteljske objekte. Također i za razne maskenbale.

DA LI U BUDUĆNOSTI IMATE NEKE NOVE PLANOVE KADA JE U PITANJU FACE & BODY ART?

U budućnosti "face i body art" će svakako biti na meti mog interesovanja. Nadam se nekim većim projektima i svakako ovaj dio moga rada i umijeća podići na veću ljestvicu. Pored baznih edukacija za profesionalno šminkanje koje predajem u salonu, duže vrijeme se spremam za Master class koji bih održala u Banja Luci i čak iskoristila priliku da svojim učenicima pokažem na koji način radim "face & body art".



KOLIKO JE ZAHTJEVNO SLIKATI NA TIJELU KLIJENTA I KOLIKO SU KLIJENTI OTVORENI ZA TAJ PRINCIP RADA?

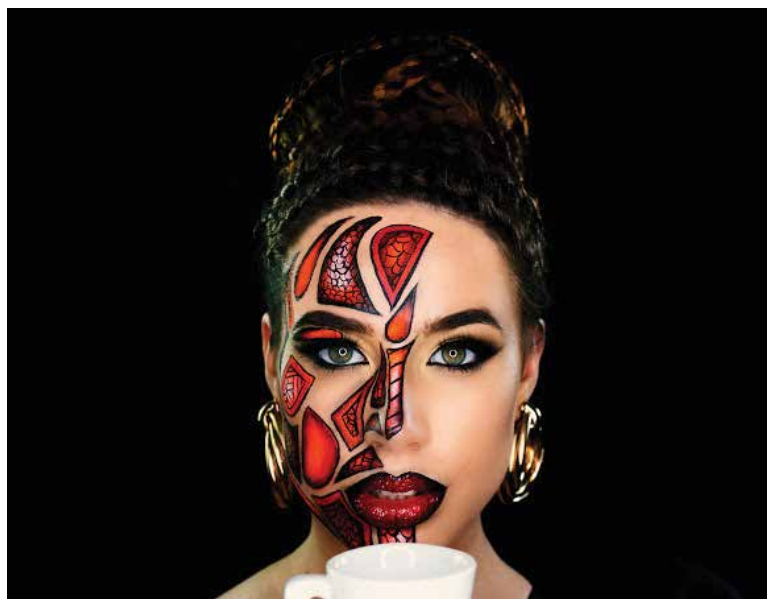
Svakako da je zahtjevno i nesvakidašnje. S obzirom da se radi o nekim manifestacijama i

reklamama, klijenti su poprilično uzbuđeni i nestrpljivo čekaju rezultat na kraju procesa.

DA LI JE ZAHTJEVNO NAPRAVITI DOBRE FOTOGRAFIJE VAŠEG RADA, KOLIKO JE

POTREBNO VREMENA I TRUDA?

S obzirom da mi takvi radovi otprilike oduzimaju oko 3-4 sata dnevno za jedan makeup, u većini slučajeva sebi odvojim cijeli dan. Najčešće ih fotografiramo u fotografskom



studiju sa profesionalnim fotografom kako bi fotografija imala što bolju rezoluciju zbog detalja koje crtam na licu ili tijelu. ***Također uz dobru šminku se pobrinem i za odjevnu kombinaciju, u zavisnosti koja je prilika u pitanju.***

ODAKLE CRPITE INSPIRACIJU ZA SVE RADOVE?

U svoje slobodno vrijeme provodim dosta vremena gledajući emisije i društvene mreže poznatih makeup artista, uz koje dobijam inspiraciju za svoje buduće radove. U zavisnosti koja je prilika i tema u pitanju, svoje radove prvo zamislim ili nacrtam na papiru, pa prenosim na klijenta.

Utjecaj sjedilačkog načina života na zdravlje ljudi

Sjedilački način života može imati poseban utjecaj na zdravlje žena.

PIŠE: Armin Bukvić, fitness trener

Sjedilački način života intenzivirao se posebice proteklih nekoliko godina. Uzmemo li za primjer prosječnog čovjeka koji sjedi osam sati na poslu, zatim provede sat vremena u automobilu te dva do tri sata gleda televiziju, praktički provede pola dana u istom položaju. Dakako, dugotrajno sjedenje je neprirodan položaj tijela, a za sobom nosi mnogobrojne zdravstvene posljedice.

Sjedilački način života može značajno uticati na zdravlje ljudi na različite načine. Evo nekoliko ključnih aspekata:

- **Gojaznost:** Nedostatak fizičke aktivnosti i dugotrajno sjedenje povezani su s povećanim rizikom od gojaznosti. Gojaznost, zauzvrat, može doprinijeti raznim zdravstvenim problemima, uključujući dijabetes tipa 2, srčane bolesti, problem s pritiskom, i druge metaboličke poremećaje.

- **Srčane bolesti:** Dugotrajno sjedenje može doprinijeti razvoju srčanih bolesti. Fizička neaktivnost može uticati na nivo holesterola, krvni pritisak i opću funkciju srca.

- **Dijabetes tipa 2:** Sjedilački način života povezan je s povećanim rizikom od dijabetesa tipa 2. Fizička aktivnost pomaže u održavanju normalnog nivoa šećera u krvi i poboljšava osjetljivost na inzulin.

- **Problemi s leđima i mišićima:** Dugotrajno sjedenje može uzrokovati bolove u leđima, vratu i drugim dijelovima tijela. Nedostatak kretanja, snage i mišićne mase može dovesti do problema s držanjem tijela/posturalnim statusom, te uzrokovati deformitete kičmenog stuba.

- **Psihološki uticaji:** Sjedilački način života također može uticati na mentalno zdravlje. Nedostatak fizičke aktivnosti povezan je s povećanim rizikom od depresije i anksioznosti. Sjedilački način života može imati poseban utjecaj na zdravlje žena, s obzirom na specifične zdravstvene aspekte koji ih mogu pogađati. Evo nekoliko ključnih faktora:



Armin Bukvić, rođen je 04.10.1986. godine u Zavidovićima, ali je djetinjstvo proveo u Zagrebu što je u mnogo obilježilo njegovu osobnost i pogled na svijet. Tokom osnovne i srednje škole trenirao je razne sportove, a neki od njih su košarka, hrvanje i stolni tenis, a u srednjoj školi dobija nagradu za najboljeg sportistu generacije. Završio je Fakultet za tjelesni odgoj i sport u Tuzli, što ga čini i formalno obrazovanim za ovaj poziv. 2019. godine odlučio se profesionalno posvetiti trenerskoj karijeri, te završava edukacije kod Marina Bašića i Tarika Šečića. 2020. godine otvara svoj fitness studio, a u aprilu 2022. godine učestvuje na svom prvom Body building takmičenju.

- **Osteoporoza**

Nedostatak opterećenja na kostima zbog nedostatka fizičke aktivnosti može povećati rizik od osteoporoze, posebno kod starijih žena. Osteoporoza je stanje u kojem kosti postaju krhke i sklone prelomima.

- **Reproduktivno zdravlje**



Fizička aktivnost može imati pozitivan uticaj na reproduktivno zdravlje žena. Redovno vježbanje može poboljšati regulaciju menstrualnog ciklusa, smanjiti rizik od određenih reproduktivnih problema i doprinijeti opštem zdravlju reproduktivnog sistema.

Pomenuti način života **može imati značajan uticaj i na zdravlje muškaraca**, slično kao i kod žena, ali postoje i specifičnosti koje se odnose na muški organizam. Evo nekoliko ključnih aspekata:

• **Reproduktivno zdravlje**

Fizička aktivnost može imati povoljan uticaj na reproduktivno zdravlje muškaraca, uključujući poboljšanje nivoa testosterona, smanjenje rizika od erektilne disfunkcije i poboljšanje opšteg zdravlja spermatozoida. Da biste smanjili negativne efekte sjedilačkog načina života, preporučuje se redovno vježbanje, uključujući aerobne vježbe i vježbe snage, barem 3 puta sedmično. Također, važno je uključiti češće pauze za hodanje ili istezanje tokom dugih perioda sjedenja, posebno ako radite za stolom ili imate posao koji zahtijeva dugotrajno sjedenje. Smanjenje vremena provedenog pred ekranima i promjena životnih navika može doprinijeti poboljšanju opšteg zdravlja.

Uloga prehrambenih navika u poboljšanju opšteg zdravlja

Važno je napomenuti da pored samog treninga, važnu ulogu u poboljšanju opšteg zdravlja igra i prehrana, stoga ću podijeliti s vama glavne



poveznice treninga i zdrave prehrane.

• **Energetski balans**

Trening troši energiju, pa je važno osigurati dovoljan unos kalorija kako bi se tijelo oporavilo od treninga. Pravilan balans između unosa i potrošnje energije važan je za održavanje tjelesne težine, za izgradnju mišićne mase i za oporavak.

• **Makronutrijenti**

Odnos između proteina, ugljenih hidrata i masti ključan je za optimalno funkcionisanje organizma tokom treninga. Proteini su posebno važni za obnovu i izgradnju mišića, dok ugljeni hidrati pružaju gorivo potrebno za intenzivne aktivnosti. Masti su također važne za pravilno funkcionisanje organizma.

• **Suplementacija**

Dodaci ishrani, kao što su proteini, vitamini i minerali, mogu dopuniti ishranu i podržati trening. Međutim, treba ih koristiti uz savjet stručnjaka i trebata znati da suplementi ne mogu zamijeniti uravnoteženu ishranu. U konačnici, individualne potrebe za ishranom razlikuju se od osobe do osobe, zavisno o ciljevima treninga, tipu vježbi, tjelesnoj masi, metaboličkom profilu i drugim faktorima. Savjetovanje s nutricionistom ili stručnjakom za ishranu može pomoći u izradi personaliziranog plana ishrane koji odgovara specifičnim potrebama i ciljevima pojedinca.

Ernesa Janjoš: Danas je u modi „prirodan izgled“ uz dozu naglašenosti i konturisanja sa izgledom svježine

Upravo su društvene mreže u velikoj mjeri djelovale na popularizaciju estetske medicine, pogotovo kod mlađih osoba.

