

GEROVITAL®

Iarnă 2019

magazine

MIRELA
VESCAN
*from zero
to hero*

MAKE-UP
SPOT
*la trecerea
dintre ani*

VULNERABILITATEA
ÎNSEAMNĂ
FRUMUȘETE
*dă jos mască
după mască*

Make a wish

GEROVITAL® LUXURY





*Create the Life you want
with Passion
and
Luxury*

 **Farmec**
Original Gerovital
by *Prof. Dr. G. G. G.*
www.farmec.ro

Îngrijire premium
pentru tenul tău!





SUMAR IARNĂ 2019



EDITORIAL
by Diana Șerban
9 Pune-ți o dorință!

NEW IN TOWN
10 Nevoile speciale ale tenului, pielii și părului
Acordă atenția necesară corpului tău pentru a te simți frumoasă în fiecare zi, indiferent de activitățile pe care le desfășori, sau de diferitele probleme ale pielii cu care te confrunți zi de zi.

TIPS
12 Gâtul și decolteul, la fel de importante ca tenul
Puține femei știu însă că pielea de pe gât și de pe decolteu este diferită și necesită o îngrijire specială, pentru că, alături de mâini, sunt primele zone care trădează vârsta.



EXPERT VIEW
14 Andreea Alexandra Paval - Beauty Adviser Gerovital Iași
Make-up spot la trecerea dintre ani

BEAUTY
18 Acceptă provocarea! Arată în 10 zile mai bine decât acum 10 ani!
Apariția liniilor fine și aspectul inestetic al pielii se datorează în mare parte deshidratării și lipsei unui program corect de îngrijire a tenului. Din fericire, există un ingredient-minune care îți sare în ajutor. Tu folosești acid hialuronic în rutina zilnică?
24 Winter Essentials.
Tot ce trebuie să știi despre retinol
26 Șase idei de cadouri



COVER STORY

28 MAKE A WISH

În fiecare an, în noaptea de Revelion, atunci când începe numărătoarea inversă: 10, 9, 8, 7... obișnuim să ne punem dorințe... De unde provine acest obicei și ce ar trebui să știm despre el astfel încât dorințele noastre chiar să devină realitate.

STORYTIME

32 Istoria fardurilor

Produsele cosmetice pe care le folosim astăzi nu au fost create toate în istoria recentă. Unele dintre ele au o istorie îndelungată, care ajunge chiar la începutul civilizației umane.

TRAVEL

36 Top 4 târguri de Crăciun din Europa

SĂNĂTATE

42 Ochii. Cum îndepărtăm corect make-up-ul

44 Zâmbetul, important indiferent de anotimp

46 Îngrijirea specială a tenului cuperozic

48 Picioare obosite după petrecerea de Revelion?



INTERVIU

50 MIRELA VESCAN:

Raportează-te la propria frumusețe atunci când te machiezi

WELLNESS

52 Trei sfaturi pentru o depigmentare eficientă în sezonul rece

54 Beneficiile masajului pentru tenul tău

MEN

56 Mituri despre căderea părului la bărbați

CORPORATE

60 GEROVITAL, cel mai puternic brand românesc în 2019

Q&A

62 Când și cum folosim produsele cosmetice pentru atenuarea petelor pigmentare?

Care sunt beneficiile fiolelor cu colagen?

Ce înseamnă regenerare celulară?

Cum să ai unghii îngrijite tot timpul?

MINDSET

64 Vulnerabilitatea înseamnă frumusețe

GEROVITAL® magazine

Redactor-șef
Diana Șerban

Editor Coordonator
Andra Șumandea

Beauty Editors
Andreea Alexandra Paval
Alina-Cristina Cioca-Floare

Redactori
Mihaela Dobre
Brîndușa Moldovan
Miruna Iliescu
Bianca Dorobanțu

Art-Director
Oana Stanciu

Fotograf
Claudiu Vișan

Corector
Adriana Călinescu

Publisher

D ● COMMUNICATIONS

Revista Gerovital Magazine
este o publicație trimestrială deținută de
S.C. FARMEC S.A.



Original Gerovital

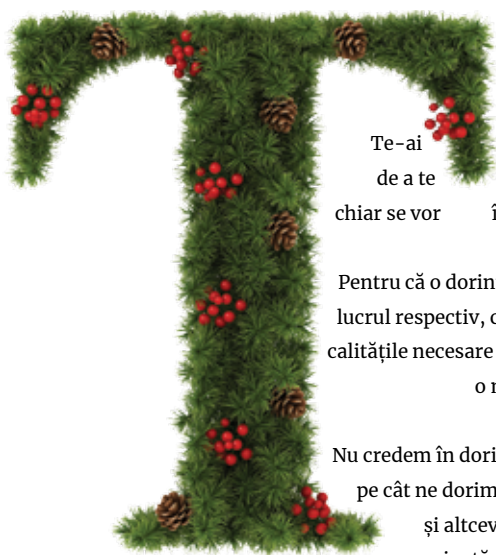
by *Prof. Dr. A. Călin*

Adresa redacției: Bulevardul Corneliu Coposu nr. 6-8, etaj 1,
București, RO - 030167

Tipărită la Radin Print, prin reprezentantul exclusiv pentru România
4 Colours, www.4colours.ro



Foto: Claudiu Vișan



Te-ai întrebat vreodată ce se află în spatele unei dorințe? O nevoie de a da, de a primi, de a te simți într-un fel anume... Câți dintre noi ne punem dorințe și câți credem că ele chiar se vor îndeplini? Poate că nu chiar atât de mulți pe cât ne-ar plăcea să credem...

Pentru că o dorință presupune pe lângă actul în sine de a-ți dori ceva, și încrederea că poți să faci lucrul respectiv, că te afli exact în momentul potrivit pentru a realiza ceea ce dorești și că ai toate calitățile necesare pentru a concretiza obiectul dorinței tale... că vorbim de un job nou, de o casă, de o mașină sau de o persoană specială pe care ți-o dorești în viața ta.

Nu credem în dorințe pentru că nu credem în noi. Nu credem că ar putea să ne fie chiar atât de bine pe cât ne dorim, că există întotdeauna opțiunea de a schimba ceva ce nu ne place, de a încerca și altceva sau pur și simplu de a o lua de la capăt. Frica de a nu suferi, de a nu repeta o experiență neplăcută nu ne lasă să vedem că nu mai suntem aceleași persoane care au greșit în trecut. Nu vedem cât de mult am învățat din experiențele noastre și, în loc să privim viața cu încrederea că de acum putem să facem lucrurile și altfel, alegem să trăim prin prisma experiențelor anterioare.

