

A full-page photograph of a woman with long brown hair, smiling broadly. She is wearing a knee-length, short-sleeved dress with a large-scale blue and white tropical floral print. She is seated on a light-colored wooden chair with ornate legs. The background is a soft-focus interior scene with pink and white flowers.

Ljeto 2022.

BeautiFUL

KAKO POSTIĆI
KVALITETAN I
POSTOJAN MAKE UP?

SEAD SELMANOVIĆ

Održan Sajam
BeautiFUL 2022

NOVOOTVORENI
SALON „CATS“
U BANJOJ LUCI VEĆ
JE POKUPIO
MNOGE SIMPATIJE

Bojana Mutić
Moda i Tako To

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
classic

KERATIN

STYLE-IN

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



frizerland.ba



TRENUTNO PRUŽA
SJAJ I MEKOĆU!

Black Professional Line vam predstavlja:

JADE Supreme Solution - Lamelarni balzam za kosu
s organskim ekstraktom zelenog čaja

ZA INSTANT TRANSFORMACIJU
KOSE U SAMO 8 SEKUNDI, VEĆ NAKON PRVE UPOTREBE



BeautiFUL

Direktorica:

Naida Memić
naida.memic@sfera.ba

Glavna i odgovorna urednica:

Elvira Drežnjak
elvira.maric@sfera.ba

Grafički dizajn:

Azra Nazečić
azra.nazecic@sfera.ba

Marketing:

Azra Brajlović
azra.brajlovic@sfera.ba

Print:

Sfera d.o.o.
Čevrina 9a
88 000 Mostar

Sfera d.o.o.
Čevrina 9a
88 000 Mostar
Tel: 036/578-259
Fax: 036/557-990

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. Andrey 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 lijepе, te svaka na svoj način nosi svoju ljepotu. Bitno je biti zadovoljan sobom, cijeniti sebe, uživati u svakom danu i radovati se svakom jutru.

Elvira Drežnjak
mr. komunikologije

Glavna i odgovorna urednica

99

kosa

- 28 Avangardno iznenadjenje na sajmu BeautiFUL2022

- 14 Jordi Tenas poznati frizer iz Barcelone posjetio Sajam BeautiFUL2022



fitness i zdravlje

- 40 Zašto ljeti kvariti ono što ste postigli pripremajući se za ljeto, trening treba biti rutina cijele godine?!

- 44 Šta je kalorija? – sve što trebate znati?



koža i tretmani

- 52 Enzimski piling za lijepu i čistu kožu by Alisa Bajrović

- 66 Vrijeme je da zaboravite na umoran, beživotan izgled kože koji prate bore i progresivno starenje kože!



nokti

- 124 SOVELVET BEAUTY CENTAR – novi proizvodi za nail artiste uskoro i u BiH



THE BEST IN HAIR CARE

nuggela & sulé



Višestruko nagrađivani španjolski
brand učinkovitih proizvoda koji
potiču rast kose i jačaju ju
napokon je stigao u BiH!



POSJETITE NAS NA
[NUGGELASULE.BA](http://nuggelasule.ba)

Nuggela & Sulé BiH
RONDO MONDO d.o.o.
P. Kočića 47
78000 Banja Luka
info@nuggelasule.ba



ZAPRATITE NAS NA
INSTAGRAMU



f

NÉONAIL

INOVATIVNI BREND ZA ŽENE KOJE SE VOLE
IZRAŽAVATI KROZ SAVRŠENU MANIKURU!

**Ne pratimo trendove, nego ih kreiramo,
te potičemo druge da čine isto!**

NEONAIL osvojio je europsko tržište svojim UV gel lakovima od kojih zastaje dah! Ovi proizvodi nisu savršeni samo za profesionalce, već i za sve žene koje pridaju značaj svojoj ljepoti i cijene svoje vrijeme. NEONAIL lakovi ističu se svojom otpornošću na ogrebotine, svojom postojanošću (do 21 dan!) i brzim nanošenjem!



frizerland.ba/neonail



USPJEŠNO ODRŽAN II SAJAM KOZMETIKE, LJEPOTE, ZDRAVLJA I WELLNESSA **BEAUTIFUL 2022 U SARAJEVU**



Sve zainteresovane posjetioce i ljude iz beauty industrije Sajam BeautiFUL2022 je 4. i 5.6. 2022 godine okupio je na jedno mjesto. Sarajevo je bilo centar ljestvica i kozmetike, koji je još jednom uspio da napravi lijepu priču i ljudima ponudi sve na jednom mjestu.

Sajam kozmetike, ljestvica, zdravlja i wellnessa beautiFUL2022 u organizaciji mostarske kompanije Sfera d.o.o., te tima djevojaka BeautiFUL, okupio je veliki broj stručnjaka iz svijeta, a na sajmu se predstavilo više od 100 kompanija sa preko 300 brendova. Ovo je jedan od najvećih sajmova koji se prostire na 8000m², a posjetiocu su uživali u besplatnim tretmanima, bogatom programu, sjajnim popustima, ponudama i nagradama koje su za njih pripremili izlagaci. Dva dana sajma bila su ispunjena raznovrsnim programom, radionicama, besplatnim edukacijama, te masterclassovima.

Sajam je otvorila gradonačelnica grada Sarajeva Benjamina Karić, koja je istakla važnost održavanja jednog ovakvog događaja, te je sretna što je kompanija Sfera d.o.o. uspjela okupiti sve na jednom mjestu i napraviti jednu fantastičnu priču koja će sigurno doprinijeti razvoju beauty industrije u BiH. Također se obratila i voditeljica marketinga i odnosa s janošću Sfera d.o.o. Elvira Drežnjak, pozdravila sve prisutne i zaželila im ugodan boravak i uspješnu saradnju, te riječ su kazali i direktori kompanije Frizerland d.o.o. i Brill Cosmetix d.o.o. koji su bili zlatni sponzori sajma. Pored izložbeno prodajnog dijela, u kojem se više od 100 kompanija predstavilo, organizovani su razni masterclassovi: Make up Dušan Lazić i Ines Jarak, Wellness Peđa Filipović te drugi, eminentna imena iz svijeta kose i noktiju koji su došli iz raznih dijelova svijeta da svoje znanje podijele i sa svojim kolegama iz BiH. Prvo nail takmičenje koje je organizovala kompanija Magnetic nails, jedan od srebrenih sponzora. Mnoštvo besplatnih edukacija, prezentacija, učinilo je ovaj događaj spektakularnim. Glavna bina sajma, u pravom smislu riječi bila je takva. U toku dva dana sajma na bini su se održale razne edukacije, prezentacije, različit zanimljiv sadržaj koji je privukao pažnju posjetioca.

Da bi cijelokupan sadržaj bio zaokružen, organizatori su pozvali i učenike srednjih škola, te smatrali da time ih već polako uvode u svijet za koji se svakako edukuju. Škole su se vrlo rado odazvale, te su profesori svojim đacima uveličali su ovaj događaj. Mnogo lijepih stvari se dešavalo u toku dva dana, a organizatori su posebno sretni i emotivni na ovakve pozive. Njihov cilj je obezbjediti edukacije i masterclassove, okupiti eminentna imena koji donose novitete u našu zemlju, usmjeravati i spajati, te na jednom mjestu obezbjediti da sve što je vezano za beauty industriju možete pronaći tokom sajma. Sajam će postati tradicionalni događaj u BiH, a organizatori već najavljaju naredni sajam u septembru 2023, te se nadaju da će slijedeće godine biti još mnoštvo divnih momenata i uspješnih saradnji.

Zlatni sponzori sajma beautiFUL2022 su Frizerland d.o.o. i Brill cosmetix d.o.o., srebreni sponzori su: LNB Trade d.o.o. i Magnetic Nails d.o.o., a bronzani sponzori su: Orbico d.o.o., D cosmetics d.o.o., Reviderm, Tombolo komerc d.o.o., Kanema beauty d.o.o., Be you Technology i Termoglas d.o.o., koji su na sajmu publici pored savjeta, odlične ponude i popusta, ponudili i raznovrsna predavanja i edukacije na glavnoj bini. Kafa sajma: Franck, auto sajma: Guma M i operater sajma: Telemach.



Inače, sajam beautiFUL2022 održao se 4. i 5.6. 2022 godine u Hotelu Hills u Sarajevu.

Intervju:
Bojana Mutić,
autor modnog bloga
Moda i Tako To

Bojana Mutić, rođena u Banja Lici 1980 godine. Supruga, majka dvoje djece, nesuđeni psiholog, suđeni diplomirani ekonomista. Autor je modnog i lifestyle bloga *Moda i Tako To*. Modni stilista, shopping asistent, bloger, vlogger i influencer, ako pitate druge. Ako pitate nju - građanski servis i luna park.

ZA SAVRŠENU LJETNU NASLOVNICU GLAVNI KRIVAC JE BOJANA MUTIĆ



Uvijek je bila fascinirana „ženskim čarolijama”, vidjela je svijet u ljepšim kolorima, sa neke inspirativnije strane, koju nam danas i putem društvenih mreža nesebično prikazuje. Kaže da je uvijek bila glavna stilistkinja, šminkerica i svetodavac, što je i nastavila primjenjivati. Razgovoru i susretu sa Bojanom uvijek se radujemo. Ljudi ispunjeni pozitivnom energijom daju nam krila za bolji u uspješniji rad. Naslovincu ljetnog izdanja za BeautiFUL2022 kraljiča upravo Bojana. A kroz razgovor sa Bojanom otkrili smo nekoliko detalja koje možda do sada niste znali o njoj.

BeautiFUL: Već duže vrijeme imamo lijepu saradnju kroz časopis BeautiFUL, te se još jednom zahvaljujemo na tome. Možete li nam reći koliko je bitno da se jedna poznata osoba koja gradi svoju karijeru, involvira u beauty svijetu i koliko je bitno biti dio toga?

Mutić: Hvala i vama što mi uvijek posvetite svoje vrijeme i pažnju, zadovoljstvo mi je baviti se lijepim temama zajedno s vama. Što se tiče „involviranosti”, mislim da ja nisam adekvatna osoba za odgovor na to pitanje, s obzirom na to da sam (zbog privatnih okolnosti, kojima radije ne bih opterećivala čitaocu), ja spriječena da učestvujem u tzv. beauty svijetu, na način koji bi bio odgovarajući za osobu koja se bavi bilo kakvim javnim poslom, čiji je napredak nužno zasnovan na interakciji, prisustvu, saradnjama, podršci i slično.

UVIJEK JE BILA GLAVNA STILISTKINJA, ŠMINKERICA I SVETODAVAC, ŠTO KROZ CIJELI ŽIVOT PRIMJENJUJE.

Tako da – jeste vrlo važno i umnogome može pomoći ostvarivanju novih kontakta, razvoju i napretku, ali, ja sam živi dokaz da je i bez društvenog života i podrške moguće raditi, uzdajući se samo u se i u svoje kljuse.

BeautiFUL: Prošlo je neko vrijeme od našeg druženja, da li ima nekih noviteta u Vašem životu, te na čemu trenutno najviše radite?

Mutić: Iskreno ne, jer opet – iz gore navedenih razloga – ja sam trenutno na svom maksimumu u pogledu kapaciteta i vremena koje ulažem, tako da nažalost nisam u mogućnosti da uvodim nikakve novine, iako su moje želje velike i kad bih samo imala prilike, vjerujem da bi noviteti bili redovna pojava u mom malom biznisu, a ovako većinu vremena maštam i samosažalijevam se.

BeautiFUL: Spomenuli bismo i evo još jednom čestitali peti rođendan postojanja tvog biznisa i bloga „Moda i tako to“. U svemu si posebna, pa i u tematskoj zabavi koju si pripredila. Kako je sve proteklo?

Mutić: Niko ne želi prosječan party, svi žele savršen party! Zahvalna sam cijelom timu koji je pratilo moje želje i ideje za jednu ovakvu, bit ću skromna – savršenu organizaciju. Fotografije u ovom slučaju, zaista govore mnogo više od riječi, i ja ih dijelim sa vama kao preporuku za sve fantastične ljude koji su učestvovali u organizaciji moje tematske rođendanske proslave. Novootvoreni Svečani salon "Bambus Loft" kao najbolji mogući izbor za sve proslave, koji osim prelijepog enterijera garantuje i vrhunsku uslugu, poslužitelje i konobare, na čiju ljubaznost vaše zvanice neće ostati imune.

Potom, famozne dekoracije Magic moment koje su bile SRCE i DUŠA ovog tematskog party-ja (Bridgerton inspired). Cvjetni aranžmani, svjećnjaci, photo wall s natpisom, pa čak i info pano na ulazu, izgledaju kao pravo REMEK DJELO. I to je ono što razlikuje prosječan party od savršenog, i posao od zadovoljstva, kad se svi učesnici trude i uživaju u onome što rade, pristupaju "zadatku" s velikom predanošću, unaprijed zaljubljeni u krajnji rezultat.

Posebno moram zahvaliti mojoj dragoj Aidi Cvjećara Paloma Grand, ne samo za prekrasan buket koji sam dobila na poklon (sa sve zlatnom krunom među Palominim domaćim božurima) nego što nam je u zadnji čas posudila prekrasne palme kojima smo dodatno ukrasili prostor.



66

Niko ne želi prosječan party, svi žele savršen party! Zahvalna sam cijelom timu koji je pratio moje želje i ideje za jednu ovakvu, bit ću skromna – savršenu organizaciju. Fotografije u ovom slučaju, zaista govore mnogo više od riječi i ja ih dijelim s vama kao preporuku za sve fantastične ljude koji su učestvovali u ORGANIZACIJI MOJE TEMATSKE ROĐENDANSKE PROSLAVE.



Ogriješih se, jer sam gore napisala da su dekoracije bile srce i duša party-ja, zato što je meni MUZIKA preprevažan aspekt bilo kakvog slavlja ako ne i najvažniji. Jer htjela sam da se ludo zabavimo, da plešemo, da svi znamo svaku pjesmu, da se svakoj obradujemo. DJ vjenčanja BL je savršen izbor za takve prohtjeve jer je moguće čuti baš svaku pjesmu koju želite, kad god želite, savršeno organizovati playlistu. **Vrhunac večeri je svakako spektakularan nastup saksofoniste, momenat koji je oduševio prvo mene, a potom i sve prisutne.**

Specijalni trenuci u toku večeri ne mogu bez specijalnih efekata, a ja sam ih birala kao kad bi desetogodišnje dijete biralo samo sebi za svoj party - daj sve! I vatromet i bijeli dim i balončići, sve je izgledalo bukvalno kao Disney bajka. Ako i vi želite bajkovite detalje, kontaktirajte ove divne ljude Dunje i kolači. Šlag na kraju je TORTA, a šta drugo očigledno prelijepa ali i preukusna, pa kao što su svi prilazili da pohvale

konobare, muziku i dekoracije, svi su pitali AJME KAKO JE UKUSNA TORTA, ko je ovo pravio?! Za tortu je bila zadužena Poslastičarnica Ciambella i od srca im hvala na ovoj preleposti, na srdačnosti i profesionalnosti.

BeautiFUL: Znamo da volite knjige i da Vas one čine ispunjenijom. Koju knjigu biste preporučili našim čitaocima ili koja je knjiga na Vas ostavila jak dojam i zbog čega?

Mutić: Da, knjige obožavam, ranije sam čitala mnogo više. U jednom periodu to je bilo par knjiga sedmično, nisam viđala ljude samo knjige i moram priznati da je to bio lijep period. Sada mi obaveze ne dopuštaju više od jedne knjige mjesečno i jako mi nedostaje čitanje, jer knjige me hrane, napajaju, zacjeljuju mi dušu, čine me boljom osobom i gotovo da mi je nebitno kojeg su žanra i koja je tematika, knjige su jednostavno melem za moj mozak i srce podjednako – poslije svake pročitane stranice osjećam se kao da sam dobila

energetsku infuziju.

Teško mi je preporučiti knjigu, jer – čitam mnogo - a u kombinaciji s mojom memorijom zlatne ribice, ja se skoro i ne sjećam tematike knjiga, niti glavnih likova, fabule. Podsjetim se tek ako pročitam sažetak, tako da knjigu nikada ne mogu preporučiti na osnovu teme, nego svog osjećaja i osjećanja, jer (iako ne pamtim činjenice) savršeno precizno se sjećam kako sam se osjećala dok sam neku knjigu čitala i moja preporuka je, nazovimo to tako, emotivne prirode. I dodala bih mali disclaimer, **Ijubitelj sam mračnih tema i naučne fantastike, tako da upozorenje za one koji nisu tome skloni.**

U tom kontekstu, Dvori od oraha, Ruta Tanenbaum i Srda pjeva u sumrak na duhove (Miljenko Jergović), Biblija otrovne masline (Barbara Kingsolver), Tunel (Ernesto Sabato), Smrt i njeni hirovi (Saramago, bilo šta od ovog pisca). Za razbibrigu Moja genijalna prijateljica

(Elena Ferante), Bridgerton (Julia Quinn), bilo šta Den Braun i bilo šta od Zagorke, Harry Potter (K. Rowling), Game of Thrones (Džordž R.R. Martin), Tolkin sve...

BeautiFUL: Stiže nam ljeto, lijepo vrijeme i haljinice, možete li izdvojiti neki brend koji je po Vama do sada izbacio najljepšu kolekciju, te koje su haljinice po Vama najveći hit ove sezone?

Mutić: Zimmermann oduvijek zauvijek najljepši i nedostupan meni (pa i većini, pretpostavljam), ali u domenu high street brendova, moram reći nažalost Zara, zbog proste činjenice što takva megaproducija za rezultat mora imati najbolju ponudu, jer kvantitet (i relativno zadovoljavajući kvalitet za cijene) koji oni nude ne može da se nadmaši, tako da je u moru opcija i noviteta koje nude njihove kolekcije na sedmičnom **nivou, uvijek mnogo gluposti ali i bisera, tako da teško da se trenutno neko može s njima takmičiti u tom pogledu.**



Teško mi je preporučiti knjigu, jer – čitam mnogo - a u kombinaciji s mojom memorijom zlatne ribice, ja se skoro i ne sjećam tematike knjiga, niti glavnih likova, fabule. Podsjetim se tek ako pročitam sažetak, tako da knjigu nikad ne mogu preporučiti na osnovu teme, nego svog osjećaja i osjećanja, jer (iako ne pamtim činjenice) savršeno precizno se sjećam kako sam se osjećala dok sam neku knjigu čitala i moja preporuka je, nazovimo to tako, emotivne prirode.

Sajam kozmetike, ljepote, zdravlja i wellnessa
#BEAUTIFUL22



Jordi Tenas poznati frizer iz Barcelone posjetio Sajam BeautiFUL2022

Sajam BeautiFUL2022 okupio je mnoge stručnjake iz beauty industrije. Poznati frizer iz Barcelone, Tenas, boravio je nekoliko dana u Sarajevu i bio dio održanog sajma.



PIŠE: JORDI TENAS

Jordi Tenas živi u Barceloni, Španija. Internacionalni je Master trener za Montibello brend više od 20 godina.

Odgovoran je za sva uspješna putovanja po svijetu na kojima radi edukacije, razne frizerske manifestacije, prezentacije novih modnih kolekcija i novih trendova.



Ekipa BeautiFUL-a ugostila je mnoge edukatore i vrsne profesionalce beauty industrije, među kojima je Tenas, frizer iz Barcelone i edukator za brend Montibello. Mnogo lijepih momenata i uspomena je ostvareno na sajmu, a više o tome nam govori Tenas.

BeautiFUL: Za početak recite nam ko je Jordi i odakle dolazi?

Tenas: Veliki pozdrav iz Barcelone za divnu ekipu u BiH. Ja sam Jordi Tenas, živim u Barceloni. Tehnički sam direktor i internacionalni edukator za brend Montibello.

BeautiFUL: Odakle dolazi ta Vaša ljubav prema frizerstvu?

Tenas: Oduvijek sam fan i zaljubljenik u kosu i sve vezano za nju. Ljubav je jednostavno tu, dok radim svoj posao osjećam se ispunjeno i vrlo rado svoje klijente uljepšavam. S obzirom na to da volim puno pričati, komunikacija mi je pomogla dosta u ovom poslu koji itekako zahtijeva lijep pristup, odnos i komunikaciju sa mojim dragim klijentima. Moja mama je isto frizer, te od nje sam također naučio voljeti svoj posao i ispoljiti svoje znanje i ljubav koju imam na svoje klijente.

BeautiFUL: Edukator ste za poznati brend Montibello, kažite nam nešto više o tome?

Tenas: Da jesam, sa ponosom to uvijek govorim. Vrlo rado putujem svijetom i upoznajem svoje kolege frizere s kojima dijelim svoje znanje i sve vezano za brend Montibello. Dva puta godišnje kreiram nove fashion kolore i nove tehnike šišanja.

BeautiFUL: U Sarajevu se održao Sajam kozmetike, ljepote, zdravlja i wellnessa BeautiFUL2022, gdje ste zajedno sa kompanijom LNB TRADE d.o.o. koja je distributer brenda Montibello za BiH, predstavili novitete, te radili edukacije. Kakva su Vaša iskustva?

Tenas: Moram reći da su se utisci slagali nekoliko dana poslije održanog Sajma BeautiFUL2022. Cjelokupan sajam je bio na svjetskom nivou i drago mi je da sam imao priliku sa timom LNB TRADE d.o.o., na čelu sa Jovicom Ličenik, koji me je i pozvao, provedem vrijeme i upoznam kolege frizere u BiH. Osjetio sam kako dobri vibriraju tokom dva dana sajma, upoznao sam mnogo divnih ljudi koji također dijele ljubav prema kosi, kao što sam i sam.

Iznenadio sam se, pozitivno, naravno, da tolika ljubav postoji kada je u pitanju kosa, ali i nadograđivanje svog znanja. Imali smo priliku da se družimo na velikom masterclassu koji se održao u sklopu Sajma. Na masterclassu smo predstavili sve novitete, otkrili neke trikove i zajedno uživali i družili se.

BeautiFUL: Da li je Sajam BeautiFUL2022 ispunio Vaša očekivanja?

Tenas: Vjerujte mi, bilo je i više od očekivanog. Jer kada dijelite svoje iskustvo sa ljudima koji to cijene i prepoznaju, sve se slaže kao kockice. Čestitam mlađom timu BeautiFUL2022 koji je učinio sve da se svi beauty profesionalci na jednom mjestu druže, dijele svoje znanje i prave nove uspomene.

BeautiFUL: Kako Vam se svidjela publika u BiH, te da li biste se ponovo odazvali pozivu?

Tenas: Već sam pomalo nervozan i uzbuđen na pomisao da ćemo se ponovo nekom prilikom družiti u BiH. Nadam se da ćemo se naredne godine vidjeti na sajmu, držim fige i molim se za to.

BeautiFUL: Da li imate neki savjet za naše drage frizerke u BiH a vezana je za brend

Montibello, te zbog čega ga najviše izdvajate od drugih?

Tenas: Kada pomislite na savršenu kosu i njenu boju, pomislite na Montibello. Mislim da će ovo biti dovoljna poruka za moje drage kolege frizere.





Oduvijek sam fan i zaljubljenik u kosu i sve vezano za nju. Ljubav je jednostavno tu, dok radim svoj posao osjećam se ispunjeno i vrlo rado svoje klijente uljepšavam.



MONTIBELLO

DÉNUÉE Ceramics

COLLECTION

SS22

Montibello je razvio 6 novih **DÉNUÉE** nijansi za kreiranje Ceramics kolekcije



Novih 6 nijansi inspirisanih bojama prirodne terakote za postizanje duboke, bogate boje sa svijetlim, svježim finišom. Osmišljena je Ceramics kolekcija za proljetno - ljetnu sezonu, pokazujući kremasto plave nijanse uglačanog sjaja, duboke, ali svježe bakrene i terakota smeđe boje, koje intenzivno dišu toplinu u svakom pogledu.

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



EKSTENZIJE ZA KOSU - sa njima frizura je uvijek spremna

Mnogo je načina ugradnje ekstenzija: keratin, nano keratin, mikroring, ušivanje tresa mikroringom, tape on tehnika i ice tehnika, koju vi birate?



Magična riječ glasi - ekstenzije. Kako ih stavljati, njegovati, šišati? Jesu li još uvijek apsolutni hit i kto ih najradije nosi? Za sve one koji su razmišljali "da barem mogu imati dugu kosu već sutra", želju mogu vrlo lako i brzo ostvariti. Pomoću ekstenzija potrebno je tek koji sat da biste od kratke kose napravili dugu i gušću frizuru. U razgovoru sa profesionalcem za ekstenzije, Žanom, saznali smo da se žene često odlučuju za ekstenzije i da je njen rad prepoznat. Svakako da je bitno da i materijal s kojim se radi bude vrhunske kvalitete. Žana ističe kako radi sa Hair Extensions 4 you već dugi niz godina kojima je jako zahvalna za kvalitet materijala sa kojim stvara prelijepе kose i frizure.

BeautiFUL: Prije svega recite nam nešto o vašem salonu i vašem dugogodišnjem radu?

Popović: Ja sam veliki zaljubljenik u svoj posao i mislim da se to uvijek osjeti u poslu. Ako nešto volite, onda

vam to nije samo posao već vam postane i stil života. Uvijek sam imala tu sreću da imam sjajne djevojke u svom timu i mislim da je ta atmosfera u salonu jako bitna. Mi smo tim koji se trudi da našim klijentima bude ugodno s nama, da ih saslušamo, čujemo njihove želje i damo najbolji savjet za odabir njihove frizure. Moram da se pohvalim da nam vjeruju i da su svjesni koliko se mi kao ekipa trudimo da se konstantno edukujemo i unapređujemo naše usluge, te uvijek imamo da im ponudimo neku novu uslugu.

BeautiFUL: Recite nam o uslugama u vašem salonu? Da li ima nešto što posebno ističete?

Popović: Kao što sam spomenula, sjajno je kad oko sebe imate dobru ekipu koja se nadopunjava, jer uvijek postoji nešto gdje svaka od nas može da istakne svoje vještine. U našem salonu radimo sve usluge koje bi trebalo da vam pruža jedan frizerski salon, ali smo se i istakli kao salon koji radi sjajne koloracije, svečane frizure, ekstezije, te vrhunska šišanja. Svakako bi istaknula šišanje koje je presudno da budete dobar majstor u svom poslu, jer ono može da naglasi svaki vaš rad i jednako tako da ga uništi.

BeautiFUL: Zanimljiva tema koja će sigurno zanimati mnoge djevojke jesu umetci koje radite u vašem salonu. Recite nam nešto više o vašim iskustvima?

Popović: Zadovoljstvo mi je da naglasim da već 15 godina u salonu nudimo i usluge iznajmljivanja umetaka, koje naši klijenti često koriste za posebne prilike. Mnoge djevojke pate za dugom kosom, a sa druge strane nemaju ni finansijsku mogućnost ili ni ne žele da urade pravu nadogradnju kose i onda su umetci idealno rješenje. Relativno za sitan novac imaju mogućnost da na dan vjenčanja, mature ili njima bitne prilike zabilistaju sa najljepšom frizurom i dužinom kose o kojoj su maštali. **Ako želite da vaše usluge budu vrhunski radovi, onda su nam umetci i sjajno rješenje da upotpunite neku svečanu frizuru, odradite i naglasite neke elemente koje je ponekad teško izvesti. Danas vidim da su umetci zaživjeli i u drugim salonima, što mi je svakako draga da čujem.**

Treba svi da rastemo i proširujemo svoje usluge.

BeautiFUL: Stiže lijepo vrijeme, djevojke žele lijepe frizure, pa recite nam nešto više o ekstenzijama?

Popović: Nadogradnja kose ili ekstenzije su fantastičan način da kroz par sati napravite svojoj klijentici dugu kosu. Naravno to je samo jedna od mogućnosti, jer ekstenzije su mnogo više od toga. Uz pomoć ekstenzija možemo klijenticama osim promjene dužine odraditi transformaciju boje kose. Možemo dodati ekstenzije da napravimo volumen, te odraditi dopune kose u određenim zonama gdje klijentici nedostaje dužine i punoće. Ponekad je potrebno dodati samo poneki pramen da potpuno promijenimo oblik frizure. Naravno pravilna aplikacija je presudna i da uvijek znate šta radite i zašto to radite, te koja metoda je najidealnija za vašeg klijenta.

BeautiFUL: Koliko dugo radite ekstenzije i koje tehnike koristite?

Popović: Često iznenadim klijente kad nas to pitaju u salonu kad krenem da nabrajam: KERATIN, NANO KERATIN, MIKRORING, UŠIVANJE TRESA MIKRORINGOM, TAPE ON TEHNIKA I ICE TEHNIKA NADOGRADNJE KOSE. Onda ih još dodatno zbunim kad im kažem da se neke tehnike mogu kombinovati u različitim zonama. Uglavnom svi počinjemo s nekom klasičnom nadogradnjom, a to je keratin tehnika koja se i nudi u većini salona. To je bila prva koju sam savladala i poslije vremenom uvodila nove tehnike. Uglavnom rekla bi da sam proslavila punoljetstvo u iskustvu s nadogradnjama.



INTERVJU: Žana Popović, Montibello master edukator za BiH

Svaki čovjek po prirodi teži znanju, pa tako i ova talentovana i uspješna žena, Žana Popović, koja već 22 godine radi na ličnom razvoju, ali i nesobično pruža znanja i dijeli savjete drugima. Vlasnica je salona „STUDIO ŽANA“ iz Gradiške već 20 godina.



Nedavno sam radila edukaciju 4 tehnike nadogradnje kose u Bihaću gdje će kolege svako proljeće i jesen imati mogućnost da vide i nauče nešto novo o ekstenzijama.

BeautiFUL: Koja tehnika najmanje šteti prirodnoj kosi?

Popović: Ja bih rekla da je prvenstveno sve u pravilnoj aplikaciji i načinu održavanja ekstenzija. Kad kažem pravilnoj aplikaciji mislim na vještina i koliko su nam radovi uredni. Naravno bitno je iskustvo frizera, da svaku tehniku prilagodi tipu kose na kojoj radi. Bolje je ponekad i odbiti klijenta ukoliko ima zahtjeve koji smatrate da štete njenoj strukturi i da to nije za njenu kosu. Svakako hladne tehnike su tehnike koje ne oštećuju vašu kosu ili to čine minimalno. To su Tape On, MIKRORING i moja nova ljubav ICE TEHNIKA.

BeautiFUL: Koja je po vašem mišljenju najpopularnija tehnika i na koju se djevojke najčešće odlučuju?

Popović: Ipak najzastupljenija tehnika je keratin iz razloga što je klijentima najpristupačnija i samim tim je najčešća tehnika. Ono s čim mi možemo da se pohvalimo i istaknemo jeste ICE TEHNIKA koja je trenutno najpopularnija i koju najviše traže. Spomenula sam da je to nova i velika ljubav, ali ono što je najbitnije isto to misle i klijenti. Njena sama aplikacija je zanimljiva i drugačija od ostalih tehnika. Naravno ono što mi se posebno dopada pravi efekat potpuno prirodne kose. Možete praviti kombinaciju boja u isto vrijeme koristeći više nijansi i da sami određujete debljinu pramena. Vrlo je ugodna i lagana za nošenje i njeni spojevi su skoro nevidljivi. Samim tim i klijentice imaju mogućnost da stilizuju frizuru u bilo koji oblik, a da se ne plaše lošeg efekta.

BeautiFUL: Koja je procedura stavljanja ekstenzija, koliko dugo traje, te koja je cijena tretmana?

Popović: S novim klijenticama uglavnom dogovorimo konsultacije, da vidimo kakve su njihove zelje i kako one zamisljavaju svoju savrsenu nadogradnju i onda zajedno dolazimo do najpravilnijeg i najboljeg rjesenja. Nazalost, nekad nisu u mogucnosti i onda morate biti spremni da rizikujete da neka slika njihove kose, koju su vam poslali, mozda i nije realna slika pravog stanja kose ili nijanse za koju ste se dogovorili. Naravno, morate biti profesionalci i pored nijanse koju ste eventualno spremili za svog klijenta u salonu uvek imati rezerve kose, koju mozete ili cete sigurno nekad iskoristiti. Ceka se na termin oko 15-20ak dana iz razloga sto morate odvojiti nekoliko sati da se posvetite samo jednoj klijentici. Ukoliko se klijentica farba nije pozeljno da ima izrast. Radi se na suvoj cistoj kosi bez ikakvih stajling preparata, te obavezognog sisanja vrhova ili preoblikovanja frizure da bi se lakse prilagodila nadogradnji.

[]Tape on je najbrza tehnika i za njenu aplikaciju potrebno je odvojiti 30min, za keratin 2-3h, dok je ice tehnika najzahtjevnija i samim tim i najsporija tehnika koja moze da traje i po 5-6h zavisno koju gramazu radimo. Svaka tehnika ima svoju cijenu i sve se naplacuju po gramazi. Tape on je najefтинija, dok vam je za ice tehniku potrebno izdvojiti duplo vise novca.

BeautiFUL: NAKON STAVLJENIH UMETAKA KOJI SU VASI NAJCESCI SAVJETI DJEVOJKAMA? KAKO DA IH ODRZAVAJU I KAKO DA IH NJEGUJU, TE NAKON KOLIKO VREMENA BI TREBALE DOCI NA KOREKCIJU?