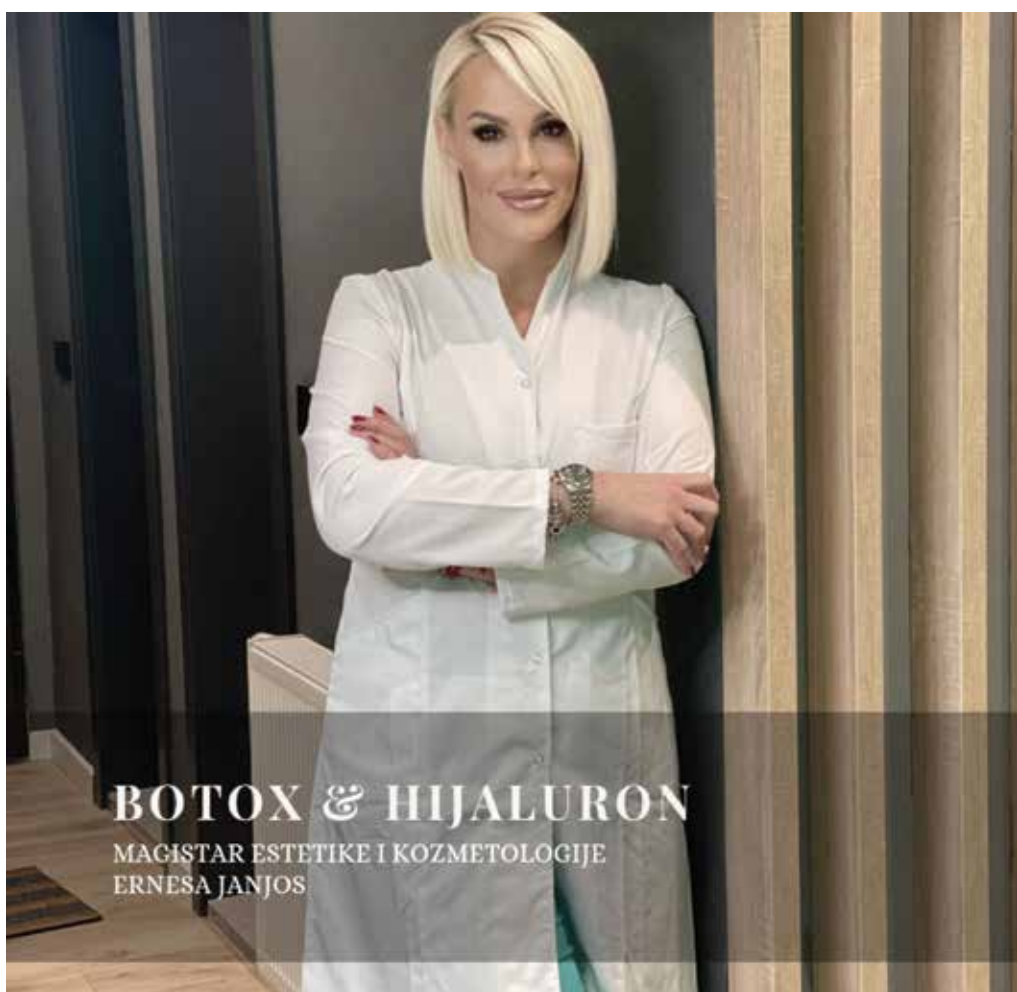
PIŠE: Ernesa Janjoš, kozmetičarka i vlasnica Estetskog Centra Si

Dolaskom modernog vremena i trendovi se mijenjaju, te je sve više zastupljena estetska medicina. Kako interesovanje za estetsku medicinu raste iz dana u dan, donosimo Vam intervju s Ernesom Janjoš, uspješnom kozmetičarkom i vlasnicom Estetskog Centra Si. U nastavku ćemo se bliže upoznati s pojmovima moderne estetske medicine, te ćemo saznati koji je tretman najtraženiji.

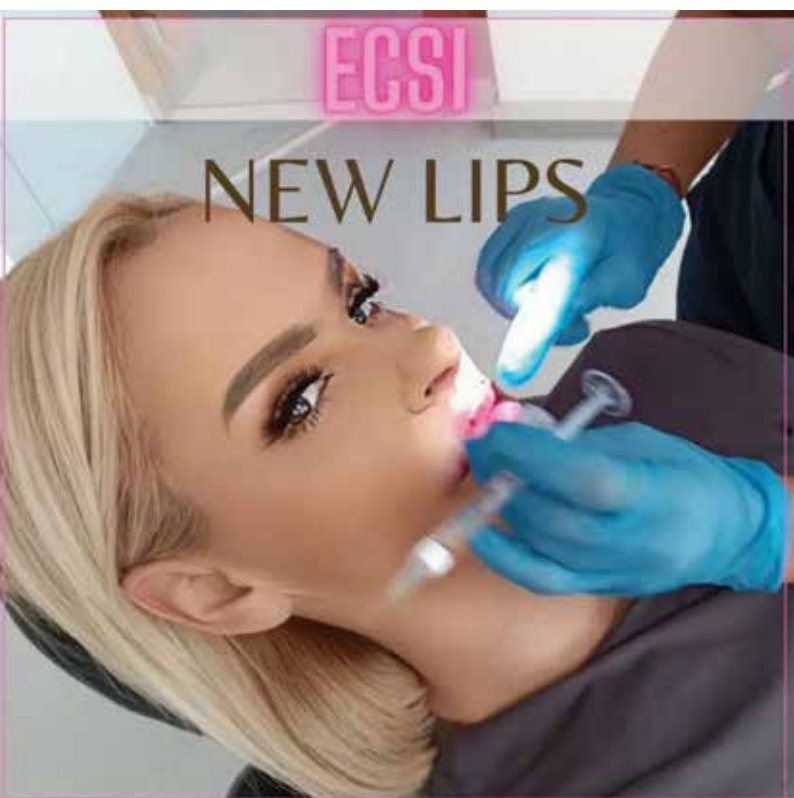
ŠTA JE BOTOX?

Botulinski toksin, egzogeni neurotoksin ili botoks, po sastavu je enzim koji je u posljednja dva desetljeća donio najveći napredak u suvremenoj estetskoj i općoj medicini, a ujedno je najdjelotvorniji i najpopularniji estetski tretman u svijetu. *Botoks djeluje tako što blokira receptor u živcu čime se sprječava pomicanje mišića uslijed kontrakcije.*

U prijevodu, ovaj sastojak paralizira mišić koji se aktivira kada radite facijalne ekspresije. Osim za bore na čelu, između obrva, oko očiju, usana i na vratu, botox se koristi i za smanjivanje pojačanog znojenja u području pazuha i dlanova.



Ernesa Janjoš rođena je u Sarajevu 1980. godine. Završila je gimnaziju, a kasnije i Frizersko-Kozmetičku školu u Ilijašu. Ljubav prema ljepoti odvojila je od Ekonomskog fakulteta pa je 2008. godine otvorila svoj prvi salon. Pohađa studije Kozmetologije i estetike na koledžu u Banja Luci gdje je uskoro na završetku studija. Uz brojne edukacije estetike i kozmetologije, Ernesa svoje obrazovanje nastavlja na master studiju u Ljubljani iz oblasti estetike i kometologije. Estetskom medicinom počela se baviti prije nekoliko godina i sa sigurnošću može reći da je brzo zavoljela. Svakodnevno radi na unaprjeđenju svog znanja i rada.



ŠTA BOTOKS ZAPRAVO RADI LICU?

Osim što služi u estetske svrhe, ali i za ubrizgavanje u područje pazuha za smanjivanje znojenja, što smo ranije naveli, botoks se također može ubrizgati u žvačne mišiće u čeljusti kako bi se smanjilo škrgutanje zuba, ili oko glave i lica kako bi se smanjila bol migrene. Dugotrajno korištenje sprječava daljnji nastanak bora.

ŠTA JE HIJALURON?

Hijaluron je prirodni polisaharid – složeni šećer koji se stvara u ljudskom organizmu. Hijaluron, odnosno hijaluronska kiselina u svim svojim oblicima neosporno je moćan hidratacijski sastojak. Jedna od glavnih uloga hijalurona je da vezuje vodu, zadržavajući je poput spužve u koži, te na taj način obezbjeđuje čvrstinu u vezivnom tkivu, a kožu čini zategnutom i glatkom. Već nakon 30. godine, količina hijaluronske kiseline u koži počinje da opada kao posljedica resorpcije, pa ona gubi hidriranost i elastičnost.

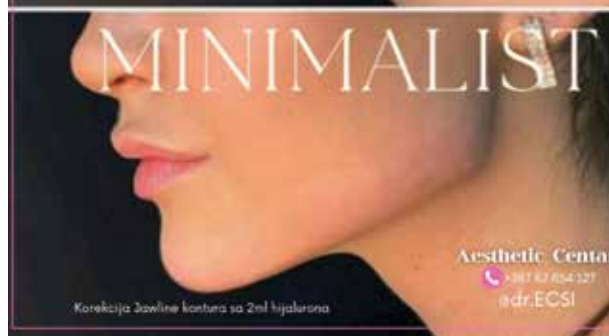
Taj proces moguće je usporiti pomoću hijaluronskih filera kojima se nadoknađuje potrošena hijaluronska kiselina u tkivu. S ovom procedurom optimalno je krenuti kada se pojave prve borice, jer ih je u začetku lakše korigovati, čime se predupređuje njihovo produbljivanje.

ŠTA SE DEŠAVA KADA JE HIJALURON LOŠE APLICIRAN?

Do loših iskustava sa hijaluronskim filerima

dolazi kada su ubrizgani lošom tehnikom, ako je upotrjebljen pogrešan tip filera, ukoliko je aplicirano previše hijalurona, kada su postavljeni na pogrešno mjesto, pa se može javiti asimetrija ili izražena promjena oblika usana ili izgleda crta lica. U bilo kom od navedenih slučajeva veoma je važno na vreme se obratiti ljekaru specijalisti koji ima pristup hijaluronidazi.

Hijaluronidaza je enzim koji razlaže hijaluronsku kiselinu, a u estetskoj medicini se koristi za korekciju neadekvatno apliciranih hijaluronskih filera. Posebno je važno da se što prije ubrizga, najkasnije u roku od 24 h sata od intervencije ako je riječ o komplikacijama nastalim nakon ubrizgavanja hijalurona, kao što je na primer, kada se hijaluron nađe u krvnom sudu.



KOJA JE RAZLIKA IZMEĐU BOTOXA I HIJALURONA?

Osim po sastavu, hijaluronska kiselina i botox se razlikuju i po načinu aplikovanja kao i po tome za šta se primjenjuju. Glavna razlika između ove dvije estetske procedure je u tome što imaju različit mehanizam zaglađivanja bora.

Rezultati botoksa traju u prosjeku 4-6 mjeseci, u zavisnosti od starosti, zdravstvenog stanja, kao i od tipa kože. Sa druge strane, dejstvo hijalurona ima duži rok trajanja, otprilike od 4 mjeseca do godinu dana.

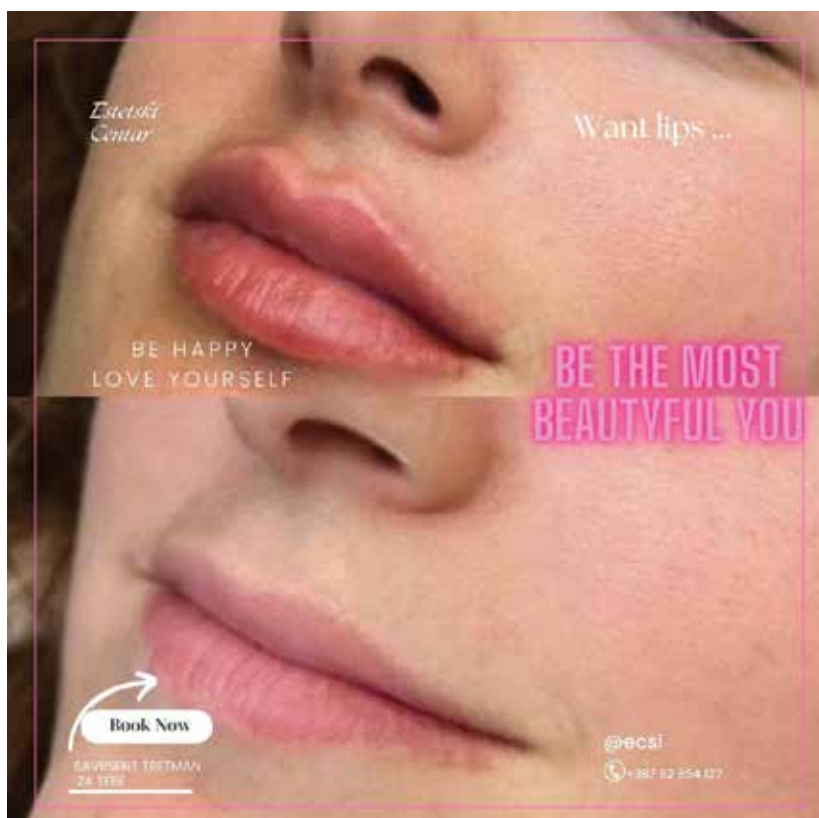
KOJE SU NOVE METODE APLICIRANJA HIJALURONA?