Însă niciodată nu e târziu să faci o schimbare. Și momentul acesta al anului parcă te împinge la mai multă reflecție. Uită-te la tine ca și cum ai fi o persoană străină pe care abia acum ai cunoscut-o. Acordă-ți toată încrederea și privește-te cu disponibilitatea de a te înțelege și de a te cunoaște. Fii îngăduitoare cu tine atunci când greșești și adu-ți aminte că nimeni nu e perfect. Ia-o de la capăt fără să îți fie teamă că nu o să îți iasă și fii pregătită să încerci până când vei fi mândră de rezultatul obținut.

Numărul de iarnă Gero vital Magazine este despre bucuria de a ne sărbători pe noi așa cum suntem: frumoase, imperfecte, vulnerabile și gata de a privi viața în ochi exact așa cum este: imprevizibilă, palpitantă și surprinzătoare. Află din paginile de Beauty care sunt tipurile de make-up cele mai potrivite pentru petrecerile de final de an și ce produse cosmetice nu ar trebui să îți lipsească în sezonul rece. Inspira-te din povestea de viață a Mirelei Vescan și ia-ți un moment de reflecție pentru a te gândi la câte dintre măștile pe care le porți în fiecare zi ai putea să renunți.

Ahhh, și nu uita...

Pune-ți o dorință!

Diana Șerban
Redactor-șef

Produse dermato-cosmetice ce completează gama Gerovital H3 Derma+, răspunzând unor nevoi speciale ale tenului, pielii și părului

Acordă atenția necesară corpului tău pentru a te simți frumoasă în fiecare zi, indiferent de activitățile pe care le desfășori, sau de diferitele probleme ale pielii cu care te confrunți zi de zi.



Noua cremă antirid emolientă SPF 30 Gerovital H3 Derma+ are o formulă ușoară și emolientă, prevenind îmbătrânirea și ridarea tenurilor sensibile și uscate fără a încărca excesiv tenul. Filtrele solare de ultimă generație, alese cu atenție pentru tenuri sensibile sunt fotostabile și asigură o protecție ridicată și echilibrată împotriva radiațiilor UVA și UVB. De asemenea, complexul de uleiuri și grăsimi naturale (unt de shea, unt de cacao, ulei de orez, uleiuri vegetale hidrogenate) restaurează bariera hidrolipidică protectoare a pielii, contribuind la o bună emolierie

a tenurilor sensibile, deshidratate. Utilizarea pe termen lung a cremei, favorizează sinteza de noi fibre de collagen și elastină datorită complexului Sepilift® DPHP.

Curățare delicată pentru pielea sensibilă, cu roșeață și scuame

Gelul de Spălare pentru Pielea cu Roșeață și Scuame din Gama Gerovital DERMA+ conține ingrediente cu acțiune complementară în îngrijirea pielii sensibile cu roșeață și scuame, localizate în zonele bogate în sebum: în jurul nasului, sprâncenelor și pe frunte. Conține Acid Lactic pentru îndepărtarea scuamelor și Zanthalene cu acțiune de calmare prin diminuarea senzației de înțepături și disconfort și a roșeții pielii. Se aplică pe fața umedă, se spumează, se lasă să acționeze câteva minute, apoi se îndepărtează cu apă. Se folosește dimineața și seara, în asociere cu Crema pentru Piele cu Roșeață și Scuame.



Peeling natural pentru un păr sănătos!

Șamponul Detoxifiant cu cărbune Gerovital H3 Derma+ conține Cărbune activ cu o excepțională putere de absorbție și adsorbție. Datorită acestor proprietăți, șamponul îndepătează blând, dar foarte eficient și adânc, impuritățile de pe firul de păr și de pe scalp. Exerciță un peeling natural al părului și scalpului, cu efecte de detoxifiere mult superioare față de un șampon obișnuit. Are efecte seboreglatoare și de calmare a scalpului iritat conferind părului volum și aspect sănătos. Deși, negru intens, șamponul bine clătit, nu lasă urme pe păr sau piele. Se poate folosi pe toate tipurile de păr.



Vindecare și regenerare a pielii iritate

Spray-ul Emolient Reparat din gama Gerovital H3 Derma+ este recomandat pentru diminuarea simptomelor de uscăciune, prurit și roșeață specifice pielii sensibile, uscate și pentru accelerarea proceselor de regenerare epidermică în caz de leziuni superficiale, arsuri (termice și solare) sau cicatrici recente, incomplet vindecate. Uleiul de cătină are capacități antiinflamatorii și antioxidante, întărește mecanismele de apărare și protecție a pielii, accelerează vindecarea arsurilor și ulcerățiilor, iar ex-tractul de propolis are proprietăți antimicrobiene, antiinflamatoare și imunomodulatoare. Produsul îmbunătățește efectul de hidratare al pielii, normalizează procesul de cheratinizare și refacere a barierei hidrolipidice protectoare datorită uleiului natural Inca Omega Deo.

Prof. Dr. A. Călin
GEROVITAL®

H₃ DERMA+

Produse hipoalergenice
Fără parabeni, coloranți
Testate sub control dermatologic



Original Gerovital

by Prof. Dr. A. Călin

www.farmec.ro

Tips

*Gâtul și
decolteul,
la fel de
importante
ca tenul*



Gâtul și decolteul tind să fie adesea neglijate în procesul de îngrijire, majoritatea femeilor acordând atenție exclusiv tenului. Dacă hidratezi și aceste zone, utilizezi probabil doar o cremă de bază pentru corp. Puține femei știu însă că pielea de pe gât și de pe decolteu este diferită și necesită o îngrijire specială, pentru că, alături de mâini, sunt primele zone care trădează vârsta.

De ce este diferită pielea din aceste zone

Pielea de pe gât și decolteu este diferită de cea de pe față, deoarece este mult mai subțire și produce mai puțin sebum, ceea ce înseamnă că este mai predispusă la deteriorare. De asemenea, pielea gâtului nu beneficiază de suportul muscular și osos pe care îl are fața, dar este supusă aceleiași acțiuni gravitaționale. Singurul avantaj pe care îl are: este protejată mai mult de îmbrăcăminte decât pielea feței.

Care sunt primele semne de îmbătrânire

Aspectul de piele creponată, cauzat de deshidratare, de lipsa de nutriție sau de deficitul de regenerare, ridurile orizontale, petele pigmentare sau cele două benzi verticale care apar prin acțiunea repetată în timp a mușchilor

Cum întreținem pielea gâtului și a decolteului

Folosește produse create special pentru aceste zone

Fiind diferită de pielea tenului, pielea de pe gât și decolteu are nevoie de produse de îngrijire create special pentru aceste zone. Spre deosebire de cremele pe care le folosești pentru față și pentru corp, o cremă special concepută pentru pielea gâtului are calități hidratante și nutritive, fiind în același timp mai bogată în ingrediente care au rolul de a crește tonusul și fermitatea pielii, datorită caracteristicilor acestor zone. **Crema lift extrem - gât și decolteu, din gama Gerovital H3 Equilibrium**, asigură efectul de lifting, de protecție împotriva proceselor oxidative degenerative, de regenerare și nutrire și de creștere a gradului de hidratare, lăsând pielea mai fermă, mai suplă și mai netedă. Crema se aplică în zona gâtului, bustului și decolteului și se masează până la absorbția completă în piele.