Popović: Najidealnije je ukoliko su u mogucnosti da je

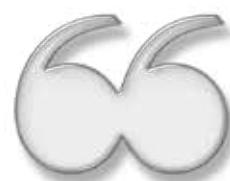
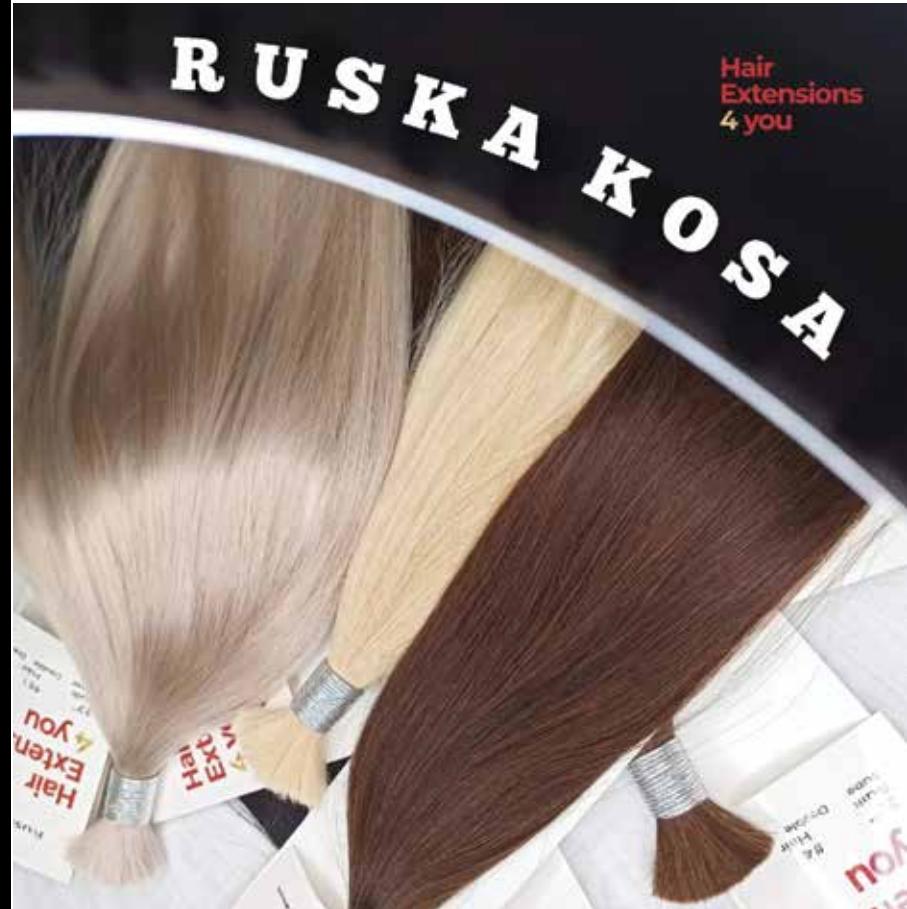
održavaju kod svog frizera ili makar mjesечно posjete frizerski salon. Ono što obvezno naglasimo da se kosa uvijek pere u uspravnom položaju pod tusem, nikako preko glave. Pre spavanja kosa se veze u lagani rep da bi se sprecilo zapetljavanje kose. Ukoliko se ide na kupanje, nasa preporuka je da se kosa uplete u pletenicu i naravno preparati za njegu kose. U salonu radimo isključivo s Montibello brendom i kao neko ko je edukator za taj brend pronašla sam i testirala proizvode koji su zadovoljili sve moje kriterijume, pa tako iz Treat linije za njegu kose, imam nekoliko proizvoda koje preporучujem svojim klijenticama. Naravno pored njege bitno je da imaju kvalitetnu cetku koja je dizajnirana specijalno za ekstenzije, jer je redovno cesljanje jako bitno da bi nadogradnja izgledala uredno i da bi je sacuvala.

BeautiFUL: POZNATO NAM JE DA STE EDUKATOR ZA MONTIBELLO, DA LI RADITE I EDUKACIJE ZA EKSTENZIJE?

Popović: Nažalost nemam previše vremena za edukacije zbog velikog obima posla u salonu, ali dobrom organizacijom i kad si vrijedan nadje se vremena i za to. Rado radim edukacije i trudim se na najbolji i najpristupacniji nacin kolegama da prenesem svoje znanje. Sve više kolegama mi se javlja upravo za ice tehniku.

BeautiFUL: KOJE UMETKE VI KORISTITE I KOLIKO STE ZADOVOLJNI KVALITETOM?

Popović: Treba da radite s dobavljačima koji mogu da ispunе sve vase standarde. Meni je jako bitno da znam kakav kvalitet kose imam. [] Premijum kosaznačinajbolji kvalitet kose. Obavezno biramo remi kosu jer su kutikule okrenute u pravom smjeru, za razliku od ne-remi kose koja se konstantno mrsi. Takodje mi je jako bitno da radim s kosom koja je double drawn, gdje je sva dužina kose jednaka i dobijate punu i kvalitetnu nadogradnju. Volim da su mi uvek dostupni i da su snabdeveni s ponudom nijansi. [] Ako mogu iskoristiti priliku da nekog izdvojim, onda bi to bio LNB trade sa svojom ponudom i konstantnom nadopunom kose u ponudi, za različite tehnike i potrebe frizera.



Nadogradnja kose ili ekstenzije su fantastičan način da kroz par sati napravite svojoj klijentici dugu kosu.



ODRŽAN VELIKI MASTERCLASS



WORLD OF BLOND COLORS & CARE

u sklopu **B**²⁰²²
beautiful sajma koji se održao
u Sarajevu 04. i 05. juna 2022. godine,
Hotel Hills, Sarajevo.



B²⁰²²
beautiful

INFO

f /Red-Cat-BiH
i /redcatbih

Generalni uvoznik i distributer
za Bosnu i Hercegovinu

LNB TRADE

CREATE YOUR **STYLE**

Put srpske vojske 236, 78 400 Gradiška | +387 51 453 330 |
info@lnbtrade.com | www.lnbtrade.com



**TRENIRAM
KAD HOĆU
I GDJE HOĆU**

fitpass.ba

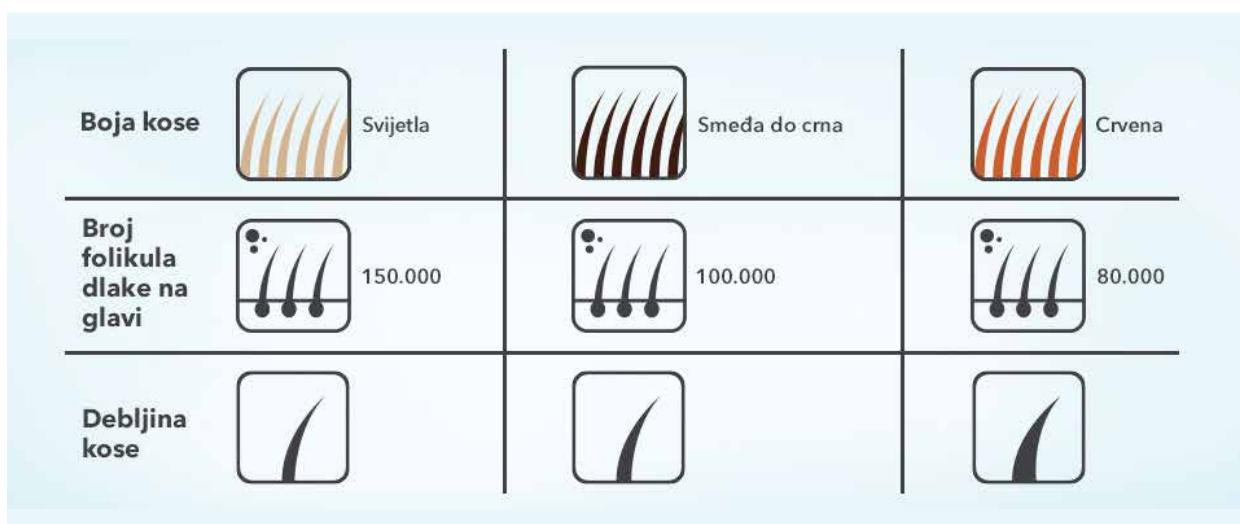
Otkrijte uzroke gubitka kose i spriječite ih

U prosjeku dnevno ispadne od 80 do 100 vlasa, što je posljedica njihovog prirodnog ciklusa rasta. Međutim, ako primijetite veće opadanje kose, možda patite od jedne od tri najčešće vrste gubitka kose. Naučite prepoznati znakove svake od njih i upoznajte načine kako ograničiti opadanje kose što je više moguće.



UPOZNAJTE SVOJU KOSU

Prosječna osoba ima između 80.000 i 150.000 vlasa na vlasiju. Broj vlasa svakog pojedinca je genetski određen, a na količinu djelomično utječe i boja kose. Boja kose utječe na broj folikula vlasa i debljinu vlasa.



Izvor: preuzeto prema Raab W. Haarerkrankungen in der dermatologischen Praxis. Springer Verlag 2012

Kosa raste ciklički i prolazi kroz tri faze rasta u svom životnom ciklusu. U anagenoj fazi raste, katagena faza je prelazna faza između rasta i gubitka kose, a u telogenoj fazi kosa isпада iz folikula vlasa. Zatim se ciklus rasta kose ponavlja.



Kosa se sastoji od folikula, a to je šupljina iz koje raste vlas. Vlas je u donjem dijelu korijena pričvršćena folikulom koji je malo zadebljan.

Prepoznajte svoj tip opadanja kose

Uobičajene vrste gubitka kose uključuju: anageni efluvij, telogeni efluvij i androgenu alopeciju.

Latinska riječ effluvium znači gubitak kose i odnosi se na pojačano opadanje kose koje premašuje normalni fiziološki gubitak kose, ali ne mora nužno dovesti do čelavosti.

Anageni efluvij: zbog liječenja u kratkom vremenu opadne većina kose ili sva kosa.

Anageni efluvij je tip gubitka kose koji se najčešće javlja zbog toksičnih efekata lijekova na folikule dlake tokom faze rasta. Čest je nakon liječenja raka, nakon zračenja, nakon uzimanja hemikalija i kod upalnih bolesti.

Ta vrsta gubitka kose je prolazne prirode jer u većini slučajeva kosa počinje ponovo rasti nakon otprilike tri mjeseca. Često se događa da osobi izraste drugačija kosa od one koju je imala prije liječenja – osobe s ravnom kosom tada imaju kovrčavu kosu i obrnuto.⁽¹⁾

Simptomatski gubitak kose

ili telogeni efluvij:

zbog određenog pokretačkog faktora kosa naglo opada po cijelom vlaštu.

Telogeni efluvij je česta pojava u kojoj pacijenti primjećuju da im kosa opada u velikim količinama tokom određenog razdoblja. Stresor uzrokuje prerani prelazak velikog broja folikula dlake iz faze rasta u fazu mirovanja.

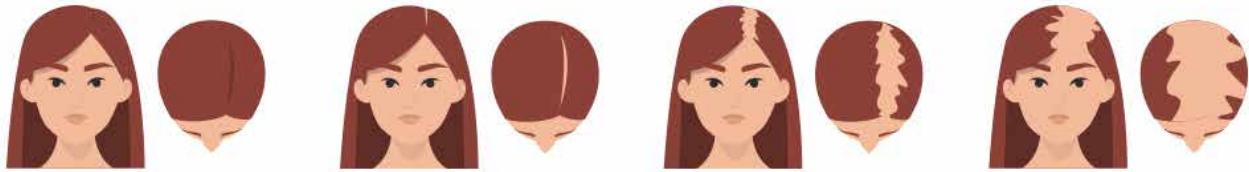
Stresni faktori su: psihički stres (npr. prije ispita, na poslu), postpartalni period, povišena tjelesna temperatura, infekcije ili teške hronične bolesti.

Simptomatski gubitak kose može biti akutna ili hronična pojava.

Akutna se javlja oko dva mjeseca nakon okidača i uzrokuje nagli porast gubitka kose (može opasti do 70% kose). Hronični gubitak kose, međutim, znači postepeno opadanje koje primjećujemo tek kada smo već izgubili većinu kose.^(2, 3)

Privremeni gubitak kose je također karakterističan nakon akutne virusne infekcije praćene povиšenom tjelesnom temperaturom, kao što je infekcija koronavirusom (COVID-19). Simptomatski gubitak kose se javlja nekoliko sedmica nakon infekcije, a rast kose se obično normalizira sam od sebe unutar tri do šest mjeseci.^(4, 5)

Androgena alopecija ili čelavost: najčešći tip gubitka kose, gdje se kosa počinje prorjeđivati na vrhu glave i sa strane.



Androgena alopecija je najčešći tip gubitka kose, javlja se kod oko 50% muškaraca i žena. Ta vrsta čelavosti je uglavnom nasljedna, ali ne neophodno. Češća je kod pušača, starije populacije, osoba s nedostatkom hormona štitne žlijezde ili s niskim nivoom željeza te prekomernim izlaganjem suncu. Androgena alopecija manifestuje se kao postepeno povlačenje prednje linije kose i kao pojava čelavih dijelova kod muškaraca ili kao difuzno stanjivanje kose uzduž tjemena vlasišta kod žena.^(6, 7, 8, 9)

Savjeti za manji gubitak kose

Postoji nekoliko načina za smanjenje opadanja kose:

Neka vam kosa bude raspuštena. Ako kosu redovno oblikujete u pletenice, pundu ili rep, nemojte ih previše zategnuti. Izbjegavajte dodirivanje kose što je više moguće. Nemojte povlačiti, uvijati ili trljati kosu. Osušite kosu na zraku. Nakon pranja kosu nježno obrišite peškirom. Izbjegavajte trljanje kose peškirom ili uvijanje kose. Jedite uravnoteženu prehranu bogatu ključnim hranljivim tvarima. Pokušajte uključiti dosta željeza i bjelančevina u svoje obroke. Najviše željeza se nalazi u crvenom mesu, morskim plodovima i pasulju, a bjelančevina u mesu, morskim plodovima, mlječnim proizvodima, jajima i mahunarkama.^(10, 11)



I pribor za oblikovanje ili bojenje kose je uobičajeni krivac za gubitak kose. U nastavku navodimo uređaje koji najviše utječu na opadanje kose:

- sušilo za kosu
- uvijač za kosu
- pegla za kosu
- kreme, gelovi i sprejevi za bojenje kose
- sredstva za izbjeljivanje

Ako se odlučite oblikovati kosu uvijačem ili peglom za kosu, učinite to tek kada vam je kosa potpuno suha i koristite najnižu temperaturu. Merz Spezial kapsule za kosu, koje sadrže ključne vitamine i minerale, mogu nam pomoći u borbi protiv gubitka kose.

Više informacija: www.merz-spezial.ba

Izvori

1. Kanwar AJ, Narang T. Anagen effluvium. Indian journal of dermatology, venereology and leprology. 2013 Sep. [citirano 17. februara 2022];79(5):604–12. Dostupno na: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23974578/>

2. Telogen Effluvium Hair Loss – American Osteopathic College of Dermatology (AOCD). [citirano 17. februarja 2022]. Dostupno na: <https://www.aocd.org/page/telogeneffluviumha>

3.Telogen effluvium (hair shedding) | DermNet NZ. [citirano 17. februara 2022]. Dostupno na: <https://dermnetnz.org/topics/telogen-effluvium>

4.Omicron covid symptom: Some patients experience hair loss | Fortune. [citirano 17. februara 2022]. Dostupno na: <https://fortune.com/2022/01/14/omicron-covid-symptom-hair-loss/>

5. Aksoy H, Yıldırım UM, Ergen P, Gürel MS. COVID-19 induced telogen effluvium. DermatologicTherapy. 2021;34(6):e15175. doi:10.1111/dth.15175AKSOYET AL.Sof5

6. Hair Loss (Alopecia): Causes, Symptoms, and Regrowth Options. [citirano 17. februara 2022]. Dostupno na: <https://www.healthline.com/health/hair-loss>

7.Hair loss – Symptoms and causes – Mayo Clinic. [citirano 17. februara 2022]. Dostupno na: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hair-loss/symptoms-causes/syc-20372926>

8.Fabbrocini G, Cantelli M, Masarà A, Annunziata MC, Marasca C, Cacciapuoti S. Female pattern hair loss: A clinical, pathophysiological, and therapeutic review. International Journal of Women's Dermatology. 2018 Dec 1 [citirano 17. februara 2022];4(4):203. Dostupno na: [/pmc/articles/PMC6322157/](https://pmc/articles/PMC6322157/)

9. Chan L, Cook DK. Female pattern hair loss. Australian journal of general practice. 2018 Jul 1;47(7):459–64.

10.Iron deficiency anemia – Symptoms and causes – Mayo Clinic. [citirano 23. februara 2022]. Dostupno na: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/iron-deficiency-anemia/symptoms-causes/syc-20355034>

11. Protein – Better Health Channel. [citirano 10.marta 2022]. Dostupno na: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/protein#protein-foods>

MERZ
SPEZIAL

Ljepota ima pitanja,
**Merz Spezial ima
odgovore.**

blistava
KOŽA
čvrsti
NOKTI
bujna
KOŠA





K18 – Jedina formula koju će vaša KOSA (ikada) TREBATI

O efektima jednog tretmana za kosu najbolje govore: 1. sama kosa klijenta, i/ili 2. frizer koji ne samo da intenzivno koristi proizvod u svom salonu, nego i odluči osobno zastupati brend koji je ponosni vlasnik jednog takvog 'produkta'.

Intervju: Sead Nunić, ambasador brenda K18

Razgovarala: Irena Fišić

Priču o "K18 – efektu" odlučili smo vam predstaviti očima poznatog 'hair transformatora' Seada Nunića, Šapčanina sa zagrebačkom adresom koji u salonu Hair Vision svoje vizije savršene kose pretvara u stvarnost, a sve uz pomoć profesionalne K18 maske i mist-a koje koristi uz gotovo svaki salonski tretman kojeg radi.

Dok smo K18 profesionalne proizvode i masku 'za kod-kuće' imali priliku upoznati u Frizerland poslovnicama i online platformama, ovaj put smo odlučili o njima procaskati sa Seadom, čije su nas K18 prezentacije na nedavno održanom Neum Hair Weeku i naravno, Sajmu BeautiFUL22 u Sarajevu

očarale i učinile da sumanuto tražimo K18 i ne osvrćemo se natrag.

Pa da krenemo:

Seade, kako je uopće počela tvoja priča s K18? Kako si, zapravo, otkrio K18 koji je sada, kako si već rekao, uvršten u gotovo svaki tehnički proces koji radiš na kosi svojih klijenata?

OK18 dugo sam slušao, i moram reći da me je cijela priča jako zainteresovala. Poslije godinu dana istraživanja, riješili smo da ga ubacimo u naš salon. Kao što sam i mislio, bila je to ljubav na prvi dodir! Već poslije prvog klijenta, znao sam da će to biti proizvod bez kojeg nećemo više raditi hemijske procese! Kao što sam rekao, u našem salonu više nije pitanje da li žele K18, već je on u sklopu svake kolorizacije, pramenova...

S obzirom da smo poznati po makeover - ima i kolorima, negdje je bilo i logično da započnemo saradnju sa njima. Također, direktor kompanije je u meni prepoznao ono što je ovom brendu potrebno, i obrnuto. Tako sam ubrzo postao i ambasador K18 za cijeli Balkan.

Znamo da K18 pokazuje svoje supermoći prilikom blajhanja i ekstremnog izbjeljivanja, no, da li ga ponekad koristiš i na tamnoj kosi, i ako da - u kojim slučajevima?

K18 nije samo predviđen za blajhanje. K18 čine mist (zaštita) i maska (njega za kosu). Maska se uvijek preporučuje, pogotovo jer pomaže pigmentima da se bolje vežu za dlaku i dublje prodrnu u istu. I naravno, ova maska dlaku čini mekšom i sjajnijom.

Da li svojim klijentima preporučuješ i korištenje K18 leave in maske kao 'domaću zadaću'? Koliko je bitna kućna njega s K18?

Kućna njega je najbitnija, ljudi ne mogu očekivati da urade jedan tretman u par mjeseci i da kosa bude dobra, a prethodno godinama rade blajh na kosi. K18 je "must have" za doma!

Da li K18 proizvodi pomažu i kod prirodno suhe, frizzy kose?

Da, nevjerojatno je to da su nam neke klijentice rekle da su im se vratile lijepo, prirodne lokne, koje su se izgubile prilikom dugogodišnjeg blajhanja i farbanja. Jako pomažu!

KUĆNA NJEGA je najbitnija,

ljudi ne mogu očekivati da urade jedan tretman u par mjeseci i da kosa bude dobra, a prethodno godinama rade blajh na kosi. K18 je

"MUST HAVE" ZA DOMA!

Podijeli s nama neko najzanimljivije iskustvo vezano za K18, možda neku reakciju klijenta ili slično, ako postoji.

Možda će vas ovo nasmijati, ali je istina. Na jednom seminaru smo pitali kolege za njihova iskustva i jedan cijenjeni kolega je ispričao kako je jednom prilikom masirao noge supruzi, ali nije imao nikakvu kremu pa je uzeo je K18 masku koja mu se našla pri ruci. Rekao je da mu žena nikada nije imala ljepše i mekše pete! K18 maska jako je hidrantna, što se pokazalo i u tom slučaju. Od tada samo koristi K18!





frizerland.ba

kosa kao nova

bez obzira na tretman koji joj priuštite

K18 peptid je molekularno otkriće koje je pokrenulo revoluciju u području njegе kose. Klinički dokazano obnavlja oštećenu kosu u samo 4 minute



f

GLORIA

PRIRODNA KOSMETIKA

Prirodni dodir ljeta



www.prirodna.com



Avangardno iznenadjenje

U modi, avangarda označava sve što nije konvencionalni trend, ono što nije trenutna visoka moda. Avangarda uzima inovativne tehnike, dizajne i materijale.



Njihov pristup koji je poseban, u ovom slučaju umjetnički oduševio je publiku Sajma BeautiFUL koji se održao u Sarajevu. Ekipa ispred kompanije Tombolo-Komerc na čelu sa Đurđicom Kotor, pripredili su avangardno iznenadjenje. Radi se o nesvakidašnjim frizurama, koje možete vidjeti na FASHION TV-i i ovoga puta i na sajmu BeautiFUL. Donosimo vam galeriju fotografija i naravno razgovor sa Đurđicom koja je detaljno objasnila o čemu je riječ.

Svaki sajam je izazov za izlagače, prilika za frizerе da vide nešto novo, a za mene znači mogućnost da pokažem svoju inspiraciju, maštu, kreativnost i umijeće. Na bini štanda Tombolo-Komerc, koji je uvoznik velikog broja renomiranih

Piše: Đurđica Kotur

Đurđica Kotur, kreativni direktor Frizerske akademije Stella i tehnički edukator firme Tombolo-Komerc d.o.o Gradiška.



na sajmu **BeautiFUL2022**

brendova proizvoda za kosu i opreme za frizere, ja sam uradila kolekciju avangardnih frizura.

S obzirom da smo na sajmu BeautiFUL2022 premijerno predstavili inovativnu liniju boja i proizvoda za kosu KAJANI style, modeli sa avangardnim frizurama su itekako privukli pažnju posjetiocima sajma. Na glavnoj bini sajma su posjetioci pored mojih modela sa avangardnim frizurama mogli da pogledaju radove učenika Frizerske akademije Stella i neke od zanimljivih KAJANI boja koje frizeri širom BiH već obožavaju zbog svoje inovativne formule koja neutrališe sve neželjene tonove nakon prosvjetljivanja, nudi čak 14 najtraženijih boja i garantuje izuzetnu postojanost pastelnih nijansi zbog visokog sadržaja proteina keratina u kremi koja vezuje pigment u dlaci, dok je arganovo ulje štiti i njeguje.

Meni kao frizeru je veoma važno da klijentima mogu ponuditi nešto novo, kvalitetno i zanimljivo. Kajani proizvodi su mi sad pravi raj za to. Isto tako volim kad izađem na binu da doživim da su gledaoci osjetili inspiraciju kroz moje frizure, da idemo naprijed, da se oslobođi kreativnost i pokaže šta sve može mašta uz malo volje i malo kose.

"Frizura za frizera je kao slika za umjetnika." Kada govorimo o avangardnim frizurama to su interesantni, vrhunski stilovi, najčešće viđani u nekim magazinima ili na hair-show događajima. Ultimativno, avangardna frizura pokazuje šta je sve moguće izraditi od kose.

"AVANT-GARDE je originalno francuski izraz koji se odnosi na prve čuvare, hrabri dio vojske koji ide ispred svih ostalih."

U umjetnosti, avangarda se odnosi na sve novo, napredno, progresivno, upadljivo. U modi, avangarda označava sve što nije konvencionalni trend, ono što nije trenutna visoka moda. Avangarda uzima inovativne tehnike, dizajne i materijale.



Kao što sam spomenula, avangarda se odnosi na nove, oštре ideje i eksperimentisanje. Kreativnost je ključ uspjeha. U ovoj kolekciji sam koristila jake i pastelne, kontrastne boje, geometrijska tijela i oblike, različite strukture elemenata od kose, da bih postigla vizuelno napadan izgled. Elementi avangardnih frizura se izrađuju od kose uz pomoć laka za kosu, a ovog puta sam koristila sintetičku kosu, jer mi je bila potrebna odgovarajuća dužina i takva kosa je vrlo podatna za izradu ovakvih stilova frizura. Avangardni stil je idealan za ljude koji se ne boje eksperimentisati i izaći izvan standardnih okvira. U ovom stilu se sve fantazije mogu pretočiti u stvarnost, naravno uzimajući u obzir osnovna načela estetike, oblika lica, konstitucije modela i prilike za koju se frizura izrađuje.



TOMBOL Ko_m

Kompaktни puder za izbjeljivanje do 9 tonova na bazi aktivnog uglja 500g.

Idealan za extremlnu i brzu posvjetljenja do 9 tonova. Ubrzava proces posvjetljivanja.



SG Šampon za skidanje žutih tonova 350ml - IL

Idealan za svu posvjetljenu ili obojenu kosu. Obogaćen extraktom grčđa i sive. Ljubičasti pigment tonira neželjene žute nijanse na sivoj, svjetlo plavoj ili prošaranoj kosi. Djejanje do 5 min.



ECHOS LINE
The Vegan Way

seliar
argan hair care
keratin



Keratin linija za suvu i hemijski tretiranu kosu

. Bez sulfata. Obogaćena keratinom i arganovim uljem. Čisti i jača kosu iznutra, te je ostavlja mekom i vitalnom.

Oporavak ispučanih vrhova i tretman protivkovrdzjanja za oštećenu kosu. Šampon, maska, sprej, kremaujće, bifaza regenerator.



Top sellers

Top sellers

Top sellers

[Info@tombolo-komerc.com](mailto:info@tombolo-komerc.com)

051/830-246

KiPower linija za molekularnu rekonstrukciju

Obogaćena keratinom i hijaluronskom kiselinom. Čisti oštećenu i bezivotnu kosu vracajući joj bitne molekule potrebne za unutrašnju obnovu. Savršeno zatvara kutikulu dijake. Sadrži šampon, masku i losion u spreju.

seliar
argan



Total one sprej 15 djejanja

Njeguje i vlaži suvu / obojenu i tretiranu kosu. Obuzdava nestaću kosu. djeluje na mekoću dijake, eliminise kovrdžu, efektno djeluje protiv električnosti, poboljšava i stiti kozmetičke boje, oporavlja oštećenu kosu, vraća formu i volumen diaci, popunjava i zatvara kutikulu, stiti od topote, vlažnosti i UV zračenja, pruža zaštitu od pucanja vrhova, ubrzava vrijeme feniiranja, protiv oksidacije, ostavlja kosu sjaj i sprječava neugodne mirise.



Color maske za rekonstrukciju i sjaj kose 250ml

Odmice za toniranje pramenova ili bojene kose. Za pojačavanje i isticanje nijansne boje nakon oksidacionog procesa bojenja.

Dust-free ljubičasti puder za izbjeljivanje do 9 tonova 500g.

Radi velikom snagom posvjetljenja u kratkom vremenu bez oštećenja kose.



TOMBOL Ko_m



Pure life hranjiva linija nakon bojenja za zaštitu od sunca

Linija neodoljivog mirisa, rježno čisti i hrani kosu, zahvaljujući Amla ulju koji zove "elixir mladosti". Čini kosu ultra mekom i eliminise nadelektrisanost. Linija sadrži šampon, masku, sprej regenerator i elixir za sjaj.

pura
kosmetica

Pure nutri lumia linija za suvu kosu

Exkluzivna formula obogaćena uljima koja čisti i daje sjaj suvoj kosi. Savršen tretman za sjaj i vitalnost. Linija sadrži šampon, masku, instant regenerator, hranjivo ulje za sjaj.



Pure repair linija za suvu i oštećenu kosu

Linija za oporavak oštećene kose. Zahvaljujući formuli obogaćenoj propolisom i Shea butter-om daje kosu mekoću i nevjerojatan sjaj. Ujedno oporavlja ispučale vrhove. Linija sadrži šampon i masku.



nuggela & sulé

Linija vrhunskih proizvoda za
njegu kose i vlašišta



Posjetite nas na
nuggelasule.ba



Nuggela & Sulé španjolski je laboratorij za razvoj i proizvodnju proizvoda za njegu kose fokusiran na **sastojke koji su učinkoviti** za različite tretmane i probleme s kosom.

Pri razvoju svakog proizvoda, osim estetskog učinka, jako je bitan i **terapeutski učinak na kosu**. U proizvodima se koriste **pametni sastojci** često inspirirani tradicionalnim spoznajama o sastojcima iz prirode koji su učinkoviti u **rješavanju različitih problema s kosom**.

Premium No1, jedan od najprodavanijih šampona u Španjolskoj, **spoj je tradicije i znanosti** zaokružen u jedinstvenoj formulaciji od 34 sastojka, među kojima se ističu **ekstrakt crvenog luka, morski glikogen i soli Mrtvog mora**. Zajedno ovi sastojci tvore jako učinkoviti tretman kod osoba koje se bore s ispadanjem kose ili onih koje žele potaknuti njezin rast.





zvrsna nadopuna šamponu za nastavak tretmana rasta i njege kose je Supreme regenerator. Ovaj regenerator poseban je po tome što **uopće ne masti i ne otežava kosu**, te se može **nanositi od korijena do vrhova**, time je **idealan čak i za ljudе s masnom kosom**. Osim što kosi daje predivan sjaj i olakšava raščešljavanje, također sadrži ekstrakt crvenog luka, te time **nadopunjava tretman rasta kose**.

Iako i šampon i regenerator sadrže ekstrakt crvenog luka, oni **nemaju miris luka**.

novativnost assortimana Nuggela & Sulé posebno se ističe u **ampulama za kosu**. Ampule za kosu su izuzetno učinkovite zbog svog tekućeg stanja te se brzo i snažno apsorbiraju u vlašište. Tajna njihove učinkovitosti je **visoka koncentracija aktivnih sastojaka**. Trenutno su dostupne 4 vrste ampula za različito ciljano djelovanje ovisno o potrebama kose. Flash ampule daju **instant vidljivi efekt na kosi** kojoj je potrebna doza vitamina i sjaja. Ampule za tretman rješavaju **probleme pojačanog ispadanja kose** i potiču njen **brži oporavak i rast**.



Medu inovativnim proizvodima nalazi se i F11 - prvi tretman koji **klinički dokazano ubrzava rast kose do čak 41,2%**. Klinička studija je pokazala da se poboljšava rad folikula, tako da osim rasta, ovaj tretman povećava i debljinu vlaši do 17,9%, a također i gustoću kose do 11,6%.



POSJETITE NAS NA
NUGGELASULE.BA

Nuggela & Sulé BiH
RONDO MONDO d.o.o.
P. Kočića 47
78000 Banja Luka
info@nuggelasule.ba



ZAPRATITE NAS NA
INSTAGRAMU



Pure Balance Line

Pure balance linija je stvorena sa ciljem da revitalizira Vašu kožu tako što uklanja nečistoće i ostatke šminke, te vraća pH Vaše kože u balans. Bazirana na naprednoj tehnologiji bio-fermentacije, ova linija istovremeno čisti i revitalizira kožu. Njena profesionalna formula za čišćenje smanjuje osjetljivost kože nakon medicinskih zahvata i štiti stijenu kože. Prije i/ili nakon laserskih tretmana preporuča se korištenje blago kiselog (5.5-6.8 pH) mljeka za čišćenje koje štiti kožinu barijeru dok istovremeno uklanja mrtve stanice kože bez nadraživanja.

PURE BALANCE MICELLAR GENTLE LIP AND EYE REMOVER (200ML)

Pure Balance Micellar Gentle Lip and Eye Remover je nježno sredstvo za uklanjanje šminke s usana i očiju. Sadrži biljne ekstrakte koji učinkovito uklanjuju ostatke šminke s osjetljive kože oko očiju i usana. Zaštitna i umirujuća svojstva kože: Formula sadrži ekstrakt centella asiatica, ekstrakt ploda ficus carica (smokve) i ekstrakt korijena ulmus davidiana koji pomažu ublažiti nadraženu kožu oko očiju i usana odmah nakon nanošenja. Hidratantni sastojci za sprečavanje suhoće: ekstrakt sjemena amaranthus caudatus, kalij glicirizata i alatoin koji pomažu u vlaženju kože i poboljšavaju njezin imunitet.



AKTIVNI SASTOJCI:

Ekstrakt ploda Ficus Carica (smokva): Dokazano je da ovaj ekstrakt voća utječe na melanin u koži, trans-epidermalni gubitak, vrijednosti hidratacije i sadržaj sebuma.

Ekstrakt korijena Ulmus Davidiana: Koristi se kao ljekovita biljka, ima antioksidativni učinak te njeguje i čistu kožu. Smiruje nadraženu kožu i poboljšava joj tonus.

Ceramid NP: Povećava vlagu, podržava obnavljanje prirodnog zaštitnog sloja kože i stvara učinkovitu zapreku protiv gubitka vlage.