Upotreba kanile ili igle pri izvođenju tretmana hijaluronskim filerima pitanje je koje se iz godine u godinu sve češće postavlja. Kanila je od igle dosta deblja i puno duža, ima tupi vrh, a otvor za injektiranje se nalazi po strani. Budući



da su tretmani filerima sve popularniji, iz godine u godinu raste i broj estetskih zahvata. Igla koja je oštra na vrhu, može dodirnuti arteriju, dok kanila svojim tupim vrhom gura krvne

žilice i teoretski je sigurnija prilikom izvođenja zahvata. Uz konstantnu edukaciju i usavršavanje može se reći da se u nekim slučajevima, odnosno pojedinim regijama lica poput brade ili obraza mogu postići izvrsni rezultati koristeći li se kanilom.



KOJI SU VAŠI OMILJENI ESTETSKI ZAHVATI I JE LI SE TO MIJENJALO KROZ GODINE?

Meni lično najdraže za raditi je modeliranje i konturisanje lica, od jagodica, preko jawline gdje završavamo u jednoj harmoniji skladnih linija sa bradom. Da su se moji favoriti mijenjali, svakako da jesu s obzirom da iz godine u godinu usavršavam svoj rad i učim nove tehnike. Jedan od razloga jeste i mijenjanje trendova u estetskoj medicini. Danas je u modi „prirodan izgled“ uz dozu naglašenosti, konturisanja sa izgledom svježine i prirodnog njegovanja, a sve

to uz stimulativne i aplikativne tretmane hijalurona i botoxa.

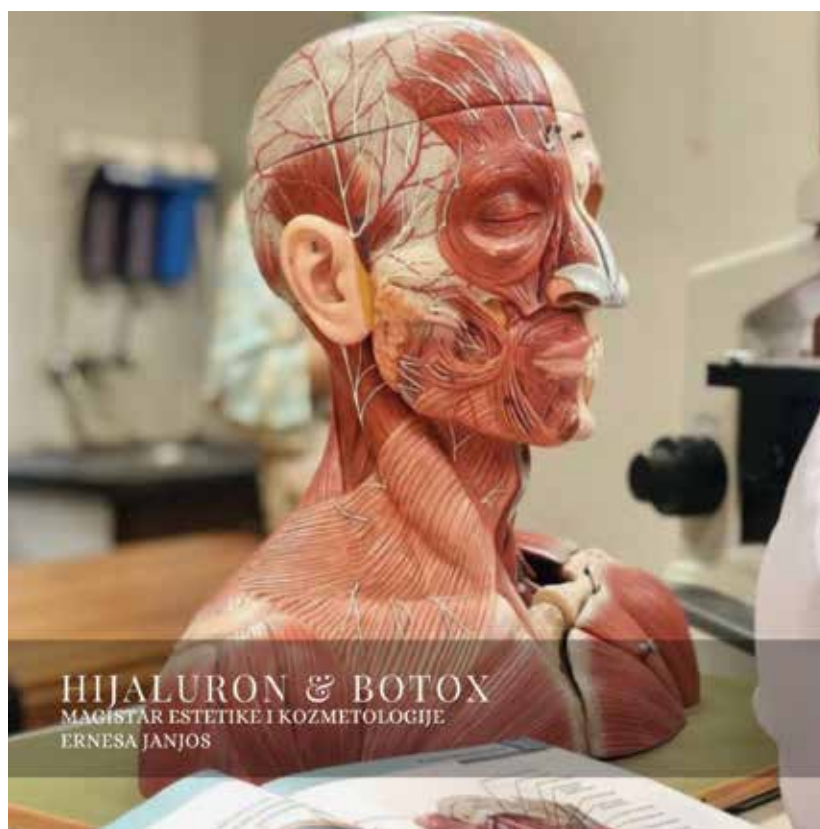
KOLIKO SU ESTETSKI TRETMANI ZASTUPLJENI MEĐU MLAĐOM POPULACIJOM, DA LI SE ZA TRETMANE VIŠE ODLUČUJU MLAĐE DJEVOJKE?

Istina je da u posljednje vrijeme više nego ikada prije primjećujemo kako se sve više mladih žena odlučuje za estetske korekcije. Upravo su društvene mreže u velikoj mjeri djelovale na popularizaciju estetske medicine, pogotovo kod mladih osoba. Starenje kože uobičajeno počinje u kasnim dvadesetim godinama života, jer se od te dobi proizvodnja kolagena u našem tijelu polako, ali sigurno smanjuje.

Godišnje otada gubimo oko jedan posto kolagena, što dovodi do slabljenja čvrstoće i fleksibilnosti kože. S tretmanima pomlađivanja može se krenuti kada se uoče prvi znakovi starenja, dok koža gubi na tonusu i elastičnosti, tako se očituje i promjena u obrisima lica koje nakon 35 godine počinje padati.

KOLIKO JE BITNO USAVRŠAVATI ZNANJE I VJEŠTINE U POLJU ESTETIKE I KOZMETOLOGIJE?

Već sam u svojim prethodnim tekstovima napomenula, kao magistar estetike i kozmetologije, da je estetika grana medicine sa kojom nikada ne završavate učenje, usavršavanje i napredovanje. **Bitno je „pratiti trendove“ i novosti u ovom svijetu, s obzirom da je ovo najbrže rastuća i najpopularnija grana medicine koja dovodi imperfekcije na vašem licu do**



savršenstva, u samo nekoliko poteza modeliranjem lica.

Ja lično za sebe kažem da na godišnjem nivou nastojim ispratiti što više kongresa i edukacija svjetskih priznatih doktora i upoznati se sa novim

proizvodima i tehnikama rada. Samo učenjem i usavršavanjem svojim prepoznatljivim radom i iskustvom dobijate zadovoljne klijente. Usaglašavanjem tehnika i proizvoda nikada ne može izostati savršen rezultat.



Nalazite se u na pravom mjestu na kojem možete započeti svoju karijeru u izradi noktiju

Akademija je profesionalno opremljena tako da svaka radna jedinica ima materijal koji vam je potreban za rad u toku edukacije. Bilo da odaberete

individualniju edukaciju ili u manjim grupama, naše će edukatorice prilagoditi pristup prema svakoj polaznici i time vam omogućiti da postanete samostalni nail tehničar po završetku edukacije. ***Uz svaku edukaciju dobijate certifikat koji je međunarodno priznat u***

svijetu.

U našem edukacionom centru radimo:

- Edukacija za početnike - gel tehnika
- Edukacija za profesionalce - akril tehniku
- Edukacija za x-press tipse, poly gel tehniku



Za sve informacije i pitanja vezana za edukacije možete se obraditi na kontakt telefon:

065/430-432

065/349-549

Ili na e-mail juliananails@gmail.com

SOLGAR SKIN, NAILS & HAIR je jedinstvena, uravnotežena i kompleksna formula koja sadrži aminokiseline, prah crvene alge, MSM, cink, bakar i vitamin C.

SOLGAR®
Since 1947
VITAMIN AND HERB



Za ljepšu, sjajniju i blistaviju kosu, kožu i nokte izaberite SOLGAR, SKIN, NAILS & HAIR!

Ljepota dolazi iznutra!

Solgar | Vaš Izbor.

SOLGAR SKIN, NAILS AND HAIR sadrži kombinaciju nekih od najbolje istraženih, prirodnih i metabolički visoko iskoristivih oblika nutrijenata, neophodnih za izgradnju kolagena i keratina.

Stanje i izgled kose, kože i noktiju ogledalo je općeg zdravstvenog stanja organizma, stoga su i najučinkovitiji proizvodi za ljepotu oni koji djeluju - iznutra.

Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju kože, cink pridonosi održavanju normalne kose, kože i noktiju a bakar pridonosi normalnoj pigmentaciji kose i kože.

SOLGAR SKIN, NAILS AND HAIR 2009. osvojio je međunarodnu nagradu Best of Beauty Award, za najbolji proizvod, i odličan je dodatak za Vaš svakodnevni režim ljepote.

Mersida Hrvat: Digitalna revolucija u stomatologiji olakšava način komunikacije između stomatološke ordinacije i zubotehničkog laboratorija

Stomatolozi se suočavaju s različitim potrebama pacijenata i vrlo vješto kombinuju metode kako bi osigurali kvalitetnu njegu i zadovoljstvo pacijenta.

PIŠE: Mersida Hrvat, stomatolog

U eri ubrzanog tehnološkog napretka, stomatološki svijet je doživio značajne promjene zahvaljujući digitalnoj tehnologiji. Fokusirajući se na potrebe pacijenata, ključnu ulogu ima intraoralni skener, čija pojava označava revoluciju u pružanju stomatoloških usluga. Njegove brojne prednosti obuhvataju preciznu dijagnostiku, temeljito planiranje terapije, te unapređuju interakciju sa pacijentima.

Tradicionalne metode i dalje zadržavaju svoju ključnu ulogu u određenim situacijama. Tako da je individualno koji pristup će imati terapeut prema određenom pacijentu i tu je svakako potrebno bogato iskustvo terapeuta kako bi odlučio koju metodu i koju tehnologiju koristiti u datim momentima.

Pacijenti sa dubokim nepcem ili osjetljivim refleksima predstavljaju posebne izazove kada je riječ o primjeni konvencionalnih metoda. Stoga, stomatolozi se suočavaju s različitim

potrebama pacijenata i vrlo vješto kombinuju metode kako bi osigurali kvalitetnu njegu i zadovoljstvo pacijenta. S tim u vezi, neophodno je postići harmonizaciju digitalnih i klasičnih pristupa kako bi se postigli besprijekorni rezultati.

Mersida Hrvat, stomatologinja, rođena je u Novom Pazaru. Osnovno i srednje obrazovanje završila je također u Novom Pazaru, dok je Stomatološki fakultet završila u Nišu. Majka je dvoje djece.



Intraoralni 3D skener pruža mogućnost temeljitog skeniranja unutar usne šupljine pacijenta, istovremeno kreirajući trodimenzionalne modele zuba i gingive u stvarnom vremenu.

Ovaj uređaj efikasno pojednostavljuje inače kompleksan postupak uzimanja tradicionalnih otisaka, pružajući pouzdane rezultate skeniranja i jasne informacije u svega nekoliko minuta.

“Ova inovativna tehnologija podiže razinu preciznosti u svakom koraku stomatološkog

procesa, istovremeno minimizirajući mogućnost grešaka. Sposobnost skeniranja u realnom vremenu omogućava brže, učinkovitije planiranje liječenja, poboljšavajući ukupno iskustvo pacijenata i postavljajući nove standardne u pružanju stomatoloških usluga.

Ono što je najinteresantnije, sada digitalne otiske možemo slati svuda po svijetu. Možemo poslati kolegama u Ameriku, u Istanbul, čuti njihovo mišljenje i dobiti povratne informacije u samo par minuta”, ističe dr. Mersida Hrvat. Digitalna revolucija u stomatologiji olakšava



način komunikacije između stomatološke ordinacije i zubotehničkog laboratorija. Kompletna dinamika komunikacije se odvija u digitalnom okruženju i na taj način stvaraju ubrzan protok informacija unapređujući sinergiju kompletnog tima.