Curățare în profunzime

Nu numai tenul are nevoie de o exfoliere periodică pentru îndepărtarea celulelor moarte. O curățare în profunzime este benefică și pentru pielea din zona gâtului și a decolteului, întrucât activează circulația sanguină, îndepărtează impuritățile și îmbunătățește transportul de oxigen către această zonă delicată a pielii. **Masca Gommage Gerovital H3 Equilibrium** este un produs destinat curățării în profunzime a tuturor tipurilor de ten. Granulele exfoliante din piatră naturală vulcanică îndepărtează

celulele moarte de pe suprafața pielii și efectuează un masaj ușor, îmbunătățind circulația sanguină și deblocând porii de impurități.

Masca Gommage se aplică după o demachiere și o tonifiere prealabile, într-un strat uniform pe obraji, pe frunte, bărbie și gât. După 5 minute de la aplicare se masează ușor pielea, cu mișcări circulare, până la îndepărtarea completă a aglomerărilor de cremă. Se recomandă aplicarea cremei gommage o dată pe săptămână.

Masca cu argilă Gerovital H3 Equilibrium. Cu acțiune complexă în procesul de absorbție și eliminare a toxinelor din derm, masca extrage metaboliții și excesul de sebum din derm, optimizând rezervele de apă din piele. Zanthalene®, extractul ecocertificat obținut din fructele de piper Sichuan, diminuează sensibilitatea tactilă și termică și reduce disconfortul pielii sensibile. Masca se aplică pe întreaga suprafață a feței, gâtului și decolteului într-un strat uniform, se lasă să acționeze 15-20 minute, după care se îndepărtează cu un disc cosmetic umed.

Protecția solară, necesară

Nu uita să aplici crema de protecție solară și pe gât și decolteu, pentru că pielea din această zonă este mai predispusă la deshidratare și la iritare. Acesta este doar un alt motiv pentru a aplica o cremă cu protecție solară în această zonă.



sternocleidomastoidian sunt semne clare că trebuie să intervii ca pielea din aceste zone să își recapete fermitatea.

MAKE-UP SPOT LA TRECEREA DINTRE ANI

Andreea Alexandra Paval | Beauty adviser Gerovital Iași



Machiajul de seară este prilejul ideal pentru a scoate în evidență trăsăturile feței, accentuând ochii și buzele. Cu atât mai mult, într-o seară atât de specială cum este cea de Revelion, fiecare dintre noi încearcă să abordeze make-up-ul într-un mod diferit față de oricare altă zi a anului. Hai să vedem ce opțiuni ai în funcție de locul unde îți petreci trecerea dintre ani.

Magic night

Fie că îți petreci seara de Revelion la un restaurant sau acasă, în familie, alături de prieteni dragi, machiajul tău ar trebui să fie mult mai special, păstrând totuși limitele uzualului și evitând aspectul extravagant, deoarece lumina este artificială spre deosebire de lumina zilei, care este mai puternică. Acest tip de machiaj este ușor de realizat, chiar la tine acasă.

Regula de bază în realizarea oricărui tip de machiaj începe cu demachierea, tonifierea și hidratarea tenului.

Gama profesională Gerovital H3 Equilibrium oferă soluții de îngrijire pentru orice tip de ten.

1. Începe demachierea cu **Laptele Demachiant Hidratant Gerovital H3 Equilibrium**, după care aplică **Apa Tonică Remineralizantă** din aceeași gamă.
2. Pregătește-ți tenul pentru un make-up perfect, folosind **Exfoliantul Enzimatic Gerovital H3 Equilibrium**, care dizolvă celulele moarte de la suprafața pielii, sebumul, toxinele și impuritățile. Aplică și **Masca Detoxifiantă Hidratantă Gerovital H3 Equilibrium** cu efect anti-aging și uleiuri naturale.
3. La final, aplică **Serul Hidratant Gerovital H3 Equilibrium**, pentru a asigura o bază a machiajului și pentru hidratarea tenului.



Pentru o noapte magică, Smokey Eyes este machiajul potrivit.

1. Aplică mai întâi **Fondul de ten Gerovital Beauty**, care ajută la acoperirea ridurilor fine, de expresie, și a imperfecțiunilor pielii.

2. **Anticearcănul Gerovital Beauty** conține particule iluminatoare, care conferă luminozitate zonei de sub ochi.

3. Pentru fixarea machiajului și pentru ca acesta să se mențină toată noaptea, aplică un strat fin de **Pudră compactă Gerovital Beauty**, care uniformizează nuanța tenului, minimizează aspectul porilor și menține zona T sub control.

4. **Fardul de obraz (blush-ul) natural Gerovital Beauty**, aplicat în strat subțire. Nuanța Peach este foarte potrivită pentru o astfel de ocazie.



1

2



3



4



Extra PONT

Dacă nu ai foarte multă experiență în make-up, te sfătuiesc să începi cu machiajul ochilor pentru a nu murdări fața.

5. Aplică începând de la gene, continuând pe pleoapa mobilă nuanța nr. 6 din paleta **Gerovital Beauty Smoky**. Cu o pensulă, estompează culoarea cu mișcări circulare până în pliul ochiului. Pentru balansarea machiajului pe pleoapa de jos, urmează aceiași pași însă, dacă ai ochii mici, aplicarea culorilor se face din centrul pleoapei de jos spre exterior. Aplică nuanța nr. 3 peste marginea difuză creată anterior pentru a le amesteca bine. Acum, în centrul pleoapei mobile, aplică nuanța nr. 5. În colțul interior al ochiului, aplică nuanța nr. 1 din aceeași paletă. La final, aplică nuanța nr. 1 în punctul cel mai înalt de sub sprâncene și estompează.

6. Creionul dermatograf negru **Gerovital Beauty** și mascara **Gerovital Beauty** sunt un MUST în acest tip de machiaj. Un truc pe care make-up-artiștii îl folosesc pentru a face genele să arate mai bine este să aplice două straturi de mascara: un strat pentru alungire, urmat de un strat pentru volum. Folosește **mascara Supreme Lash** care oferă alungire genelor, după care aplică **mascara Devilash** care va da un plus de volum.