PURE BALANCE PAPAYA ENZYME PEELING WASH (70G)

Hubislab Pure Balance Papaya Enzyme Peeling Wash (70g) je biljno sredstvo za dubinsko čišćenje na bazi enzima papaje. Prirodni ekstrakt papaje lako se otapa u hladnoj vodi i eliminira mrtve stanice kože bez iritacije. Patentirana granulirana formula pruža izvanrednu sposobnost čišćenja, a kožu održava mekom i vlažnom. Ispire prljavštinu i sebum unutar pora. Enzim papain razgrađuje proteine da bi stvorio pepton, koji bez iritacije ispire prljavštinu i sebum iz pora, čime kožu održava čistom i mekom. Prirodno aktivni sastojci vlaže i revitaliziraju. Prirodni aktivni sastojci, poput laktoze i hidrogeniranog lecitina, djeluju na vlaženje i revitalizaciju kože.



AKTIVNI SASTOJCI:

Papain (proteolitički enzim): Prirodni enzim za razgradnju proteina koji se ekstrahira iz nezrele papaje. Inhibira lipidne perokside i razgrađuje tvrdi keratin.

Bromelan: Prirodni enzim ananasa koji održava kožu zdravom.

Zea Mays (kukuruzni) škrob: Fini antioksidativni prah dobiven iz kukuruza koji uklanja ostatke šminke.

Alantoin: Učinkovit umirujući spoj koji liječi oštećene stanice kože i potiče rast novog tkiva. Idealan je za tipove kože sklene aknama.

PURE BALANCE REFRESHING CLEANSING MILK (200ML / 1000ML)

Za sve tipove kože. U potpunosti uklanja ostatke šminke i nečistoće. Ovo blago sredstvo za čišćenje dizajnirano je za kožu osjetljivu na prečesto umivanje lica, upotrebu kemijskih supstanci i antiseptika i / ili dermatološkim tretmanima. Jača oštećenu (grubu) kožu, oporavlja i revitalizira. Sastavljen od Hyalo Matrix-a, koji vlaži, popravlja i jača oštećenu (hrapavu) kožu, te laktina koji pomaže da se umiri i dodatno vlaži.



AKTIVNI SASTOJCI:

Beta-glukan: Održava kožu hidratiziranom i regeneriranim.

Hijalomatriks (hijaluronska kiselina, hidrolizirana hijaluronska kiselina, natrijev hijaluronat): Kombinacija tri spoja koja sinergijski djeluju na vlaženje i održavanje kože.

Ekstrakt Portulaca Oleracea: Osigurava vlagu i djeluje kao antibakterijsko i protuupalno sredstvo, djeluje umirujuće na osjetljivu i alergijsku kožu.

Ulje paprene metvice: Umiruje kožu nakon opeklina ili osipa; pomaže u kontroli sebuma.

Zašto ljeti kvariti ono što ste postigli pripremajući se za ljeto, TRENING TREBA BITI RUTINA CIJELE GODINE?!

Ljubav i posao spojili su u jednu priču, te zbog toga danas motivišu svoje klijente za njihove bolje rezultate.

Intervju: Slaven Vico i Isidora Čarapina, certifikovani fitness treneri



Slaven Vico poznati je certificirani fitness trener iz BiH. Njegovo fitness putovanje počinje u tinejdžerskim godinama. U svijet fitnessa prvi put je ušao kao srednjoškolac sa svojih 16 godina. U to vrijeme, nezadovoljan svojim izgledom odlučio je poduzeti akciju i počeo je trenirati. U početku su to bile osnovne vježbe koje je izvodio kući, sve dok se nije upisao u teretanu. Ukrzo se počeo intenzivno baviti fitnessom, uviđajući brojne prednosti treninga s utezima. Ulazeći u taj svijet, zanimanje o prehrani i pravilnom izvođenju vježbi bivala je sve veća. Prikupljaо je mnoge informacije o treningu, prehrani i suplementaciji kroz razne edukacije, te kroz suradnju s iskusnim i poznatim balkanskim, a i svjetskim fitness trenerima. SLAVEN VICO ima završene Total Body Coach certifikate i proširuje svoje znanje na edukacijama i seminarima. Njegov je cilj predočiti ljudima značenje fitnessa, pomoći im u pronašlasku vlastite ravnoteže, održavanju zdravog načina života i aktivnosti, te stjecanju tjelesnog i mentalnog zdravlja. U svom radu pomogao je stotinama zadovoljnih klijenata širom Balkana. Tisuće ljudi na društvenim mrežama prate njegov rad, pronađe brojne podatke o fitnessu kao i motivacijske tekstove za inspiraciju.



ISIDORA ČARAPINA poznata je certificirana fitness trenerica u BiH. Njeno fitness putovanje započinje u tinejdžerskim godinama.

U svijet fitnessa prvi put je ušla kao srednjoškolka sa svojih 15 godina. U početku su to bili kućni treninzi, sve dok se nije upisala u teretanu sa svojih 18 godina. Ukrzo se počinje intenzivno baviti fitnessom, uviđajući brojne prednosti treninga s utezima.

Ulazeći u taj svijet, zanimanje o prehrani i pravilnom izvođenju vježbi bivalo je sve veće. Njen san je bio isklesati zdravo i mišićavo tijelo. Uspjela je! Okušala se i u svijetu fitness takmičenju gdje je osvojila prvo mjesto u kategoriji Miss Fitness Model u Sloveniji 2019. godine. Završila je Certified Fitness Instructor EQF Level 3. I dalje proširuje svoje znanje na edukacijama i seminarima.

Ova ljubavna priča nas je zaintrigirala pa samo sebi dali zadatak da ih upoznamo i popričamo sa njima, a da sa vama podijelimo njihovu ljubavnu i uspješnu priču. Dvoje mladih i ambicioznih ljudi upozanali su se spontano, a danas su zajedno i zajedničkim snagama dijeli ljubav jedno prema drugom ali i prema fitnessu. Svoje klijente uče pravilnoj ishrani, pravilnom odabiru i radu vježbi, jer kako kažu ne moraš gladovati da bi bio fit. Dosta smo naučili od njih dvoje, a i sa vama dijelimo naš razgovor, u nadi da će i vama dati motivaciju za trening i shvatanje zdravog tijela.

BeautiFUL: Za početak nam recite kako je počela vaša ljubavna priča?

Slaven i Isidora: Mi smo se zapravo upoznali mnogo prije nego je krenula naša ljubavna priča.

Prvi moj susret sa Slavenom je izgledao ovako. Sa 18 godina odlučila sam se prvi put krenuti u teretanu. Kada sam ušla u teretanu tu je za recepcijom bio Slaven i ja sam mu rekla: "Ja sam ovdje prvi put. Ništa ne znam. Možeš li mi pokazati kako se koriste sprave?", na što je on meni odmah sve i pokazao. Tako da smo se uglavnom znali jer sam ja dolazila tu u teretanu i poslije toga sam počela raditi u njegovoj firmi Elit Nutrition sa 22 godine, gdje smo jednom prilikom otišli na jedno poslovno putovanje i kroz to putovanje smo se po prvi put bolje upoznali kroz priču i to je bilo to!

BeautiFUL: Kada ste krenuli da se bavite poslom fitness instruktora?

Slaven i Isidora: U Fitnessu sam već skoro 11 godina, Slaven duže od mene. Krenula raditi sa ljudima prije 6 godina. U početku sam prvo radila besplatno, klijentice su mi uglavnom bile moje poznanice. Htjela sam prvo da napravim par transformacija kako bi sebe uvjerila da to znam raditi i kako su krenule prve transformacije,

počeli su se povećavati upiti za trening samnom. Mogu reći da sam se aktivno počela baviti trenerskim poslom zadnje 4 godine. Kod Slavena je slična situacija samo je on u fitnessu 17 godina, a trenerskim poslom se počeo baviti zadnjih 10tak godina.

BeautiFUL: Kako su izgledali vaši početci?

Slaven i Isidora: Kao što sam napisala ranije obadvoje smo prvo krenuli raditi besplatno kako bi bili sigurni u svoje znanje jer jedno je napraviti transformaciju tijela na sebi, a drugo je kod drugih ljudi jer ipak sebe najbolje poznajemo, a svaka osoba je drugačija, drugačija genetika, drugačiji metabolizam, drugačiji način života itd..



“

Ne preporučujemo da prestanete sa svojim treninzima u ljetnom periodu.



Zato smo širili znanje kroz mnoge edukacije, seminare, angažiranje iskusnijih fitness trenera, te naravno kroz rad s praksu s ljudima.

BeautiFUL: Da li radite zajedno i kako izgleda jedan vaš radni dan?

Slaven i Isidora: Poslovi su nam uglavnom na istim mjestima, tako da se nekada potrefimo u isto vrijeme na istom mjestu, a nekada ne. Uh, naš radni dan je veoma dug.

Opisat ću jedan.

Ustajem ujutro u 4:20h doručak, kava i spremanje za trening. U 5:00h sam već u teretani, odradim svoj trening, već od 07:00h počinju privatni treninzi do 09:00, te odlazim na posao u Elit Nutrition (protein shop) gdje ujedno za kompjuterom radim programe za online klijente, nakon toga opet odlazim u teretanu i radim privatne treninge do 20:00h. Slaven se također budi u isto vrijeme i zajedno odlazimo na trening, nakon toga i on ima privatne treninge, a u međuvremenu završava poslove oko firme tako da je i njemu čitav dan radni dan. Obroke pripremamo navečer ili ako netko od nas stigne ujutro, ali obroci za svaki dan moraju biti spremni. S tim da u sav taj dan još uklopimo i rad na novim projektima o kojima ćete saznati uskoro! Puno toga pripremamo.

BeautiFUL: Stiže nam ljeto i vruće vrijeme, da li imate savjete za treniranje tokom vrućih i ljetnih dana?

Slaven i Isidora: Mi treniramo tijekom čitave godine, tako da svakako ne preporučujemo da prestanete sa svojim treninzima u ljetnom periodu. Jer zašto ljeti kvariti ono što ste postigli pripremajući se za ljeto? Izdvojiti ćemo nekoliko savjeta kako da lakše trenirate tijekom ljetnih vrućina:



- Smanjite intenzitet treninga

Ako ste trenirali 5x tjedno, sada možete trenirati barem 3x tjedno, smanjite kilaže na treningu, kako bi barem održali ono što ste do sada postigli.

- Izbjegavajte najtopliji dio dana

Najbolje bi bilo trening odraditi rano ujutro ili ako niste baš jutarnji tip onda navečer.

- Nosite laganu odjeću

Neki šorc, top ili tregeraću. Najgore mi je kada vidim kako neki još uvijek nose dux misleći da će tako brže smršati. To je mit. Može vam samo doći slabo i možete dehidrirati.

- HIDRATACIJA

Obavezno pijte dovoljno vode. Pogotovo u ljetnom periodu jer se puno više znojimo što znači izbacujemo više vode iz tijela. Posljedica može biti iscrpljenost, neugodni osjećaj slabosti. Zato, manje sokova, vode sa okusom - šećera, a više obične čiste vode! Uz sve zdravstvene prednosti treninga, jedna od dodatnih prednosti jest i fizički izgled, što je posebno važno u ljetno vrijeme kad je odjeće malo, a i vrijeme je odlazaka na plažu, u kupaćem kostimu. Baš zbog toga, u treningu treba biti redovit. Redovni treninzi snage održavaju mišićni tonus, a to je upravo ono što čini dobar izgled u kupaćem kostimu.

BeautiFUL: Šta je najveća motivacija kako bismo održali svoju energiju i dobру liniju tokom ljeta?

Slaven i Isidora: Najveća motivacija je cilj! Ako nemate cilj i nemate ono zbog čega idete u teretanu i trenirate nećete imati dugo motivacije. Cilj je također jako važno zapisati i stalno se podsjećati na njega jer u teškim trenucima često zaboravimo na cilj i zašto smo počeli i vidimo samo ono što je sada, vidimo samo koliko je

teško, ali kad imate cilj i dovoljno jaku želju odmah dobijete energiju i sa lakoćom pobijedite sve poteškoće koje vam se nađu na putu, a naravno uvijek će ih biti jer nikada nije sve savršeno.

BeautiFUL: Koliko je bitna hidratacija i konzumacija vode tokom treniranja?

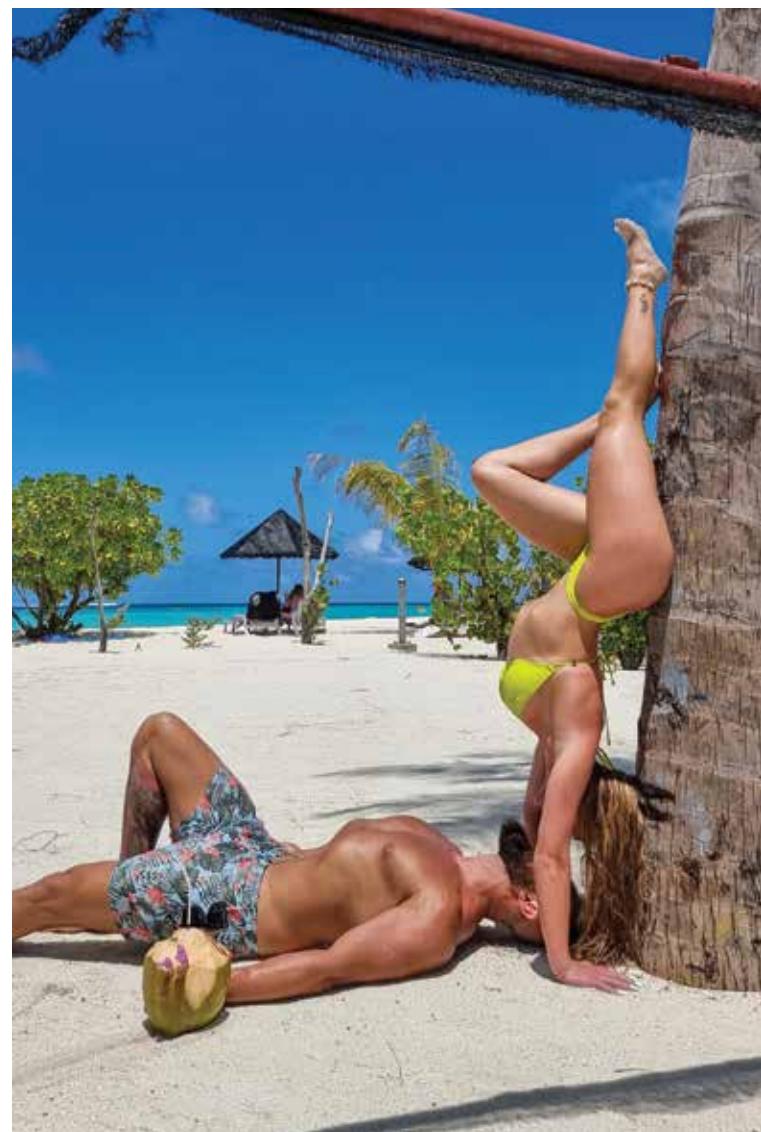
Slaven i Isidora: Hidratacija je posebno bitna za vrijeme treninga zato jer tada najviše tečnosti izbacujemo iz sebe kroz znoj, pa je bitno tu tečnost nadoknaditi konzumiranjem vode tijekom treninga. Velika prednost konzumiranja vode tijekom treninga je što će nam omogućiti više energije, ako smo dehidrirali osjećamo se slabo i iscrpljeno. U slučaju dehidracije možemo imati i probleme sa zglobovima, sa suhom kožom, sa celulitom, lošom probavom itd.

BeautiFUL: Koliko vi često trenirate tokom ljeta?

Slaven i Isidora: Slaven i ja tijekom ljeta treniramo 5x tjedno, čak više se zadamo sa treninzima ljeti nego zimi jer treba ipak dobro izgledati u kupaćem.

BeautiFUL: Koji je najbitniji savjet, a tiče se treninga za naše čitaoce?

Slaven i Isidora: Najbolji savjet koji vam možemo dati ako ste početnik da angažirate fitness trenera pa barem prvi mjesec, dva dok ne naučite neke osnove ili da upitate za savjet trenera u teretani u koju idete jer dolaskom interneta i društvenih mreža ima toliko puno informacija, ali i dezinformacija gdje ljudi često ostanu zbumjeni, ne znaju šta je točno, a šta ne, tako da po teretanama često viđamo koliko ljudi nepravilno izvode vježbe gdje se čak mogu ozbiljno povrijediti. Također kod prehrane ljudi mnogo grieše, gdje sebe stavlju na neke rigorozne dijete i time naruše svoje zdravlje. Naša politika je ne morate biti gladni da biste smršali!





ŠTA JE KALORIJA? – sve što trebate znati?

Piše: Vernes Pereonal

Vernes Pereonal je Health&Fitness Coach i profesor sporta i tjelesnog odgoja. Vlasnik je tri fitnessa u Tešnju, Usori i Doboju, a ovim poslom se bavi unazad 15 godina. Zadnjih 5 godina je zajedno sa svojim timom usavršio program mršanja NewBody4Life sa kojim pomažu osobama starijim od 30 godina da dođu do svoje željene kilaže, zdravlja i izgleda. Unazad 3 godine je uspostavio i svoju aplikaciju i rade online programe mršanja sa ljudima širom svijeta. Trenutno u programu imaju preko 200 žena iz 15 različitih zemalja.

Instagram: [ernes.karagic](#)
TikTok: [@erneskaragic](#)
YouTube: [Vernes Karagic](#)





Kalorije nisu na „dobrom glasu“. Kalorije krivimo za sve, počevši od toga da osjećamo grižnju savjest jer smo uživali u omiljenom slatkišu do toga kako nam ne mogu omiljene pantale.

Da razjasnimo stvar, kalorije su gorivo našem tijelu, samo trebate da pravite balans svoje prehrane. Sve ostalo prepustamo da nam objasni neko ko je u ovom poslu više od 15 godina. Kalorija je mjerna jedinica za energiju, u prehrani kalorija znači količinu energije koju hrana ili piće daje čovjeku kada je pojede ili popije. Kompletan filozofija dobivanje kilaže, održavanje kilaže i skidanje se svodi na balans te energije, odnosno kalorija. Ako

unosite više kalorija nego što trošite vi će dobijati na kilaži, ako trošite više kalorija nego što unosite onda će vam kilaža padati, a ako vam kilaža stoji onda količina kalorija koju unosite i trošite je jednaka.

Što se količine kalorija tiče 1 kalorija iz jabuke i 1 kalorija iz čokolade su apsolutno iste.

To je isto kao kada trebate da predete jedan kilometar; npr. da li ga prešli preko vode, zemljom ili išli zrakom, taj jedan kilometar je uvijek jedan kilometar.

Što u konačnici znači da možeš da jedeš po cijeli dan čokoladu i ako si u kalorijskom deficitu (da više trošiš kalorija nego što unosiš) ti ćeš gubiti na kilaži.

Ljeti dolazimo u velike izazove sa kalorijama, a tu prvenstveno se misli na tečne kalorije, gdje velike količine kalorija možemo da veoma brzo na ukusan način unesemo u sebe.

Naravno, kada unosite 100kal kroz čokoladu vi ne unosite skoro ništa korisno u vaše tijelo, a ako unesete 100kal iz jabuke unijet će te neke vitmine, minerale, vlakna, sve ono što je potrebno organizmu.

Količina kalorija koja je potrebna svakom čovjeku nije ista, ona zavisi od dobi, spola, tjelesne težine i visine, tjelesnog tipa, dnevne aktivnosti. Zbog toga neki mogu da jedu više a da se ne udebljavaju.

Kalorije su gorivo našem tijelu, samo trebate da pravite balans svoje prehrane.

Ljeti dolazimo u velike izazove sa kalorijama, a tu prvenstveno mislim na tečne kalorije, gdje velike količine kalorija možemo da veoma brzo na ukusan način unesemo u sebe. Tu spadaju sva osvježavajuća pića, sokovi gazirani, negazirani, cijeđeni, vode sa okusom, sladoledi i slično.

Postoje i one takozvane skrivene kalorije. Nprimjer neke kafe, cappuccina, macchiata mogu imati i do 400/500 kalorija. Što je količina kalorija jednog kompletног obroka.

Obratite pažnju i na to ako vam je zdravlje i vaš izgled bitan

Moj savjet za kraj je da gledate tabele nutritivnih vrijednosti hrane i piće koje konzumirate i da postajete svjesni količine kalorija koju unosite kroz dan u sebe. Što se potrošnje tiče kroz adekvatne vježbe snage, odano težinske treninge možete ubrzati svoj bazalni metabolizam odnosno potrošnju kalorija kada ništa ne radite, što vam u konačnici omogućava da unosite više kalorija a ne debljate se.

A za svakodnevni balans energije redovna šetnja i kretanje je idealna stvar

66

Količina kalorija koja je potrebna svakom čovjeku nije ista, ona zavisi od dobi, spoli, tjelesne težine i visine, tjelesnog tipa, dnevne aktivnosti. Zbog toga neki mogu da jedu više a da se ne udebljaju.

Neka se upije.

Upoznajte hidrataciju koja ulazi preko 10 slojeva.*

*Ispod površine kože; in vitro ispitivanje nakon 30 minuta

C
CLINIQUE



Clinique Moisture Surge 100H je proglašena **najboljom kremom za dnevnu njegu -** odabrali dermatolozi

Emilia Clarke,
Globalna ambasadorica brenda.

Namještaj, oprema i prateći materijal

za kozmetičke salone i spa centre

Sklopivi sto za masažu



Papirni prekrivači za krevet

Neka tvoj salon bude sinonim
za profesionalizam i udobnost!

mytan SPRAY TAN

lijepa i preplanula koža za samo deset minuta

Spray tan tehnika je tehnika bojenja tijela kojom se postiže lijep preplanuli ten bez štetnih UV zraka.

Jedan od glavnih razloga zašto postaje sve popularnija je, to što se na jednostavan i brz način postiže preplanuli ten, bez ikakvog rizika po zdravlje kože i zdravlje uopšte!

Postupak tretmana traje 10 minuta, a preplanulost na koži traje 7-10 dana (kod nekih osoba i duže), u zavisnosti od pripreme kože prije tretmana i njege kože nakon toga! Preplanulost se gubi postepeno i ukoliko se pridržavate uputstva za pripremu i dalju njegu, boja se ispire bez ostatka i bez ikakvih fleka na tretiranoj koži!

**Tretman je potpuno siguran a mogu ga koristiti i
trudnice pa čak i djeca!**



mytan

Mbs Academy i Brill Cosmetix kao i svaki put idu u korak sa trendovima pa smo i ovaj put među prvima, za svoje klijente, obezbijedili kvalitetne i profesionalne aparate za Spray Tan iz kolekcije našeg novog brenda My Tan.

Aparati su elegantnog izgleda, jako jednostavnii za upotrebu i dosta lagani. Uz aparat dobijate i 3 plastične boce namijenjene za boju.

Pored aparatua u našem assortimanu imamo i boje za Spray Tan tretmane. Boje su prilagodene za svaki tip kože, od onog najsijetlijeg do najtamnjeg. Tu su i šatori/kabine za Spray Tan tretman kao i jednokratne papuče za što efikasniji i uredniji proces tretmana.

Naravno, MbS Academy organizuje i edukacije za Spray Tan, koje su uz kupovinu početnog seta BESPLATNE! Edukacija se sastoji iz dva dijela, teoretskog a poslije toga i praktičnog, gdje prvo edukatorica radi na modelu a nakon toga i učenik.

Kombinacija DHA daje rezultat koji je vrlo sličan prirodnoj preplanulosti koju biste inače dobili od sunca. Obogaćena ekstraktom aloe vere, nježna formula ne sadrži parabene i alkohol. 100% veganski proizvod koji nije testiran na životinjama!

LATTE	BRONZE	ULTRA DARK
10%DHA	14%DHA	16%DHA



mytan


Brill Cosmetix

Brill Cosmetix D.O.O. | Sarajevska 35a Zenica | @brill_cosmetix
+387-63-978-822 | www.brillcosmetix.com |

Kako postići KVALITETAN I POSTOJAN make up?

Budite svježi i sačuvajte prirodan look tokom cijele godine, posebno tokom ljeta dok je sunce stalno sa nama.



Piše:
Sead Selmanović, frizer

Sead Selmanović je vlasnik frizerskog salona „Studio Maestro“ u Sarajevu. Pored dugogodišnjeg rada kao frizer već 15 god raditi uspješno kao i vizajist. Njegova motivacija je povjerenje i zadovoljstvo klijenta. Ambasador je i edukator za mnoge frizerske brendove. Posjetio je i bio učesnik svjetskih poznatih seminarova. Pored make up-a radi posebnim tehnikama jedinstvene svečane frizure, te je edukovan edukator svečanih frizura.

Ljetno vrijeme je idealno da se malo više posvetite sebi i svom tijelu. Ljeti smo dosta opušteniji, te lijepo vrijeme daje veću slobodu za brigu o sebi. Tijelo treba slušati, pratiti njegove zahtjeve, te samo na taj način ćete biti zadovoljni sa izgledom ali i unutrašnjim zadovoljstvom. Savjetujemo da tokom cijele godine, posebno tokom ljeta, kada sunce stalno sija, koristite SPF kako biste očuvali svoju kožu, pored toga je svakako hidratacija i čišćenje. U razgovoru sa Seadom, dao nam je par savjeta koje ćemo vrlo rado i sa vama podijeliti.

Kao dugogodišnji vizajist želim vam dati par savjeta kako postići kvalitetan i postajna make up. Postoje određeni koraci i načini njegovanja lica neposredno pred make up, no kako je bitno naglasiti da lice, tačnije kožu, moramo njegovati svakodnevno, ovisno o tome kakav vam je tip kože.

Koža se tokom cijele godine treba redovno hidrirati i hraniti. Ukoliko ne njegujete vaše lice određenim proizvodima i ne posjećujete redovno kozmetičara, ne možete očekivati baršunastu i čistu kožu dva dana prije posebne prilike na kojoj želite zabiljati savršenim make upom.

DVIJE STVARI KOJE POSEBNO NAGLASAVAM

Lice nemojte izlagati suncu i odlasku u solarij nekoliko dana prije šminkanja jer vizajista ma koliko skupim i kvalitetnim brendom radio

neće moći u potpunosti ispuniti vaša očekivanja. Lice će vam biti dehidrirano i pod upalom.

Isto tako je jako bitno da vaše lice njegujete nakon skidanja make up-a jer je koža suha i izirritirana.

Posebno me raduje činjenica da je muška populacija krenula da vodi računa o svojoj koži.

ZAKLJUČAK

Njegovano lice je najbolja i najsigurnija podloga za make up. Apelujem da svaki dan posvetite bar 10-15 min vašoj koži jer je ona vaše ogledalo.

DNEVNI MAKE UP

Kada govorimo o dnevnoj ljetnom make up-u lično preferiram toplije nijanse, u skladu sa godišnjim dobotom u kojem se nalazimo.

Zlatni, smeđi i bež tonovi su najpopularniji. Nakon predhodno urađene analize lica dogovaramo se oko vrste podloge (mat ili glow efekt). Nemojte pretjerivati sa bronzerima i highlight coverima u dnevnoj varijanti posebno ljeti. Budite svježi i sačuvajte prirodan look.

VEĆERNJI MAKE UP

Za večernji make up nam je mnogo više dozvoljeno od laganih nijansi i tekstura. Tu već postoji više prostora za igranje sa bojama i bronzerima. Pored dobrog make up-a neizostavan dodatak je frizura. Ako ste odvojili vrijeme za profesionalno šminkanje posjetite frizera i imajte frizuru dostojno urađenog make up-a. Uskladite make up i frizuru i zasijajte u punom sjaju.







ENZIMSKI PILING ZA LIJEPU I ČISTU KOŽU by Alisa Bajrović

Enzimski piling lica je tretman koji svakako treba vašoj koži. Ukoliko ga niste koristili do sada, evo prilike da se upoznate sa svim njegovim prednostima.

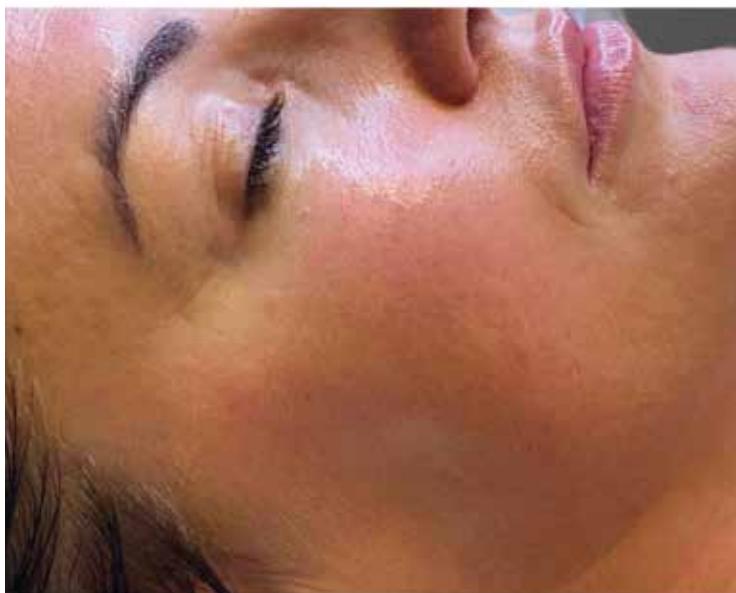


PIŠE: ALISA BAJROVIĆ

Alisa Bajrović je vlasnica salona Diamond Touch iz Sarajeva. Estetičar je po struci sa dugogodišnjim iskustvom u oblasti njega i liječenja kože lica.

Uklanjanjem mrtvih ćelija kože, lice postaje čistije sa ravnomjernijim tonomiteksturom. Dalje, uklanjanjem mrtvih ćelija sa kože, enzimski pling lica pomaže kod obnove unutar zdravih ćelija kože. Oni također mogu da pomognu kod smanjenja vidljivosti ožiljaka, starosnih fleka i bora.

Da biste bolje razumjeli šta zapravo znači enzimski piling lica, potrebno je malo objašnjenje i pojma enzim. Zbog toga smo vrlo rado razgovarali sa Alisom koja nam je objasnila sve o enzimima i enzimskim pilinzipima. Nakon čitanja ovog teksta vjerujemo da ćeće i vi zakazati termin za ovaj tretman. Enzimski pilinzi su proizvodi za njegu kože koji koriste enzime – kao što ime sugerira – za piling kože i uklanjanje



nečistoće. Za razliku od oštrijih hemijskih pilinga i alata za fizički piling, enzimski piling nježno i progresivno čisti pore i uklanja slojeve mrtvih ćelija kože i druge otrovine naslage. Iznimno su moćni iako nisu tako grubi za kožu. Budući da djeluju malo drugačije od ostalih proizvoda za piling, enzimski pilinzi izvrstan su izbor za osobe s osjetljivim tipom kože.

KAKO DJELUJE ENZIMSKI PILING?

Ukratko, enzimski piling sadrži mješavinu raznih voćnih enzima i organskih komponenti koje zajedno probavljaju mrtve ćelije kože i uklanjuju određene nečistoće u koži. Primarni sastojci bilo koje enzimske kore su skup voćnih enzima. Obično se uzimaju od voća kao što su: grejp, ananas, šipak, papaja i bundeve. Mnogi enzimski pilinzi formulirani su tako da različiti enzimi sadržani u voćnim sokovima i sjemenkama djeluju međusobno. Dok se piling stavlja na kožu, enzimi prodiru u pore i djeluju na prirodno obnavljanje kože. Kao rezultat toga, razni enzimski pilinzi mogu pomoći koži da izgleda i osjeća se puno mlađe i zdravije, plus pomoći koži da pokrene proizvodnju kolagena i ojača elastičnost.

PREDNOSTI ENZIMSKOG PILINGA

Piling je vrlo važan dio svake holističke rutine njegе kože. To je zato što se mrtve ćelije kože previše lako nakupljaju tokom vremena, začepljaju pore i dopuštaju da se s vremenom nakupe toksini i prljavština. Kada radite piling, uklanjate te mrtve ćelije kože i stavljate nove, mlađe i zdravije ćelije kože u prvi plan.

REZULTAT?

Zdravija i mekša koža koja se čini uistinu blistavom i vama i svima ostalima! Najveća prednost enzimskog pilinga je ta što omogućuje piling bez tipične nelagode. Kao rezultat toga, čak i oni s osjetljivom kožom mogu koristiti enzimske pilinge s velikim efektom! Međutim, postoje dodatne prednosti koje enzimski piling donosi:

TRENUTNI REZULTATI – Budući da je enzimski piling iznimno nježan, koža ne bi trebala biti sirova ili



Enzimski piling sadrži mješavinu raznih voćnih enzima i organskih komponenti koje zajedno probavljaju mrtve ćelije kože i uklanjuju određene nečistoće u koži.

nadražena kada uklonite piling ili kada je piling završen. Trebali biste vidjeti blistavu i podatnu kožu čim se piling ukloni, što vam omogućuje da koristite enzimski piling neposredno prije javnog događaja ili zabave bez ikakvih ostataka ili crvenila.

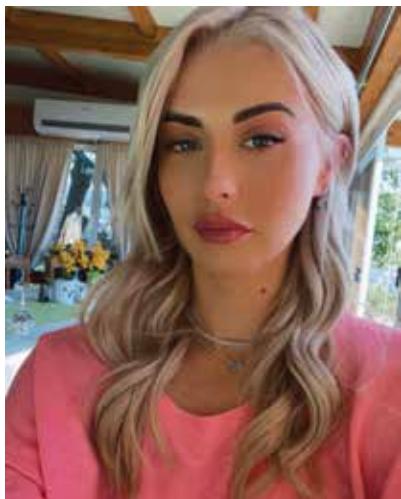
BEZ ZASTOJA – Budući da enzimski piling ne iritiraju pretjerano kožu ili imaju teške nuspojave, lako ih možete uključiti u holistički režim njegе kože. To također znači da možete koristiti enzimske pilinge za dosljedniji piling u usporedbi s oštrijim metodama koje mogu imati ograničenje od jednom sedmično ili mjesечно.