Dakle, upotreba intraoralnog skenera ne samo da podiže razinu kvalitete stomatoloških usluga i smanjuje vrijeme potrebno za obradu, već pruža i temelj za intenzivniju, učinkovitiju komunikaciju s pacijentima.

Prisustvo digitalne tehnologije u stomatologiji ne samo da označava značajan napredak, već i gradi skladnu vezu između najnovijih tehnoloških inovacija i temeljnih tradicionalnih vrijednosti.

Emina Buljubašić: Lash beauty industrija koja dolazi iz daleke Rusije u BiH

Salon LASH HOUSE radi na tome da klijentima pruži najkvalitetniju uslugu nadogradnje trepavica, a uskoro i prodaju najpoznatijih ruskih brendova na BIH tržištu.

PIŠE: Emina Buljubašić, vlasnica salona LASH HOUSE by russian queen

Kako u današnjem ubrzanom životnom ritmu većina žena nema strpljenja ni vremena za stavljanje umjetnih trepavica svaki dan, nije iznenađujuće da je ugradnja trepavica postala sve traženija kozmetička usluga među ženama. Kako bi klijentice bile što zadovoljnije trepavicama, edukatorica Emina Buljubašić je stigla i do daleke Rusije kako bi donijela najbolje i najnovije tehnike i materijale za trepavice.

Uvijek sam razmišljala koji biznis bih mogla pokrenuti u Bosni i Hercegovini, a da to bude povezano s donošenjem ruskog kvaliteta na BH tržište. *Moja majka Elena i otac Zahir su mi dali najveći vjetar u leđa kada su mi dali ideju da se bavim nečim iz beauty svijeta.*

Bila je razlika kad smo uporedili na kojem nivou je u Petersburgu kvalitet radova nadogradnje trepavica i u Sarajevu. Moja priča je započela odlaskom u Moskvu na moju prvu edukaciju za nadogradnju trepavica i malom sobicom u



Emina Buljubašić ima 26 godina i prije nekoliko godina se doselila u Sarajevo iz svog rodnog grada Saint-Petersburg-a. Njeno rusko-bosansko porijeklo joj je pomoglo da se odluči za životni smjer. Nadogradnjom trepavica se bavi od 2019. godine, bazira se na ruske tehnike i materijal. Vlasnica je salona LASH HOUSE by russian queen i edukator za nadogradnju trepavica.

Sarajevu gdje su počeli moji prvi koraci ka poslu lash tehničara. Nakon 5 godina i dalje imam iste probleme u svom salonu, a to je da objasnim masterima i klijentima kako treba i kako ne treba izgledati nadogradnja trepavica. Većina mastera nažalost misle da rad na principu "zaljepi sve u jedno zbijanje iste dužine da izgleda gusto i požuri da klijent što prije izađe" je ispravan. A



onda se klijenti ne odlučuju ponovno na tretman nadogradnje trepavica jer su imali problema kao što je ružna nadogradnja koja je otpala za 7 dana, oštećene prirodne trepavice, upaljene ili inficirane oči, čupanje i kidanje vještačkih trepavica zajedno s prirodnim prilikom tretmana skidanja ekstenzija.

Imat ću pravo da kažem da učim klijente svog salona da postoje apsolutno različite vrste trepavica, da uz kvalitetan rad njihove prirodne trepavice se neće oštetiti i da će nositi svoju nadogradnju preko mjesec ipo dana.

Kad dođete kod nas na tretman mi ćemo od vas tražiti informaciju kakve trepavice želite da odaberete, zakrivljenost, dužine, gustinu, oblik i boju, a na nama će biti da odredimo ostale stavke i da vam preporučimo da li će po pravilima modeliranja pogleda vama odgovarati vaš izbor ili da vam preporučimo alternativu koja će vama najviše odgovarati. Najveći boom i zaljubljenost trepavicama se desila prije 3 godine kada sam uvela ekstremne zakrivljenosti na našem tržištu. ***Naše klijentice su se zaljubile u L i M trepavice jer izgledaju neobično i ističu se u masi kako ja to zovem "dugih gustih žbunčića na očima".***

Tako se desio i boom među masterima koji su shvatili koliko klijentice žele da nose ekstremne zakrivljenosti i da im je potrebno znanje kako da rade sa takvom vrstom vještačkih trepavica. Želim da objasnim ženama i djevojkama da



trepavice mogu izgledati u potpunosti različito, od diskretnih "nevidljivih" do ekstremnih i glamuroznih.

Danas salon LASH HOUSE radi na tome da klijentima pruži najkvalitetniju uslugu nadogradnje trepavica, a učenicama našeg salona najopširnije znanje o svim tehnikama nadogradnje trepavica, a uskoro i prodaju najpoznatijih ruskih brendova na BH tržištu.

Tamara Mihović: Bavim se njegom, to je moja misija i strast

Veoma sam sretna što sam u sve tretmane koji postoje u salonu, implementirala baš masažu lica. To su razne tehnike, jer se masaže isto kao i tretmani prilagođavaju potrebama i stanju kože klijenta, tako da je svaki tretman personalizovan.

Piše: Tamara Mihović, kozmetičar i maser terapeut i reiki praktičar

„Ko je Tamara“ pitanje je koje sebi često postavlja. Smatra da ljude u ovoj industriji, posao na neki način određuje, ali nije dobro ako ograničava. Ako kaže za sebe da je kozmetičar, onda će zanemariti sve ostalo što je čini sretnom u poslu i pomaže joj da se i dalje razvija. Bavi se njegom. To je njena misija i strast. Trudi se da u tretmanu obuhvati hranjenje i zaštitu kože, održi vitalnost, olakša neke tegobe i nauči klijente da se redovno njeguju i uživaju u tome. Po zanimanju je kozmetičar i maser terapeut, kao i reiki praktičar, a trenutno studira na fakultetu za kozmetologiju. Izuzetno je počastvovana jer je učesnik brojnih humanitarnih akcija, pa negdje najviše voli da vidi to “humanitarac” pored svog imena. O mnogo čemu smo razgovarali, što možete čitati u nastavku.

KAKO STE SE ODLUČILI ZA POSAO KOZMETIČARA, KADA SE RODILA TA LJUBAV?

Neki ljudi su sanjali svoj posao od malena. Ja nisam taj primer. Pronalazila sam se u mnogim poslovima. Nakon završenog pravnog fakulteta, radila sam u bankarstvu, komercijali, prodaji knjiga i slično, a kozmetika je ušetala u moj život nekako stidljivo. Tek posle dosta rada i učenja videla sam sebe baš tu. A onda se sa ljubavlju javila i velika upornost da stignem ono što sam smatrala propuštenim. Kako sam rasla i razvijala se, tako je rasla i ljubav i to je sad jednostavno moj put, moj život i opsesija.

STIGLI STE I DO TAKMIČENJA WELLNESS MASAŽE NA BALKANU, RECITE NAM O TOM ISKUSTVU?

Kad sam saznala da se održava takmičenje u masaži, videla sam to kao jednu veliku reviju znanja i iskustva i rešila da vidim “gde se nalazim”. Susret velikog broja ljudi koje vezuje ista strast,

na istom mestu, daje zaista neverovatan osećaj pripadnosti. Šansa da se razmenjuju iskustva i znanja i da se naš posao podigne na nivo umetnosti. Takmičenja u masaži rađaju jednu posebnu energiju u kojoj poželite da ostanete zauvek, nova poznanstva koja neretko postaju prava prijateljstva.

ŠTA ZA VAS PREDSTAVLJA TITULA PRVAKINJE WELLNESS MASAŽE NA BALKANU?

Kada sam videla kategorije, shvatila sam da sam ja wellness maser. Radila sam masažu lica, vrat i dekolte, kao i ruke i leđa. Radila sam kao i uvek iz srca, sa iskustvom iz salona, baš onako kako su to moji klijenti navikli. Sudije su prepoznale da to vredi i nagradile me zlatom. Nisam očekivala nikakav plasman, nisam ni razmišljala u tom pravcu. To je bilo takmičenje vrhunskih terapeuta i masera i meni kao jedinom kozmetičaru bila je ogromna privilegija samo što se nalazim među njima i imam priliku da gledam kako rade. Osim same tehnike, na takmičenju se ocenjuje i ergonomija terapeuta, položaj klijenta,





Tamara Mihović je prve kozmetičke korake i neophodne vještine stekla 2007 godine u Novom Sadu, kada osniva svoj prvi Studio za njegu lica "FARAH", koji je brzo stekao klijente, a borio se isključivo za iskustvo i znanje u svim oblastima njege lica i tijela. REIKI PRAKTIČAR I stepena po sistemu Dr. Mikao Usui, član Reiki Association Internacional. Usavršavala se učešćem u raznim stručnim seminarima, obukama, treninzima i konferencijama, rad sa hemijskim pilinzima. Obuku mezoterapije za rad sa dermapenom, mikrodermoabraziju, rad sa problematičnom kožom i kombinacija hemijskog pilinga sa mezoterapijom, obuku za rad sa fitopilinzima lica i tijela, skulpturalnu masažu lica, miofacijalni lifting I i II nivo, intraoralnu masažu, obuku za maderoterapiju tijela, obuku za Limfomodelovanje LOTUS, obuku za body expert i još raznih seminara i obuka. Od 2009. radila je kao instruktor za Otvoreni univerzitet ZNANJE. Uspješno je savladala i položila ispit CIBTAC. Učesnik je na brojnim takmičenjima u masaži, sudija i predavač. Danas je dio Studija LUX ROOM, u timu stručnih i iskusnih KOLEGINICA u oblasti kozmetike.

povezanost pokreta u jednu skladnu celinu, dakle cela "kompozicija". Tada niko nije radio masažu lica, a nakon tog takmičenja, mnogi su širom sveta uveli posebnu kategoriju Face massage, zbog čega sam jako srećna. Danas, skoro svi saloni imaju u ponudi masažu lica i ona se usavršava i poboljšava iz dana u dan. Nakon zlata, osvojila

sam bronzu na Otvorenom Šampionatu BiH u Sarajevu (u organizaciji Synergia Udruženja), 5. mesto na Internacionalnom takmičenju Grčke. Sudila sam II Balkansko, II Šapionat u BiH I i Internacionalno takmičenje u Novom Sadu u kategorijama masaža lica, švedska masaža, kategorija početnika i Wellness kategorija.

KOJI TRETMAN JE NAJZASTUPLJENIJI U VAŠEM SALONU?

Veoma sam srećna što sam u sve tretmane koji postoje u salonu, implementirala baš masažu lica. To su razne tehnike, jer se masaže isto kao i tretmani prilagođavaju potrebama i stanju kože klijenta, tako da je svaki tretman personalizovan. Klijenti mi veruju, tako da se prepuste i nezavisno od sezone i popularnosti tretmana na tržištu, dobiju savršen rezultat. *Jedino tada su klijenti srećni, a ja to smatram radom bez pritiska, pa mi je posao zadovoljstvo i motivacija. Često preporučujem i hemijske pilinge, koji su po mo mišljenju vrhunac svih kozmetoloških dostignuća.*

ŠTA VAM PREDSTAVLJA NAJVEĆE ZADOVOLJSTVO U VAŠEM POSLU?