7. Optează pentru **rujurile Gerovital Beauty** mate, nuanțele 20 sau 21, sau poți alege texturi cremoase cum sunt nr. 10, 13. Dacă vrei ca rujul să reziste până la 8 ore, poți alege **rujul lichid Gerovital Beauty** cu rezistență îndelungată, nuanțele 2, 3 sau 5.

8. Pentru sprâncene, folosește **kit-ul pentru sprâncene Gerovital Beauty**, care conține o pensulă specială pentru aplicarea produsului pe sprânceană și un pieptene pentru aranjare.



Fresh mountain

Dacă ai decis să îți petreci noaptea de Revelion la munte, trebuie să porți un machiaj natural și foarte proaspăt. Machiajul natural are rolul de a ascunde micile defecte, de a fi subtil și de a accentua cât mai bine trăsăturile. De evitat în machiajul natural liniile alungite, dramatice, din creion negru, sclipiciul sau sideful pentru ochi (auriu, argintiu), efectul „smokey eyes”.

1. Înaintea aplicării fondului de ten, poți începe cu hidratarea tenului. Când pielea se deshidratează, apar senzații de usturime și de „strângere” a feței.

- Dacă ai un ten normal sau mixt, alege **Crema Hidratantă din noua gama Gerovital Plant**, cu textură lejeră, care intră repede în piele.

- Pentru tenul uscat, deshidratat, sensibil poți opta pentru **Crema Activ Hidratantă din gama Gerovital H3 DERMA+**, iar pentru o excelentă bază de machiaj alege **Crema Lift Hidratantă de zi SPF 10 din gama Gerovital H3 Evolution**.

- Dacă ai tenul gras, poți folosi **Emulsia Hidratantă Matifiantă Gerovital H3 Derma+** sau **Fluidul Hidratant Matifiant din gama Gerovital H3 Equilibrium**.

2. După aplicarea **Fondului de ten Gerovital Beauty**, începe machierea ochilor. Indiferent dacă ai ochii verzi, căprui sau albaștri, paleta **Gerovital Beauty Nude** ți se va potrivi. Nuanțele paletelor sunt naturale, mate, specifice machiajului natural. Folosește nuanțele de bej, maro închis ale paletelor cum sunt nr. 4, 5, 6 pentru a accentua în mod deosebit pleoapa inferioară, deoarece aceasta va fi pusă în evidență în încăperi, de lumina care cade de sus, iar dacă vei accentua mai mult pleoapa inferioară, vei crea un efect fals de cearcăne.

3. Pentru machiajul obrajilor folosește **Fardul de obraz Gerovital Beauty Rose sau Piersică**. Acesta scoate în evidență ochii și pomeții și dă un aspect de naturalețe, proștețime, îmbujorare.

4. **Alegerea rujului** mai poate fi făcută și în funcție de culoarea părului: blond – nuanțe calde ca nr. 1, 4, 5, 6, 18; șaten – nuanțe tomnatice ca nr. 11, 13, 14, 16, 20.

5. **Pudra luminozitate Gerovital Beauty**, ce conține pudră de diamant, este un iluminator ideal pentru un efect de proștețime. Amestecă toate cele patru culori și aplică-le cu o pensulă deasupra blush-ului pe partea superioară a pomeților. Poți aplica iluminatorul în colțurile interioare ale ochilor, sub arcul sprâncenelor pentru a ridica arcada sau îl poți aplica și pe curbă buzei superioare, ceea ce va crea iluzia de buze mai pline.





Factori care cauzează deshidratarea tenului și pe care nu ai cum să îi eviți

La prima vedere ai spune că aerul de afară este principalul factor care cauzează deshidratarea pielii, dar, ce să vezi? Aerul din interiorul casei tale, al mașinii și al clădirii de birouri în care lucrezi este inamicul numărul 1 pentru tenul tău. Majoritatea aparatelor de aer folosesc filtre

pentru purificare. Rezultatul? Piele deshidratată, buze crăpate și poate și o răceală pe măsură, bonus.

Dacă ești o persoană căreia îi place să călătorească, în special în sezonul rece, trebuie să știi că aerul din avion are efecte negative asupra tenului. Apa se evaporă din organism cu o viteză accelerată în timpul unei călătorii cu avionul, iar acesta este și motivul principal

pentru care organismul resimte o stare de oboseală chiar și la zboruri pe distanțe scurte. Alimentația ajută la păstrarea unui echilibru în organism, este normal ca în această perioadă să existe așa-numitele *cravings* (pofte) pentru alimente dense, bogate în proteine și carbohidrați.

Practic, corpul își dorește să facă mici stocuri de grăsime, pentru a putea supraviețui la temperaturi

scăzute. Digestia este mai lentă acum, iar organismul necesită o cantitate mai mare de apă pentru a putea procesa totul.

Astfel, apare senzația de sete constantă care poate conduce la deshidratarea organismului, implicit a tenului.

Acceptă provocarea! *Arată în 10 zile mai bine decât acum 10 ani!*

Ajută-ți tenul să se refacă

Apariția liniilor fine și aspectul inestetic al pielii se datorează în mare parte deshidratării și lipsei unui program corect de îngrijire a tenului. Din fericire, există un ingredient-minune care îți sare în ajutor oricând ai nevoie și îți asigură un ten de invidiat chiar și în această perioadă. Tu folosești acid hialuronic în rutina zilnică?

Ce este acidul hialuronic și cum poate fi folosit?

Componentă naturală a pielii, având capacitatea de a reține apa la nivelul țesuturilor și articulațiilor, acidul hialuronic poate reține până la 1000 de ori greutatea sa în apă. Ajută la vindecarea rapidă a rănilor și la estomparea cicatricilor, dar este creat și degradat mult mai repede în organism decât

majoritatea compușilor. Astfel, pe măsura înaintării în varșă, scade capacitatea corpului de a produce acid hialuronic, iar procesul îmbatrânirii este strâns legat de această deficiență.

Contrar numelui, acidul hialuronic nu este tipul de acid care exfoliază tenul sau care se folosește în peeling-urile chimice. Este un ingredient care îmbunătățește calitatea tenului,

și proprietățile sale ajută la echilibrarea pielii sensibile. Acidul hialuronic este compus în mare parte din zaharuri (polizaharide) și se găsește în țesuturile pielii, având rolul de a le menține hidratate. Conform studiilor, un gram de acid hialuronic poate să susțină aproximativ șase litri de apă. Fiind o componentă indispensabilă pentru corp, efectele sale sunt resimțite în întreg organismul:

hidratează pielea și contribuie la menținerea elasticității, reduce ridurile fine prin umplerea acestora din interior și protejează împotriva radicalilor liberi.