BOLJA TEKSTURA I TON KOŽE – Mnogi enzimski pilinzi koriste voćne enzime koji mogu olabaviti dosadnu kožu. To će zauzvrat pomoći da koža izgleda i osjeća se puno mekše i mlađe. Izvrsno za trudnice ili dojilje jer nesmetano mogu koristiti enzimske pilinge kako bi njihova koža izgledala blistava i mladolikou kao i uvijek prije rođenja ili tokom njegе malog djeteta. Većina vrhunskih enzimskih pilinga napravljena je od potpuno prirodnih sastojaka, tako da nema nikakvih neugodnih nuspojava.

MADEROTERAPIJA –

specifična terapija za razbijanje celulita i podizanje tonusa kože

Terapija pomaže redefinisanju kontura tijela, smanjuje celulit i olakšava gubitak težine. Drvene oklagije omogućuju primjenu pritiska koji pojačava raspad debelog i fibroznog celulita, kako bi se prirodno eliminisao zajedno sa drugim toksinima.



Piše: Amila Košutić suvlasnica salona Wings.

Amila Košutić studentica je fakulteta zdravstvenih nauka, odjek kozmetolog. Ovaj poziv je zavoljela upravo kao klijent. Iz znatiželje je počela sa edukacijama, a sada je suvlasnica salona Wings u Sarajevu.

aktivnost sve je učestalija pojava i u odraslih ljudi. Kroz razgovor sa Amilom, detaljno nam je objasnila pojam tretmana maderoterapija, te njegovog djelovanja.

Metoda je prije svega nastala kao body-sculpting masaža jer latinoameričke žene srednjih godina imaju veliki problem s opadanjem tonusa kože. S obzirom na njihovu građu i visinu, stručnjaci alternativne medicine osmislili su ovu sjajnu metodu. Shvatili su da daljnje razvijanje metode, osim podizanja tonusa kože i oblikovanja figure, ubrzava rad limfnog sustava i cirkulacije, izbacuje toksine i višak vode, zateže kožu i tako učinkovito uklanja celulit.

Ti se sjajni rezultati postižu s pomoću masaže drvenim valjcima različitih tekstura. Pravilno proveden tretman ne bi trebao biti neugodan niti bolan, te da je čak masaža valjcima na nogama manje bolna od ručne antiselulitne masaže – a učinkovitija. Izvodi se prije svega ručno, zagrijavanjem linfotoka i krvotoka a kasnije upotrebom različitih oblika drvenih elemenata, poznatih kao oklagije.

Osim elemenata u maderoterapiji je važno koje ulje koristimo kao podlogu a preporuka su ulja za profesionalnu upotrebu na bazi zelenog čaja, kofeina, bršljana, cimeta, gorke naranče, te je važno da su ovi navedeni sastojci na podlozi od bademovog ili arganovog ulja. Masaža može trajati od 30-60 minuta u zavisnosti od regije koju masiramo, a ono što je praksa pokazala je da su tretmani od 60 minuta efikasniji od onih kraćih.

Važno je ne masirati prednji dio potkoljenice i leđa u predjelu bubrega, grudni koš u blizini žlezdanog tkiva (kada se radi masaža dekoltea pripaziti na regiju grudi i nikako ne dirati tkivo).

Masaža se ne bi trebala sprovoditi u dane ciklusa, posebno prva tri dana jer se desizagrijavanje i širenje krvnih sudova pa može doći do pojačanog krvarenja. Osobe sa problematičnim venskim sistemom u pravilu ne bi trebalo da budu klijenti za masažu, a ukoliko se desi da postoji jedna vena koja je problematična tu regiju treba izbjegavati. U sklopu svake madero masaže jako je važno paziti da se radi i limfna drenaža da bi razbijeni toksini putem limfe izašli iz organizma.

Celulit je potkožna nasлага masnog tkiva s karakterističnim udubinama i čvorićima poznatija kao „narančina kora”, stanje kod kojeg dolazi do nagomilavanja masnoća i toksina pod kožom zbog čega dolazi do slabljenja vezivnog tkiva, koje povezuje kožu s mišićima, te stvaranja karakterističnog nabiranja gornjeg sloja kože. Ovo stanje karakteristično je za neke dijelove tijela kao što su područje nadlaktice, stomaka, stražnjice te donjih ekstremiteta (udova). Celulit se uglavnom javlja nakon puberteta i to uglavnom u mladih djevojaka, a rjeđe mladića. Nažlost zbog pogrešnih prehrabnenih navika i nedostatka dnevne rutine konzumiranja obroka i pogrešnih izvora namirnica uz nisku fizičku



66

Masaža se ne bi trebala provoditi u dane ciklusa, posebno prva tri dana, jer se desi zagrijavanje i širenje krvnih sudova, pa može doći do pojačanog krvarenja.



Nakon masaže je važno opustiti klijenticu dodatno, znači kad završimo upotrebu elemenata uljem i rukama zagladimo regiju koju smo tretirali, te po potrebi utrljamo serum ili antiselulitni gel.

Prije prve masaže, napomenuti klijentici da uradi blagi piling tijela kako bi se odumrle stanice s kože skinule i ne bi zapinjale za elemente u toku masaže. Ono čime se mi u našem salonu možemo pohvaliti je kombo terapija. Radi se na principu konstantnog zagrijavanja kože, uz obradu drvenim elementima. Jedan terapeut prolazi svaki dio tijela prvo rukama, zagrijava i priprema kožu za drveni element, te ubrzava proces razgradnje celulita, nakon ručnog dijela drugi terapeut nastavlja elementima i tako čitavu terapiju. Konstantno se radi kombinacija kroz čitav tretman, te tako ustvari dobivate dvije terapije u jednom tretmanu. Rezultati su više nego odlični i sigurno ćemo nastaviti širiti znanje i saznanja o borbi sa celulitom.

Osim kao napitak, kafu možemo koristiti i za njegu kože i kose

Većini ljudi jutarnja rutina je šoljica kafe! Savjet: nakon popijene kafe napravite sebi scrub za lice ili tјeme kose, žene preporučuju.



INTERVJU:
DRAGAN GRBIĆ,
glavni pržioničar za
Fabrika Coffee

Buđenje uz šoljicu kafe je nešto čemu se svi ujutro veseli. Kafa nam pruža mentalni podsticaj koji je potreban kako bi se dan započeo kako treba. Ali kada ne služi samo da nas probudi! Dug je niz beauty benefita koji kafa ima za našu kožu. Može se koristiti na bezbroj načina. Nove tajne ljepote uz kafu su osvježenja i podmlađena koža i kosa. Kroz razgovor sa Draganom Grbićem saznali smo sve o domaćoj pržionici kafe koja uspješno posluje u BiH, te smo kroz razgovor saznali mnoštvo benefita ispijanja kafe kako za organizam tako i za našu kožu i kosu. U narednim redovima saznajte sve ono što svaka žena želi da zna.

BeautiFUL: Za početak nas upoznajte sa vašom pržionicom kafe koja se nalazi u BiH. Kako je krenula Vaša priča?

Grbić: Veliki pozdrav vašim čitaocima, naša priča je krenula par godina prije samog pomena Fabrike u bilo kojem smislu. Za to vrijeme smo išli u škole širom svijeta, da bi naši pržioničari bili što školovaniji u svijetu kafe, i naravno dobili svjetski priznate certifikate. Nakon završenih obuka i kurseva pristupili smo stvaranju naših, već dobro poznatih, blendova. Kada smo bili sigurni u naše proizvode, te dobili certifikate za sam proizvod, tu kafu smo plasirali u naše kafeterije. Međutim, vlasnici lokala kako u Banjoj Luci tako i regionala su željeli da koriste našu kafu. Potražnja je bila sve veća i veća, te smo se na taj način proširili i na druge gradove Sarajevo, Mostar, Tuzla, Herceg Novi i mnogi drugi.

BeautiFUL: Po čemu je Vaša kafa posebna, te šta je ističe od drugih?

Grbić: Svakoj vrsti kafe se pristupa na poseban način. Sve kafe ponaosob imaju svoje profile prženja, vrijeme degasiranja, ispitivanja u laboratoriji, mjerjenje boje, vlažnosti, rastvorljivosti materije. Tek nakon svih ispitivanja i provjera, razne vrste kafa se miješaju u jedan blend. Imamo više vrsta blendova u ponudi, da bi svako od nas pronašao jedan omiljeni, koji mu najviše odgovara aromama i okusima.

Želimo da napomenemo da u ponudi imamo i specialty single origin kafe iz Kenije, Etiopije, Ruande, Gvatemale koje morate da probate u našim kafeterijama.



BeautiFUL: Jutarnji napitak koji svi volimo je kafa. Možete li nam reći gdje je sve možemo popiti?

Grbić: Prethodnim odgovorima smo već dosta rekli ali nabrojat ćemo naše kafeterije i coffee to go shopove u Banjoj Luci: Coffee to go shop preko puta Hrama i Opštine, Coffee shop kod Tržnice, Coffee shop u zgradi Ekvatora, Kafeterija i coffee shop u Jevrejskom centru kod Venecija mosta i uskoro kafeterija u sklopu Hotela Palas.



BeautiFUL: Da li je dostupna za kupovinu svim konzumentima?

Grbić: U svim našim shopovima možete da kupite sve vrste blendova i naravno domaću kafu.

BeautiFUL: Pored toga što je kafa ukusan napitak koji nam diže jutarnju energiju, koje još benefite može donijeti našem tijelu i koži?

Grbić: Umjereni unos kofeina je zapravo dobar, a studije su pokazale da može potaknuti sreću, energiju, koncentraciju i društvenost. Kafa može smanjiti rizik za pojavu raka kože bez obzira na to kako kafa može utjecati na izgled naše kože, ona prije svega može utjecati na zdravlje kože, i to pozitivno.

BeautiFUL: Piling od kafe je jedan od popularnijih kod žena, možete li nam reći koju kafu Vi predlažete za pripremu pilinga?

Grbić: Piling od kafe prvenstveno je djelotvoran kod suhe kože. Bogatim sastavom antioksidansa, pomaže kod osvježavanja kože, hidratacije i prirodnog maščenja. Bilo koja vrsta kafe će vam pomoći, preporuka je jedino da ne bude sitno mljevena, ipak će malo krupnija zrnca lakše i bolje da odrade posao.



Svakoj vrsti kafe se pristupa na poseban način. Sve kafe imaju svoje profile prženja, vrijeme degasiranja, ispitivanja u laboratoriji, mjerjenje boje, vlažnosti, te rastvorljivosti materije.

BeautiFUL: Pored pilinga za šta je kafa još može da posluži u beauty rutini?

Grbić: Pored pilinga se najvise koristi kao maska za lice, u kombinaciji sa ostalim preparatima. Koristi se još i za masaže u borbi protiv celulita, žene kažu da pomaže.

BeautiFUL: Kofein se odavno koristi u kozmetičke svrhe, da li je istina da stimuliše cirkulaciju i zateže kožu, šta Vi mislite o tome?

Grbić: Ne samo da stimuliše cirkulaciju, već je štiti i od sunčeve svjetlosti, ima protuupalni učinak i poboljšava elastičnost, stimuliše stvaranje kolagena.

BeautiFUL: Još jedna zanimljiva činjenica u vezi kafe jeste da ojačava kosu masažom u saradnji sa kafom, šta mislite o tome?

Grbić: Kafa može obnoviti rast kose ili spriječiti abnormalni gubitak kose. Pruža sjaj kosi, osim što je kosa jača i gušća, kafa za kosu vam može dati prirodni sjaj i učiniti je lakšom za oblikovanje i friziranje.

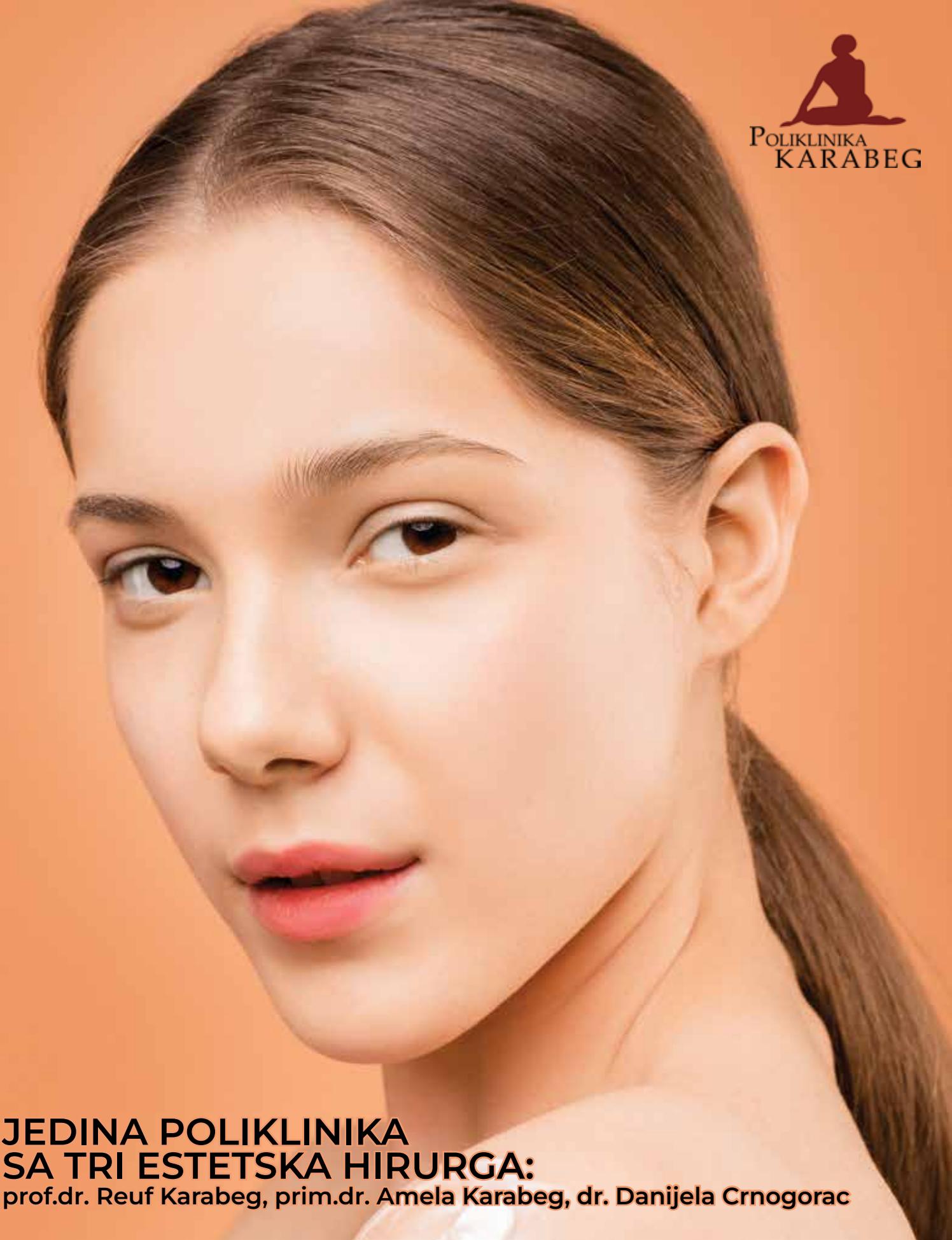


BeautiFUL: Šta biste Vi rekli, da li je kafa zaista ženin priatelj?

Grbić: Kafa je priatelj svih nas, ali ipak ponajviše priatelj žena. Muškarci je samo piju, dok žene koriste u druge razne svrhe.

BeautiFUL: Za kraj šta možete poručiti za naše čitaoce?

Grbić: Za kraj vam poručujemo da kafu konzumirate i kao napitak i u beauty tretmanima. Jer kafa nas budi, kako dušu tako i tijelo. Veliki pozdrav iz Fabrika coffee i vidimo se na kafici.



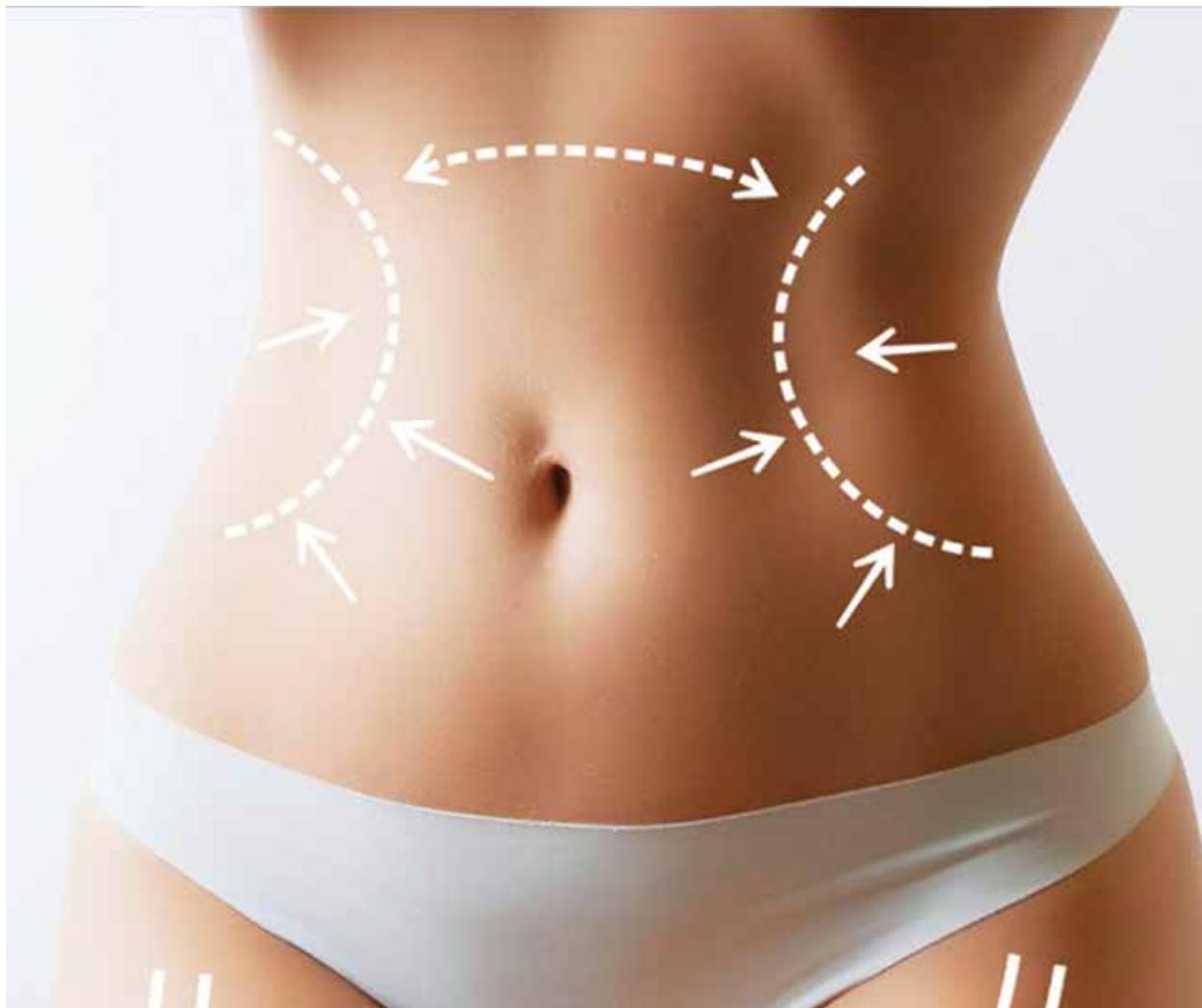
**JEDINA POLIKLINIKA
SA TRI ESTETSKA HIRURGA:
prof.dr. Reuf Karabeg, prim.dr. Amela Karabeg, dr. Danijela Crnogorac**



ICPLAST
INTERNATIONAL CONFEDERATION
OF PLASTIC SURGERY SOCIETIES



Himze Polovine br.39, naselje Breka II, 71 000 Sarajevo
www.karabeg.com ☎ 033 556 556 ☎ 033 556 555 ☎ informacije@karabeg.com



Ljeto je stiglo, ali još nije kasno da **IZGLEDATE PERFEKTNO U KUPAČEM KOSTIMU**

Liposukcija je jedna od najpopularnijih estetskih hirurških procedura kojom se redukuje potkožno masno tkivo iz lokaliziranih depozita tijela i kod muškaraca i žena.

Često se masno tkivo odstranjeno liposukcijom transplantira na druge regije u cilju povećanja određenih regija lica, za povećanje grudi, stražnjice i slično, čime se opravdava naziv liposkulptura. Dakle, osim odstranjenja suvišnih masnih naslaga, efikasno se preoblikuju određeni dijelovi tijela. Liposukcija se upotrebljava i kao terapija nekih oboljenja. Naprimjer u svrhu liječenja lipodistrofije

sa abnormalnom distribucijom masnog tkiva. Detaljno o liposukciji za časopis BeautiFUL piše dr. Karabeg.

HISTORIJA LIPOSUKCIJE

Prva liposukcija je urađena 1976. godine u Parizu od strane Illouza koji uvodi 1980. godine tzv. „vlažnu“ tehniku liposukcije umjesto „suhe“

koja se prvobitno koristila. U SAD prvu liposukciju je uradio Martin 1982. godine.

Već sljedeći dan nakon liposukcije možete na posao

Važno je naglasiti da se u najvećem broju slučajeva nakon liposukcije već sljedeći dan može na posao. Najčešće regije koje se tretiraju su podbradak, trbuš, slabine, bedra,

vanjska i unutrašnja strana butina, koljena i ruke. Nakon liposukcije se kilogrami lakše gube na način da pacijent slijedi upute doktora, ali se ne rješava opšta gojaznost. Dijelovi tijela koji se tretiraju mogu se smanjiti za čak više od dva konfekcijska broja.

PRIJE OPERATIVNO RAZMATRANJE I RAZGOVOR S PACIJENTOM

Ova metoda nije zamjena za reduciranje prekomjerne tjelesne težine. Ako pacijent ima predominantnu laksativnost ili slabost kože, samo liposukcija je kontraindicirana (ne preporučuje se) jer bi još više naglasila deformitet. U slučaju slabosti mišićnofascijalnog sistema prednjeg trbušnog zida, potrebna je druga metoda koja se naziva abdominoplastika, a liposukcija slabinskih regija i nekih zona trbušnog zida je sastavni dio i te procedure. Prije operativno se pacijentu izmjeri tjelesna težina i obimi regija koje će biti operativno tretirane. Najvažnije je razumijevanje između pacijenta i hirurga. Svi detalji operativnog zahvata se pojasne pacijentu, koje isti aktivno učestvuje u odabiru plana procedure ali je kao ravнопravan član tima, važan u adekvatnom slijedu postoperativnog toka.

KANDIDATI ZA LIPOSUKCIJU

Mnogi postaju obeshrabreni ali i zabrinuti nakon što počnu gubiti kilograme raznim dijetama, a određene konture tijela ostaju iste. Liposukcija je izvanredna metoda baš za ovakve pacijente koji imaju relativno normalnu težinu, ali imaju izražene lokalizirane depozite masnog tkiva na nekim dijelovima tijela tako da izgledaju disproporcionalno. U ovakvim slučajevima liposukcija uspješno rješava višak masnih ćelija na regijama koje najviše smetaju i poboljšava simetriju tijela.

Idealan kandidat je osoba sa lokalizovanim naslagama masnih ćelija i zategnutom kožom, a najmanje idealan kandidat je osoba koja ima više od 20 kilograma iznad idealne težine, strije i opuštenu kožu.

INDIKACIJE ZA LIPOSUKCIJU SU - KADA SE UPOTREBLJAVA LIPOSUKCIJA

Ograničeni depoziti masnih ćelija (najčešće na podbratku, trbušu, slabinama, bokovima, nadlaktici i koljenu). Pseudoginekomastija ili povećanje dojki kod muškaraca kada je predominantno masno tkivo, a ne proliferacija žlezdanog tkiva uzrok povećanja dojki. Sastavni dio skoro svake operacije smanjivanja muških grudi i ukoliko se žljezda mora odstranjivati rezom oko bradavice. Standardan suplement abdominoplastici tj. zatezanju trbušnog zida i smanjivanju prevelikih grudi kod žena. Madelungova bolest je bolest nepoznatog uzroka karakterizirana patološkim simetričnim rastom tumora masnog tkiva - lipoma - u području vrata, ramena, gornjeg trupa i nadlaktica. Limfedem.



Piše:
prof.dr. Reuf Karabeg
Hirurška poliklinika „Karabeg“

■ ISAPS, ASPS (American Association of Plastic Surgeons), ESPRAS, BAPRAS, FELLOWS IN SCIENCE ,UPREHBIH

■ Professor of Surgery at Medical Faculty

■ President of Association of Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgeons in Bosnia and Herzegovina

(www.uprehbih.com)
■ Surgical Clinic, „Karabeg“ Sarajevo (www.karabeg.com)

■ Former Head of Department of Plastic,Reconstructive and Aesthetic Surgery

■ University Clinical Centre Sarajevo

“

Idealan kandidat je osoba sa lokalizovanim naslagama masnih ćelija i zategnutom kožom, a najmanje idealan kandidat je osoba koja ima više od 20 kilograma iznad idealne težine, strije i opuštenu kožu.



ANESTEZIJA I KRATKI OPERATIVNI OSVRT

U općoj endotrahealnoj anesteziji, sa predilekcionih mjeseta leđa, prednjeg trbušnog zida, slabina, bokova, nogu, stražnjica i podbratka, na osnovu prije operativnog plana, eliminira se potkožno masno tkivo odnosno masne ćelije. U Poliklinici „Karabeg“ koristimo dva kompatibilna visokosofisticirana aparata za liposukciju poznatog švicarskog proizvođača da bi se dobio najadekvatniji rezultat. Ukoliko se tretiraju manje regije, može se indicirati lokalna anestezija ili kombinacija lokalne anestezije uz analgosedaciju. Prisustvo anesteziologa operativnom zahvatu se preporučuje i kod operativnih zahvata u lokalnoj anesteziji da bi se hirurg skoncentrirao na operativnu proceduru koja traje od 15 minuta do 2 sata, u zavisnosti o broju regija koje se oblikuju.

Rezovi su dugi oko 3 mm i prave se na skrovitim mjestima kroz koje se ubrizga Kleinova otopina 20 minuta prije operativnog zahvata. Potom se uvlače kanile sa otvorima kroz koje se aspirira tj. usisava mast sa lokaliziranih depozita. Liposukcijom se odstranjuje maksimalno 3-4 kg masnih ćelija

HIDROLIPOSUKCIJA JE JEDNA OD NAJUČINKOVITIJIH METODA LIPOSUKCIJE

Nakon liposukcije stomaka i bokova masno tkivo bi primjenom nove tehnologije moglo postati novi izvor matičnih ćelija. Zbog toga često odstranjenu mast u našoj praksi koristimo za popunjavanje u regijama tijela gdje je mast atrofirala i gdje je imala „u manjku“ (npr. više zona lica). Važna prednost naše poliklinike je što u tim pri planiranju i donošenju odluke za najbolju tehniku, učestvuju tri plastična hirurga koja sigurno bolje vide i osjećaju nego pojedinac, da bi se dobio najbolji mogući i najprikladniji rezultat za svakog pacijenta posebno.

“

Normalnim aktivnostima pacijent se vraća nakon od 2 do 7 dana ovisno od broja tretiranih regija i individualnog odgovora na operativni zahvat. Mnogi pacijenti iz naše poliklinike ide na kafu sa prijateljima odmah po izlasku, ma koliko nevjerojatno zvučalo.

OPORAVAK

Oporavak je individualan i traje nekoliko dana. Kod liposukcija stomaka i slabina, već sutra možete na posao. Može se reći da je minimalno bolan ili bezbolan postoperativni tok. Nakon liposukcije pacijent oblači specijalne kompresivne steznike koji se nose u periodu do 4 sedmice nakon zahvata.

Normalnim aktivnostima pacijent se vraća nakon od 2 do 7 dana ovisno od broja tretiranih regija i individualnog odgovora na operativni zahvat. Mnogi pacijenti iz naše poliklinike ide na kafu sa prijateljima odmah po izlasku, ma koliko nevjerojatno zvučalo.

Preporučuje se masaža po protokolu „limfodrenaža, antiselulitni programi i slično.“

REZULTATI

Rezultati procedure su vrlo brzo vidljivi. Odstranjene ćelije se ne mogu „ponovno vratiti“. Ukoliko se pacijent ne pridržava uputa liječnika on, naravno, može dobiti na težini, ali je suština u odstranjivanju ćelija. Preostale ćelije se mogu nepravilnom ishranom „udebljati“ (medicinski hipertrofirati). Ali konture tretiranih regija su ljepše, struk vitkiji, koljena tanja i gracilnija i slično.

ZAKLJUČAK

Liposukcija je operativna metoda kojom se selektivno trajno odstranjuje masno tkivo s dijelova tijela gdje ga ima u suvišku i kod muškaraca i žena. Nije zamjena za mršavljenje jer se tretiraju lokalizirani depoziti masnih ćelija radi uljepšavanja kontura tijela. Liposukcija je vrlo učinkovita metoda pri kojoj se oslanjamamo na vlastiti osjećaj i percepciju za oblikovanje uz dogovor s pacijentom. Hirurško iskustvo i znanje može biti i najčešće jeste prevaga za uspjeh kod težih slučajeva koji nisu rijetki.

bioten
elastique



BIOTEN HYALURONIC GOLD

Vrijeme je da zablistaš.





OPEKOTINE od sunca, koliko su opasne?

Opekotine od sunca potrebno je spriječiti, jer osim što donose bol i nelagodu, dugoročno mogu ostaviti posljedice – blaže, poput ubrzanog starenja kože ili teže, poput raka kože.

Piše: dr. Tihana Mazalin

Dr. Tihana Mazalin je ginekolog s više od 30 godina radnog iskustva i 8 Najdoktor certifikata za izvrsnost. Rođena je i odrasla u Zagrebu, te je tu i završila Medicinski fakultet. Tvorac je i vlasnik Poliklinike Mazalin u Zagrebu.



opekotine od sunca nisu bezopasne, toga smo svi svjesni, samo nismo sigurni koliko vodite računa o svojoj koži i koliko ozbiljno shvatate riječ „opekotina od sunca“. Kroz ovaj članak ćete pročitati sve što biste trebali znati o opekotinama, a o njima za časopis BeautiFUL piše dr. Tihana

Mazalin.

OPEKLINE OD SUNCA – ŠTA SU I KOLIKO SU OPASNE?

Upalna reakcija na ultraljubičasto značenje (UV zračenje) naziva se opekotina od sunca. Opekotine dobijemo prilikom boravka na suncu. Najčešće opekotine dešavaju se na površinskom dijelu kože. Osobe koje su svjetlijе puti, plave ili riđe boje kose, dosta lakše podvrgnu opekotinama.

Osobe koje su tamnoputije su manje sklone opeketinama. Veliki rizik koji sa sobom nose opeketine je nastanak raka kože (melanom), zbog toga je potrebno da svoju kožu zaštitite kako ne bi došlo do toga. Također, opeketine ubrzavaju starenje kože, pogotovo ako su u pitanju opeketine na licu. Opeketinama nalikuju i opeketine od solarija.

ZAŠTITA FAKTOROM – SPF

Zaštitni faktor od sunca – SPF ima oznaku na svakoj boci, govorimo od SPF 15,30,50 i slično. SPF označava koliko dugo možete biti sigurni na suncu, bez rizika da ćete dobiti opeketine. SPF 30 znači da se možete izlagati suncu 30 puta duže nego bez zaštitnog faktora, a bez straha od opeketina. Osobama svijetle puti savjetuje se primjena SPF 50+, dok se onima tamnije puti savjetuje primjena SPF 30. Zaštitni faktor može biti organski (s prirodnom tvari) ili fizički (s česticama koje mehanički sprječavaju prodror sunca do kože). Primjer fizičkog SPF su mineralne kreme za sunčanje.

VAŽNO! SPF ne predstavlja zaštitu ili barijeru za tamnjene kože, SPF ima ulogu da zaštitи kožu a pri tome svakako da možete pocrneti.

KAKO SPRIJEČITI OPEKLINE OD SUNCA?

Savjetujem da se ne izlažete suncu u periodu od 10 i 16h, jer je tada sunce najjače. Ukoliko ste u tom periodu na plaži ili bilo gdje drugo, svakako daje obavezna zaštita.

Odjeća svakako može pomoći u zaštiti od sunca, govorim o majicama koje imaju duže rukave, šeširi i naočale. Antioksidansi poput vitamina A, E, C, silimarina i beta karotena štite kožu od slobodnih radikala (opasnih čestica koje nastaju djelovanjem sunca na kožu), zbog toga se dodaju u kreme za sunčanje kao dodatna zaštita.

Kreme za brzo tamnjene pojačavaju djelovanje sunčevih zraka na kožu i olakšavaju nastanak opeklina te njihovo korištenje nije preporučljivo. Krema za sunčanje za lice trebala bi se primjenjivati prilikom svakog izlaska iz kuće. U ljetnim mjesecima najbolji SPF za lice je 30 ili 50+, dok on u zimskim mjesecima može biti i niži.



“ Ne postoji lijek za opeketine od sunca, nego je potrebno određeno vrijeme da koža zacijeli! ”

IZGLED OPEKOTINA NA KOŽI, KAKO IZGLEDA?