Svi moji klijenti su shvatili negu kože kao deo higijene. Da, u današnje vreme (uostalom kao i uvek), tretmani i masaža zaista jesu luksuz, ali taj luksuz smo odlučili da damo sebi, ne samo kao deo spoljašnje lepote, već i unutrašnjeg balansa. Bitno je da prioritet bude sopstvena nega, a ne materijalizam. Uvek se zahvalim klijentu na kraju tretmana, jer zaista uživam dok radim i zahvalna sam na poverenju koje mi je dato. Taj osećaj zadovoljstva je znak da sam tu gde treba da budem i da ću svaki sledeći put dati nešto novo i doprineti da se klijent vrati.

KOLIKO JE ZAHTJEVNO RADITI S VAŠIM KLIJENTIMA S OBZIROM DA STE ZADUŽENI ZA NJEGU NJIHOVE KOŽE?

Mi, terapeuti, pre svega treba da poštujemo iskustva klijenta, jer klijent živi, ustaje i leže sa svojim telom i najbolje ga poznaje. Ako pažljivo slušamo klijenta i pomognemo mu da poveže neke svoje nedoumice sa znanjem koje mu nudimo kao rešenje, tu nema greške. To podrazumeva da se mi konstantno edukujemo i istražujemo svaku situaciju koju nismo susreli do tad. Kožu moramo da negujemo zajedno. Tretman bez produžene nege je samo trenutni benefit. Domaći zadatak u školi je ustvari uvod u sve životne situacije, a kada se usvoje određene navike, sve je lako.



**RADITE I OBUKE,
RECITE NAM KOJE SU
NAJTRAŽENIJE EDUKACIJE
TRENUTNO?**

Sad na tržištu postoji more obuka i verujem da su početnici u našem poslu malo nesnađeni. *Da li se dobro nauči, da li je isplativo, da li to smem da radim, da li će mi se dopasti, da li će biti traženo, mnoga su pitanja kad pogledamo ponude i društvene mreže, koje preplavljaju mnoštvom informacija, a i polu informacija.* Lično, držim samo one edukacije za koje sam, pored naučenog, imala dugogodišnje iskustvo u salonu, da bih mogla da odgovorim na izazove polaznika i nakon završene edukacije.

Stalno učim i ovaj deo posla smatram najodgovornijim. Uvek se iznova pripremam za edukaciju, koliko god puta sam je sproveda. Naravno, u skladu sa dešavanjima koja su obeležila moj posao poslednjih nekoliko godina, najviše radim kurseve masaže. Iz više tehnika i posle dužeg osmišljavanja i praćenja rezultata, sastavila sam jedan zanimljiv Anti aging sistem, to je moj, autorski sistem za podmlađivanje,

LYMPH & LIFT, koji obuhvata rad više tehnika, skladno uklopljenih u celinu, a opet sa velikom slobodom u radu, da bi se prilagodio baš osobi kojoj pružamo ovu uslugu. Ovaj kurs ima određen broj časova obuke i broj modela, ali ga ja nazivam "večnim", jer se radeći samo slaže još dobrih pokreta, još dodatnih elemenata, pa samo dodajem module i usavršavanja, a nadam da će uskoro prerasti u oblik prave radionice. Nakon toga, dosta se traže i obuke za mikronidling, a trener sam i u okviru osnovnog kursa za kozmetičare.

**RECITE NAM NEŠTO O
PROIZVODIMA S KOJIMA
RADITE, KOLIKO JE VAŽAN
KVALITET PROIZVODA?**

Ukoliko ste ozbiljan kozmetičar, to podrazumeva i osnovno poznavanje tehnologije materijala. Da bi pružili dobru uslugu osim fizioloških karakteristika kože, moramo poznavati sirovine koje ulaze u sastav preparata s kojima radimo, formulacije, indikacije i kontraindikacije za njihovu primenu i efikasnost. Ja sam dosta radila na sebi, jer me nije zadovoljavalo samo da kupim određen proizvod i kao hit

tretman ga nanese na lice ili telo. Uvek sam birala kozmetičke kuće koje mi uz proizvode nude i obuku o poreklu i sastavu, to isto važi i za ulja s kojima radim telo. Volim francusku i nemačku tehnologiju, a sve više se baziram na proverene prirodne i organske proizvode. Lepota i zdravlje su neodvojivi, pa je smanjenje uticaja hemije na životnu sredinu jako važno. Radujem se jer se na našem tržištu pojavila kozmetika francuske laboratorije Phyt's, sertifikovana organska i 100% prirodna profesionalna kozmetika, koja daje vidljive i dokazano efikasne rezultate u tretmanima.

**DIKTIRA LI CIJENA
KVALITET PROIZVODA S
KOJIMA RADITE?**

Apsolutno DA. Cenu tretmana uvek pažljivo izračunam kao odnos kvaliteta pružene usluge u kompletu, preparata s kojim hranim naš najveći organ, vremena koje je potrebno za određen tretman i kompletnog ugođaja.

**ŠTA BISTE MOGLI
PORUČITI NAŠIM
ČITATELJIMA?**

Korisnicima usluga uvek savetujem da kao što biraju namirnice, određene brendove odeće i automobila, medicinske usluge, pokretne i nepokretne stvari, biraju i osobu koja će da se bavi njihovom kožom.

**KOLIKO KOZMETIČAR IMA
NEGOVANU KOŽU? KOLIKO
SE BAVI SOBOM U SMISLU
DALJIH EDUKACIJA?**

Kolegama i budućim kolegama poručujem da samo učenjem i međusobnom saradnjom možemo naš posao izdvojiti u mnoštvu obećanja i ekspresnih rešenja i tako se kotirati kao ozbiljna profesija.

BEAUTY JAR

COSMETICS CAN MAKE PEOPLE HAPPY



Laganom teksturom
do hidrirane, sjajne
i glatke kože.

Dalibor Kovačević: Ključ postizanja savršenih usana nije samo u povećanju volumena

Usne ne izgledaju lijepo ako hijaluronski filer aplikujemo u nadusnice, što često možemo vidjeti. U tom slučaju usne poprimaju patkast izgled iz profila, a srijeda kobasičast izgled usana.

PIŠE: Dalibor Kovačević, doktor estetske medicine



Specijalista anestezije sa reanimacijom, od 2016. Trenutno na doktorskim studijama iz oblasti anestezije na Medicinskom fakultetu u Novom Sadu. Radio je kao anesteziolog na najvećim hirurškim zahvatima kao što su rekonstrukcije jednjaka i želuca, hirurgija male karlice i bio šef odsjeka za anesteziju i reanimaciju u bolnici Nevesinje. Iza sebe ima stotine odrađenih spinalnih i epiduralnih anestezija, te 100% uspjehnosti epiduralne anestezije. Također je predavač na anesteziološki kongresima. Također je certifikovani estetski doktor, sa 8 godina iskustva iza sebe. Zaposlen je u bolnici u Novom Sadu i dio VTO tima koji je na svijet donio više od 6.000 beba.

U potrazi za savršenim usnama, mnogi se okreću inovativnim rješenjima, a jedno od najpopularnijih je upotreba hijaluronskih filera. Ovi fileri postaju sveprisutni u kozmetičkom svijetu, pružajući brz i efikasan način za postizanje punijih, definisanih usana. Kroz ovaj tekst, uz savjete doktora Dalibora Kovačevića saznat ćemo kako pravilno postići željeni estetski izgled usana. Uplovite s nama u svijet hijaluronskih filera, gdje ljepota i tehnologija susreću savršenstvo usana.

Usne su često fokus našeg lica i imaju značajan uticaj na cjelokupni utisak naše pojave. Kroz vijekove, različiti idealni standardi ljepote su evoluirali, ali jedna stvar ostaje nepromijenjena - želja za



punim, definisanim usnama.

Kako postići savršen oblik usana, koji je u skladu sa vašim crtama lica?

KONSULTACIJA KAO PRVI KORAK

Prije nego što se upustite u bilo kakav estetski tretman, ključno je prvo imati detaljne konsultacije sa stručnim licem, odnosno vašim odabranim i provjerenim ljekarom. Posebno moram naglasiti važnost individualnog pristupa svakom pacijentu. Svaka osoba ima jedinstvenu anatomiju i estetske ciljeve. Kroz temeljnu konsultaciju, možemo zajedno identifikovati želje i očekivanja, kao i utvrditi najbolji pristup postizanju savršenih usana za tu osobu.

HIJALURONSKI FILERI: PRIRODNA RJEŠENJA

Danas je upotreba hijaluronskih filera jedna od najefikasnijih i najzastupljenijih metoda za postizanje prirodnog i mladalačkog izgleda usana. „Hijaluronski fileri su sigurni, privremeni materijali koji se koriste za dodavanje volumena i definicije usana. Oni ne samo da pružaju trenutne rezultate, već i podstiču prirodnu proizvodnju




Dalibor

BeautiFUL

kolagena, čime se dugoročno poboljšava tonus kože", te stoga njihova popularnost ne jenjava, slobodno mogu reći, decenijama unazad.

UMJESTO KVANTITETA, FOKUS NA HARMONIJI

Ključ postizanja savršenih usana nije samo u povećanju volumena, već i u postizanju harmonije sa ostalim elementima lica. Estetski tretmani trebaju biti uravnoteženi kako bi se očuvala prirodna ljepota pacijenta i izbjeglo pretjerivanje. Umjetnički pristup, iskusna i sigurna ruka vašeg odabranog doktora su presudni. Tehnika koju ja koristim, daje prirodan, a opet unikatan oblik usana.

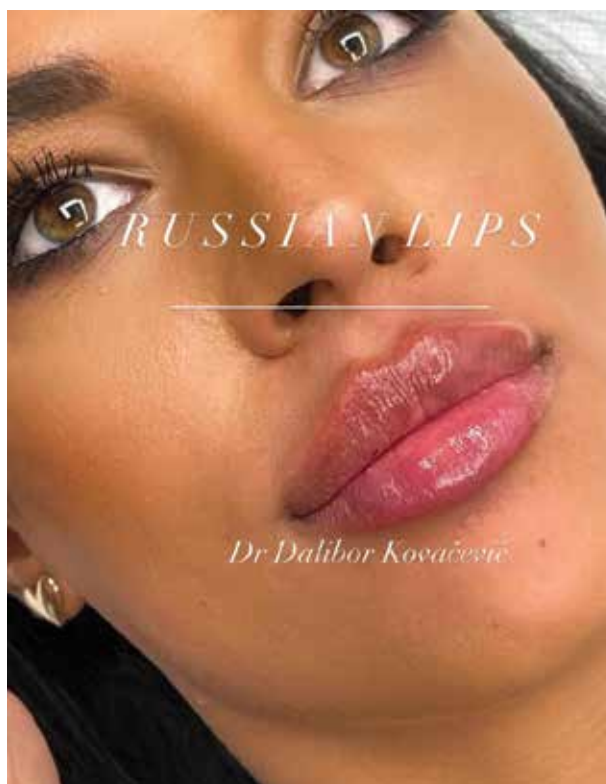
NJEGA NAKON TRETMANA

Briga o usnama ne prestaje nakon tretmana. Preporučujem pažljivu njegu kako bi se produžili i očuvali rezultati. **Korištenje balzama za usne i zaštita od sunca su ključni za očuvanje hidratacije i sprečavanje preranog starenja kože usana.**

KADA USNE NE IZGLEDAJU LIJEPO I ESTETSKI PRIHVATLJIVO?

Usne ne izgledaju lijepo ako hijaluronski filer aplikujemo u nadusnice, što često možemo vidjeti. U tom slučaju usne poprimaju patkast izgled iz profila, a sprijeda kobasičast izgled usana. Takav oblik treba da izbjegavate, jer nikome neće lijepo pristajati.