Este important să îți alegi produse care conțin acid hialuronic și să le incluzi în rutina ta zilnică de îngrijire. Acidul hialuronic se comercializează sub formă de ser, fiole sau ingredient activ în anumite produse cosmetice.



Fiolele cu acid hialuronic 5% din gama Gerovital H3 Evolution sunt potrivite fiecărui tip de ten. Acestea conțin un ser bogat în Superoxid Dismutază și Acid Hialuronic pur și lipozomal având efecte intens hidratante și de netezire a ridurilor. Acidul Hialuronic pur reface rezervele hidrice din piele și diminuează pierderile transepidermale de apă. Superoxid Dismutaza, supranumită „superenzima antiîmbătrânirii” (SOD), cea mai activă enzimă antioxidantă de origine naturală, are rol de protecție atât pentru fibrele de collagen și elastină, cât și pentru acidul hialuronic, oferind un efect anti-age.

Conform studiilor efectuate, după 28 de zile de utilizare: Nivelul de hidratare a pielii a crescut cu până la 66.7%, iar adâncimea ridurilor profunde a scăzut cu până la 24%.

Mod de utilizare: Conținutul unei fiole se răstoarnă în palmă și pe tenul proaspăt demachiat se aplică prin masaj ușor pe față, gât și decolteu. Masați ușor în jurul ochilor, fără ca produsul să intre în contact cu ochii. Fiolele se folosesc dimineața sau seara, în cure de câte 10 zile de tratament. Pentru efecte de durată, acest tratament se aplică lunar.

După absorbția serului, se aplică crema de întreținere zilnică. Recomandarea noastră este **Crema Antirid cu acid hialuronic 3% din gama Gerovital H3 Evolution**. Este o cremă bogată în Acid hialuronic pur și lipozomal 3%, SOD, GP4G și Trylagen, ingrediente cu efecte antirid, de umplere și netezire a ridurilor, de refacere a funcției de barieră a pielii și de hidratare intensă.

Pentru curățarea prealabilă a tenului îți recomandăm **Apa micelară cu cărbune și acid hialuronic Gerovital H3 Evolution**, care curăță delicat tenul prin captarea de către micelă a machiajului, sebumului și a altor impurități. Pielea rămâne curată și hidratată datorită Acidului Hialuronic cu efecte antirid, antioxidante datorită SOD- Superenzima antiîmbătrânire și de detoxifiere și purificare datorită cărbunelui activ.

*Piele sănătoasă și
revitalizată*

Iarna, și pielea bărbaților are nevoie de hidratare intensă și tratament corespunzător anotimpului rece. Mediul ambiant și ritmul de viață tot mai alert pot avea efecte nocive asupra tenului, iar bărbieritul zilnic de cele mai multe ori poate crea disconfort, dacă pielea nu este pregătită corespunzător.

Iar pentru ca pielea ta să rămână sănătoasă și hidratată pe termen lung, aplică o dată pe zi conținutul unei **Fiole cu Acid**

Hialuronic 5% din gama Gerovital Men. Acest ser are o formulă special creată pentru pielea bărbaților care te va ajuta să obții un ten tonifiat, neted și revitalizat după 10 zile de tratament.

În plus, specialiștii noștri recomandă să repeți această cură o dată pe lună pentru a avea un ten hidratat, regenerat și revitalizat ce sfidează trecerea timpului.

*Hidratare pe tot
parcursul zilei*

Pe parcursul anotimpului friguros, unul dintre cele mai eficiente produse pentru îngrijirea tenului care nu trebuie să-ți lipsească este o cremă intens hidratantă precum **Crema Antirid cu Acid Hialuronic din gama Gerovital Men.** Recomandată bărbaților aflați în jurul vârstei de 30 de ani, această cremă antirid se aplică dimineața și seara pentru a încetini procesul de îmbătrânire a pielii și pentru a-i reda în același timp fermitatea și strălucirea.

Crema Antirid cu Acid Hialuronic din gama Gerovital Men este ideală pentru îngrijirea de zi cu zi a pielii și conferă tenului un aspect proaspăt și tonifiat.

*Nu uita că o cremă
pentru față este un
element de bază
în orice rutină
de îngrijire și o
modalitate facilă
de a beneficia
de pe urma unor
ingrediente active
care să îți redea
fermitatea pielii.*