Kada izgorimo, prvenstveno nastaje crvenilo uz osjećaj topline, na koji se nadovezuje osjećaj zatezanja kože, a nakon toga dolazi do guljena kože na dijelovima tijela koji je izgorio. Kada se koža koja je izgorena oguli, na tim dijelovima koža nije tamna kao na ostatku tijela koje nije izgorio. Kožu ne treba silom guliti nego pustiti da se ona sama oguli kako ne bi došlo do infekcije kože.

KOLIKO TRAJU OPEKOTINE OD SUNCA?

Koža koja ima blage opekline, one traju oko tri dana, dok koža koja je teže opečena traje duže. Crvenilo od sunca se ne može ublažiti, ali prolazi samostalno nakon nekoliko dana.

KAKO UBLAŽITI OPEKOTINE OD SUNCA?

Ne postoji lijek za opeketine od sunca, nego je potrebno određeno vrijeme da koža zacijeli. Međutim nelagoda koja se javlja uslijed opeketina može se ublažiti uzimajući lijekove protiv bolova. Kratkoročno ublažavanje bola je hladan tuš. Svakako da se koža treba hidrirati kremama koje sadrže aloa veru. Unos tekućine je neizostavan i veoma bitan faktor kada vam se ovo desi. Prirodni lijek koji nije znanstveno dokazan kao lijek za isto, je jogurt, koji pomaže u ublažavanju bolova.

KADA SE JAVITI DOKTORU?

Pomoć stručnog lica potražite u slučaju jakih opeketina uzrokovanih suncem. Povišena tjelesna temperatura, bolne opeketine su također razlozi da se obratite doktoru za savjet.

Vrijeme je da zaboravite NA UMORAN, BEŽIVOTAN IZGLED KOŽE koji prate BORE I PROGRESIVNO STARENJE KOŽE!

Danas pričamo o mezoterapiji i hijaluronskim filerima i njihovom značaju kao i o novim proizvodima na tržištu koji predstavljaju novi zlatni standard kada je estetska medicina u pitanju.



Piše: dr. Jelena Krčum

Dr. Jelena Krčum, doktor stomatologije, rođena je u Mostaru 29.01.1989 godine. Srednju Medicinsku školu završila je u Banja Luci. Diplomirala je na Stomatološkom fakultetu Univerziteta u Beogradu sa 24 godine, nakon toga nekoliko godina se bavila isključivo estetskom stomatologijom u privatnim i državnim (Zavod za Stomatologiju) ustanovama. Certifikovani estetski injektor postala je na nagovor svojih najbližih kolega koji su procijenili da ima oštro oko i vješte ruke upravo za polje estetske medicine koja je nastala kao odgovor na potrebe savremenog čovjeka. Od tog dana pa sve do danas važan segment njenog posla je stalno usavršavanje, edukacije, svjetski kongresi koji diktiraju standarde u samoj estetskoj medicini. Upoznavanje sa svjetskim stručnjacima, razgovori i razmjena iskustava u različitim oblastima njenog posla čine je bogatijom znanjem, iskustvom i potvrdom da u njenom poslu nudi samo najbolje. Sve to zahtijeva mnogo truda, vremena i posvećenosti ali i njeni zadovoljni pacijenti su konstantna inspiracija i najveća motivacija da bude još bolja.

Gdje nestaju bore i celulit svih slavnih ličnosti i žena koje žele zadržati svoju ljepotu? Odgovor je – brišu ih mezoterapijom, brzom i učinkovitom metodom koja je sve više popularna. Odgovore na pitanje o mezoterapiji i koktelima koji se koriste za ovaj tretman, govori nam dr. Krčum.

Šta je tačno mezoterapija?

Mezoterapija je veoma popularan, savremen tretman u estetskoj medicini koji metodom ubrizgavanja mezoterapijskih koktela u srednji sloj kože dubinski hidrira i daje kožu sve

neophodne sastojke koji je čine sjajnom i blistavom.

Najefikasnije poboljšava strukturu kože koja je tokom godina izgubila tonus i postala dehidrirana, postiže se bolja hidratacija, a proces starenja se značajno usporava.

Efekti mezoterapije su brzo vidljivi, a rezultat je svježiji, mlađi izgled i umanjene bore.

Koliko je efikasnna mezoterapija?

Mezoterapija je izuzetno efikasan tretman u cilju poboljšanja kvaliteta kože, obzirom da je u potpunosti prilagođena zahtjevima pacijenta. Tome u prolog govore rezultati koji se mogu vidjeti već nekoliko dana nakon tretmana, a pun efekat se može vidjeti nakon mjesec dana kada stimulacijom kolagena koža postaje hidrirana, podmlađena, elastičnija, a bore manje vidljive.



Dr Krcum
ESTETIKA

Koliko puta treba ponoviti tretman mezoterapijom?

Za dugoročan efekat potrebno je ponoviti od 3-5 tretmana na 3 do 4 nedelje, što naravno zavisi od trenutnog stanja, starosti i tipa kože. Za održavanje postignutih rezultata proceduru je potrebno ponoviti jednom na tri mjeseca.



Kada se tačno odrede mezoterapijski kokteli, može da se počne sa tretmanom. Slijedi detaljno čišćenje lica, vrata i dekoltea kao priprema, a zatim se nanosi lokalni anestetik u vidu kreme kako bi mezoterapija bila bezbolna.



Dr Krcum
ESTETIKA

Kako izgleda tretman mezoterapije?

Jako je važno da se pre početka samog tretmana uradi pregled kako bi ljekar procjeni trenutno stanje kože i na osnovu toga odredio kombinaciju mezokoktela koji će se koristiti tokom tretmana.

Kada se tačno odrede mezoterapijski kokteli, može da se počne sa tretmanom. Slijedi detaljno čišćenje lica, vrata i dekoltea kao priprema, a zatim se nanosi lokalni anestetik u vidu kreme kako bi mezoterapija bila bezbolna.

Zatim se mezokokteli ubrizgovaju u kožu veoma tankom iglicom, gdje se na mjestu uboda stvaraju mikrotraume na kožicime se stimuliše revitalizaciju kože i stvaranje kolagena i elestina.

Šta su mezoterapijski kokteli?

Mezoterapijski kokteli su kombinacija hijaluronske kiseline, različitih aminokiselina, minerala i vitamina koji nedostaju koži. Ubrizgavanjima adekvatnih mezoterapijskih koktela dajemo koži neophodne sastojke zahvaljujući kojima ona izgleda lijepo i zdravo.

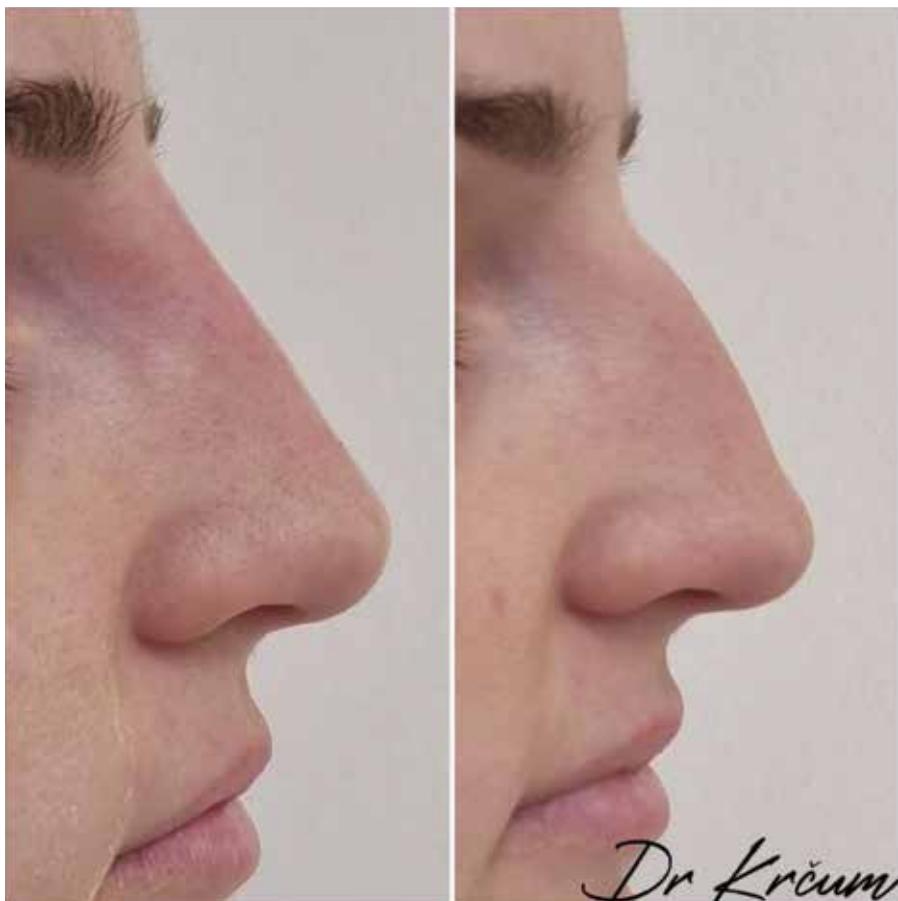
Ono što ja koristim u svojoj ljekarskoj praksi jesu mezoterapijski kokteli linije CYTOCARE renomirane francuske farmaceutske kuće REVITACARE. CYTOCARE mezoterapijski kokteli su višestruko nagrađivani na svim svjetskim kongresima estetske medicine - Monako, Pariz.

Ova linija mezoterapijskih koktela je namijenjena različitim tipovima kože kao i starosnim dobima

pacijenata. Formula je bogata hijaluronском kiselinom, vitaminima i amino kiselinama, koje pomažu proces regeneracije i rejuvenacije kože. Ono što nam također dolazi iz REVITACARE kompanije je i novi zlatni filer - REVITAFILL!

Govorimo o filerima najnovije generacije koji osim hijalurona u sebi sadrže amino kiseline koje stimulišu proces regeneracije. Ovim filerima osim što se mogu popuniti bore, korigovati usne i jagodice, popraviti konture nosa itd., dakle osim što daju efekat volumenizacije i željeni estetski momenat imaju i drugo dejstvo, a to je stimulacija kože na obnavljanje.

Tretman ovim filerima izvodi se jednom do dva puta godišnje u zavisnosti od stanja kože i potreba pacijenata.



Ovim filerima osim što se mogu popuniti bore, korigovati usne i jagodice, popraviti konture nosa itd., dakle osim što daju efekat volumenizacije i željeni estetski momenat imaju i drugo dejstvo, a to je stimulacija kože na obnavljanje.



Uvoznik za BiH, Tohado d.o.o., 78 000 Banja Luka, +387 65 011 176

OAZA LJEPOTE U SRCU SARAJEVA, SVJETLOST BEAUTY CENTAR



KADA ODLUČE UČINITI
NEŠTO SAMO ZA SEBE,
DAME I GOSPODA
IZ SARAJEVA MOGU
POSJETITI SVJETLOST
BEAUTY CENTAR SA
JEDINSTVENIM
MEDICINSKO-
KOZMETIČKIM
KONCEPTOM.

zdvojite vremena za sebe i posjetite ovu oazu ljepote u centru grada, u ulici Bolnička 8A, gdje ćete istinski doživjeti zen. Kada vas s vrata dočekaju opuštajuće boje i posebno birani mirisi eteričnih ulja, osjećat ćete se kao da ste prešli granicu paralelnog svijeta gdje ćete napuniti baterije, uljepšati se i u potpunosti uživati. Isprobajte neke od najsavremenijih trendova ljepote uz vrhunske profesionalne preparate dermokozmetike koji se ne mogu naći na slobodnom tržištu: Reviderma, Dermalogica i Jane Iredale-a.



TAJNO ORUŽJE MEĐU BEAUTY TEHNIKAMA

Ukoliko vas brinu bore, strije, ili imate problema sa opuštenom kožom, atrofičnim ili ožiljcima od sunca, u Svjetlost Beauty centru možete isprobati tajno oružje među antiage tehnikama i biti bez brige – tzv. mikroneedling. Reviderm Skin Needler terapija mikroiglicama je inovativna, minimalno invazivna metoda koja se koristi za tretiranje i ublažavanje vidljivih problema na koži. Ovom tretmanu prethodi neizostavna KD analysis - profesionalna analiza kože lica koja doktorima i medicinskim kozmetozima pruža detaljan uvid u pravo stanje vaše kože te im pomaže

u osmišljavanju individualnog plana terapije za svakog klijenta. Svaka osoba je idealan kandidat za ovaj tretman. Ako se godinama mučite sa aknama i ožiljcima, borama, hiperpigmentacijom i keratozom, isprobajte tretman mikrodermoabrazije uz pomoć REVIDERM Skin Peeler New Generation plus Ultrasound uređaja koji će savršeno osvježiti i regenerisati zrelu kožu, umanjiti bore, ublažiti hiperpigmentaciju te vratiti zdrav i njegovan izgled kože. Ovaj tretman



najbolje je rješenje za sve navedene probleme i jedan je od najčešće izvođenih neinvazivnih tretmana u svijetu. Sitne bore oko očiju najbolje će izbrisati Cell Jet Ultrazvuk, koji pomoći ultrazvučnih valova ulazi u podkožje. Ovim vrlo ugodnim tretmanom povećava se kapacitet vlažnosti što je bitno za sve suhe tipove kože kod kojih dolazi do transepidermalnog gubitka vlage.

RIJEŠITE SE NARANDŽINE KORE

Kada dođe ljetno, ženama naročito smeta celutit i višak masnih naslaga, stoga u ovom centru imaju rješenje za vas. Možete iskoristiti jedinstven tretman za oblikovanje tijela - Med Contour, potpuno siguran i bezbolan aparat koji predstavlja prvu pravu alternativnu liposukciju koja omogućava dugotrajne rezultate i smanjenje obima tijela, a tu je i Zimmer Z WavePro Dual, neinvazivni, bezbolni tretman koji nudi brojne pozitivne učinke, te djeluje samostalno za zatezanje kože, jačanje vezivnog tkiva i uklanjanje celulita.

LJEPOTA KOJA TRAJE

U Svjetlost Beauty centru razvili su jedinstven sistem liječenja koji se temelji na Revidermovoj savršenoj kombinaciji tehnologije, dermokozmetike i dodataka kako bi kožu doveli u najbolje moguće stanje. Također, koriste se i Dermalogica tretmanima koji stavlju terapeuta na prvo mjesto. Tretmani kreirani za iskusne profesionalce koji su stekli titulu Dermalogica eksperta, njegu kože podižu na višu razinu pružajući zadivljujuće rezultate. Kad ih iskušate, s nestrljenjem ćete čekati svoj sljedeći tretman.

U ovoj oazi ljepote možete profesionalnim tretmanima postići i višestruke ciljeve s kojima se teško borite

kući: redefiniranje linije tijela, odnosno mršavljenje, detoksikaciju, remineralizaciju, tonifikaciju, te antiselulitno djelovanje. Samo sveobuhvatnim pristupom uz izradu individualiziranog programa za svakog klijenta mogu se postići rezultati koji ne samo da će urodit plodom vaše ljepote već i zadovoljstvom, jer misija ovog centra je vaša ljepota koja traje.



MASAŽOM DO OPUŠTANJA

Zaboravite na svakodnevni stres i opustite vaše tijelo masažom mišića dugim, glatkim pokretima pri kojima će fizioterapeuti ovog centra koristiti losione i ulja koja služe smanjenju trenja, ali i stimulaciji kože. Masažom će vam se povećati razina kisika u krvi, a mišići se osloboditi toksina i otpadnih proizvoda, povećati fleksibilnost i smanjiti napetost, ali i jačati imunološki sistem. Poslije masaže iz ove oaze ljepote izaći ćete sretni i zadovoljni. Svjetlost Beauty nudi vam izbor različitih paketa, ponešto za svakoga ko treba trenutak intime za potpuni beauty užitak. Svaki klijent može odabrati masažu po svom ukusu, želji i potrebama.

Svjetlost Beauty Centar je prepoznat po individualnom pristupu svakom klijentu, profesionalnosti u radu, visokim standardima kvaliteta i održavanja higijene pri pružanju usluga te ugodnom ambijentu i inovacijama. Upravo zbog spoja svih ovih segmentata, osjećat ćete se jedinstveno, povratiti energiju i otkloniti posljedice stresa. Samo za vas ponmo su odabrani vrhunski medicinsko-kozmetički aparati i najbolji dermokozmetički preparati bazirani na prirodnim sastojcima. Stručnost osoblja s višegodišnjim iskustvom pružit će vam sigurnost a individualan pristup i sistematicno određivanje putanja tretmana garancija su za postizanje optimalnih rezultata.

KONTAKT

Svjetlost Beauty centar
+38733821921,
beauty@svjetlost.ba

Da li trajna šminka može djelovati prirodno?

Odgovor je DA. Istimčući lijepe crte svakog klijenta, pokrivajući blage nedostatke, trajna šminka definitivno može izgledati prirodno.



Piše: Elma Beganović

Elma Beganović je vlasnica ELLE Akademije u Bihaću. Ima 28 godina, a u beauty industriji je nepunih 10 godina. Svoje prve korake počela je kao student u drugom gradu. Njena prva ljubav bila je šminkanje, zatim oblikovanje obrva i slični tretmani. Prve tri godine radila je u maloj garsonjeri od 20 kvadrata, gdje je istovremeno učila, spavala, ručala i uljepšavala žene. Kao ničiji tako ni njen početak nije bio lagan ali uz trud, kvalitet i volju ubrzo je dobila ponudu da radim kao vizažist na kantonalnoj televiziji USK u Bihaću, a uporedo je bila redovan student na odsjeku Modni Dizajn. Zadnjih 6 godina aktivno se bavi edukacijama i tretmanima trajne šminke. Nakon ostvarenja ovog sna, još divnih snova je ostvarila, prvo se ostvarila kao supruga a nakon toga i kao majka. Pored akademije uvoznik je za najbolje svjetske brendove. Od prvog dana poslovanja naglasak je uvijek bio na kvaliteti i to je osnovno što pokreće nju i njen tim i čini ih uspješnim.

Ve žene koje žele postići prirodan izgled, a pri tome biti lijepe, trajna šminka naglašava i proljepšava prirodan izgled obrva, usana i očiju i cjelokupnog dojma. Tretman trajne šminke je poprilično jednostavan, a metoda se izvodi aplikacijom pigmenata nekoliko milimetara pod kožu. Kako bismo detaljno saznali sve o tretmanima trajne šminke, sa našom sugrađankom Elmom Beganović smo vrlo rado proveli vrijeme i razgovarali na razne teme kada je u pitanju uljepšavanje, a naglasak smo stavili na trajnu šminku. Sve ono što biste trebali znati o ovim tretmanima Elma piše u narednim redovima.

Kao neko ko je u beauty svijetu nepunih 10 godina – mnogo lijenata je prošlo kroz moj studio. Moj cilj i cilj mog cijelog tima jeste da u svakodnevnom radu trajne šminke istaknemo ljepotu svakog klijenta. Prirodno je

ono po čemu se prepoznatljivi, bez mnogo šminke i velikih promjena, uspijemo da istaknemo ljepotu svake klijentice posebno.

Smatram da je ljepota u tome da istaknemo lijepe crte lica svakog klijenta, a sakrijemo blage nedostatke. Što bi značilo da pravimo minimalna odstupanja koja daju ipak svježinu i promjenu na licu. Ne želimo mijenjati lični opis, nego samo uljepšati nešto što već klijent posjeduje. Tretmane trajne šminke koje nudimo u studiu su obrve, usne i sjenčeni tuš.

Svakom klijentu pristupamo individualno

Prema svakom klijentu imamo individualan pristup i ne postoji kalup po kojem se radi. U toku tretmana koristimo anestetike zbog kojih su tretmani ugodni i nerijetko klijenti prespavaju tretman. Pigmenti koje koristimo u toku rada su Permablend – za koje smo također i distributer za Bosnu i Hercegovinu.

Mnoge edukacije koje prolazimo formiraju nas kao artista. Od svakog edukatora uzimamo najbolje i primjenjujemo u svom radu. Ono po čemu nas ljudi prepoznaju jeste naš poseban radi i prirodan izgled koji pravimo, što su klijenti prepoznali.

“

Smatram da je ljepota u tome da istaknemo lijepe crte lica svakog klijenta, a sakrijemo blage nedostatke što bi značilo da pravimo minimalna odstupanja koja daju ipak svježinu i promjenu na licu. Ne želimo mijenjati lični opis, nego samo uljepšati nešto što već klijent posjeduje. Tretmane trajne šminke koje nudimo u studiju su obrve, usne i sjenčeni tuš.





Da li ste ikada razmišljali da postanete beauty artist?

Shodno tome da sam edukator za trajnu šminku, u ELLE Akademiji imate priliku postati beauty artist. Način na koji radimo i pristupamo svakom studentu naši studenti prepoznaju. Princip rada je takav da radimo individualno ili u jako malim grupama. Smatram da se samo na takav način može kvalitetno posvetiti svakom studentu. Na samom kraju želim naglasiti da svi naši studenti imaju neograničenu podršku i pomoć nakon edukacije. Ukoliko imate želju da se uključite u beauty industriju ili nadogradite svoje već postojeće znanje možete kontaktirati:





AFRODITA
PROFESSIONAL

SUMMER AFFAIR

Linija, stvorena za tebe, lijepa fatalna ženo!

Budući da si samopouzdana, hrabra, voliš se isticati i loviš poglede nakon kojih krv brže kola po žilama. Poznaješ trendove ljepote i vjerno ih pratiš jer si uvijek „in“ i za sebe želiš samo najbolje.

Profesionalni proizvodi linije SUMMER AFFAIR 100 % će te oduševiti. Kombinacija 5 fantastičnih, nadasve inovativnih i učinkovitih proizvoda za „fatalno“ preplanulu put boje čokolade još prije nego što ljeto zaista i počne.

Za samotamnjene za tijelo sa 100 % većom koncentracijom kompleksa samotamnjena* za dosad najintenzivnije postizanje preplanulosti boje čokolade bez izlaganja UV zračenju.



**EXTRA
STRONG**
Losion

OČARAVAJUĆE parfemsko ulje sa šljokicama



Kombinacija zlatnih šljokica i profinjenog brončanog praha tijelo će obaviti očaravajućim, nadasve privlačnim blještavilom i naglasiti preplanulu put.

Najbolja i potpuno drugačija od svih marmelada do sada osigurava VRHUNSKIE učinke:

•do 44 % veći intenzitet tamnjena*.

•SPF 10 – ZAŠTITA od sunca
(UVA + UVB)

•BODY SHAPING EFFECT:

antiselulitno djelovanje + smanjen opseg kritičnih dijelova tijela + ograničeno nakupljanje novih masnih stanica.

* U usporedbi s postojećim losionom za samotamnjene Afrodita Professional



MARMELADA

S 5 u 1 PREMIUM piling za tijelo



Trendi, s ludim mirisom, roza piling sa šljokicama. Pjenasta, kremasta podloga sadržava čak 5 vrsta abraziva koji temeljito uklanju mrtve stanice kože i potpuno je obnavljaju.

AFTER SUN Losion



Za dulju preplanulost kože Lagan, zaista osvježavajući losion za njegu kože nakon sunčanja i dulju preplanulost. Pruža trenutačno i dugoročno vlaženje kože te je smiruje.

Proizvodi Summer Affair dostupni su ekskluzivno u odabranim kozmetičkim salonima u BiH. Za informacije i kupnju obratite se našim prodajnim predstavnicima u regionima: Dijana Džidić, (0) 63 997 961, Region Hercegovina i okolina Ira Misira-Starčević, (0) 63 287 651, Region Sarajevo i okolina Josip Žigonjić, (0) 63 405 329, Region srednja Bosna i okolina Sanja Kuzmanović, (0) 63 287 653, Region Banja Luka i okolina Danela Martinović, (0) 63 287 650, Region Tuzla i okolina

Dodatac informacija i narudžbe:
prodajni odjel Afrodita Professional,
KOZMETIKA AFRODITA d.o.o.,
Dr. Ante Starčevića b.b., 88000 MOSTAR,
BOSNA I HERCEGOVINA
t 00 387 (0)36 397 450
e: kozmetika-afroditat@tel.net.ba
 @afroditaprofessional.ba

NOVO –

Ljetni favorit koji se mora naći u svakoj kozmetičkoj torbici Gloria SPF 50!



Gloria SPF 50 – Gloria prirodna kozmetika



Gloria SPF 50 – Gloria prirodna kozmetika



Znajući koliko je važno zaštiti se od sunca jer koža pamti svaku zraku i zračenja te spriječiti kožna oboljenja Gloria je kreirala nove kreme za zaštitu i održavanje kože u dobrom stanju s visokim zaštitnim faktorom 50 koji će vam pružiti dugotrajnu zaštitu od sunca i odgovarati svakom tipu kože čak i najosjetljivijem te potrebama istog.

Gloria SPF 50 (50 ml) krema za lice za normalnu do suhu kožu ima kremastu teksturu koja se lako upija i stvara zaštitni sloj na površini kože, Gloria SPF 50 (50 ml) krema za lice za mješovitu do masnu kožu ima i završni matt efekt za spriječavanje masnog sjaja uslijed velikih vrućina i znojenja.

Štite od širokog spektra UVA i UVB zračenja, a nanose se neposredno prije izlaganja suncu u količini od dužine 2 prsta kako UV zrake ne bi mogle dospjeti između molekula minerala.

Prirodni sastojci ovih krema pružaju nekomedogenu formulu koja ne začepljuje pore. Bogata formula sadrži i hijaluronsku kiselinu zaduženu za hidrataciju koja je prijevo potreban našoj koži lica tijekom najtopljih ljetnih dana.

Što su UVA i UVB zračenja?

UVA (Ultra violet aging) zrake su zaslužne za uranjeno starenje kože koje rezultira gubitkom tonusa, te pojmom bora, linija, mrlja i pjega, dok su UVB (Ultra violet burning) zrake glavni krivci za kožne opekatine, iritacije i oboljenja.

Koja je razlika između mineralnog i hemijskog SPF-a? Prirodnom zaštitnom faktoru koji potječe od hladno prešanih ulja čileanskog lješnjaka i maline pridružili su mineralni SPF od cink oksida. Ova biljna ulja imaju protuupalna svojstva, te su veoma pogodna za kožu sklonu iritacijama, osipima i ekcemima. Mineralni SPF je zdraviji od hemijskog jer štetni sastojci hemijskog SPF-a mogu upiti UV zrake i ući u krvotok. Mineralni SPF kreira barijeru na površini kože i odbija UV zrake, ali u dodiru sa suncem se razlaže te ga je potrebno ponovo aplicirati svaka 2 do 3 sata. Mineralna zaštita sadrži prave mineralne sastojke koji reflektiraju sunčeve zrake poput zrcala, štiteći tako kožu izloženu suncu. Mineralni su blokatori UV zraka snažniji od hemijskih i pružaju dugotrajniju zaštitu. Fizička barijera ne propušta štetno zračenja i sunce je ne može lako oštetiti. Cinkov oksid svojim prirodnim svojstvima osigurava najpouzdaniju zaštitu, a ne nosi štetne posljedice za kožu.



Gloria SPF 50 – Gloria prirodna kozmetika

Mineralna zaštita ima trenutnu učinkovitost zbog koje nema potrebe za čekanjem između nanošenja i odlaska na sunce. Na direktnom suncu njihova je zaštita dugotrajnija od one koju pružaju proizvodi s hemijskim SPF-om. Odgovara osjetljivoj koži jer ne uzrokuju peckanje očiju, iritacije kože, oduševit će i osobe s kožnim oboljenjima kao što je rozacea, jer mineralna zaštita odbija toplinu sunca koja izaziva crvenilo. Ne začepljuje pore pa će odlično odgovarati i problematičnoj koži sklonoj aknama. Hemijski SPF-ovi su često laganiji na koži i ne ostavljaju trag, ali potrebno ih je nanijeti 30 minuta prije izlaganja suncu i mogu biti irritativni jer upijaju UV zrake pa se zbog toga više preporučuje korištenje mineralnih SPF-ova.

Gloria SPF 50 kreme za lice

Ove kreme za zaštitu od sunca ne ostavljaju bijele tragove, a kožu ostavljaju hidriranom i zaštićenom. Prilagođene su svakodnevnom korištenju i idealna su podloga za make-up. Koliko su prirodni i provjereni sastojci govori i činjenica da su dermatološki testirani, sadrže Halal certifikat te su sigurni za djecu, trudnice i dojilje. Prilikom kreiranja mislili smo na vas i okoliš zbog čega su boćice ovih čudotvornih krema ne samo jednostavne za korištenje nego i pogodne za recikliranje.



Gloria SPF 50 – Gloria prirodna kozmetika

Koje sve benefite vam nudi Gloria SPF 50?

Gloria kreme za lice SPF 50 će spriječiti efekt fotostarenja tačnije zaštiti vaše lice od ranih znakova starenja i štetnih utjecaja vanjskih faktora kojima je koža lica izložena tijekom sunčanih dana.

SPF kreme pružaju osim vrhunske zaštite od UVA i UVB zračenja i adekvatnu njegu baš kakvu vaša koža zaslužuje.

Ove SPF 50 kreme postat će vaš ljetni favorit i ključni proizvod svake kozmetičke torbice jer osim zaštite pružaju i hidrataciju te anti-age efekt. Zaustavit će pojavu nepravilnosti na licu kao što su hiperpigmentacijske mrlje, isušivanje te bore.

Što više poželjeti od kreme koja pruža toliko benefita?



Gloria prirodna kozmetika

Svaki dan je SPF potreban!

Pitate se zašto je važno koristiti SPF svaki dan? Sunce na našu kožu ne djeluje samo kada je sunčano, nego i kada je vrijeme vani oblačno pa čak i kišovito.

Ono što je jako važno istaknuti je da nas UVA zrake mogu pronaći i u zatvorenom jer prodiru kroz prozorska stakla te je potrebno misliti na zaštitu i kada smo u ostakljenim prostorijama u blizini prozora ili automobilu. SPF nanosite svakodnevno nakon tonika i seruma, a prije šminke. Ne zaboravite na vrat i dekolte, potrebno je namazati sve dijelove tijela koji nisu prekriveni odjećom zbog čega SPF kremu za lice koristimo usporedno sa SPF kremom ili losionom za tijelo. Svakako preporučujemo da izbjegavate direktno izlaganje suncu od 10 do 16 sati te da pronađete hladovinu i nosite zaštitne dodatke kao što su naočale i šeširi. Jer sunce je zabavno samo kada je sigurno!



Japansko iscrtavanje obrva by Vanja



Metoda iscrtavanja obrva koja je godinama prisutna u salonima, što potvrđuje njegovu popularnost!

Poznato je da današnja žena ima ulogu poslovne žene, majke, prijateljice, njegovateljice, taksičare, kuharice - spisak je predug. Pri tom nađemo vremena da putujemo, treniramo, družimo se, te izgledamo lijepo jer se to danas više nego ikad od nas očekuje. Ono što svaka žena vrlo dobro zna jeste to koliko je teško balansirati u svemu tome, a pri tome izgledati njegovano, lijepo i svježe. Kroz razgovor sa Vanjom smo saznali više o japanskom iscrtavanju obrva, tretmanu koji je popularan mnogo godina – kako kaže Vanja.

Prije nekih 9 godina donijeli smo rješenje da skinemo jednu veliku brigu koja nam oduzima vrijeme, a bitan je faktor svaki dan - **crtanje obrva**.

Ko bi drugi nego naš narod i naše žene koje prednjače u ljepoti među prvima priglile metodu japanskog iscrtavanja. Zbog svoje ljepote, jednostavnosti, prirodnog izgleda te trajnosti rezultata ni nama nije trebalo dugo da zavolimo metodu i prvi je donesemo u Mostar.

ZA KOGA JE NAMJENJEN TRETMAN?

U moru tretmana koji se svaki dan izmišljaju stalno se usavršavamo ali se slijepo držimo ove metode jer nam je ogromno tržište klijentica potvrdilo da je najbolja. Zadovoljne dame nam se

Vanja Zovko, kozmetičar

Vanja Zovko je rođena u Mostaru i već 17 godina je u službi vaše ljepote. Vlasnica je salona Red Carpet u Mostaru. Salon se nalazi na Bulevaru na adresi Hrvatskih branitelja br. 9.

redovno vraćaju i nerijetko bude i suza radosnica, te zagrljaja nakon tretmana što nas motivira da svaki dan budemo bolji za vas. Naravno da tretman nije samo za žene, izgled prirodne obrve stoji i svakom našem dragom klijentu koji je odlučio svoje obrve dovesti u savršenstvo. Muškarci nam se najviše javljaju uslijed gubitka prirodne dlake zbog anemije, a sve je češći slučaj da je razlog urednost i ljepota što ni malo ne čudi jer se i od njih očekuje da budu mlađi, lijepi i uredni.

METODA ISCRTAVANJA

Što se tiče same metode vrlo jednostavno dobijete baš za vas savršeni oblik. Nakon što uzmete termin za konzultacije ili tretman, radimo mjerjenje po vašem licu. Nikada se ne radi šablonski i niko ne može dobiti isti oblik. Nakon što se sve nacrta i izmjeri vi odobrite ono što vam se najviše dopada, pa se tek onda radi. Što se tiče boja imamo sve nijanse smeđe - veliku paletu. Crna boja se ne koristi, jer crna u masnoj koži može otici na zeleno.

BOJE S KOJIMA SE RADI

Boje ne sadrže metale niti izazivaju alergije pa trudnice i dojilje nemaju bojazni od posljedica. Da ne zaboravim napomenuti da tretman nije bolan jer koristim anesteziju koja se maže u vidu kreme na zatvorenu kožu. Sam tretman traje 30 minuta, vaša je dužnost doći na korekciju za mjesec dana koju uvijek dajem gratis, jer je sastavni dio tretmana i onda ste mirni najmanje dvije godine. Naše boje ne ostavljaju zeleni ili crveni trag jer ne sadrže metale koji sam već spomenula nego blago iščeznu.