Ukoliko već imate takve usne, moj prijedlog je



uvijek da se taj filer potpuno razgradi, pa tek onda da radimo novu korekciju usana.

SAVJETI ZA SIGURAN TRETMAN:

Izaberite kvalifikovanog stručnjaka sa iskustvom u korekciji usana.

Postavljajte pitanja tokom konsultacije i izrazite svoje želje otvoreno.

Razmotrite sve prednosti i potencijalne rizike pre nego što donesete odluku.

Pratite uputstvo stručnjaka o post-proceduralnoj njezi.

Ne zaboravite, cilj je postići prirodan izgled koji naglašava vašu jedinstvenu ljepotu.

Život je
kratak,
nek bude
sladak!



JERUZALEM ORMOŽ®

www.binvest-po.com

f Binvest | @binvestdoo | in Binvest d.o.o.

Bojana Panić zahvaljujući ljubavi prema masaži i predanom radu, stiže i do takmičenja u Rumuniji

Samo učešće na takmičenju je veoma velika i bitna stvar jer iz toga mnogo napredujemo u svakom segmentu kada je posao, a i kolegijalnost u pitanju.

PIŠE: Bojana Panić, master maderoterapeut i edukator za 3 vrste maderoterapije



Bojana Panić je master maderoterapeut i edukator maderoterapije. Rođena je 30.12.1991 godine u Bijeljini gdje i danas radi. Pored Bijeljine njen rad je zastupljen u Srbiji i Švedskoj.

također, između svih ostalih gradova radim.

ŠTA VAS JE MOTIVISALO DA SE BAVITE OVIM POSLOM?

Ono što me motivisalo da se bavim ovim poslom jeste prije svega ljubav koju od malih nogu gajim prema masažama, a do te ljubavi došlo je zahvaljujući mojoj baki koja nažalost više nije među nama ali dok sam živa ja živi i ona, koju sam kao dijete masirala svaki put kada bi imala problem s oticanjem nogu, gdje mi je tokom masaže govorila: *"Zlatne ruke moje Boke, bićeš ti jednog dana moja maserka"*, te sam u tim momentima zamišljala sebe u salonu, a baku kao klijenta koji je došao na masažu.

Nekoliko godina kasnije bakine riječi su postale i više od onoga što sam zamišljala.

Bojana Panić je maderoterapeut i edukator, a ljubav prema masaži je naslijedila od bake. Zahvaljujući bakinim riječima i potpori dobija krila i ostvaruje svoje snove.

Zahvaljujući ljubavi koju gaji od malih nogu dopijeva na

poznata takmičenja u Rumuniji i Argentini. Više o Bojaninom radu i tretmanima koje ona nudi saznajte u nastavku teksta.

BOJANA, RECITE NAM NEŠTO VIŠE O SEBI?

Ja sam Bojana Panić, rođena sam 30.12.1991 godine u Bijeljini (Bosna i Hercegovina), gdje sam odrasla, školovala se, radila i dalje,



Sada sam master maderoterapeut i samim tim edukator za 3 vrste maderoterapije (klasična maderoterapija, maderoterapija gua sha elementima i brazilska vakuum fit maderoterapija), kao i za još dva tretmana koja imam u ponudi a to su Vacuum Fit 100 i Ice Body.Fit Sculpting, također tretmani bazirani na limfnoj drenaži.

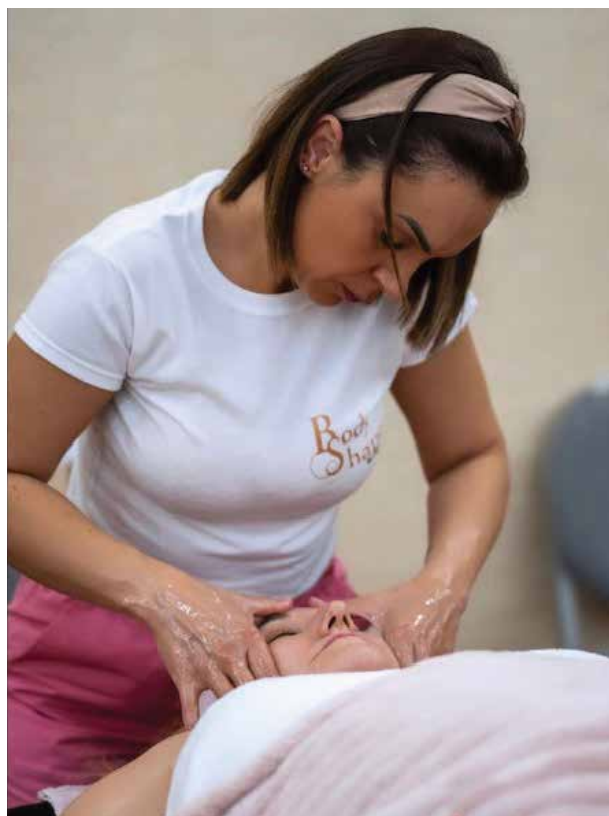
RADITE U TRI DRŽAVE, KAKO STIŽETE SVE TO?

Što se tiče država u kojim radim, možemo reći da su Švedska, Bosna i Hercegovina i Srbija tri u kojima sam najčešće. Također radim i u bilo kojoj drugoj državi ukoliko vlasnici kozmetičkih salona požele da baš ja budem njihov edukator za neki od tretmana kojim se bavim.

Na pitanje kako to postizem bih rekla da me zaista ljubav prema ovom poslu vodi na sve strane svijeta i da je, također veoma važna dobra organizacija kako jednog poslovnog dana tako i života uopšte. ***I veoma je važno odrediti prioritete i tada nam sve ide lakše, jer dobro organizovano vrijeme koje imamo je zaista, što bi rekli pola posla.***

KOLIKO JE ZAHTEJVNO RADITI S VAŠIM KLIJENTIMA, DA LI NEKADA DOĐE DO ZASIĆENA OD POSLA?

Sa klijentima je zahtjevno raditi onoliko koliko



"problema" imamo za riješiti. Kada kažem zahtjevno mislim samo na period rada na potencijalnom problemu, a ne na tome da su klijenti zahtjevni. Zaista do sada nisam imala zahtjevne klijente u smislu da su došli kod mene i da očekuju da za jedan tretman izbacimo sve ono što godinama nezdravim navikama unose u organizam, jer svakom klijentu prije samog početka probudim svijest o tome šta je ova masaža, kako djeluje, kao i to da je ovo proces koji traje ali se završava veoma uspješno.

Prvi put sam počela raditi sa anticelulit ručnom masažom prije 13 godina, a posljednje 4 godine sam aktivno na usavršavanjima u raznim državama i mogu Vam reći da još uvijek nisam osjetila da sam se zasitila ni posla niti učenja, čak mislim da ću i u penziji masirati ukućane, jer ono što ja osjećam dok masiram ne bih mogla riječima iskazati.

ŠTA VAS NAJVIŠE MOTIVIŠE DA IDETE ŠTO DALJE U OVOM POSLU?

Ono što me motiviše da idem što dalje i da budem što bolja je svaka moja predivna dama koja zajedno sa mnom dođe do nevjerovatne transformacije kako tijela, tako i psihe, jer složiti ćemo se da kada smo previše gojazni takođe nam loše utiče na psihičko i fizičko zdravlje. A posebna motivacija i sreća je ta kada dame koje nisu mogle ostati u drugom stanju radi gojaznosti,



nakon procesa mojih tretmana ostanu u drugom stanju i pozovu mene prije svih drugih i saopšte mi tako divne vijesti i plaču od sreće sa mnom. Taj osjećaj je božanstven.

PRISUSTVOVALI STE I TAKMIČENJU, RECITE NAM NEŠTO O TOM?

Moje prvo takmičenje u masažama bilo je Balkansko takmičenje u maju mjesecu 2023. godine koje se održalo u Srbiji u Inđiji, gdje sam osvojila treće mjesto za inovacije, totalno neočekivano jer je to bilo moje prvo pojavljivanje pred svjetskim stručnjacima.

Takmičili su se terapeuti širom svijeta i jedino što sam tada očekivala je da naučim nešto novo, upoznam nove kolege i proširim vidike kada je u pitanju svijet masaža. ***Trenutak kada su me prozvali za treće mjesto za mene je bio kao san i govorila sam koleginići pored mene da me uštine da vidim da li zaista ne sanjam.***

To zaista treba doživjeti, samo učešće je veoma velika i bitna stvar jer iz toga mnogo napredujemo u svakom segmentu kada je posao, a i kolegijalnost u pitanju. Sljedeće takmičenje bilo je u novembru mjesecu, riječ je o Svjetskom takmičenju u masažama koje se održalo u Rumuniji u gradu Sibiu, gdje sam osvojila zaista za mene preveliko šesto mjesto i upoznala toliko kvalitetnih masera iz raznih država i samim tim sam, kao i svi koji smo tamo bili, otvorila sebi mnoga vrata u budućnosti.

Tu naravno nije kraj mojim takmičenjima, naredno na koje sam pozvana je u Argentini u novembru 2024 godine, a prije toga ću dobiti tačne



informacije o datuma još planiranih takmičenja i svako takmičenje koje budem u mogućnosti otići zaista neću propuštati. Također prije toga u mjesecu maju, tačnije 4. maja 2024. godine u mom rodnom gradu Bijeljina organizujem svoj lični događaj "Buđenje svijesti o značaju masaža", gdje ću ugostiti svoje kolege širom svijeta koji će predstaviti i govoriti o masaži kojom se bave i svi ste dobrodošli kako biste bar upola doživjeli sve ovo o čemu govorim.

ŠTA JE TO LIMFNA DRENAŽA, OPIŠITE NAM MALO TRETMAN, KOLIKO JE UČINKOVIT?

Limfna drenaža je nezamjenjiv terapijski postupak za stimulisanje cirkulacije limfe, poboljšanje venske cirkulacije i detoksikaciju organizma. Ona takođe doprinosi boljoj ishrani i regeneraciji tkiva, otklanjanju viška tečnosti i jačanju imunološkog sistema.

Sušтина limfne drenaže jeste stimulacija kretanja tečnosti iz međucelijskih prostora u limfne sudove, a zatim iz limfnih sudova i limfnih čvorova u venski sistem odnosno u cirkulaciju. Treba naglasiti da to nije masaža mišića, već vrlo specifičan postupak kojim se ispiru i obnavlja tkivna tečnost u organizmu i koji treba dobro poznavati i pravilno sprovoditi da bi se ostvarile koristi za cijeli organizam koje jedna ovakva procedura može da pruži.

Limfna drenaža je obavezna uz bilo koju vrstu maderoterapije jer ukoliko maderoterapiju radimo isključivo i samo drvenim elementima ili oklagijama jedino do čega može doći i često kod nestručnih lica dolazi, su podlivi i unutrašnja

krvarenja. Veoma je važno naglasiti da maderoterapija nije "oklagijanje" nego masaža koja uz limfnu drenažu čini da se nakon nje osjećate ljepše i lakše.

KOLIKO JE TRETMANA POTREBNO URADITI KAKO BI REZULTATI BILI VIDLJIVI?

Nakon već prvog tretmana razlika je vidna. U zavisnosti od problema klijenta i načina na koji tijelo reaguje na tretman određujemo koliko tretmana je neophodno uraditi. Učinkovitost je trajna ukoliko se poštuje procedura kroz koju prolazimo tokom tretmana koja je bazirana isključivo na zdravoj ishrani, unosu dosta tečnosti u organizam, tačnije vode i šetnji.