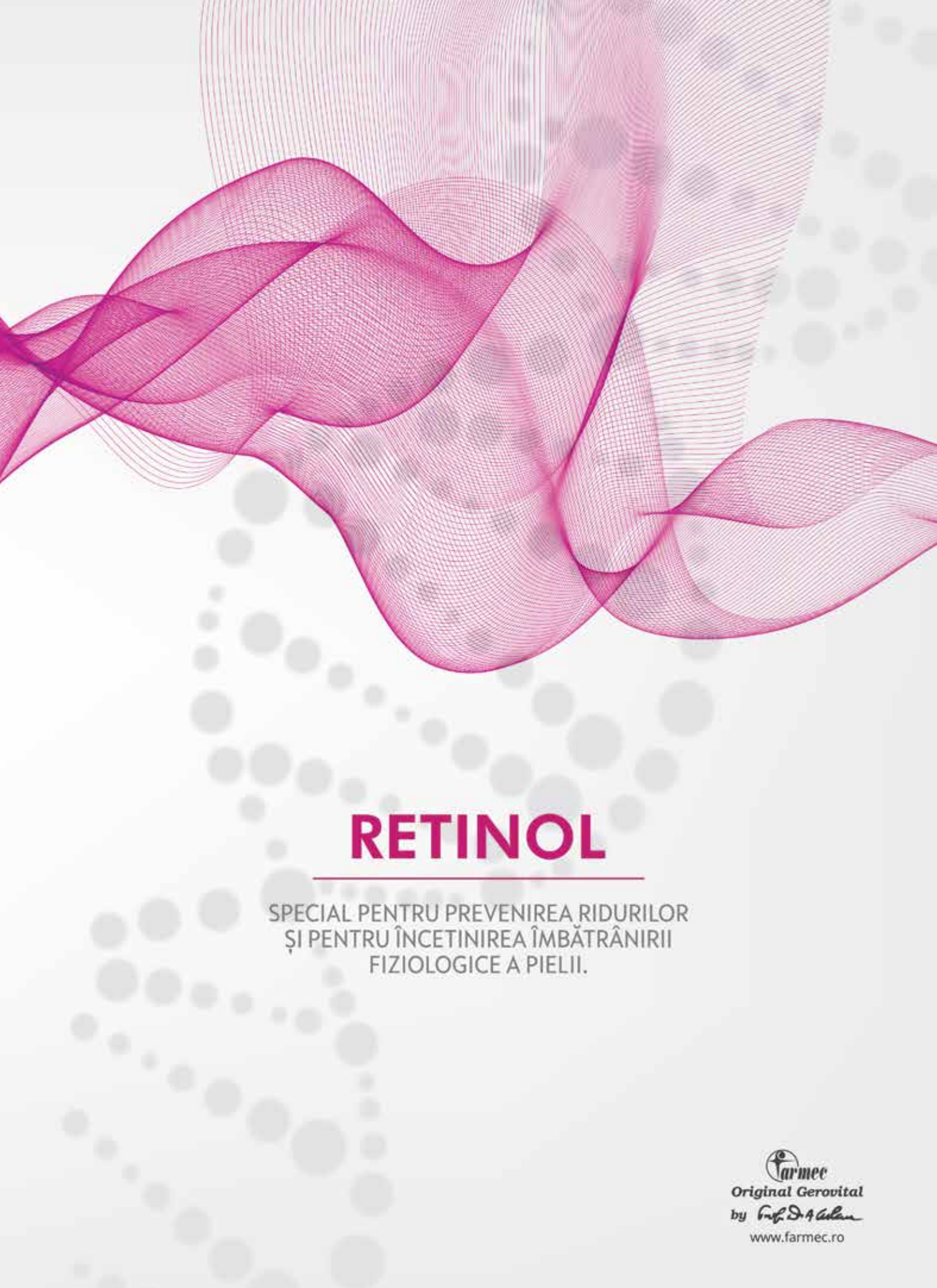


Prof. Dr. A. A. A. A.
GEROVITAL

H₃ RETINOL



PIELEA DEVINE CAPABILĂ
SĂ SE AUTOREGENEREZE
DIN INTERIOR



RETINOL

SPECIAL PENTRU PREVENIREA RIDURILOR
ȘI PENTRU ÎNCETINIREA ÎMBĂTRÂNIRII
FIZIOLOGICE A PIELII.

WINTER ESSENTIALS

Tot ce trebuie să știi despre retinol

După vârsta de 30 de ani, procesul de regenerare a celulelor pielii încetinește, astfel pielea ta începe să arate mult mai uscată și deshidratată. De aceea produsele pe care le folosești în ritualul zilnic de îngrijire pot include după această vârstă și produse ce conțin retinol.

Ce este exact acest ingredient atât de des întâlnit în creme și seruri, alături de cuvintele cheie precum „antirid” sau „reparativ”? Când trebuie folosit și de ce? Noi îți oferim toate răspunsurile în cele ce urmează.

Ce este retinolul

Derivat sintetic al vitaminei A, Retinolul reprezintă grupul de vitamine solubile în grăsimi, întâlnit în morcovi, ouă și cartofi dulci.

Inclus în rutina de îngrijire a tenului, retinolul ajută la accelerarea reînnoirii pielii, stimularea producției de collagen și elastină, acționând și asupra imperfecțiunilor de la nivelul tenului (pete pigmentare, acnee etc.).

Odată ce se absoarbe în piele, retinolul accelerează procesul de regenerare a pielii.

Pielea ta se va simți mult mai fermă, luminoasă și cu un aspect mai uniform.

În tratamentul acneei comedogenice, produsele pe bază de retinol ajută la diminuarea aderenței keratinocitelor (celule care formează un strat ocluziv la suprafața pielii și blochează porii) și astfel este oprită dezvoltarea punctelor negre sau albe.

Atunci când retinolul este aplicat topic, acesta se transformă în acid retinoic datorită contactului cu enzimele existente pe suprafața pielii. Acidul retinoic poate fi, de asemenea, aplicat topic, dar este mult mai sever pentru piele și se eliberează numai cu prescripție medicală.

Beneficiile retinolului

- ✓ Ameliorează aspectul liniilor fine și previne îmbătrânirea prematură a pielii
- ✓ Accelerează procesul regenerării celulare și stimulează producția de collagen
- ✓ Luminează pielea ternă prin exfolierea la nivel celular, lăsând-o mai strălucitoare și mai netedă
- ✓ Estompează petele pigmentare

Retinol vs. Retinoid

Retinoizii se referă la forma vitaminei A, eliberată doar cu prescripție medicală, pentru aplicare topică. Aceștia acționează ca agenți iritanți, care stimulează regenerarea celulelor cutanate. O formă mai blândă a vitaminei A este retinolul, inclus în numeroase creme și geluri eliberate fără prescripție medicală. Acesta poate fi utilizat în condiții de siguranță și de persoanele cu piele sensibilă.

Când începi să utilizezi retinol?

Este recomandat să incluzi un produs cu retinol în rutina zilnică de îngrijire a pielii după vârsta de 30 de ani, de trei până la patru ori pe săptămână. După 40 de ani, poți folosi zilnic produse cu retinol.

Derivații vitaminei A, printre care și retinolul, sunt distruși de expunerea la aer și la soare. De aceea, produsele care conțin retinol trebuie să fie ținute în recipiente opace și consumate în câteva luni de la deschidere.

Precauții în folosirea retinolului

- Întrucât retinolul este sensibil la radiațiile ultraviolete, se recomandă folosirea acestuia în special în sezonul rece (de toamnă până primăvara), când nu ne expunem la soare puternic.
- De asemenea, este recomandat să folosești o cremă de zi cu factor de protecție în perioada în care aplici produsele cu retinol, chiar și în anotimpul rece.
- Produsele pe bază de retinol și retinoizi nu trebuie să fie folosite de femeile însărcinate și de mamele care alăptează. Peroxidul de benzoil și acizii alfa hidroxi dezinfectează retinoizii, de aceea este important să nu folosești concomitent produse care au la bază aceste ingrediente.
- Nu în ultimul rând, epilatul cu ceară poate cauza roșeață excesivă pe o piele tratată cu formule pe bază de retinol și retinoizi. După această procedură de înfrumusețare, așteaptă câteva zile înainte de a folosi un tratament cu retinol și derivații săi.



Recomandările specialistului Gerovital

Alina-Cristina Cioca-Floare

Beauty adviser | magazin Farmec Timișoara

Pentru îngrijirea pielii din jurul ochilor, recomand utilizarea zilnică a **Cremei Antirid contur Ochi Gerovital H3 Retinol**. Datorită Retinolului care accelerează procesele enzimatice și diviziunea celulară, ajută pielea să se regenereze din interior. Pentru prevenirea apariției ridurilor, poți folosi **Crema Prevenire Riduri Gerovital H3 Retinol**, îmbogățită cu Sepilift, vitaminele A și E și retinol, care îmbunătățește regenerarea celulelor, uniformizează pielea și aduce un plus de fermitate. Conține Retinol condiționat în forma „Retinol Molecular Film”, capabil să livreze pielii Retinol pur stabil, cu penetrare crescută în profunzimea dermului.