“

Boje ne sadrže metale niti izazivaju alergije pa trudnice i dojilje nemaju bojazni od posljedica.

Ako ste u nedoumici šta je najbolje za vas jer ste čuli za nekoliko vrsta tretmana, koje nudimo u salonu, budite slobodni da se javite da uradimo besplatne konsultacije, kako bi odredili šta vama najljepše pristaje. Mi našim klijenticama i onima koje će tek postati stojimo na raspolaganju za sva pitanja budite slobodni da se javite. Zakažite svoju promjenu.

Vodič za: Pripremu klijenta za tretmane lica

Detaljan vodič za početnike, ali i one koji su već duže vrijeme u beauty industriji, za refresh znanja.



Piše: Meliha Alić, majstor kozmetičar

Meliha Alić je majstor kozmetičar i nastavnica praktične nastave za zanimanje Kozmetički tehničar.

Znanja nikada dosta, svi beauty profesionalci tokom svoje karijere posjećuju razne seminare, edukacije, kako bi svoje postojeće znanje nadogradili. Jedan od bitnijih edukacija jeste edukacija o pripremi klijena za tretman, dotičući se i najsitnijih detalja koji su veoma bitni sa cijelokupan dojam. Od ljubaznosti, sterilnosti prostora, kvalitetne opreme, izvođenja tretmana do pozdrava klijenta kada završi sa tretmanom. U razgovoru sa prof. Alić, detaljno i hronološki je objasnila odnos majstor – klijent, definitivno da ovaj tekst svima može biti od koristi, onima koji su početnici alii onima koji su dugo godina u ovom poslu i žele se prisjetiti onoga što su davno učili.

Kozmetički tehničar

Zanimanje kozmetičkog tehničara je veoma složeno i zahtjevno zanimanje iz domena zdravstvene struke jer pored teorijskog znanja podrazumijeva i ovladavanje praktičnim procedurama.

Kozmetički tehničar je stručnjak koji dostignuća kozmetološke nauke sprovodi u praktičnom radu. Poslovi koje obavlja kozmetički tehničar ovise o vrsti kozmetičkog tretmana. Tako kozmetičar, osim čišćenja kože lica i tijela, radi i na uklanjanju odnosno smanjivanju bora, strija i suvišnih dlačica (korekcija obrva i trepavica, depilacija). Kozmetički tehničar pružaju i usluge masaže lica i tijela, njegu i piling kože, aromaterapiju i dr. Kozmetički tehničar također pruža usluge manikiranja i pedikiranja. Manikiranjem njeguje kožu šake, te prste i nokte na rukama, a pedikiranjem njeguje kožu stopala i prstiju na nogama, te nokte na nogama.

Kozmetički tehničar pruža i usluge dekorativnog i korektivnog šminkanja. Ovisno o kakvoj se prigodi radi, te željama osobe, kozmetički tehničar nastoji naglasiti lijepo crte lica ili eventualno ispraviti nedostatke i vizualno promijeniti crte lica kako bi osoba izgledala što ljepše. Kozmetički tehničar savjetuje klijente kakve kozmetičke preparate koristiti i kako njima njegovati lice i tijelo, te upozorava na važnost zdrave prehrane. Kozmetički tehničar mora imati dobar vid i sposobnost razlikovanja boja i nijansi, spretne ruke za precizan rad i sposobnost razlikovanja dodirom. Također, mora znati organizirati posao, te ljubazno i profesionalno komunicirati s klijentima.

PRIJEM KLIJENTA

Komunikacija je jako bitna u poslu koji obavlja kozmetički tehničar. Bitno je da kozmetički tehničar ljubazno i prijatno komunicira sa klijentom.

Prijem klijenta: Naglašen je personalizirani pristup, važnost stavljanja klijenta u središte poduzeća, utvrđivanje njegovih želja, potreba i osobnosti u maksimalnom naporu da ih se zadovolji.

Anamneza – uslužni karton prije svake procedure bitno je kontrolisati uslužni karton klijenta da bi znali kako postupati sa određenim tretmanima.

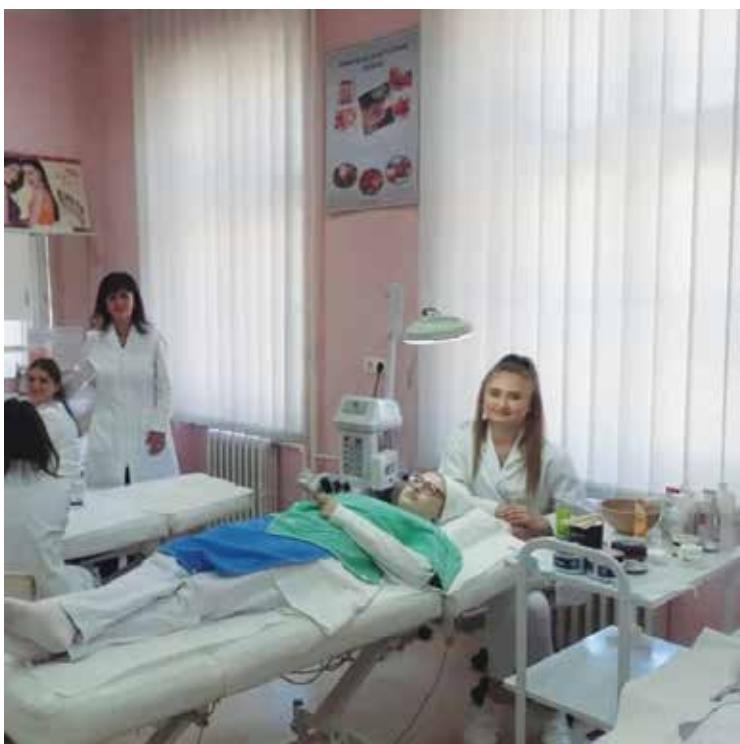
Priprema klijenta za kozmetički tretman normalne kože

Svaki pojedinačni tretman se odvija u nekoliko etapa: priprema za izvođenje procedure, izvođenje procedure, zbrinjavanje klijenta i upotrijebljenoog pribor za rad.

Priprema za izvođenje procedure obuhvata:

Opštu pripremu prostora, radnog mesta i pribora za rad. Ona obuhvata:

- pripremu radnog mjesta - kontrola da li se sve što je potrebno za izvođenje tretmana nalazi na stolčiću koji



terapeutu služi za držanje pribora za rad,

- na propisan način sprovodi asepse i antisepse i da li je spremан apparat za aplikaciju struje.

Pripremu kozmetoterapeuta: nošenje propisane uniforme, provjeru ispravnosti odluke da se određena procedura izvrši, pripremu odgovarajuće dokumentacije, obavljen razgovor s klijentom i postignut dogovor za izvođenje procedure, pripremu klijenta za izvođenje procedure.

Priprema klijenta obuhvata: Postavljanje klijenta u odgovarajući, najčešće ležeći položaj, inspekcija kože i konačna provjera da li postoje kontraindikacije za aplikaciju struje – zapaljeni procesi, erozije i druga oštećenja.

Izvođenje procedure

Hemijsko čišćenje - za čišćenje se koristi emulzioni oblik preparata – kozmetičko mlijeko. Periokularna regija se čisti tuferima vate natopljenim uljima biljnog porijekla, čime se obezbeđuje premašujući efekat.

Pregled kože - pregledom kože terapeut provjerava trenutno stanje kože, da li postoje kontraindikacije za izvođenje odabranog kozmetičkog programa.

Mehanički piling abrazivnim sredstvima

Za mehanički piling koriste se fizički agensi, među kojima se abrazivna sredstva koriste kao agensi izbora. Efekat pilinga izazivaju mehaničke radnje – trljanje (ribanje) i/ili primjena aparata koji efekat abrazije intenziviraju rotirajućim sistemima – četke s dlakom odgovarajuće čvrstine – frimator, sunđeri. Abrazivna sredstva formulirana su tako da izazivaju blag površinski piling – i dovode do skidanja orožalih i ispucalih keratinskih slojeva rožnatog sloja. Osvježavaju površinu kože, a masaža redovno prati proces aplikacije. Pravilno aplikovan mehanički piling površinu kože čini glatkom, kompaktnijom i svjetlijom, što sve zajedno prezentuje atribute lijepo kože.

Masaža lica, vrata i dekoltea:

Masaža, aplikovana poslije primjene galvanske struje, pozitivno djeluje na metabolitičke procese u koži. Obično se kao preparat za masažu koristi krema koja sadrži bioaktivne molekule koji će lagano penetrirati duž slojeva kože – vitamin A, vitamin E, ekstrakti algi, ulje nevena, itd. Masaža treba da traje 15-20 minuta.

Maska - Nakon masaže nanijeti emolijentnu masku. Poželjno je da bude topla i da time obezbijedi efikasnu penetraciju aktivnih molekula sa površine kože.

Završna procedura

Navedeni primjer programa nije i ne smije da bude i jedini koji će terapeut u radu kod određenog klijenta primjenjivati.

Zbrinjavanje klijenta, aparata i upotrebljenog pribora za rad

Nakon završetka tretmana, klijentu ponovo izvršiti pregled kože. Pomoći da ustane i obuče odloženu odjeću i, eventualnu obuću, pitati kako je tretman prijaо i dogovoriti sljedeću aplikaciju planiranu u seriji tretmana. U karton upisati kratko kako je klijent reagovao na tretman i za kada je zakazan sljedeći. Slijedi ispraćaj klijenta. Sljedeća radnja je odlaganje upotrijebljenog pribora i aparata za rad kao i sređivanje radnog mesta pripremajući ga za sljedećeg klijenta. Kozmetički tehničar radi u čistom i zatvorenom prostoru, pri normalnoj temperaturi. Dio postupaka provodi pri umjetnom svjetlu i pod lupom, zbog čega mu je jako opterećen vid. Dezinfekcija označava postupke usmjerene na uništenje najvećeg broja neželjenih mikroorganizama. Sterilizacija je proces kojim se potpuno odstranjuju ili uništavaju svi mikroorganizmi i njihove spore s predmeta, instrumenata i materijala koje koristimo.



Fresh cosmetics d.o.o.
Srpske dobrovoljačke
garde 14, 76 300 Bijeljina
+387 65 563 926
bih@freshcosmetics.rs



BE HAPPY

Izuzetan preparat za zaštitu kože u solarijumu sa snagom 15 bronzer.

Aktivne supstance za Anti-Aging efekat. Dubinski hidrira i hrani kožu. Svjež voćni miris.



ASTHER EXPERT BLACK UP

Brzo djelujuća ultra hidrantna formula koja pruža savršenu nijansu preplanulog tena ostavlja kožu njegovanom i hidriranom. Pomoći sastojaka koje sadrži pomaže u jačanju boje vaše tetovaže.



BLACK ICON

Losion namijenjen za taman ten.



BOOSTER

Intenzivan aktivator koji pojačava efekat potamnjivanja kroz utjecaj biljnog ulja i ekstrakata koji intenziviraju efekat bojenja kože sa UV zracima.



CHOCO BRONZER

Bronzer dizajniran posebno za ljudе tamnije puti ili već preplanulog tena, kao i za poboljšanje efekta korištenja solarijuma.



DARK BRONZER

Savršen losion za postizanje duboko zlatno-braon tena, a istovremeno održava vašu kožu u odličnom stanju, zahvaljujući velikom broju drugih korisnih sastojaka.

**Sve kreme su
dermatološki
testirane!**



LATTE BRONZER

Jedinstvena kombinacija laganog bronzer-a u losionu za produženi efekat preplanulog tena.



QUANTUM LUXURY BRONZER

Izuzetno jak bronzer - IBC formula- sa snagom 30 bronzer-a i višestrukim 3D.



RED ICON

Aktivni sastojci iz prirode sa aminokiselinom čine vašu kožu mekom, zaštićenom i elastičnom.



SHOCKING BRONZER

Savršeno rješenje za one sa prirodno tamnim ili preplanulim tenom, koji vole dubok i jako tamn ten, ili žele da ga održe - pojačaju.



TOTAL FRESH

Esencijalna (neophodna) ulja efektivno prikrivaju jak utjecaj koji se stvara kada je koža izložena ultraljubičastim zracima. Opuštaju tijelo i daju mu energiju.



V 12

Za prirodnu preplanulost. Njeguje vašu kožu sa vitaminima (iz grupe) B, A i C.

Standardi su postavljeni: Efikasno, bezbolno, besprijekorni rezultati

1998. godina predstavlja početak razvoja inovativnih uređaja u svijetu estetike i estetske-medicine.



Zahvaljujući Endospheres aparatu u mogućnosti smo da pristupimo estetici i njezi kože na potpuno novom nivou. Celulit, opuštena koža, masne naslage, kao i bore na licu postaju prošlost. Sa Endospheres aparatom, takve rezultate postizemo bez bola i operacija, odnosno estetskih korekcija. Predstavljeni aparat je ujedno i je najbezbjedniji na tržištu, te gotovo da nema kontraindikaciju. Medicinski je testiran.

Kavaleti, osnivači porodičnog biznisa Fenix Group, vjerovatno nisu ni sanjali da će upravo oni prvi razviti aparat koji će donijeti revoluciju u svijetu ljepote i njege. Uskoro, naći će se i na Forbes-ovoj listi za najbolji neinvazivni tretman. Ime aparata je Endospheres, a Feniks grupa iz Italije je, od tada pa do danas, jedini proizvodač ovih aparata na svijetu.

Iz Italije putujemo u Estetski Centar Pleasure, čiji osnivači već 30 godina konstantno teže ka autentičnom pristupu utemeljenom na najnovijim istraživanjima, inovacijama i vrhunskoj tehnologiji. Ne iznenađuje što se tim Estetskog Centra Pleasure odlučio da Endospheres bude brend iza kojeg će stajati kao jedini ovlašteni distributer za Srbiju i BiH.

Siguran i neinvazivan tretman

Endospheres metoda je obogaćena senzor sistemom, koji predstavlja korak dalje u tehnološkim inovacijama. Unutrašnji senzori omogućavaju da se odgovarajući pritisak primjeni na tkivo i tako stvori personalizovani i jedinstveni tretman koji će odgovoriti specifičnim potrebama. Endospheres koristi KOMPRESIVNE MIKRO-VIBRACIJE za prenos niskofrekventnih vibracija koje stvaraju pulsno ritmičko dejstvo na tkiva.

Talas koji proizvodi vibracije djeluje na tkivo na pet terapijskih načina i pruža potpuno zaokružen tretman. Na početku, on tkivu i mikro-cirkulaciji omogućava da se povrate u normalno stanje, a u kasnijim etapama radi na preoblikovanju i vraćanju kontura tijela.

Metodu su proučavali utjecajni medicinski centri za istraživanje i potvrdili efikasnost tretmana.

Istraživanja su vršena na: "G. d'Annunzio" – UNIVERZITET KJETI/PESKARA - ITALIJA, Odjeljenje



za Medicinsku fizičku terapiju i rehabilitaciju
Odjeljenje fizioterapije - Chieti, I.T.A.B "Institut za
Naprednu Biomedicinsku Tehnologiju" - Chieti,
"Accademia Italiana della Bellezza" studija estetske
patologije - Arezzo et. al

Tretman daje izvrsne rezultate u:

- Oblikovanju tijela
 - Vraćanje tonusa mišićima
 - Smanjuje efekat "pomorandžine kore"
- Kompresivna mikro-vibracija ™/ Endospheres je tretman koji omogućava reaktiviranje cirkulacije krvi itako poboljšava trofičnost kože i oksigenaciju ćelija. Nova, revolucionarna Kompresivna mikro-vibracija Endospheres aparata, garantuje izuzetne rezultate posle samo nekoliko seansi.

NOVA METODA PROTIV BORA

Nova Endospheres Face Therapy metoda bori se protiv znakova starenja na licu i na vratu sa 60 mikro-sfera od prirodnog silikona smještenih u cilindru koji rotira na frekvenciji do 350hz. Sfere stimulišu tkivo, smanjuju i poboljšavaju prirodno obnavljanje kolagena i elastina, regenerišu mišiće i tkiva - koji omogućava borama da se ispune Silikonske mikro-sfere stimulišu kožu učvršćuju je na različitim frekvencijama u zavisnosti od efekta koji želite da postignete: vraćanje tonusa, preoblikovanje, redefinisanje i poboljšanje cirkulacije. Endospheres Face Therapy postiže efekat punoće, zategnutosti i jedrine ali bez injekcija, neinvazivna je i nema propratnih efekata.





be real
be fab



Begstone d.o.o.

PERMABLEND
BOSNA I HERCEGOVINA



**Brow Xenna® Official
Bosna i Hercegovina**

Begstone d.o.o. Bihać je firma sa sjedištem u Bihaću. Iako su kratko na tržištu nalaze se na samom vrhu distribucije brendova u svijetu trajne šminke. Ponasno predstavljaju da su jedini distributeri u Bosni i Hercegovini za BrowXenna levchuck - kana za obrve. Također su distributeri za Permablend pigments - pigmenti za trajnu šminku i Kwadron - igle za trajnu šminku. Osnovna djelatnost firme je distribucija vrhunskih proizvoda za PMU artiste, te sve popratne opreme u ovom poslu. U okviru strategije poslovanja postavili su cilj uravnotežene prodaje po cijeloj Bosni i Hercegovini. Svi proizvodi su dostupni u Bosni i Hercegovini preko web shop-a www.trajnasminka.ba. Popratna oprema dostupna PMU artistima u Bosni i Hercegovini.

Uspjeh u poslu je jedan od ciljeva svake firme. Ali šta znači biti uspješan? Pored zadovoljnih zaposlenika, pored savršene organizacije, ključ njihovog uspjeha je u ponudi vrhunskih materijala klijentima, kako bi im olakšali ovaj nimalo lagan posao. Jer ukoliko nešto radimo bez strasti teško ćemo postići zadane ciljeve, s toga nastojimo biti još bolji, i svaki put našim klijentima pružiti novine i inovacije u svijetu PMU kozmetike.



BROWXENNA LEVCHUCK - KANA ZA OBRVE

BrowXenna levchuck je bestseler za bojanje obrva. Brend koji kombinira brigu za prirodom, iskustvo i inovacije. BrowXenna je profesionalna kana za obrve koja nudi mnoštvo benefita. Vrhunska kvaliteta, velika paleta nijansi i sve to u skladu sa prirodom. Ruska prva profesionalana kana ostvarena na tržištu 2013 godine. Kreirana od prirodnih sastojaka i prihvaćena u 48 zemalja svijeta. Perma Blend pigmenti proizvode se u USA. Profesionalni pigmenti za trajnu šminku i mikro pigmentaciju. Garantuju trajnost i odličnu reprodukciju boja. Priznati su u njemačkom laboratoriju CTL, što potvrđuje njihovu najvišu kvalitetu. Pigmenti su veganski i razvijeni bez ispitivanja na životnjama. Pigmenti se sastoje od najkvalitetnijih pigmenata sa najvišom ocjenom svjetlost za maksimalnu stabilnost i performanse boje. Svi Perma Blend proizvodi su sterilni i veganski.

KWADRON - IGLE ZA TRAJNU ŠMINSKU

Kwadron su neupitno najbolje igle za PMU ikad napravljene. Najbolje i najoštrije igle su na tržištu. Karakteristike su najfinije i najpreciznije linije. Posjeduju također sistem za stabilizaciju noža, osiguravaju izuzetan protok pigmenata i naravno sterilne su. Sačinjene su od hirurškog nehrđajućeg čelika.

MIKSER ZA BOČICE

NOŽICI ZA MICROBLADING.

LATEKS (UMJETNA KOŽA - USNE)

METALNI DRŽAČI ZA ČAŠICE

UNIVERZALNA TOPILICA ZA PARAFIN I VOSAK

SILIKONSKI PRSTEN ZA BOJE

MIKSER ZA BOJE

METALNI KALUPI ZA OBRVE I USNE

Uticaj SUNČEVIH ZRAKA na ZDRAVLJE KOŽE

Sunčeve zrake doprinose cjelokupnom zdravlju čovjeka, dovode do poboljšanja psihičkog stanja i raspoloženja, lučenja endorfina i razvoja bolje vitalne energije.



Piše:
prof.dr. specijalista estetske medicine Dobrila Regoje

Najvažniji doprinos je sinteza vitamina- D koji je neophodan za funkciju svih procesa u organizmu. Međutim, posljedice izloženosti sunčevim zrakama dešavaju se najviše na koži kao najvećem i najizloženijem organu sunčevom zračenju. Posljedice su od kozmetoloških promjena do teških oboljenja kao što su carcinomi kože. Sunce izaziva fotostarenje, hiperpigmentacije, solarne keratoze, alergije, opekatine i razvoj solarnog dermatitisa. Pretejerano izlaganje suncu dovodi do nastanka težih promjena na koži- karcinoma kao što su bazocelularni karcinom i melanom. Preporučljivo je redovno pregledanje promjena na koži sigurnom bezbjednosnom metodom dubinskog snimanja kože- dermoskopija kože. Dermoskopija je najsavremenija, bezbolna dijagnostička metoda za pregled svih patoloških izraštaja i promjena na koži. Dermoskopskim pregledom na vrijeme mogu biti uočene početne promjene te se otkloniti i onemogućiti dalji razvoj.

Dermatohirurgija je grana dermatologije koja je specijalizovana za hirurške procedure i minimalno invazivne tretmane za poboljšanje zdravstvenog stanja, funkcije i lijepog izgleda kože. Dermatohirurgija podrazumijeva minimalno invazivne tretmane prilikom kojih se uklanjuju benigne izrasline na koži iz preventivnih, zdravstvenih ili estetskih razloga. Dermatohirurški zahvati najkomformniji su primjenom



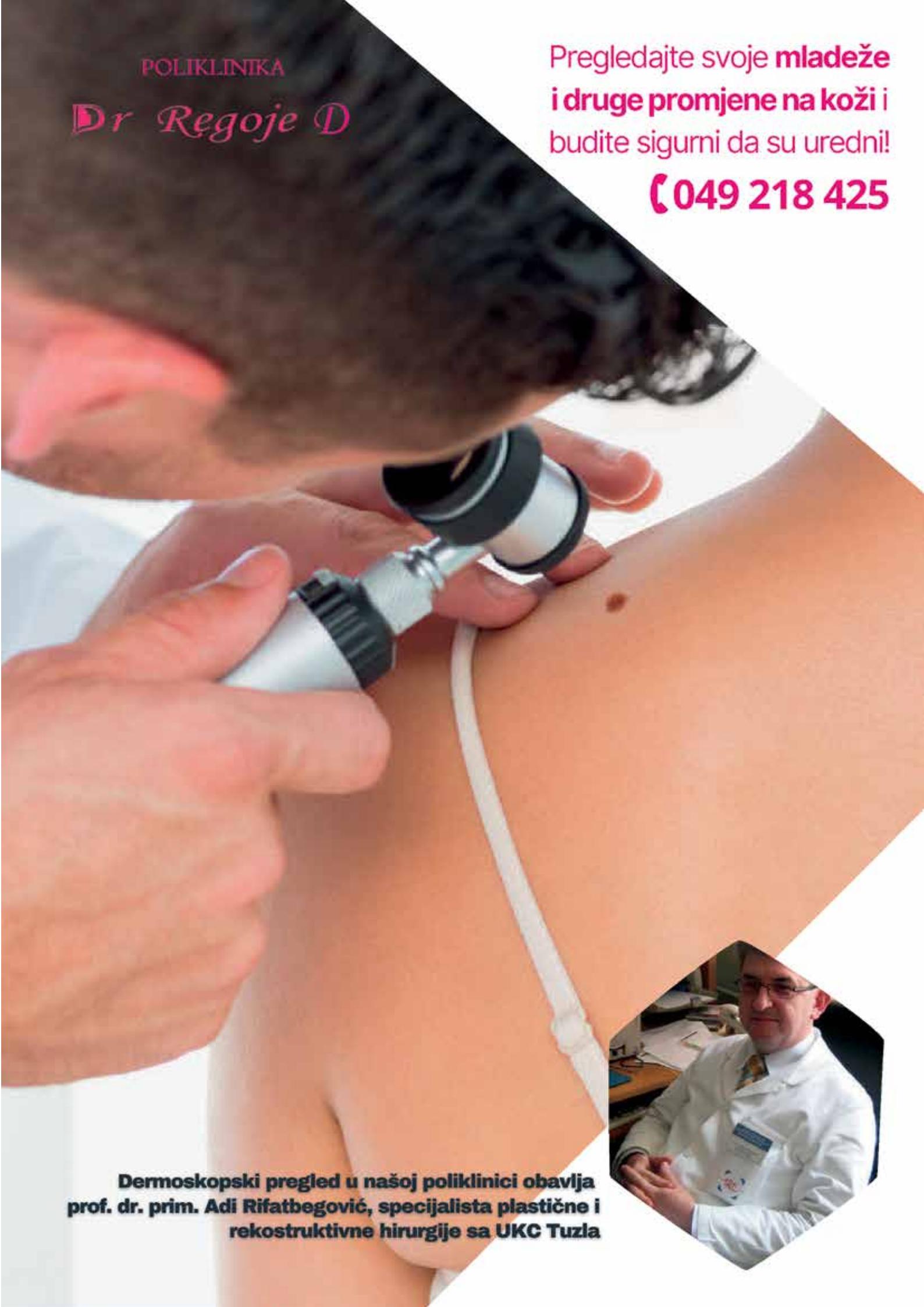
radiovalne hirurgije. Radiovalna hirurgija je savremena metoda za estetske operativne zahvate sa modifikovanom HF strujom. Rezovi i operacije se izvode pomoću tankih igala i omči što omogućava precizne rezove bez krvarenja i bez oštećenja okolnog tkiva. Metoda je veoma praktična, bezbolna i bezbjedna sa veoma visokim procentom sigurnosti za uklanjanje svih patoloških lezija na koži i vidljivim sluznicama. Prednost ove metode od klasične hirurgije je ta što izbjegavamo obilno krvarenje, traumatizaciju okolnog tkiva, sprečavamo širenje patološke lezije i garantovano dobar estetski rezultat.

POLIKLINIKA

Dr Rangoje D

Pregledajte svoje mladeže
i druge promjene na koži i
budite sigurni da su uredni!

049 218 425



Dermoskopski pregled u našoj poliklinici obavlja
prof. dr. prim. Adi Rifatbegović, specijalista plastične i
rekonstruktivne hirurgije sa UKC Tuzla



Suzana Mlađenović i Slađana Regoja Kresojević su sestre, preduzetnice i vlasnice kozmetičkog salona „Cats Club“ iz Banja Luke. Kroz veliki broj edukacija, seminara i kongresa imale su priliku steći bogato iskustvo iz oblasti kozmetologije i njege lica i tijela, a posjeduju i zvanja lash master edukatora i permanent make up mastera iz ovih oblasti. Rođene su u Sisku a žive u Banja Luci, gdje godinama rade u službi ljepote, a njihov kvalitet i usluga su nadaleko prepoznati i cijenjeni.

Imale su viziju da sve uklope u jednu cjelinu – taj toplo odnos sa klijentima koji su stekle tokom godina, kvalitet rada i enterijer koji će sve to da „začini“ kako bi se taj toplo duh i energija još više osjetili i održali, jer im je to bilo veoma važno.



*Intervju:
Suzana Mlađenović i Slađana Regoja Kresojević*

Novootvoreni salon „Cats“ u Banja Luci već je pokupio mnoge simpatije

Kada živite svoj posao, to se jednostavno vidi i osjeti. One su sestre, koleginice, prijateljice. Jedna drugoj savjetnice i podrška, ali i kritičari, a sve to zajedno ih motiviše i vodi ka napretku, ka novim idejama, uslugama i novitetima, koje redovno uvode u svoj salon, aktivno prateći sve svjetske trendove iz svijeta ljepote i estetike lica i tijela! Imali smo priliku upoznati sestre koje zajedničkim snagama idu u korak sa vremenom kada je u pitanju beauty industrija.

BeautiFUL: Recite nam više o vama dvjema, uspješnim damama i sestrama u beauty svijetu?

Suzana i Slađa: Iako je vrlo nezgodno govoriti o samom sebi, pokušaćemo čitaocima približiti našu priču i reći nešto više o nama. Mi smo Suza i Slađa, kako nas svi zovu, sestre, preduzetnice i jedne sasvim obične žene koje rade u službi ljepote. Živimo našu priču i ljubav prema ljepoti i njezi lica i tijela već preko 20 godina. Mi smo majke, supruge, porodične žene, prijateljice.

Preko 10 godina radimo u službi ljepote u sopstvenom salonu u Banja Luci, a odnedavno i u novom, moderno opremljenom prostoru na 150 kvadrata, gdje smo sažele svu svoju ljubav prema njezi tijela i lica u jednu kompletну priču savremene kozmetske usluge na našim prostorima.

BeautiFUL: Kada ste se i kako odlučile zajedničkim snagama pokrenuti svoj biznis?

Suzana i Sladja: Naša priča je počela još prije 20 godina, kad smo, kao vrlo mlade i sa nešto iskustva, uplovile u svijet ljepote. Vremenom, ljubav prema poslu je sve više i više rasla, a mi smo još na početku karijere znale da čemo u godinama koje nam slijede stvoriti nešto veliko. Danas, ono što vidite iza imena Cats, iznjedrilo je, slobodno možemo reći brand, jak i snažan prepoznatljiv dvojac na tržištu kozmetologije koji svakim danom sve više napreduje i gradi svoju priču. Iza nas je 20 godina predanog rada i truda, od čega 15 u sopstvenom prostoru, a tokom ove dvije decenije, naš kvalitet usluge, stručnost i ljubav prema poslu prepoznao je preko 5000 klijenata !

BeautiFUL: Sestrinska ljubav je najjača životna poveznica, da li Vam je to olakšalo put ka ostvarenju snova i ciljeva?

Suzana i Sladja: Itekako! U životu je najvažnija podrška, a kad vas podržava vaš najbliži, onda je sve mnogo lakše. Prošle smo mnogo uspona i padova u ovih 20 godina. Što je i normalno, a i na neki način poželjno, jer da je sve dobro, motivacije bi vjerovatno odavno bilo manje. Ovako, kada padnete i ustanete i nastavite još bolje, shvatite koliko ste jake i koliko možete još više da uradite i pomjerite svoje granice koje niste ni znale da postoje. Jedna drugu podržavamo i motivišemo, dajemo savjete i uvijek smo međusobna podrška.

BeautiFUL: Već preko 20 godina uspješno poslujete a od nedavno ste u novom prostoru. Možete li nam nešto više reći o tome? Kako su izgledale pripreme, da li ste obe bile involvirane u odabiru enterijera i ideja?

Suzana i Sladja: U novom prostoru smo mjesec dana i već vidimo da ono na čemu smo radile zadnjih nekoliko mjeseci pokazuje svoj efekat. Kada smo se odlučili na novi prostor, prvenstveno je razlog bio taj što više jednostavno nismo imale mjesta u starom. Godinama, kako je posao napredovao, postalo je skučeno, nas je bilo sve više i više, i uvidjeli smo da je vrijeme za promjene. Imale smo viziju da sve uklopimo u jednu cjelinu – taj topli odnos sa klijentima koji smo stekli tokom godina, kvalitet rada i enterijer koji će sve to da „začini“ kako bi se taj topli duh i energija još više osjetili i održali, jer nam je to bilo veoma važno.

Organizacija i priprema je bila vrlo detaljna, samim tim je i dugo trajala. Zajedno smo učestvovali u idejama ali

smo tražile i pomoći u realizaciji od stručnjaka – preko 10 ljudi iz različitih branši je učestvovalo u opremanju enterijera. Arhitekta, dizajner enterijera, dekoracije, izrada namještaja po mjeri, čak smo i mebl štofove za fotelje posebno birale i presvlačile. Mnogo logistike stoji iza svega, zato smo i nekoliko puta prolongirale otvaranje, trpili su naša privatnost i porodični život, ali se na kraju itekako isplatilo.

BeautiFUL: Nešto po čemu se izdvajate jeste način i pristup vašim klijentima. Koristite jednokratne turpije, sterilne instrumente. Možete li nas detaljnije uvesti u sve to?

Suzana i Sladja: Tako je. Jedna od najvažnijih stavki i principa našeg salona jeste higijena sa posebnim akcentom na sterilizaciju. Kada ste u ovom poslu, onda vam je značaj higijene itekako poznat, s obzirom da su koža, a naročito nokti i oči s kojima mi prvenstveno radimo, najlakše mjesto prenosa bakterija, gljivica, i ulazno mjesto za infekcije. Zato, u našem salonu se bez izuzetka prati poseban protokol suve sterilizacije instrumenata za rad u autoklavu, upotrebe jednokratnih turpija za svakog klijenta, pa čak koristimo i dvije turpije za nokte na nogama i rukama iako je u pitanju ista žena koja nam u jednom terminu dođe na oba ova tretmana. **Higijena ima vodeće mjesto kod nas, i nešto je sa čime se sve djevojke koje rade u salonu prvo susreću i obučavaju, kako bi se ispoštovali svi principi sterilnog rada.**





BeautiFUL: Salon Cats je prepoznatljiv po jednom tretmanu koji nije toliko zastupljen kod nas, a i više je nego potreban. Možete li nam reći o čemu se radi?

Suzana i Slađa: Tako je, u našem salonu radimo medicinski pedikir, sa posebnim akcentom na gljivično oboljenje nokta i kompletnu obnovu nokatne ploče. Prošli smo renomirane edukacije kod najpriznatijih svjetskih podologa iz Rusije i Hrvatske, tako da danas uspješno rješavamo gljivično oboljenje nokta kod svih uzrasta. Ne biste vjerovali koliko je gljivičnih oboljenja noktiju zastupljeno kod nas, a toliko nam je dostupno njihovo liječenje. Procedura je potpuno bezbolna i brza, a osim što rješavate estetski problem, sprječavate da oboljenje zahvati i ostale nokte.