DA LI VAŠIM KLIJENTICAMA UZ TRETMAN PREPORUČUJETE JOŠ NEŠTO, AKO DA ŠTA?

Kada je u pitanju proces ovih tretmana jedina preporuka je promjena načina ishrane, tačnije imati 3 zdrava obroka (doručak, ručak, večera) i dvije užine između. Jaki treninzi u toku procesa masaža nisu preporučljivi, ali je preporučljiv



brzi hod svakog dana minimalno 20 minuta .

I ZA KRAJ BOJANA, ŽELITE LI NEŠTO PORUČITI NAŠIM ČITATELJIMA?

Moja poruka svim divnim

čitateljima ovog predivnog časopisa je da ne odustaju od svojih snova jer ništa nije nemoguće ako to istinski želimo.

Postavite sebi cilj i naći ćete put.



Aleksandra Janković:

Prije više od 20 godina osnovala je kozmetički salon "MIRACLE" koji je danas jedan od vodećih salona u regionu

Piše: Aleksandra Janković, PMU Ekspert i Edukator

Zivimo u vreme velikih pritisaka društva, društvenih mreža, medija gdje se ljepota očekuje, gdje je ljepota zahtjev, preduslov za uspjeh, gdje se nedostatak ljepote ne prašta. Na udaru ovih zahtjeva su svi, a posebno mladi, kao izuzetno ranjiva grupa, lako podložna uticajima. U tom okruženju prepunom očekivanja, Aleksandrina poruka je njen rad i opredjeljenost salona "Miracle" da okruženju, mladima, ženama dodaju malo čuda i čarolije i učestvujemo u stvaranju istinske Ljepote.

"MIRACLE" je salon na više od 160 kvadratnih metara, sa 15 stalno zaposlenih, i ogromnom paletom usluga koje pružaju. U razvoju salona ideje vodilje su im bile ljubav, veliki rad, razvoj, trud i nesebično ulaganje sebe. Od osnivanja salona rade sa najkvalitetnijim aparatima i materijalima.

Trajnom šminkom se bavim od 2006 godine. Trendovi i tehnike su se menjale, te sam se u kontinuitetu usavršavala pohađajući obuke i edukacije u zemlji i inostranstvu kod najstručnijih artista. Tokom proteklih godina uradila sam preko 10.000 usluga trajne šminke: trajna šminka usana (tehnika karmin ili akvarel), trajna šminka ajlajnera

Prije više od 20 godina osnovala je kozmetički salon "MIRACLE" koji je danas jedan od vodećih salona u regionu. "MIRACLE" je imao svoj razvoj, širili su se prostorno, kroz ljudske resurse, kao i usluge koje pružaju, a sve vrijeme vizija im je bila vrhunski kvalitet i stalno unapređivanje.





TALENAT SE RAĐA,
PROFESIONALAC ĆETE
POSTATI SA NAMA!



Aleksandra Janković
PERMANENT MAKEUP

BeautiFUL

(klasičan ili senčeni) i najtraženija trajna šminka obrva (puder tehnika a poslednjih godinu dana sve zastupljenija Hairstroke tehnika - što podrazumeva najprirodnije iscrtavanje dlačica mašinicom). To veliko iskustvo u oblasti trajne šminke mi daje kredibilitet da mogu da vam sugerišem i dam neke jako važne smernice. Pri izboru artiste ili edukatora treba se opredeliti za znanje, veštinu i iskustvo. Neko ko je tek završio edukaciju nije dovoljno vešt da odmah sprovodi i edukacije. Potrebno je vreme i iskustvo. Danas je u ponudi previše artista sa instant titulama koje ne garantuju uvek kvalitet. **Mislite o tome!**

Edukacije koje ja sprovodim podrazumevaju teorijsku obuku, rad na veštačkoj koži, ali kao najznačajnije intenzivan rad na modelima, Insistiram na radu na većem broju modela, jer praksa pokazuje da se tako stiže do boljih rezultata u sticanju veštine.

Ne mogu se očekivati uspešni rezultati rada bez ulaganja u vrhunske, a to uglavnom znači i skupe aparate i procedure. Moram da spomenem važnost higijene i bezbednosti. Bezbednost zaposlenih i klijenata je izuzetno važna, što garantujemo poštovanjem procedura rada, i poštovanjem sterilnosti pribora za rad primenom najskupljeg sterilizatora na našem tržištu. Pored tretmana pružamo i obuke iz različitih oblasti: iz šminke, trajne šminke, obuke za tretmane lica, pedikira, manikira, masaže, maderoterapije, depilacije, obuke za frizere, brow and lash lift i mnoge druge. **Obuke sprovode sertifikovani predavači.**

Lepota ima svoj život, svoje promene i svoju vremenitost. To je kategorija kojoj se teži u svakoj oblasti rada. Lepota postaje živa onog momenta kada žena odluči da bude svoja i da sebe, onakvu kakva jeste nosi radosno i ponosito. Tada se dešava neka posebna magija, čudo, tada se dešava "Miracle", i tada počinje radosno putovanje otkrivanja posebnosti, jer svaka žena je posebna na svoj način.

Na ženi ništa ne stoji bolje od samopouzdanja. **Samopouzdanje je ono što svaka žena treba da obuče.** Karakter, obrazovanje, intelekt, snaga, stil, to je



MIRACLE

COSMETIC STUDIO

FEEL THE BEAUTY

ono što gradi samopouzdanje i oblikuje i definiše lepotu žene. Svojim radom u oblasti kozmetike, make up-a i trajne šminke uvijek sam imala za cilj da ženama doda radost i makar malo samopouzdanja.

Kada radim make up ili trajnu šminku, u meni se budi slikar koji u svakom licu vidi izazov, jer lice postaje platno koje slikam. Make up i trajnu šminku radim sa velikom strašću, to me usrećuje i inspiriše. **Svako lice je novi izazov. Nesavršeno lice uvek je i veći izazov.** Nekada jedan ton, jedna mala linijica menja celi izraz i utisak. Rad sa klijentima nije jednosmeran proces. Naprotiv, to je razmena energije u više pravaca, proces u kome jedni sa drugima učimo, saznajemo, menjamo svoje mišljenje, inspirišemo se. Zadovoljan klijent, nasmejana žena koja se mesecima nakon make upa javlja je meni i svima iz "Miraclea" najveći benefit. Moje zadovoljstvo je nemejljivo, kada me pozove žena par meseci nakon trajne šminke i kaže da joj je to obogatilo život, da je usrećilo i pokrenulo neku novu nju. To jeste čarolija mog posla. Stvaranje istinske, duboke lepote.

Mada se trudim da ne robujem trendovima po svaku cenu, otvorena sam za sve nove veštine i tehnike u trajnoj šminki. To je danas jedan novi pokret, vrlo dinamičan i živ i u ponudi je neverovano mnogo toga. Moj ključni kriterijum u biranju novih tehnika i novih materijala je izvrsnost! Ja težim kvalitetu i težim izvrsnosti! **Samo tako mogu da radim i verujem u ono što radim.**



miracle_cosmetic_studio
aleksandra_coka_miracle

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

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
GENERALNI ZASTUPNIK I DISTRIBUTER

Shecare BLOND *ess* KERATIN STYLE-IN

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

Ljepota je ono što mi stvaramo!

Rezultat na Svjetskom prvenstvu frizera u Pariz je bio veliki vjetar u leđa za mene te motiv i inspiracija za budućnost.

PIŠE: Haris Alagić, frizer

U svijetu frizerstva, gdje maštovitost i preciznost igraju ključnu ulogu, jedan mladi talent se izdvojio svojom izvanrednom stručnošću. Haris Alagić, nije samo stručnjak u svojoj domovini Bosni i Hercegovini, već je svoje umijeće potvrdio i na najprestižnijim međunarodnim takmičenjima. Ovo nije samo priča o takmičarskom uspjehu, već i o umjetničkom izražavanju kroz makaze i četke. U ovom članku ćemo zaroniti dublje u svijet frizerske umjetnosti, istražujući Harisovu karijeru, njegovu evoluciju kao frizera, i otkrivajući tajne iza njegovih spektakularnih uspjeha na međunarodnoj sceni. Haris Alagić, mladi virtuoz frizerske scene,



postavlja nove standarde i ostavlja neizbrisiv pečat svojom strašću prema ovom zanatu.

Sa nekih 14 godina sam već krenuo dolaziti u salon i raditi pomoćne poslove frizera. Te se tako stvarala ljubav prema frizerstvu. Kroz godinu



Haris Alagić, po zanimanju frizer, u duši umjetnik. Ima 23 godine, te od rođenja se znalo da će biti frizer. To je Harisova porodična tradicija, dedo je bio frizer, otac pa sada i on, a ko će znati koliko će se ta tradicija nastaviti.

dana sam stekao dosta kvalitetnog znanja uz pravog mentora, mog oca, te sam odlučio da se počnem takmičiti.

Moja takmičarska karijera traje od 2017. godine pa sve do današnjeg dana je aktivna i prate je izvanredni rezultati. Na ovogodišnjem državnom prvenstvu BiH sam ispunio normu i postao senior i u seniorskoj konkurenciji po prvi put u novoj kategoriji se takmičio "Creative Fashion Cup" i osvojio visoko prvo mjesto uz podršku trenera Zlatka Alibalića iz Tuzle i mog oca Alena Alagića.

Te taj rezultat mi je omogućio da odem na Svjetsko prvenstvo frizera u Pariz koje se održalo u septembru. Sam taj osjećaj kada znate

da se takmičite s najboljim iz cijelog svijeta sa kolegama koji imaju duplo ili više godina od mene.

Na tom takmičenju sam osvojio zavidno 10. mjesto na svijetu u seniorskoj konkurenciji. Taj rezultat je bio veliki vjetar u leđa za mene te motiv i inspiracija za budućnost.

Imao sam priliku da vidim svjetske trendove u novoj kategoriji za mene, te da učim od najboljih. Da vidim koje alate oni koriste i proizvode za rad te da steknem nove prijatelje i poznanstva što je najvažnije.

U sklopu takmičenja se održao veliki svjetski MCB SELECTION sajam u sklopu kojeg su bile i edukacije na kojim smo mogli vidjeti svjetske trendove koji će biti popularni 2024. godine te nove tehnike šišanja, farbanja i nove preparate i alate u svijetu ljepote.

Ono što bih volio istaći da ovaj odlazak na svjetsko prvenstvo bi bio daleko teži da nije naš magazin Beautiful bio uz nas te suportirao moj odlazak na čemu smo im zahvalni mnogo i čast nam je bila promovirati magazin u krugovima najboljih frizera i kozmetičara svijeta!



Također neki od mojih najistančanijih rezultata su da sam višestruki državni prvak BiH, prošlogodišnji juniorski Šampion Srbije, osvojio sam

3. mjesto na Evropskom prvenstvu u Budimpešti te da sam bio 3. i dva puta 4. na Svjetskom prvenstvu frizera u Parizu.



A BEAUTY TECH – 15 godina iskustva satkanih u novi brend kozmetičkih aparata

15 godina osluškivanja potreba klijenata, praćenja trendova i testiranja različitih proizvoda/aparata rezultirali su kreiranjem ličnog brenda kozmetičkih aparata koji zadovoljavaju i najviše kriterijume.



laska to što na našu adresu dolaze osobe zainteresovane za edukacije po preporuci naših kolega.