Pentru tenurile mature, **Crema Regenerare Avansată din gama Gerovital H3 Retinol** aduce o normalizare a proceselor de refacere celulară încetinite odată cu îmbătrânirea fiziologică a pielii. Uleiurile naturale de soia, squalane și shea împreună cu extractul de boswellia seratta ajută la calmarea și regenerarea pielii, prevenind apariția iritațiilor incomode și inestetice. Aceasta poate fi folosită zilnic fără să irite pielea sau să provoace uscăciune.

Beneficiile acestor creme aduse tenului, pe lângă confortul zilnic, pe care pielea îl resimte, vor atinge cote maxime după două luni de folosire.

NU UITA că retinolul este compatibil cu toate tipurile de ten, inclusiv cu cel gras, deoarece îndepărtează straturile de celule moarte, prevenind încărcarea și astuparea porilor, care în timp duc la apariția acneei.

Putem opta pentru **Fiolele Antirid cu Retinol** din aceeași gamă, care folosite constant vor uniformiza pielea, iar ridurile fine vor fi atenuate. Aceste fiole concentrate conțin retinol înglobat într-un film molecular microfluidizat, care îl stabilizează împotriva oxidării, îmbunătățind în același timp absorbția cutanată.

Pentru că retinolul face pielea mai vulnerabilă la radiațiile solare, recomandăm folosirea unui produs cu factor de protecție ridicată pe timpul zilei, cum este **Crema Hidra-Protect SPF 50 din gama Gerovital H3 Equilibrium**. Aplicarea acestuia se face cu 15-30 de minute înainte de expunerea la soare. Potrivită pentru toate tipurile de piele, această cremă conține și pigmenți coloranți, care maschează culoarea albă și asigură pielii un aspect uniform. Vitamina A, uleiul de rodie și untul de cacao joacă un rol important, ajutând la regenerarea pielii, combat uscăciunea, restaurând stratul hidro-lipidic protector al epidermei. Are o formulare ușoară și o textură hidratantă, fără efect gras.



Şase idei de cadouri pentru Sărbători

Sezonul mult-aşteptat al cadourilor este aici. Fie că le oferim, fie că le primim, cadourile aduc bucurie, zâmbete şi fericire. Farmec a pregătit câteva idei perfecte de cadouri care răspund până şi celor mai sofisticate gusturi.

1. Ingrediente naturale

Un cadou cu produse Gerovital Plant, ideal pentru persoanele care preferă ingredientele naturale şi texturi uşoare pentru ten.

Crema Antirid Nutritivă cu 96% ingrediente de origine naturală, din gama Gerovital Plant, este concepută pentru a stimula procesele de reparare şi regenerare ale pielii, accentuând efectele „somnului de frumuseţe” nocturn. Crema previne şi atenuează ridurile, redând frumuseţea naturală, specifică tenului tânăr. Casetă este completată cu **Deodorantul Antiperspirant Pure** din gama Gerovital Plant, ce conţine pudră de origine naturală de tapioca şi oferă protecţie eficientă împotriva transpiraţiei şi o senzaţie confortabilă, de piele catifelată, alături de un parfum delicat cu prospeţime naturală.

2. Hidratare pentru ten sensibil

Vântul şi temperaturile sub 0 grade provoacă disconfort persoanelor care au pielea sensibilă. Ce-ar fi să îi faci o surpriză unei persoane dragi din viaţa ta oferindu-i această casetă cadou?

Crema hidratantă antipoluare SPF 10 Aslavital conţine un complex de ingrediente cu efecte de hidratare şi protecţie UV, atenunând efectele nedorite ale poluării urbane. Formula sa unică şi originală cu Argilă 100% naturală asigură îngrijirea zilnică a tenurilor sensibile sau care se confruntă cu reacţii la efectele negative ale factorilor de mediu, roşeaţă, iritaţii, deshidratare etc. În completarea cremei este recomandată utilizarea săptămânală a **măştii detoxifiante cu cărbune, Peel-Off**, din gama Aslavital Mineralactiv, care are o structură ce acţionează sinergic cu cărbunele din compoziţie, având proprietăţi de absorbţie, purificare şi detoxifiere.

3. Efect antirid şi protecţie pentru ten deshidratat

Iarna obişnuim să bem mai puţină apă, de aceea un cadou care să susţină nivelul de hidratare al pielii este un cadou bine-venit.

Crema Antirid Intens Hidratantă SPF 10 din gama Gerovital H3 Evolution conferă un efect antirid, precum şi hidratare intensă şi protecţie împotriva radiaţiilor UV. Foloseşte-o pentru a-i reda vitalitatea tenului şi pentru a-i prelungi aspectul tineresc. Sistemul antirid Superoxid Dismutaza, Trylagen şi GP4G asigură energia pură necesară celulelor, protecţia antioxidantă şi reînnoirea colagenului, iar asocierea ingredientelor Sepilift - Lipomoist asigură tonifierea şi creşterea capacităţii de menţinere a apei în ţesuturi. **Deodorantul Antiperspirant - Sapphire Woman** din gama Gerovital H3 Evolution are o formulă delicată cu pielea, oferă protecţie sporită împotriva transpiraţiei şi o senzaţie confortabilă, de piele catifelată.



4. Îngrijire zilnică pentru tine

Setul Gerovital H3 Evolution+ Gerovital Beauty conține 3 produse esențiale pentru îngrijirea zilnică și evidențierea frumuseții tuturor femeilor.

Fiolele cu Acid Hialuronic Gerovital H3 Evolution sunt Produsul nr. 1* în România, pe categoria Îngrijirea feței, segmentul Antirid.

*Calcul realizat pe baza datelor Nielsen din serviciul de retail audit realizat pentru categoriile produselor pentru îngrijirea feței, segmentul ANTIRID pe piața din România, valoare vânzări pentru ultimele 12 luni (perioade cumulate Ianuarie 2018 - Decembrie 2018). (Copyright © 2019, The Nielsen Company)

Kitul pentru sprâncene din gama Gerovital Beauty conține 3 culori și o pensulă dublă. Un trio de excepție absolut necesar pentru sprâncene conturate și frumos definite.

De la rădăcină până la vârfuri, Mascara Supreme Lash din gama Gerovital Beauty definește genele, le intensifică senzația de volum și alungire și le conferă un styling perfect, datorită pensulei deosebite din fibre.