BeautiFUL: Nakon tretmana noktiju, imate poseban ritual pilinga ruku, o čemu se radi?

Suzana i Slađa: Uvijek smo se trudili, ne samo sada u novom prostoru, nego i inače, da pružimo te male sitnice i užitak koji će učiniti da se dobro osjećate kada dođete kod nas i da tu posjetu zapamtite kao nešto više od samog tretmana. Vodimo se idejom da posjeta kozmetičkom salonu treba biti ono vrijeme koje imamo samo za sebe, kad ugađamo sebi, i ovo je bio jedan idealan način za to. Nakon svakog tretmana noktiju, možete odabratи неки od pilinga koji stoje na tacni u kašićicama, a pažljivo smo birali i vodili računa koje pilinge ćemo uzeti, i bez razmišljanja to su bili pilinzi





od Anite Bačić (Noctarica). Imamo preko 10 mirisa, a ne bi pogriješili da kažemo i okusa, jer sekunda fali da ih pojedete koliko lijepo mirišu! Muškarci koji dođu u salon a obično ne rade tretmane ili dođu u pratnji žena, skoro pa svaki put pitaju da li je to nešto za pojesti! Svima se teško odlučiti koji piling da odaberu, jer su svi zaista predivni. Naši favoriti su vjerovatno čokolada i jagoda, koji mirišu božanstveno!

BeautiFUL: Možemo li prepostaviti da pratite svjetske trendove, koje donosite u BiH?

Suzana i Slađa: Naravno, iako se kvalitet u radu, higijena, enterijer i detalji itekako prepoznaju, to nije dovoljno za vrhunsku uslugu. Naša struka „galopira“ kad je napredak u pitanju, i stalno treba pratiti svjetske trendove, nove metode i načine rada, kako bismo bili u toku sa svim novim što nam se nudi na tržištu. Naša misija je da u mali grad kao što je Banja Luka, kad je poređimo sa velikim svjetskim centrima, donešemo sve najsvremenije tretmane kako bi i naši klijenti imali sve usluge na jednom mjestu.

Posebno ističemo edukacije iz oblasti trajnog make up-a, i certifikat nakon trodnevne obuke S akademije sa craft masterom Nastasyom Novoselyom, svjetski priznatim masterom u oblasti trajnog make up-a obrva i usana. Tokom godina, stekle smo zvanja Lash Master Edukatora i Permanent Make Up Mastera iz oblasti trajne šminke usana, ajlajnera i obrva, prošle brojne obuke iz nail art tehnika i nadogradnje noktiju, pedikira, kako medicinskog tako i mašinskog, depilacija kao i veliki broj tehnika za uljepšavanje trepavica,

nadogradnja 1na1, lash lift i volumenske trepavice. Ulaganje u edukacije, seminare, opremu, materijale i nove tehnike koje koristimo u radu su naši prioriteti – uvjerile smo da napredovanjem i praćenjem svjetskih trendova možemo biti među vrhunskim stručnjacima našeg posla, što se itekako prepoznaće i cijeni.

BeautiFUL: Smatrate li da je svaki klijent podjednako važan, te da li oni to cijene?

Suzana i Slađa: Naravno, to se svakako osjeti, a ništa ne moraju ni da nam kažu, mi to vrlo jednostavno prepoznamo kroz povjerenje koje nam daju tokom godina koje dolaze kod nas. Imamo klijenata koje su naše stalne mušterije preko 15 godina! To nam je posebna čast i zadovoljstvo, i jedno veliko priznanje da smo svoj posao uradile kako treba. Individualan pristup nam je na prvom mjestu – ne želimo samo još jednog klijenta u nizu koja će dolazak kod nas brzo zaboraviti. Uvijek će vas dočekati lijepa riječ, osmijeh i kafa, jer kod nas ste došle da za sebe učinite nešto lijepo, da se opustite i uživate. Shvatile smo da spoj stručnosti, savremene opreme, materijala i tehnika rada sa ugodnom i veselom atmosferom daje fantastičan rezultat. Pozitivna energija se itekako osjeti i prenosi, a to je ono što će vas kod nas dočekati i ispratiti.

BeautiFUL: Imate li nešto poručiti za naše čitateljice?

Suzana i Slađa: Budite svoje, nasmijane i pozitivne! Njegujte sebe i svoje tijelo, jer to je jedino mjesto gdje morate živjeti i trebate se osjećati ugodno u njemu! Vjerujte u sebe i svoje uspjehe, odvažite se na promjene i pomjerajte granice!



INTERVJU:

Maida Džeko, osnivačica brenda AM Apothecary

Mr. ph. Maida Džeko je osnivačica brenda AM Apothecary. Živi i radi u Sarajevu.



Potrebno je biramo **prirodne sastojke** koji djeluju u skladu s našim tijelom **omogućavajući koži da se izbalansira i oporavi**

Sa Maidom i Alvinom smo se upoznali na Sajmu BeautiFUL, s kojima smo imali priliku razgovarati o njihovom brendu i njihovim proizvodima, koji imaju toliko divan miris. Svi zaljubljenici RITUALS proizvoda će zamjeniti sa AM Apothecary proizvodima koji pored svog bogatog sastava mirišu fantastično. Svaki proizvod smo imali priliku probati i saznati više o njemu. Kako su došli na ideju osnivanja brenda i kako je cijela priča tekla, te šta je zaista prirodna kozmetika i kakav ona učinak ima na našu kožu možete naći u narednim redovima koje smo pripremili za vas.

BeautiFUL: Za početak nam recite ko se krije iza brenda AM Apothecary?

Džeko: Prijе svega, iza našeg brenda se kriju naši snovi koje smo uspjeli realizirati našim trudom i radom, ali i iskustvom građenim dugi niz godina. Ja sam Maida Džeko. Još kao student farmacije, najveći interes pokazivala sam za biljke i ljekovite biljne proizvode, što je i bio razlog da nastavim sa izučavanjem i upotrebom ljekovitih biljnih supstanci. Priču i ideju dodatno uljepšava i kreira i moj suprug, Alvin Džeko, koji je po struci zdravstveni radnik koji se uporedo bavio informatikom, grafičkim dizajnom, produkt

Svi zaljubljenici RITUALS proizvoda će sa AM Apothecary proizvodima ih zamijeniti. Proizvodima koji pored svog bogatog sastava mirišu fantastično.



fotografijom, a oduvijek je volio da slika raznim tehnikama (akrilne boje, ulje na platnu, suhi pastel...). Svo naše znanje i kreativnost uložili smo u naše proizvode da bismo omogućili najljepše moguće iskustvo.

BeautiFUL: Kako je krenula Vaša priča i kako se rodila ideja za pokretanje biznisa i osnivanje brenda?

Džeko: Težnja za ostvarenjem naših snova o prirodnoj kozmetici koja će koristiti nama, našoj porodici ali i drugim je krenula još u mладalačkim danima. To je jedna predivna ideja protkana mnogim pozitivnim i negativnim iskustvima s raznim vrstama što prirodnih, što hemijskih preparata koje smo koristili i s kojima smo se tokom života i rada susretali i pobliže upoznali. Svjesni značaja prirodne kozmetike i svjesni sastava, načina izrade, te svjesni štete i koristi koje mogu donijeti određeni sastavi, odlučili smo da prvenstveno o našem tijelu brinemo na jednom popuno novom, zdravijem nivou. Nakon što smo jednu pravu malu revoluciju napravili kada je u





pitanju briga o našem tijelu, naše tajne smo odlučili podijeliti i sa drugima, te ovu našu ličnu pobjedu i uspjeh plasirati zaljubljenicima prirodne kozmetike.

BeautiFUL: Recite nam nešto Više o proizvodima koje radite, te koje sve proizvode imate u ponudi?

Džeko: U pravilu odabiremo samo sastojke koji su prirodnog porijekla, nisu testirani na životinjama, ekološki i iz održivih izvora. Neumorno radimo na tome da svaki sastojak koji dobijemo bude autentičan, snažan i da zadovoljava kvalitet na kojem insistiramo. Svi naši proizvodi su bez parabena, propilena ili butilen glikola, nafte, sulfata, PEG-a, TEA, DEA, ftalata, silikona, umjetnih boja, mirisa ili kancerogena. Osim na djelovanje i učinkovitost, veliku pažnju posvećujemo mirisu svakog proizvoda. Kombinacija 6-7 ili više prirodnih esencijalnih ulja i absoluta nalazi se u svakom proizvodu dajući mu jedinstven i potpun miris. U ponudi imamo proizvode za njegu lica i tijela, koji su namijenjeni ženama i muškarcima, a razvili smo i posebnu liniju za muškarce za njegu brade i kose.

BeautiFUL: Gdje plasirate proizvode i gdje se mogu kupiti?

Džeko: Osim što kupci mogu poručiti proizvode preko naših [instagram.com/amapotpharmacy](https://www.instagram.com/amapotpharmacy) i [facebook.com/amapotpharmacy](https://www.facebook.com/amapotpharmacy) profila, u svim dm prodavnicama u BiH mogu se kupiti naši gelovi za tuširanje i losioni za tijelo. Gelove i losione radimo u tri mirisne note i s tri različite vrste ekstrakata. Zatim, u Sarajevu u Ogledalce cosmetic shop-u i Balkanitini mogu pronaći cjelokupan assortiman, kao i u Tuzli u Herba lab shopu. U pripremi su i neke nove radnje, tako da ćemo kupce u skorije vrijeme obavijestiti o tome.

BeautiFUL: Prije kupovine da li se kupci savjetuju sa vama, te na osnovu vaših savjeta uzimaju ono sto im je potrebno?

Džeko: Vrlo često nam stižu poruke u inbox o problemu

kao i tipu kože koji imaju, traže savjete šta da koriste. Mi smo tu da posavjetujemo koji kozmetički proizvod da koriste, ali smo tu i da posavjetujemo o načinu korištenja održenih proizvoda, posebno onda ako koriste više različitih (medicinskih) proizvoda, o vrsti ishrane, kao i o tome koje suplemente bi bilo poželjno da koriste. Bitno je kako kožu njegujemo izvana, ali isto tako je bitno da pazimo šta i kako unosimo u naš organizam.

BeautiFUL: Na koji proizvod ste posebno ponosni, te koji je dobio najbolje ocjene?

Džeko: U svaki naš proizvod uložili smo puno truda i ljubavi i svaki je za nas poseban i nosi neku priču sa sobom. Trudili smo se da na proizvodima ostavimo neki naš pečat, bilo da se radi o nekom aktivnom sastojku ili mirisu koji je unikatan, jer sami sklapamo mirisne note od čistih esencijalnih ulja, tako da svaki proizvod drugačije miriše.

BeautiFUL: Prirodna kozmetika ima puno benefita, možete li našim čitateljima reći šta je bitno da znaju kada biraju prirodnu kozmetiku?

Džeko: U današnje vrijeme „natural“ i „organic“ se sve češće pojavljuje na proizvodima, međutim da li je to tako? Danas je to više iskorišteno u marketinške svrhe, nego što je to zaista tako. Bitno je da se čitata sastav proizvoda, kao i to koji brand odabiremo ko stoji iza toga, jer iako se koriste prirodni sastojci bitno je znati posložiti te sastojke i da se koriste u optimalnim koncentracijama.

BeautiFUL: Kako prirodna kozmetika djeluje na kožu?

Džeko: Prirodna kozmetika izrađena je od sirovina iz prirode, poput biljaka i minerala, i od obnovljivih prirodnih izvora. Sirovine prolaze kroz najmanju količinu obrade, a metode obrade imaju najmanji utjecaj na ljude, životinje i zemlju. Hranjive sastojke, koji imaju prirodno porijeklo, naše tijelo bolje prepoznaće i rezultati korištenja prirodnih preparata su dugoročniji.

BeautiFUL: Da li su rezultati vidljivi nakon nekoliko korištenja, te koliko je bitno da ako nam odgovara jedan proizvod njega konstantno koristimo?

Džeko: S obzirom na svakodnevnu upotrebu raznih kozmetičkih preparata, štetne hemikalije koje se nalaze u određenoj konvencionalnoj kozmetici široke upotrebe mogu nam pružiti kratkoročni osjećaj i učinkovitost koju želimo postići, zatezanje kože, vlažnost i sl.

Ali dugoročno mogu uzrokovati iritaciju, osjetljivost i začepljene pore. Zato je potrebno da biramo prirodne sastojke koji djeluju u skladu s našim tijelom omogućavajući koži da se izbalansira i oporavi.

BeautiFUL: Da li imate neki savjet za naše čitatelje?

Džeko: Moj savjet je da kod odabira prirodne kozmetike obratite pažnju na sastav proizvoda, jer ulaganjem u dobar i kvalitetan proizvod, ustvari ulažete u svoje zdravlje.



KOME BISTE POVJERILI SVOJE OČI?

NAJISKUSNIJIMA, NAJNAPREDNIJIMA, NAJVEĆIMA?



Njena „supermoć” je ljubav – Brankica Raković

Ona je zaista jedna sretna žena, okružena s mnogo ljubavi, sjajnih prilika, poslom koji voli i ljudima koji je drže za ruku kad život nije lak.



Ništa sreću ne može da zamjeni, tome nam svjedoči Brankica koja u svemu vidi vedrinu i pozitivnu energije. Lijepo je razgovarati sa ljudima koji daju baš takve vibracije. Imali smo priliku sresti se sa Brankicom i kroz kaficu porazgovarati o svemu. A vama donosimo nešto iz našeg „kratkog“ razgovora.

BeautiFUL: Nama draga žena s kojom rado sarađujemo je Brankica Raković, ali za one koji te još uvijek ne poznaju da li nam u nekoliko rečenica možeš otkriti više o sebi?

Raković: Uvijek mi je najteže reći ko je Brankica. Ne zato što ja to ne znam, nego zato što ni sama ne znam šta bih stavila u spotlight.

Lolina mama, vlasnica agencije za digitalni marketing, predavač na kursu digitalnog marketinga, kopirajter, neko ko želi da postane pisac, ona koja se uvijek smije glasno i koja pisanje na Instagramu koristi kao filter za svakodnevnicu.

BeautiFUL: Kako i naslov kaže, tvoja super moć je ljubav. Kolika ljubav postoji prema tvom poslu, te tvojim poslovnim ciljevima?

Raković: Oduvijek velika ljubav postoji prema onom što radim. Za to je primarno „kriva“ moja tetka koja me je naučila sve što danas znam. Imala sam tu privilegiju da odrastam uz nju i atmosferu u agenciji Aquarius više od deceniju i to iskustvo je ono što je stvorilo ono što jesam danas. Kad pored sebe imate ženu koja decenijama voli ono što radi i koja nesebično dijeli svoje znanje, vaše je samo da se pretvorite u sunđer. Danas zaista volim ono što radim, prema klijentima se odnosim kao da radim

nešto svoje i trudim se da sve što radimo ostavi neki trag. Nadam se da u tome i uspjevamo.

BeautiFUL: Pored toga što si uspješna kao vlasnica agencije, baviš se i influensingom. Pa možete li nam opisati jedan vaš radni dan?

Raković: Uh. Dani se razlikuju po tome da li je Lola kod mene ili je kod tate. Počinju odlaskom u vrtić, obaveznim treningom, a onda se trudim da sastanke obavljam ujutru kako bih popodne mogla da se bavim kreativnim dijelom rada. Mnogo je tu frke, susreta s raznim ljudima, napisanih postova za klijente, ali i briga o mom profilu koji je organizam za sebe. Ako je Lola sa mnom, dan oko 16h mijenja kurs i onda postajem mama full time. Nakon što ona zaspipi pokušam ponekad da se posvetim projektima koji zahtijevaju tišinu i koncentraciju. A ponekad se ipak posvetim Netflixu.

BeautiFUL: Fashion inspiraciju dijeliti sa svojim pratiocima, da li smatrate da vaše modne kombinacije kao ideju koriste djevojke širom BiH?

Raković: Nikad o sebi nisam razmišljala kao o nekom ko ima utjecaj na tu temu, ali dobivam zaista mnogo lijepih komentara na tu temu. Drago mi je ako to ima i neki širi utjecaj. Za mene je odjeća način izražavanja, način uživanja u sopstvenom tijelu i prilika da taj dobar osjećaj u vezi sebe ispričam kroz neku kombinaciju. Trenutno me mnogo zabavlja Lolino traženje sopstvenog modnog izražaja koji ponekad podrazumijeva i nošenje različitih sandala. Baš kao da sam je ja rodila.

BeautiFUL: Otkrili smo jednu malu tajnu, veliki ste ljubitelj naočala i da su one MUST HAVE u vašem ormaru. Otkrijte nam više o ovoj zanimljivoj činjenici?

Raković: Sunčane naočale su važan dio moje svakodnevice čak i zimi. Zaista više ne znam koliko ih imam. Imam tu sreću da mi je jedan od klijenata Zoom optika, a jedna od najboljih drugarica upravo vlasnica, Sara Trifunović, tako da sam privilegovana mogućnošću da



**Lijepa si, divna si, vrijedna
si svega lijepog što će
doći, možeš ti to, ali nemoj
da moraš. I pohvali sebe
nekad, zaslužila si.**





među prvima izaberem modele koji će obilježiti sezonu. Imam tu sreću da mi sve naočale stoje. A volim da se igram. Trenutno obožavam YSL srca. Samo neka ljubavi.

BeautiFUL: Da li ste shoppingholičarka ili ipak imate granicu u tome?

Raković: Moram li da odgovorim na ovo? Bojim se da sam na granici. Ako sam je i prešla, nećemo nikom reći. Trudim se da se kontrolišem, racionalizujem i povremeno se podsjetim da tako nešto već imam. Imam tu sreću što ovaj posao podrazumijeva i mnogo poklona, pa se tako „hranim“. Ali obožavam cipele, obožavam naočale, obožavam haljine. A jedan je život.

BeautiFUL: Da li imate srodnu dušu kada je u pitanju shopping?

Raković: Ja nisam neko ko voli da unedogled hoda, gleda, bira, probava. Nećete vjerovati, ali skoro nikad ništa ne probavam. Više me zabavlja online shopping kad Lola zaspi. Sve te haljine koje me čekaju su moja srodnna duša.

BeautiFUL: Pored toga što volite modu, šta vas još u životu čini sretnom?

Raković: Prije nego sam otkucala ovaj odgovor nasmješila sam se zadovoljno. Ja sam zaista jedna srećna žena, okružena s mnogo ljubavi, sjajnih prilika, poslom koji volim i ljudima koji me drže za ruku kad život nije lak. Srećnom me čine neki obični dani, Lolino odrastanje, moje žene koje se razvijaju i dobivaju prilike koje zaslužuju, rast mog malog biznisa i činjenica da sam već 4 godine potpuno zdrava. Srećnom me čini ljubav svaki dan.

BeautiFUL: Za kraj našeg razgovora da li imate neku poruku za naše čitateljice?

Raković: Kroz pisanje na profilu zaista skoro svakodnevno komuniciram s ženama iz raznih dijelova zemalja regiona i baš na osnovu onoga što od njih slušam i čitam samo bih rekla svakoj od vaših čitateljki: Lijepa si, divna si, vrijedna si svega lijepog što će doći, možeš ti to, ali nemoj da moraš. I pohvali sebe nekad, zasluzila si.



STARS

• • TRENING CENTAR ERICSON LABORATOIRE • •

EDUKACIJE za KOZMETIČARE

Edukacija za lice

Edukacija za obrve

Edukacija za mezoterapiju

Edukacije za masaže (relaks)

Edukacije za
maderoterapiju

Edukacije za pedikir
(higijenski - medicinski)

Edukacije za trepavice
(ruski volumen, svilene
trepavice, LVL tehnika)

Edukacija za depilaciju
Edukacija za šminkanje



S ACADEMY

PRODAJA KOZMETIKE I KOZMETIČKIH APARATA
SPOLJNA TRGOVINA

Bijeljina

kontakt: +387 55 420 030

Instagram: starsestetskicentar



LJETNI MAKE UP LOOK

- lagan i prozračan ten



Šminka tokom ljetnih dana zahtjeva čisto lice i laganu šminku, sa kojom možete izgledati božanstveno. Pročitajte savjete Lucije.

Zlatno pravilo za sve žene – bez pretjerivanja, jer ne želite izgledati kao da se topite, jer ni šminka ne može izdržati na suncu. Šminka bi uglavnom trebala biti lagana i prozračna. Smjernice koje nam je Lucija dala bit će sigurno od pomoći svim ženama koje vole jednostavan make up look, koji ženu čini profinjenom bez da promjeni njeno lice i identitet.

Kada se radi o ljetnoj šminci, prva asocijacija nam je svježina, sjaj, lagani i prozračni ten, kao i intenzivne nijanse na usnama.

Kako postići prirodan izgled kože, a da šminka bude postojana na visokim ljetnim temperaturama?

Odgovor se krije u nanošenju tankog sloja

odgovarajućeg pudera i setiranja lica dovoljnom količinom pudera u prahu. Naročito dijelova lica gdje se intenzivno luči sebum, kao što je T-zona. Puder koji ja uvijek biram, a pogotovo u ovom najtoplijem dijelu godine je Dior Backstage. Taj puder je vodenaste teksture, ali ima srednju pokrivnu moć i vrlo ga je lako nadograditi.

Za početak, kožu dobro pripremim hidratantnom kremom, jer je hidratacija ključ svega. Nijedan make up neće lijepo izgledati na koži koja nije njegovana.

Nakon hidratantne kreme, spužvicom nanesem tanki sloj Dior Backstage pudera na cijelo lice. Nakon toga, slijedi moj omiljeni Fit Me korektor brenda Maybelline. A područje ispod očiju i T-zonu setiram Yaemina Beauty pudrom u prahu koji mi je najveće otkriće od svih proizvoda koje sam probala u ovoj godini.

Što se tiče bronzera i rumenila, ja biram kremaste proizvode, najčešće u stick-u, jer su oni zaslužni za prirodni i zdravi sjaj lica koji osobno preferiram naspram onoga koji dobijemo korištenjem klasičnog highlightera koji teksturu može samo dodatno naglasiti i pogoršati.

ISTICANJE OČIJU

Sa dnevnom šminkom očiju ne bih pretjerivala, niti koristila bilo kakva tamna ili mat sjenila. Njih ćemo ostaviti samo za večernje izliske.

Ljeti mi se jako sviđa što jednostavniji makeup na očima, s tim da trepavice budu dobro izvučene i naglašene maskarom. Tu dolazimo do još jedne iskrene preporuke, a to je maskara brenda Eveline koja nosi naziv Volume Celebrities. Jako je kvalitetna, a jako jeftina. Koristim je godinama na sebi, kao i na klijenticama i nisam još pronašla bolju.



*Piše:
Lucija Gagro, make up artist*

Lucija Gagro je vizažistica iz Mostara i studentica je Farmaceutskog fakulteta Sveučilišta u Mostaru. Šminkanje je ljubav koja se desila spontano i neplanirano, paralelno sa fakultetskim obvezama. Njeno prvo stručno usavršavanje bila je obuka kod Bojana Vukadinova u Mostaru 2017 godine. Godinu nakon, otišla je u Tiranu na masterclass Maria Dedivanovića - najpoznatijeg vizažista na svijetu koji šminka brojne holivudske zvijezde, a među njima je najzvučnije ime Kim Kardashian.

Ove godine je prisustvovala i edukaciji kod Dušana Lazića Laze, u organizaciji tima BeautiFUL, koji je bio organizovan u Sarajevu. Za sebe je birala najbolje moguće edukatore od kojih je puno naučila. Ali smatra da su godine rada i iskustva ipak najbolji učitelj. Veoma je zahvalna na svakoj klijentici koja joj je poklonila svoje povjerenje i istinski se nada i vjeruje da najbolje tek dolazi.



Kreativnost ostavite za usne

Prostora za igru i kreativnost ostavila bih na usnama. Prva asocijacija na ljetni make up su mi koraljne usne, iako uвijek može proći i klasična nude nijansa prilagođena tenu, kao i klasična crvena. Roze nijanse preporučujem plavušama ili djevojkama i ženama jako svijetle puti koje žele osvježiti svoj izgled. Također moram napomenuti, da su ove godine u trendu sjajne usne, a mat tekući ruževi će vjerujem još kako dugo ostati u ladicama. Svaki make up završim fiksatorom. MAC-ov poznati Fix Plus licu će vratiti svježinu i ukloniti višak kamenog pudera, a trajnost šminke produžiti će samo fiksatori kao što su Urban Decay All Nighter i Charlotte Tilbury Airbrush Flawless Finish setting spray.

I za kraj, moja najiskrenija preporuka svim čitateljicama je da nose ono u čemu se one osjećaju ugodno i lijepo. Svi smo različiti, netko voli više šminke, netko manje. Ono što stoji jednoj od nas, možda neće drugoj. Ove smjernice će vam možda pomoći u svakodnevnom šminkanju, ali nema potrebe da ih se slijepo držite. Šminkanje je vrsta umjetnosti, zato slobodno - pustite mašti na volju i uživajte u naglašavanju svoje prirodne ljepote!



Krema za čvršće i bujnije grudi



**UTOKU JE AKCIJA 1+1 GRATIS – ZA DIREKTNE NARUDŽBE PUTEM
DRUŠTVENIH MREŽA KOMPANIJE BODY – DRŽIM LINIJU!**

Drage dame, možda ste već neko vrijeme razmišljale o tome da vašim grudima vratite punoču, obline i zategnjete ih, ali ste se plaštile načina na koji se to može uraditi. Krema "Za grudi kao nekad" - (Body – držim liniju) je namijenjena ženama koje žele prirodnim putem učvrstiti i podići svoje grudi. Posebno se preporučuje ženama čije su grudi zbog trudnoće i dojenja opuštene. Krema "Za grudi kao nekad" nudi brz i efikasan tretman koji vam garantuje seksu obline. Aktivni sastojci kreme potiču proizvodnju masnog tkiva u grudima. Također, sastojci djeluju na strukturu kože tako što je učvršćuju, njeguju i poboljšavaju tonus.

Krema aktivira kolagen i sintezu fibronektina, restrukturira punoču grudi i elastičnost. Krema je potpuno prirodnog sastava i nema kontraindikacija. Ne preporučuje se trudnicama i dojiljama, kao i ženama koje imaju ozbiljnijih zdravstvenih problema.

SASTAV: Biljka Ginseng, Anđelika, Ulje noćurka, Ulje smirna, Zelena papaja, Pueraria mirifica.
Kremu "Za grudi kao nekad" potražite u vašoj apoteci, a za sva dodatna pitanja obratite se kompaniji Body – držim liniju.



"Body Drzim Liniju BiH"



@drzimlinijucom



drzimliniju.com.

Za poseban enterijer studia „Backstage“ zadužena je Radionica For You

Još jedan studio u BiH koji svojim enterijerom oduševljava sve klijente je „Backstage“. A za sav namještaj koji po svojoj eleganciji i specifičnosti daje notu svjetskog izgleda, zadužena je Radionica For You.



Volimo razgovarati sa ljudima koji pored svoje usluge i profesionalnosti, uvijek spremno korачaju prema naprijed. Bilo da je ulaganje u svoje znanje ili ulaganje na prvi vizuelni dojam salona. Imali smo priliku da uživamo u udobnosti studia „Backstage“ i razgovarati o svemu sa divnom Jelenom. Razgovarali smo o njenim početcima, ali i o svemu što nudi u salonu. Tako da, ostanite i ostatak teksta sa nama i pročitajte više o Jeleni i njenom salonu.

BeautiFUL: Recite nam ko je Jelena i kako je krenula njena priča u beauty svijetu?

Božić: Na samom početku, kao tadašnjem studentu farmacije, salonski rad je djelovao samo kao lijep san. Prve dvije godine radila sam u stanu. Broj klijentica je rapidno rastao i znala sam da se mora desiti neka promjena. Svoje mjesto sam pronašla u frizerski-kozmetičkom salonu „Beauty Box“ za koji me vežu divne uspomene. Nakon toliko uspješnih godina rad, konačno sam, uz ogromnu podršku porodice, prijatelja, ali i mojih klijentica donijela odluku za osnivanjem vlastitog studia ljepote. 20. maja ove godine, moj nekadašnji san se ostvario i studio „Backstage by Jelena Božić“ otvorio je svoja vrata.

BeautiFUL: Koje usluge nudite u svom studiju?

Božić: Obzirom na to da se u današnje vrijeme živi dinamičnije nego ikad, te da jedna savremena žena nema mnogo slobodnog vremena, odlučila sam da koncept salona bude takav da možemo da na jednom mjestu pružimo kompletну uslugu – od glave do pete. Dakle, pored mog make up kutka, tu je i frizerski dio (za sve vrste frizerskih usluga), kao i kozmetičke usluge (manikir, pedikir, depilacije). Moja malenkost zadužena je uz make up i za ekstenzije trepavica (ruskih i svilenih), a u narednom periodu očekuje me i usavršavanje za trajnu šminku - puder obrve.



BeautiFUL: Imali smo priliku uvjeriti se da dosta pažnje posvećujete enterijeru. Salon odiše sigurnošću i profinjenjenošću. Ko je idejni tvorac uređivanja?

Božić: Tako je. Pored kvalitetne usluge, koja je, rekla bih na prvom mjestu, potpuni ugodaj za klijente podrazumijevao je i lijepo uređen enterijer. Angažirala sam arhitekticu Jelenu Barać i već na prvom sastanku znala da će mlada, urbana žena ispuniti moja očekivanja. Imale smo istu zamisao – nešto drugačije, nesvakidašnje, svježe. Akcenat smo stavile na plavu boju – za koju se smatra da da je dobrobit za tijelo i um i čvrsto se veze za smirenost i spokoj.

BeautiFUL: Vjerujemo da znate koliko je bitno da i pored profesionalnosti i usluga, interijer odaje jednu dozu povjerenja klijenata u Vas? Kakve su reakcije i komentari Vaših klijenata?

Grbić: Reakcije klijenata su ono što me je na kraju cijelog projekta učinilo najviše ponosnom. Bez lažne skromnosti reci ću da je skoro svaka klijentica koja je zakoračila u studio izgovorila rečenicu: "Prelijepo vam je ovdje, divno ste uredili salon." Moram priznati da je bilo mnogo neprospavanih noći, razmišljanja, stresa, ali ta rečenica je znak da sve vrijedilo.

BeautiFUL: Nedavno ste renovirali prostor u salonu. Nove komade namještaja koje ste ubacili su nesvakidašnji, ko je radio dizajn?

Grbić: Oko dizajna namještaja nije bilo mnogo dileme. Za večinski dio uređenja salona zadužena je Radionica For You. Svaki komad namještaja smo zajedničkim dogovorom planirali do najsitnijih detalja. Zahvalna sam im jer su uradili sjajan posao, što se i primjeti.

BeautiFUL: Radionica For You već odavno radi odličan posao, te njihov namještaj krasi mnogo salona širom BiH. Kako ste zadovoljni njihovim uslugama?

Grbić: Za Radionicu For You imam samo riječi hvale i niti jednu primjedbu. Mnogo su mi pomogli pri odlukama oko izbora materijala, kao i samog dizajna. Sve je ispoštovano u dogovorenom roku, a funkcijom, izgledom, i kvalitetom, moram priznati, i nadmašilo moja očekivanja. U moru radnji sličnog tipa, izdvajali su se, te plasirali svoj brend na stepenicu iznad.

BeautiFUL: Koji kutak u Vašem salonu Vam je posebno drag?

Grbić: Kutak za šminkanje, bez dileme. To je moj subjektivni doživljaj, jer naravno, tu provodim najviše vremena. Klijentice su oduševljene kutkom za pedikir i manikir stolom – jer su zaista nesvakidašnji, što možete vidjeti na fotografijama. Pozivam vas svakako da nam dođete u našu oazu ljepote, te da se sami uvjerite u sve.



Intervju: Jelena Božić vlasnica studia „Backstage“

Jelena Božić vlasnica je studia „Backstage“ i make up artist, iz Banje Luke. Njena priča počinje 2012 godine, kada njen hobi i ljubav prema šminkanju prerastaju u nešto ozbiljnije. Kao samouka šminkerka, bila je svjesna da će biti potrebno mnogo truda, rada i da sam talent nije dovoljan za uspjeh, ali je vjerovala u sebe. Od tog prvog dana pa do danas, prošla je brojne edukacije, stekla vjerne klijentice, uljepšala na hiljade lica. Stvaranje magije na licu je ono što je čini sretnom, a osmijeh nakon pogleda u ogledalo je njena najveća nagrada.



for you

RADIONICA



065 348 607



radionica "foryou"



radionica_for_you

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



Na sasvim prirodan način će Vašoj koži omogućiti **detaljno čišćenje** tokom kojeg ne samo da ćete **odstraniti nečistoće sa kože i mrtve stanice** nego ćete potaknuti **cirkulaciju i limfnu drenažu**

Vjerovali ili ne, stručnjaci kažu da tokom godine, naša koža odbaci i do 8 kg „mrvih“ stanica. Dodajmo tome još i znoj i raznu prljavštinu s kojom svakodnevno imamo kontakt, možete zamisliti koliko zapravo naša koža pati. Samo voda i gel za tuširanje mogu djelimično da očiste kožu. Našoj koži treba predah, treba joj pomoći da „diše“ prije nanošenja dodatnih kozmetičkih preparata.