Ipak, hiljade zadovoljnih klijenata, velike brojke na društvenim mrežama i veliki tim zaposlenih nisu se desili preko noći. Posljedica su preko 15 godina rada, konstantnog ulaganja i posvećenosti. **15 godina osluškivanja potreba klijenata**, praćenja trendova i testiranja različitih proizvoda/aparata rezultirali su kreiranjem ličnog brenda kozmetičkih aparata koji zadovoljavaju i najviše kriterijume.



Beauty Center Kallos sa svojom osnivačicom **Andreom Gajilović** i timom konstantno raste, širi se i privlači pažnju svim ljubiteljima njege i ljepote, kako u Banja Luci tako

i šire. U regionalnu popularnost smo se uvjerali velikim interesovanjem za edukacije iz različitih oblasti polaznica iz cijele BiH, kao i dijaspore. Sama činjenica da u našem timu imamo osobe dovoljno stručne da prenose znanje na druge govori mnogo, a još više nam

ABEAUTYTECH je linija aparata kreirana da ponudi više.

Uzećemo za primjer A BEAUTY TECH 4D LASER ZA EPILACIJU. Radi se o jedinstvenom aparatu koji za razliku od ostalih željeni rezultat postiže sa značajno manjim brojem tretmana, zahvaljujući hladnim sondama je gotovo bezbolan, a zbog svojih specifičnih nastavaka za teško dostupna mjesta može omogućiti uklanjanje dlačica čak i u ušima i nosu.

Svaki od aparata ovog brenda sa sobom nosi snage koje ih diferenciraju od sličnih na tržištu, a u njihovoj ponudi možete pronaći još i *hydrafacial*, *diod laser*, *picosecond laser* za uklanjanje tetovaža, *body sculpt RF*, *SQ - 4 ND YAG laser* za uklanjanje trajne šminke i fleka.



4D LASER A BEAUTY TECH

• brži • sigurniji • bezbolan •

@abeautytech

S obzirom da je *Andrea Gajilović* najprepoznatljivija po radu sa trajnom šminkom, aparat picosecond laser za uklanjanje tetovaže i trajne šminke zasigurno je morao proći najstrožije mjere kao bi došao do njenog salona i bio dio svakodnevne upotrebe.

Svi aparati su dostupni za kupovinu putem *Beauty Center Kallos web shop-a*, a za dodatne informacije je moguće obratiti se na stranici salona ili Instagram [@abeautytech](#).

15 godina osluškivanja potreba klijenata, praćenja trendova i testiranja različitih proizvoda/aparata rezultirali su kreiranjem ličnog brenda kozmetičkih aparata koji zadovoljavaju i najviše kriterijume.

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

*Za vaše
omiljene
letne seme :)*




**Samo je
jedna prava**

U. Stjepana Radića 16
Široki Brijeg
387 63 355 785
@salonljepotekairos



Kairos
SALON LjepOTE

antonia_bevrnida_cubela
antoniacubela.com
387 63 99 86 33
Dubrovačka 11, 88 000 Mostar



KALLOS
EDUCATOR



ŽELJANA ŠIMIĆ
+387 63 275 748
beautybyzeljana@gmail.com
HERCEG STJEPANA KOSAČE 3,
LJUBUŠKI, BIH




NAILS FACTORY
_nails_factory_ 
387 60 314 53 38 
Braće Fejića bb, 
Mostar

DE_BEAUTYROOM

Dragana Erić

Proboj 71
88 320 Ljubuški
063 678 333
ericedragana@gmail.com



DE_BEAUTYROOM

- makeup
- lash lift
- obrve
- depilacije
- nokti (rubber base)

JELENA HRKAČ
makeup artist



jhrkac98@gmail.com
+387 63 526 687
jhrkac_makeup
Široki Brijeg, Njivice bb



PERFECT
SALON LjepOTE

Trg 1 Maj, Mostar 88 000
062 537 327
061 938 841
Salon Perfect
salonljepote.perfect
salonljepote.perfect@gmail.com

Manikir
Pedikar
• klasični
• ruski
• callux
Solarijum (Ergoline)
Laserska epilacija

Vaš pravi izbor

Bosiljka Vučić



Beauty bar

• Majora Dragutina gavrilovića 21, Bijeljina
• bosiljkastanisic11@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

BEAUTY
by Mona

BEAUTY



Čapljina

+387 63 392 206

beauty.bymona

Beauty by Mona

+387 61 678 936

Lukavac 75 300

ko_te_sisa_by_danjell

ko te šišA



by Danjell



Srpske dobrovoljačke garde 30, Bijeljina

+387 66 342 220

Kozmetički salon Jelena Bijeljina

kozmetickisalonjelena



CENTAR LJEPOTE

Mehe Arapa 3A, Zalik

+387 61 869 301

VI. Edina Prguda



UL. KRALJICE ELENE BR. 6
SIBONI BRJEG

+387 63 147 759

FRIZERSKISALONMILA

MUŠKI I ŽENSKI FRIZERSKI SALON

SANELA

PRIJEDORSKA 91
SANSKI MOST

037 684 297

FRIZERSKI_SALON_SANELA

FRIZERSKI SALON SANELA

NAILS BY

Zorica

+387 66 270 433

UL. NIKOLA TESLA 5A

NEVESINJE

LJILJANA BUDIĆ
PERMANENT MAKEUP

066 285 564

Gradiške brigade bb, Gradiška

ljiljana.budic

Ljiljana Budić



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



Nudimo sve frizerske usluge kao i nadogradnja najkvalitetnije kose, nadogradnja noktiju, sminkanje, japansko iscrtavanje obrva, puder obrve te skidanje tetovaža laserom i trajne šminke.

Izeta Nanića, 77 220 Cazin
(u sklopu Motela Huremagić)

+ 387 61 436 063



FIZIO CENTAR

Slobodan Gutović, dipl. fizioterapeut

Hercega Stefana 1, 89240 Gacko
065 239 218

Usluge iz oblasti fizikalne medicine i kozmetologije, edukacije za masažu i hidžamu.

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



NAILS & 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“



ALISA Šuralija OSMANKOVIĆ

062 304 163
SARAJEVO



Halime Sokolaj

Kralja Tomislava 81
Mostar
063419507

KOZMETIČKI SALON
Beauty Dragana

EDUKACIJE I TRETMANI



☎ 065 033 371 065 922 075

✉ dragana.radic93@gmail.com

🌐 www.reallygreatsite.com

📧 draganaa.stancic

📍 Karađorđeva 53, Doboj



**BEAUTY BASICS
STUDIO**

📷 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

salonljepote.studior@gmail.com



BS best style STUDIO

FRIZERSKO-KOSMETIČKI

STUDIO

M.M. BAŠESKIJE 20

061 198 794

033 864 564

Radno vrijeme:
pon-pet 08-19h
sub 08-17h

Tijana Martinović™



+387 66 795 700

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



GRAND MASTER
MENSURA MEGY HODZIC
LE SALON D.O.O

KALINIA BARIŠKA 1
71000 SARAJEVO

PHIACADEMYBIH@GMAIL.COM

+387 61 661 000

+387 67 206 034

PHIACADEMY_BIH

GRAND_MASTER_SALON

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

Barber shop

ZELJKO LONČAR

ŽELJKO LONČAR

+387 63 700 232

zeljoloncar123@gmail.com

zeljko_loncar_barber_shop

Zagrebačka bb, 88240 Posušje

MILICA
SALON LJEPOTE

KONTAKT
OBALA LUKE VUKALOVIĆA BB
066 955 933

MANIKIR | PEDIKIR | DEPILOCIJA | PUDER OBRVE | PROFESIONALNO ŠMINKANJE

BEAUTY CORNER BY JOVANA PANIĆ

AURA mesoestetičar
THALGO AFRODITA

MARUČI ONLINE

www.bcjovanapanic.com

S.p. Jovana Panić Banja Luka
Milana Karanovića 53, Banja Luka
066 510 610
www.bcjovanapanic.com
@jovana_panic_beautycorner
Beauty Corner by Jovana Panić

ZJ
ZERINA JUNUZOVIĆ

ZERINA JUNUZOVIĆ
Trajna šminka
Puder obrve
Hairstroke
EDUKACIJE

GRAČANICA, UL. RIJEČKA
+387 61576738
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 Mandzuka
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
Magistar Estetike i Kozmetologije
Ernesa Janjos

enjoy salona & estetski centar si

+37 62 854 127 / +387 60 34 16 540
estetski centar si / enjoysalona

M
Magistar Estetike i Kozmetologije
Marija Ivančić - Mery

Prisoje bb, 80 240 Tomislavgrad
mery_makeup_hairstylist
+387 63 464 303
marijamerytg@gmail.com



STUDIO E L A
- beauty and care -

Dudic Ela

- +387 62 145 556
- Merhemca trg bb, Sarajevo
- @beautystudioela
- Studio Ela



MILLIONHAIR
FRIZERSKO-KOZMETICKI
SALON MILLIONHAIR

ADRESA: DZEMALA BIKEDLOVA 3132
TEL: 061/219-29-22
INSTAGRAM: MILLIONHAIR_OFFICIAL




Bojana Panić

- +46721820190
- _bojana_panic_
- body_shape_by_bojana
- bojanasemberija@gmail.com




CHIQUE
LUXURY BEAUTY PALACE

- Mepas Mall 5. Kat, Mostar
- www.chique.ba
- 061 195 681
- @chiquemostar
- kontakt@chique.ba
- Chique - Luxury Beauty Palace



DIVA COSMETIC

Stupska 17A,
71 210 Ilidža Sarajevo

www.divacosmetic.ba

+387 62 169 976

ZAGRLITE MOĆ TRANSFORMACIJE, GDJE LJEPOTA
CVIJETA I SAMOPOUZDANJE SJA.

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



MERIMA ŠIPKOVIĆ BEGIĆ
Makeup artist

+38761 / 536 - 199

merimabegic88@gmail.com

Komune Vejlje broj 14,
Jablanica, BiH



La Vie
Beauty Center

Kozmetički salon

Maršala Tita 11, 71000 Sarajevo
Tel.: 061 / 383 - 116
@la_vie_beauty_centar



Ivana Bošnjak

+387 63 637 149

lys_mostar

mostar@lysbyrb.com

Tina Ujevića (Vokića i Lorkovića) 87, Mostar



DeNEA BEAUTY CENTAR

Rustempašina 23/II
Mellan Centar, Ilidža
Tel.: +387 62 720 909

deneabeautycentar@gmail.com

denea_beauty_centar

Denea Beauty Centar

KOME BISTE POVJERILI SVOJE OČI?

NAJISKUSNIJIMA, NAJNAPREDNIJIMA, NAJVEĆIMA?



Pobjednik



Dobitnik nagrade



Dobitnik nagrade



065 348 607  radionica "foryou"  radionica_for_you  www.namjestajforyou.ba

Gdje dizajn susreće ljepotu... Radionica namještaja "for you"

SKINmed
aesthetic



NUCLEOFILL

novi koncept bioregeneracije na bazi polinukleotida

NUCLEORICH

PL je Prvi tretman protiv starenja na bazi
PDRN prirodnog porijekla i polilaktičke kiseline

Ekskluzivni predstavnik i distributer brenda "Promoitalia" za Hrvatsku i Bosnu i Hercegovinu:
MK - Post Scriptum d.o.o. P.J Skinmed.aesthetic
Milana Karanovića 57 Banja Luka Kontakt br.: 0664681111; 066204801