Idealan saveznik u održavanju kože čistom, je piling kože. Mi u Ministry of Wool smo patentirali rukavicu za tuširanje koja se radi od prirodne vune. Wooling rukavica je u potpunosti prirodna, bio-razgradiva, nema umjetnih boja niti mirisa. Na sasvim prirodan način će Vašoj koži omogućiti detaljno čišćenje tokom kojeg ne samo da ćete odstraniti nečistoće sa kože i mrtve stanice nego ćete potaknuti cirkulaciju i limfnu drenažu. Redovnim korištenjem Wooling rukavice za tuširanje, koži vraćate njen prirodan sjaj i pomažete joj u svakodnevnoj regeneraciji. Budite svjesni da koži treba pomoći a najefikasniji način je redovan piling tijela a Vaša koža će Vam uzvratiti blistavim tenom i zdravom bojom. **Iz firme Ministry of Wool imamo ješenje i za leđa tako da smo osmislili i na tržište plasirali novi proizvod – Peškirić za leđa.**

Za prirodan piling, potreban Vam je wooling. Sve Wooling proizvode možete naći u svim dm trgovinama širom BiH i Hrvatske a uskoro i na novim lokacijama. Za više informacija, zapratite nas na društvenim mrežama #woolingbh.



Ministry of Wool
Poturmahala bb, 72270 Travnik
061 787 525
#woolingbih
www.wooling.ba



Saradnja između kompanije Vertona iz Beograda i Brill Cosmetix-a iz Zenice počela je sasvim spontano prije dvije godine i sve do sada ovo partnerstvo niže uspjehe i napredak

Vertona je mlada kompanija osnovana 2019. godine kao rezultat stalne potrage za inovativnim i kvalitetnim rješenjima u svijetu ljepote i njege. Vertona je usko specijalizovana kompanija za razvoj i proizvodnju kako kozmetičkih aparata za njegu lica i tijela, tako i lasera za trajnu epilaciju i uklanjanje trajne šminke.



Smaragda Jaganjac vlasnica kompanije Brill Cosmetix d.o.o i MbS Akademije i Strahinja Manić vlasnik kompanije Vertona iz Srbije

N

jihovi proizvodi, osim visokih rezultata koje postižu za kratko vrijeme, odišu elegancijom, prefinjenim linijama i savršeno se uklapaju u svaki prostor.

Brill Cosmetix i MbS Academy uspješno distribuiraju aparate kompanije Vertona na području Bosne i Hercegovine, dok je Vertona prije 6 mjeseci postala glavni i generalni distributer MbS proizvoda za Srbiju. Pored kupovine Vertona uređaja, svojim kupcima i studentima nudimo i edukacije koje obuhvaćaju rad na živim modelima, skripte, certifikate, kao i servisni list za aparate. Razgovarali smo sa Strahinjom Maničem direktorom firme Vertona i sa Smaragdom Jaganjac, direktoricom kompanije Brill Cosmetix i MbS Akademije.

BeautiFUL: Kako je došlo do ove međusobne saradnje?

Strahinja: Dugo vremena smo tražili kvalitetnu kompaniju u BiH koja bi radila distribuciju naših aparata, te profesionalno radila edukacije i prodaju. Preko poznanika sam upoznao Smaragdu, i za kratko vreme smo sklopili saradnju.

Smaragda: Kako je Strahinja i rekao, brzo smo sklopili saradnju jer sam i ja bila u fazi traženja kvalitetnih uređaja, ponajviše u oblasti Permanent Make up-a, jer u BiH nismo imali kvalitetnog izbora. Zaista sam bila sretna kada smo napokon našli kvalitetnu kompaniju čiji aparati u potpunosti dopunjaju i proširuju moj rad kao PMU Artista.

BeautiFUL: Koje aparate nudite u svom assortimanu i kako organizujete edukacije?

Strahinja: Nudimo nekoliko vrsta lasera i to BROWS V LASER/Uklanjanje trajne šminke, TATTOO V LASER/Laser za uklanjanje tetovaža, Superior V Laser i Integra V Laser/Diodni laseri sa jednom i 3 talasne dužine.

Tu su i luksuzni kozmetički aparati za negu lica i tela: COMBO V PLASMA/Plasma pen aparat nove generacije, REMODELING V PRO/Multifunkcionalni kozmetički aparat, DIAMOND V OXY/Mikrodermoabrazija i kiseonik, V Pen Pro/dermapen aparat za mikronidling od 0.25mm do 3mm dubine, DIAMOND V PEEL/Aparat za mikrodermoabraziju, RF V FRAKTI/Aparat za frakcionu radiofrekvenciju.

Smaragda: Uz kupovinu bilo kojeg lasera ili aparata svojim kupcima smo obezbijedili besplatnu edukaciju. Pored detaljnog usmenog predavanja najveći dio edukacije provodimo radeći na živim modelima, prvo radim ja a nakon toga i učenici uz moj nadzor. Moram napomenuti da uz lasere i aparate dobijate i certifikat, garantne i sigurnosne listove, skripte, servisni list ali i stalnu marketinšku podršku.





BeautiFUL: Koji aparat je najprodavaniji i zašto se klijenti odlučuju za isti?

Strahinja: Upiti za sve aparate su zaista veliki ali definitivno najprodavaniji i najpopularniji aparat je laser za uklanjanje trajne šminke **BROWS V LASER.**

Smaragda: Definitivno je to Laser za uklanjanje trajne šminke ali pored toga on se koristi i za skidanje manjih tetovaža, Carbon peeling i uklanjanje gljivica. Svaki ozbiljan PMU Artist mora imati ovaj laser jer smo svakodnevno svjedoci kako loše rađenog permanenta, a sa Brows V laserom potpuno uklanjamo stari pigment i to nakon samo jednog tretmana. Pored stvarno visoke kvalitete, ekskluzivan dizajn aparata savršeno oplemenjuje svaki prostor. Pored garancije koja vrijedi

dvije godine u sve kozmetičke aparate ugrađujemo ispitane i originalne rezervne dijelove. Savršeno isplativa investicija za sve Permanent Make Up profesionalce.

BeautiFUL: KOJI SU VAŠI SLJEDEĆI PROJEKTI I PLANOVI ZA BUDUĆNOST?

Strahinja: Nedavno smo završili jedan projekat - Vertona Lens, specijalno dizajnirane leće za zaštitu očiju kada se radi uklanjanje starog eyelinera. Leće su dostupne i u Srbiji i u BiH. Konstantno usavršavanje naših proizvoda omogućava nam da ponudimo kvalitetna rešenja prilagođena potrebama svakog klijenta. Verujemo u naša inovativna rešenja za nove predstojeće izazove u sektoru lepote i nege. Planova i ideja je mnogo, ali to vam dalje nećemo otkrivati. Predviđamo da će se nastaviti rast kompanije Vertona u narednim godinama i da će te se naši proizvodi naći u kozmetičkim salonima i ordinacijama širom sveta.

Smaragda: U budućnosti želimo što više Beauty salona u BiH obezbijediti sa Vertoninim aparatima, te pružiti lakši pristup i educiranje u našoj državi. Svakako je Vertona bila dio naše priče na prethodnom MbS Master Classu 2021, Sajmu kozmetike u Sarajevu, ove godine a svakako planiramo i veliku prezentaciju i još mnogo noviteta na našem sljedećem Master Classu krajem novembra.



ERMANNO SCERVINO

Tuscan Emotion

THE NEW FRAGRANCE

ELEGANTAN I ŽENSTVEN MIRIS.



DIDACO

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

Astaksantin i njegova uloga

Zahvaljujući svojim antioksidativnim osobinama i položaju koji zauzima u ćelijskoj membrani, astaksantin pruža zaštitu i od lipidne peroksidacije, što je važno u zaštiti zdravila krvnih žila.



Šta je astaksantin?

Astaksantin je crveno-narandžasti oksi-karotenoidni pigment koji se prirodno nalazi u morskim plodovima (školjke, rakovi itd.), algama, lososu, pastrmki itd. Zanimljivo je da ga je puno više u lososu iz divljeg ulova koji se hrani algama dok se kod kontroliranog uzgoja dodaje u hranu ovih riba.

Za farmaceutske svrhe se obično dobija iz mikroalgi. Dnevna doza još nije utvrđena ali se smatra da se kreće od 2 do 24 mg na dan. Nema toksičnog efekta ni pri znatno većim dozama. Njegovu bioraspoloživost smanjuje pušenje. Konzumiranje astaksantina kao dodatka prehrani nakon obroka, povećava njegovu bioraspoloživost. Jedna studija pokazala je da oralna doza astaksantina od 100 mg dostiže svoju maksimalnu razinu u krvi nakon 11,5 sati dok se kod doze od 10 mg ovo dešava za 6,5 sati. Ovo govori da pojedinačne doze ispod 10 mg imaju brže efekte. Astaksantin je odobren kao dodatak prehrani u različitim dozama. Tako Američka agencija za hranu i lijekove dopušta od 12 do 24 mg na dan astaksantina porijekom iz H. Pluvialis, ali ne duže od 30 dana.

Kojim mehanizmima astaksantin djeluje na zdravlje?

Zahvaljujući svojim antioksidativnim osobinama i položaju koji zauzima u ćelijskoj membrani, astaksantin pruža zaštitu i od lipidne peroksidacije, što je važno u zaštiti zdravila krvnih žila. Protivupalna aktivnost Astaksantina zabilježena je i kod visoke razine glukoze, upale i apoptoze. Pokazao

se dobrom i kod upale očiju. Sprječava zadebljavanje kože i smanjenje redukcije kolagena kod oštećenja uzrokovanih UV-zrakama. Kod dijabetesa visok je nivo oksidacijskog stresa. Zbog visoke antioksidacijske aktivnosti astaksantin je pokazao odlične rezultate i kod dijabetesa te se smatra da ima antidiabetičko djelovanje.

On štiti beta ćelije pankreasa od tzv. toksičnosti glukoze. Neka istraživanja su dala dobre rezultate i kod dijabetičke nefropatije putem smanjenja oksidativnog stresa i sprječavanja oštećenja bubrežnih kamenaca. Studije su potvrđile njegovo djelovanje u smanjenju upalnog odgovora kod infekcije sa H. Pylori.

Koje zdravstvene benefite su potvrđile dosadašnje studije?

Do sada je o astaksantinu objavljeno jako mnogo studija i preglednih članaka koji su opisali njegovo djelovanje kako u laboratoriji tako i na ljudima. Svi ti efekti na zdravlje ljudi mogu se klasificirati u nekoliko grupa: Antioksidativno djelovanje, Protivupalno djelovanje, Stimulacija imuniteta, Gastro-protectivno, Antidiabetičko, Zaštita kardiovaskularnog sistema, Zaštita oka, Zaštita kože, Poboljšanje izdržljivosti prilikom vježbanja, Povećanje plodnosti. Kod svih ovih stanja primjena astaksantina je opravdana. Posebno je zanimljivo djelovanje na snižavanje oksidacijskog stresa koji nastaje kao posljedica vježbanja.

Astaksantin i koža

Danas već postoji mnogo studija koje su ispitivale utjecaj astaksantina na kožu, kako oralno tako i lokalno.

Osnovno težište djelovanja astaksantina na kožu je njegovo antioksidacijsko djelovanje. Do sada postoje brojne kliničke studije koje potvrđuju njegovo pozitivno djelovanje na kožu. Bilo je zanimljivo da su u bazi Pub. med opisane 72 studije in vitro (laboratorijski uslovi) i in vivo (na ljudima). Generalno se može zaključiti da astaksantin štiti kožu od prernog starenja koje može biti uzorkovano UV zračenjem i oksidacijskim stresom. Tako studije na miševima pokazuju da je 100 jači od beta-karotena i 1000 puta od luteina, u zaštiti kože od UV zraka koje mogu okidači oksidacijskog stresa. Astaksantin poboljšava tonus kože, hidriranost i

otpornost na djelovanje sredine. Solgar Astaksantin ima optimalnu dnevnu dozu od 5 mg koja brzo dostiže svoj maksimum u krvi. Dobijen je iz alge Haematococcus pluvialis, prirodnog izvora s najvećom koncentracijom astaksantina. Nema dodatih šećera, soli ili škroba. Proizvod ne sadrži gluten, kvasac, soju, mlijecne proizvode. Prilikom proizvodnje ove formulacije ne upotrebljavaju se zaslađivači, konzervansi, umjetne arome ili boje. Preporučuje se osobama svjetlije puti, osjetljive i sklone alergijama na sunce. Odličan je saveznik i svima koji žele odgoditi pojavu bora ili smanjiti dubinu i gustinu već nastalih.

Odličan je saveznik i svima koji žele odgoditi pojavu bora ili smanjiti dubinu i gustinu već nastalih.



SOLGAR
ASTAKSANTIN 5 MG



**Konačno spremni za
zrake sunca uz Solgar!**

Raznovrsna i uravnotežena
prehrana i zdrav način života
od izuzetne su važnosti za
čuvanje zdravlja.



Blushes
by SEDUCTION



BLUSHES BY
SEDUCTION



NAJNOVIJA LINIJA nude gradivnih Magnetic gelova!

■ KO JOŠ NE ŽELI LIJEPE, DOBRO NJEGOVANJE NOKTE I DA PRI TOME IZGLEDAJU PRIRODNO?

Iza scene, tokom Covid-19 Magnetic je užurbano radio na razvoju novog revolucionarnog koncepta njegе noktiju. Rezultat je razvoj Blush Babe koncepta: tretmana za prirodne nokte baziranog na novoj seriji gelova koji daju najprirodniji izgled.

Izgled koji odgovara Blush Babe, modernoj mladoj ženi, koja preuzima kontrolu nad svojim životom.

■ LINIJA BLUSH GELOVA NUDI 12 DIVNIH BOJA

koje odgovaraju svim tonovima kože. Od mlječne do nježnog tona kafe-prava boja za svaku Blush Babe.

Pokrivenost prirodnog nokta je perfektna a svaka nijansa ima i odgovarajuće ime baš za tebe Blush Babe.

Da li si Blush Babe Girly, Sassy, Spoiled, Dreamy, Cozy, Lovely, Attitude, Wannabe, Bitchy, Bossy, Classy, Fierce? #blushesbySeduction

#blushbabe
Make up for Nails.
"Love yourself today and everyday"
Hurry up Gorgeous!
What are you waiting babe?

Lagani samonivelirajući gelovi su trend!

UVODNIK ZA BIH:

Magnetic nails d.o.o.
Turalibegova 11,
75 000 Tuzla
035 257 400

LAGANI SAMONIVELIRAJUĆI
GELOVI SU TREND!



Follow @BlushesbySeduction for more



STUDIO TINA

HAIR SALON

Tiana Maksumić

061 283 382
Mostarskog bataljona bb, Korzo
88 000 Mostar



Maarlas Spa & Beauty

Uočnička 201
71120 Ilidža, Sarajevo, BiH

tel: +387 33 624 759
email: info@maarlas.ba

www.maarlas.ba

PHI STUDIO



phibrows.darioazinovic@gmail.com

+387 63 312 525

phibrows_darioazinovic
 Microblading Phibrows
by Dario Azinovic

Vukovarska b.b.
(City hotel)



Ulica Petra Svačića bb,
Vitez 72250

Tel: 063 937 935
@: imperium.marija@gmail.com
Imperium Beauty
 imperium.beauty



kozmetički salon

Milanka Bošnjaković I CEO & Founder

+387 62 676 675 +387 61 955 566
TC Sjenjak, Tuzla
 kozmeticki salon 2A
 kozmeticki_salon_2A



MARIO JOZIĆ
HAIRDRESSER



beautiFUL

ANCHYNAILS



Paje Jovanovića 54
78 000 Banjaluka
+387 65 410 600
andrea_anchynails@yahoo.com
anchy_nails_lashes Anch Nails & Lashes

Shine Beauty Studio
Đeđibosnaška 24
Dobrinja 1
71 123 Sarajevo
Tel: +387 66 222 404
Facebook: Shine Studio
Instagram: @shine_studio
e-mail: onqela.melie@icloud.com



@beauty_basics
bbasics91@yahoo.com

+387/66-936-795
Svetosavska 10, Trebinje 89101



Izeta Nanića, Cazin
(u sklopu Motela Huremagić)
+ 387 61 436 063

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



L'AMOUR
by
Anja Mlinarević
L'AMOUR radi sa
francuskim brendom
Biologique Recherche.
Jedini u BiH imo nekirurški
operat za pomlađivanje
Secret RF

L'amour nudi širok
raspon estetskih usluga,
tretmana i individualni
pristup svakom klijentu.

Bedem 20, Bihać
+387 61 376 92
@lmour-bihac.com
lmour.bihac01@gmail.com
lmour_estetski_center
L'amour Bihać



B ROOM - Bojana Zec
+387 65 594 936
Trg Sjajnih stradonja
78 400 Gradiška
Instagram:
b_room_treptavice
E-mail:
bojanavujcic@gmail.com

NEOSKIN CENTAR

Vokića i Lorkovića 91, 88000 Mostar
Bosna i Hercegovina | Tel 036 311-575
@ Neoskin Centar

Frizerski salon



Trg Djeneralja Draže M. br. 15.
76 300 Bijeljina
Tel: 055 209-877

Frizerski salon Zorana
salon.zorana_



Dalmatinska 1, 71 000 Sarajevo
info@goodlife-spa.com
www.goodlife-spa.com
+387 61 018 784



Beauty studio "Wings"
Mula Mustafe Bašeskiye 17
033845814
@beautystudiowings
@studiorwings_sa

LE SALON

BEAUTY ACADEMY

VAŠA OAZA LJEPOTE

MENSURA HODŽIĆ

Grand Master

033/213-933
Salon Ljepote Le Salon
Merhemica Trg 4, Ciglane,
71000 Sarajevo
+387 62 666 634



lesalon.sarajevo@gmail.com

salon_ljepote_le_salon

phibrows_megy_gm

SENKA DŽANIĆ
VLASNIK

Bosanskih branilaca bb,
zgrada Bigeraj, ulaz 4A

061 942 514

Estetski centar "Per Lei"

per.lei.srebrenik

perlei.srebrenik@gmail.com

IVANA M.
KOZMETIČKI STUDIO



IVANA MLIKOTA MARTINović
kozmetolog i fizioterapeut

063/980-333; 063/263-262

ivanamartinovic300@yahoo.com

Kozmetički studio Ivana M.

ivanamlikota.martinovic

pon - pet: 09 - 20h; sub: 09 - 14h



Salon Ljepote "CIBUS"

Čumurija 1
71 000 Sarajevo
387 33 667 709
info@cibus.ba

Frizerske usluge
Solanj
Nadogradnja noktiju
Henna Tattoo
Kozmetičke usluge
Masaža
Depilacija
Šminkanje

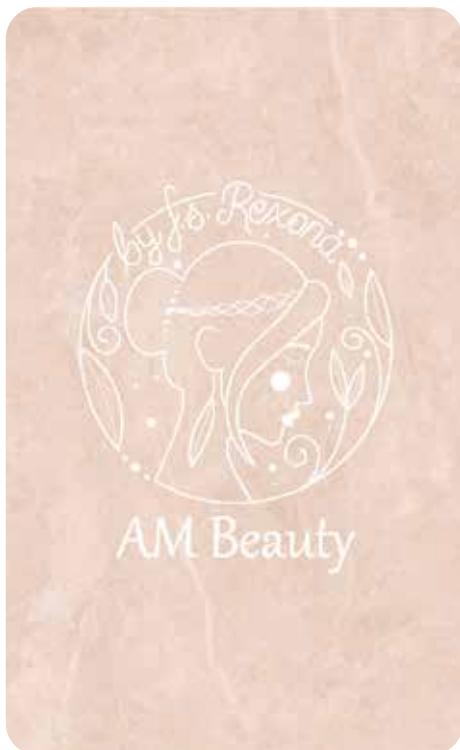
beautiFUL

FRIZERSKI SALON
DADA

SRPSKI SOKOL V.A.B., DOBOJ

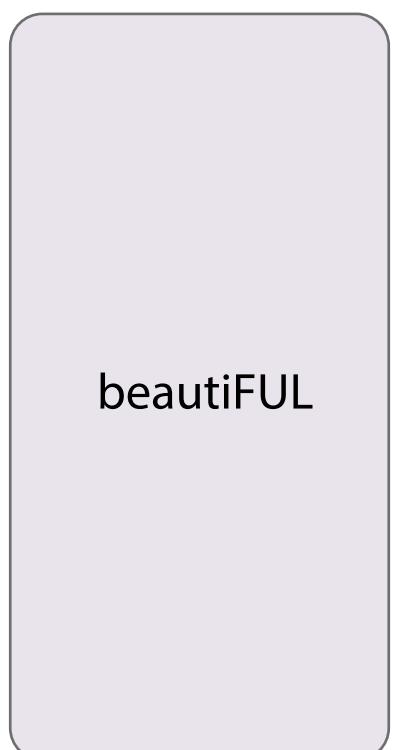
387 030 913 700

beautiFUL



Anja Malbašić
Professional make up artist

066 / 753 - 643
anjamalbasic00@gmail.com
@anjamab
Petra Kočića b.b.
Srbac 78420



NOVO U PONUDI !!!
HIFU TRETMANI

Beauty salon "Excellence"
Aleja Ljiljana bb
74250 Maglaj
00387 61 754 622

hifu tretmani Maglaj
almaexcellence

[f hifu tretmani Maglaj](#)
[@ almaexcellence](#)

Mevka
FRIZERSKI SALON

25. Novembar zpc. «Bosanka»
gradski bulevar Živinice
00 387 61 640 121
[f](#) [@](#)

SELMA ŠABIĆ
nail studio

SINCE 2015
BUTTERFLY
Studio ljepote

Armije R BiH
75 300 Lukavac
+387 61 642 037
[catovicselma2006](#) [catovics378@gmail.com](#)

Private ophthalmology clinic
"Dr. Halimic"

Private ophthalmology clinic
Dr. Halimic®
Prof. dr. Jasmina Alićbegović-Halimic
Specialist ophthalmologist
Tel: +387 33 877 125
Email: ordinacija@halimic-clinic.com
Website: www.poznjatnekaclinika.com
dentalplastika.ba
EduTo.com/ordinacija@halimic
Augmenta Brauna 3, 71 000 Sarajevo

Frizerski salon

nita

Salon: 063 333 413
Adresa: PC 96-2, Čardaci, Vitez
E-mail: jukic777@yahoo.com

EILE
beauty bar

+387 62 957 421
beautybar_elle2
Bedem bb, 77 000 Bihać
Vl. Beganić Elma

BEAUTY
SKIN & CARE

Beauty & Shine Branka Lučić
Kralja Tomislava 27a, Siroki Brijeg
+387 63 368 047 www.BeautyShine.com
BeautyShine Branka Lucic [beautyshine_sb](#)

ELENA ŠEHOVAC
CRAFT MASTER BEAUTY SALON

Academico Vojna Komadine 26, 71 000 Sarajevo Luka [f/Elena Šehovac Beauty SALON](#)
[elenashehovac.craftmaster](#) [elenashehovac.academico.vojna](#) +387 99 060

FIZIO CENTAR
GACKO

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

Slobodan Gutovic,
dipl. fizioterapeut

Heroega Stefana 1
89240 Gacko, 065 239 218

BEAUTY CORNER BY
JOVANA PANIC

AURA mesoestetic
THALGO

MARUĆI ONLINE [www.bcjovanapanic.com](#)

S. p. Jovana Panic Banja Luka
Milana Karanovića 53, Banja Luka
+386 510 610 [www.bjovanapanic.com](#) [@jovana_panic_beautycorner](#)
[@Beauty Corner by Jovana Panic](#)

Pipi Duga Carača
BEAUTY SALON

Vojvode Milića 53, Doboj 72000
[f/Pipi Duga Carača beauty salon](#) [budićjil@gmail.com](#)
[pipidugacaraca.beautysalon](#)

adore
HAIR SALON

+387 63 - 493 - 605
@adorehairsalon
[www.adore-hairsalon.com](#)

CARPE DIEM

+387 62 333 662
Azize Šaćirbegovića bb
71 000 Sarajevo
[@beautysalon_carpe_diem](#)

Ovlašteni
distributer i
ekskluzivni
partner za Fibroblast Skin
Tightening u BiH

Salon ljepote
Emina Karišik

NAJVEĆA PONUDA
NOVIH I POLOVNIH

SOLARIJUMA



051 433 560

www.novaoprema.com

066 282 888

GENERALNI ZASTUPNIK I DISTRIBUTER
NOVA OPREMA d.o.o.



NAJKVALITETNIJE
LAMPE ZA
SOLARIJUME

Cosmedico®
FIRST CHOICE IN TANNING
SUPER DARK BROWN

najveći izbor

KREME ZA
SOLARIJUME

TANNYMAX®
Healthy. Beautiful. Brown.

NOVAOPREMA GROUP

PRODAJA OPREME ZA NADOGRADNJU NOKTIJU



TRAJNI LAKOVI



NAJVEĆA PONUDA U BIH - PREMIUM KVALITET

Silcare
PROFESSIONAL



GRADIVNI I GELOVI U BOJI



EDUKACIJA ZA POČETNE I NAPREDNE KURSEVE

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

OVO JE
PRIRODNA
EPILACIJA,
NAJNJEŽNIJI PUT
DO **GLATKE KOŽE**
BEZ DLAČICA!



Ekskluzivni uvoznik za BiH:
Krajinagroup d.o.o.
Novakovići b.b., 78 000 Banja Luka
+ 387 51 926 779
[krajinagroup](https://www.krajinagroup.com)

**Brzo sušenje.
Nema ekstremne toplove.**



dyson supersonic

**Pet nastavaka za oblikovanje
kose na vaš način.
Sada i sa novim Flyaway nastavkom.**

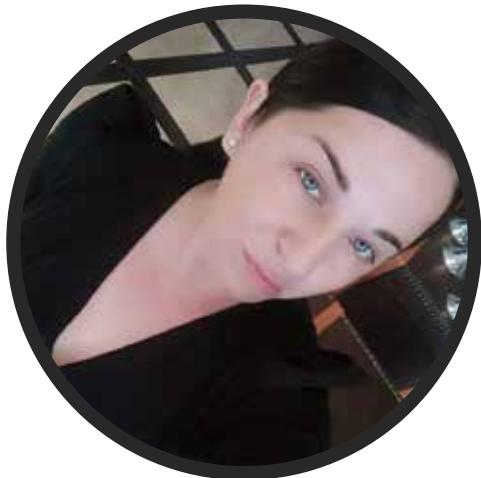


TEHNO MAG

www.tehnomag.com

Ekskluzivni distributer i uvoznik Dyson uređaja za BiH

SOVELVET BEAUTY CENTAR – NOVI PROIZVODI ZA NAIL ARTISTE USKORO I U BIH



**Piše: Slađana Hrga,
edukator i vlasnik Sovelvet beauty studia**

Slađana Hrga, rođena je u Makarskoj gdje radi i živi. Vlasnica je i osnivačica Sovelvet beauty studia. Osnivačica i suvlasnica brenda „Pododisk s_k“ za rusku pedikuru. Također je i edukatorica za rusku pedikuru. Suvlasnica je licence za međunarodna takmičenja nail pro za Srbiju, Hrvatsku i Srbiju.

Slučajno smo se upoznali, i na prvi kontakt kliknuli. Saznali smo da je Slađana vrsni edukator kada je u pitanju nail svijet. Rado smo je pitali sve o SOVELVET beauty centru, načinu svoga poslovanja i saradnji sa dragim kolegama iz BiH, te nam je najavila da brand Pododisk s_k za rusku pedikuru uskoro stiže i u BiH. Detalje našeg razgovora saznajte u nastavku teksta koji smo zajedno sa Slađanom, pripremili za vas.

BeautiFUL: Za početak nas upoznajte sa Sovelvet beauty?

Slađana: Pozdrav za cijelu ekipu časopisa BeautiFUL,

Tokom rada na brendu, vodila se iskustvom u toku rada sa klijentima, jer je to najbolji pokazatelj **valjanosti brenda i kvalitete**. Također je bilo jako bitno da pored vrhunskih rezultata postignu **brzinu i efikasnost** u radu.



Samо slijedite svoje snove, radite na sebi, educirajte se i hrabro koračajte putevima beauty industrije.



te za sve njihove čitaocе. Drago mi je da imam priliku predstaviti sebe, moј rad i sve što sam do sada uspjela i postigla. Sovelvet Beauty centar je osnovan 2017. godine u Makarskoj. Već petu godinu uspješno poslujemo u Makarskoj gdje imamo svoje stalne klijente, ali kako je Makarska i turistički grad, tokom ljeta je baš velika koncentracija djevojaka u našem salonu. Zahvaljujući našoj profesionalnosti i kvaliteti nedavno je otvoren i SOVELVET BEAUTY centar II u Splitu. Nalazi se u sklopu Beauty centra Chiara. Već imamo super rezultate i klijente koji su prepoznali naš kvalitet, što me posebno raduje. U salonima nudimo usluge: manikure, ruske pedikure, trajnog laka, gel noktiju, sve vrste depilacija (Lycon, šećerna pasta i vosak), Eyepresotherapy, Lash lift, Make up, ugradnju trepavica, masaže, peel-ing tijela & Hidrofacial tretmane.

BeautiFUL: O kojem se brendu radi?

Slađana: Vrlo rado ћu predstaviti brend koji planiramo predstaviti i plasirati na tržište BiH u skorije vrijeme. Sa mojom dragom kolegicom Katarina Palunčić Jovanović sam suvlasnik i osnivač branda Pododisk s_k za rusku pedikuru. Tokom rada na brendu, vodila sam se iskustvom u toku rada sa klijentima, jer je to najbolji pokazatelj valjanosti brenda i kvalitete. Također je bilo jako bitno da pored vrhunskih rezultata budemo brze i efikasne u radu.



Nastojimo da se svaki klijent osjeća ugodno, težimo kvaliteti bez kompromisa. Iz tog razloga konstantno radimo na edukaciji i usavršavanju, jer trendovi i materijali se u beauty industriji neprestano razvijaju.



Ja sam neko tko je posao pokrenuo od nule, sa nula klijenata, radeći i dva posla da bi slijedila svoje snove i vizije. Danas Sovelvet Beauty ima dva salona, suvlasnik je medunarodne licence za Nailpro takmičenje i osnivač i suvlasnik brenda Pododisk s_k . Samo slijedite svoje snove, radite na sebi, educirajte se i hrabro koračajte putevima beauty industrije.

BeautiFUL: Da li radite sa nail tehničarima iz BiH?

Slađana: Da naravno, odavno radimo sa kolegama iz BiH. Djevojke često dolaze na individualne edukacije ruske pedikure, a vjerujem da će ih obradovati informacija da vrlo brzo ćemo se družiti u BiH.

BeautiFUL: Šta Sovelvet beauty čini posebnim?

Slađana: Ja kao i moji djelatnici nastojimo da se svaki klijent osjeća ugodno, težimo kvaliteti bez kompromisa. Iz tog razloga konstantno radimo na edukaciji i usavršavanju djelatnika tako i mene osobno, jer trendovi i materijali se u Beauty industriji neprestano razvijaju.

BeautiFUL: Da li se cjenovno razlikuje od drugih brendova, te kako je on prihvaćen u HR?

Slađana: Sa obzirom na kvalitetu cijena je zaista pristupačna, što su prepoznali i naši korisnici i hvala im na tome.

BeautiFUL: Da li se nadate da će i dame – nail artisti u BiH prepoznati kvalitet vašeg brenda?

Slađana: Naravno, uskoro očekujemo robu da stigne na zalihu pa ćemo i putem službenih IG kanala i predstaviti proizvode.

BeautiFUL: Da li je potrebna dodatna edukacija ukoliko se nail artist odlučiti uzimati vaše proizvode?

Slađana: Da, ruska pedikura koliko god izgledala jednostavno zapravo i nije. U našem programu imamo i Online edukacije gdje zaista nastojim objasniti sve do najmanjeg detalja, te naravno uživo.

BeautiFUL: Vi ste edukator, recite nam koliko godina već radite ovaj posao i da li djevojke iz BiH biraju vašu edukaciju?

Slađana: Od 2017. godine radim, edukacijama sam posvećena od 2020. godine. Da, djevojke iz BiH su također bile moje polaznice.

BeautiFUL: Šta najčešće profesionalci koji rade sa Vašim brendom izdvajaju kao benefit?

Slađana: Cijena, kvaliteta samih abraziva, disk za rusku pedikuru koji ne gubi kvalitetu prilikom sterilizacije na visokim temperaturama.

BeautiFUL: Koji je najbolji savjet za nail artiste?

Slađana: Ja sam netko tko je posao pokrenuo od 0, sa nula klijenata, radeći i dva posla da bi slijedila svoje snove i vizije. Danas Sovelvet Beauty ima dva salona, suvlasnik je medunarodne licence za Nailpro natjecanje i osnivač i suvlasnik brenda Pododisk s_k . Samo slijedite svoje snove, radite na sebi, educirajte se i hrabro koracajte putevima Beauty industrije.

CAFÉ
MINAS
BRAZIL
SINCE 1990



POZNATI
MIRIS DOMA

eurovip-brazil-kava.com

DAL 1932

SANPELLEGRINO
ITALIAN SPARKLING DRINKS

Odsada još
PRIRODNIJI i MODERNIJI



A FULL RANGE *for every moment*
Naturali & Mixers



dyson corrale



Savitljive grijaće ploče

Oštećenje kose manje do 50%

S kablom ili bez

Nevjerovatna ušteda 150KM



TEHNO MAG

www.tehnomag.com

Ekskluzivni distributer i uvoznik Dyson uređaja za BiH

gaia naturelle

now!



NJEGA KOŽE NA NOVOJ RAZINI



www.gaianaturelle.ba

Blazinice za čišćenje lica temeljito uklanjuju i tvrdokornu šminku samo s topлом vodom, bez grubog trljanja kože.

Mogu zamijeniti više od 3'000 pamučnih blazinica za jednokratnu upotrebu