5. Machiajul perfect al ochilor

Un cadou inedit, gata împachetat într-un ambalaj elegant. Această casetă este cadoul ideal pentru femeile dragi din viața ta. Indiferent că este vorba de mamă, soție, iubită, colegă de serviciu sau soră, toate vor aprecia produsele cosmetice românești de calitate.

Apa micelară cu Acid Hialuronic Gerovital H3 Evolution curăță blând fața, ochii și buzele prin captarea de către micelle a machiajului, sebumului și a altor impurități.

Îmbinarea perfectă între textura cremoasă și pensula versatilă ce alcătuiesc Mascara Devilash din gama Gerovital Beauty asigură genelor densitatea (+67%), volumul (+196%) și curbarea (+3%) de care au nevoie.

Creionul dermatograf negru din gama Gerovital Beauty are o textură cremoasă și pigmentată și o rezistență îndelungată, pentru un machiaj dramatic.

6. În vacanță, fără griji

Borsetele Minitravel sunt perfecte pentru a le lua cu tine într-o vacanță departe de casă. Conțin exact ce ai nevoie: 2 pliculețe de cremă antirid de zi Gerovital H3 Hyaluron C, deodorant antiperspirant Gerovital H3 Classic, Pasta de Dinți pentru Dinți Sensibili din gama AslaMed și Șamponul Farmec Argan Plus Jojoba.

6



5



4

Make a wish

În fiecare an, în noaptea de Revelion, atunci când începe numărătoarea inversă: 10, 9, 8, 7... obișnuim să ne punem dorințe... din obișnuință, pentru că așa face toată lumea, dar și pentru că undeva, acolo, foarte adânc în sufletul nostru, credem că se vor împlini. De unde provine acest obicei și ce ar trebui să știm despre el astfel încât dorințele noastre chiar să devină realitate, în materialul de mai jos.





Un obicei vechi de mai bine de 4.000 de ani

Poate că nu vă vine să credeți, dar sărbătorirea ultimei zile din an este un obicei păgân care își are originea în urmă cu 4.000 de ani, în vechiul Babylon din Mesopotamia. Acest popor străvechi se închina la zeul Soare cu mai bine de 2.000 de ani înainte de Hristos, obicei care a fost preluat și în Grecia Antică, unde nu exista ritualul de sărbătorire a anului nou. Scrierile vechi arată că aici anul nou era sărbătorit sub forma unei jertfe pe care maimarii statului o făceau pentru Zeus și Atena în semn de mulțumire și pentru a invoca protecția acestor zei și în anul următor.

Petrecherile fastuoase care marchează și acum trecerea dintre ani își au originea în Imperiul Roman. Pe măsură ce puterea Romei creștea, festivitățile de Anul Nou au început să devină din ce în ce mai populare. Una dintre acestea, cunoscută sub numele de Saturnalia, pentru că era dată în cinstea zeului Saturn, a fost instituită ca festival pe data de 1 ianuarie de către Iulius Cezar, în anul 46 î.H.

Timpul sacru de la poveste la realitate

Încă de atunci, această perioadă de trecere era considerată sacră și era privită ca fiind un moment potrivit pentru a invoca entitățile protectoare ale unui anumit teritoriu cu scopul de a le cere protecția. De-a lungul timpului această componentă de supranatural a fost întotdeauna asociată cu ideea de dorință. Ți aduci aminte de Aladin și lampa lui fermecată? Dorințele îi erau îndeplinite de un duh, de obicei cu puteri supra-naturale. La fel se întâmplă și în basmele românești precum Harap Alb sau Tinerețe fără bătrânețe și viață fără de moarte. Eroul avea întotdeauna ca aliați ființe supra-naturale care îl ajutau să își îndeplinească dorințele.

Astăzi credința în spirite și entități cu puteri supranaturale a fost înlocuită de un raționalism pur, exact ca în timpul lui Friedrich Nietzsche, filosof german care a trăit în a doua parte a secolului al XIX-lea și care și-a concentrat o parte din activitate pe studiul puterii individului de a-și transforma propria realitate. De atunci până acum a apărut și ideea că putem obține mai ușor sau mai greu ceea ce ne dorim în funcție de felul în care ne gândim la lucrul respectiv.



Cum ne punem dorințele

Și de aici înainte există o sumedenie de lucruri de care ar trebui să ții cont atunci când îți pui o dorință pentru ca aceasta să se și îndeplinească:

1. Bucură-te ca și cum deja ai lucrul pe care ți-l dorești.

Se spune că emoțiile sunt energie în mișcare și că atragem exact tipul de energie pe care îl emanăm. Astfel, atunci când nu ai încredere în oameni sau nu ai încredere că ți se va întâmpla un anumit lucru, vei atrage doar situații care să confirme ceea ce tu crezi.

2. Nu fi supărată atunci când nu ți s-a îndeplinit dorința.

Starea de supărare, de dezamăgire, de tristețe transmite emoția lipsei. Și pe baza raționamentului pe care l-am descris mai sus vei atrage în viața ta și mai mult lipsa lucrului pe care ți-l dorești.

3. În timp ce îți pui dorința, gândește-te dacă ești pregătit/ă să primești acel lucru în viața ta.

De multe ori ne dorim un job mai bun, o nouă relație, o nouă casă... dar nu știm dacă suntem pregătiți să menținem acele lucruri în viața noastră odată ce le-am primit: dacă avem abilitățile necesare pentru un job mai bine plătit, dacă suntem ceea ce ar avea nevoie persoana ideală pe care ne-o dorim, dacă vom avea posibilitatea să întreținem o casă mai mare pe termen lung etc.

4. Ai încredere că se va întâmpla.

Odată ce ți-ai pus o dorință, nu ajută cu nimic să rămâi concentrat/ă asupra ei și să te gândești în fiecare secundă cât de mult îți dorești să se întâmple lucrul respectiv. Dorința este în sine o energie care își manifestă forța de atracție atunci când este lăsată liberă. Așa că detașează-te și bucură-te de lucrurile bune pe care le ai în viața ta, având încredere că dorința ta se va împlini. Și vei constata că nu peste mult timp vei primi ceea ce ai cerut.

Poți să faci aceste lucruri ușor și natural atunci când ai încredere în tine. Iar aceasta vine din lucrurile pe care ai reușit să le faci până acum, din satisfacțiile personale și profesionale, dar și din felul în care arăți.



Istoria fardurilor

Deoarece este în natura umană să tindem spre perfecțiune și la noi modalități de a ne exprima, fardurile au jucat un rol cu adevărat important în progresele noastre de la civilizația antică la modul de viață modern. Cosmeticele ne-au ajutat să schimbăm modul în care arătăm, să ne ascundem paloarea și ne-au permis să ne exprimăm felul de a fi. Produsele cosmetice pe care le folosim astăzi nu au fost create toate în istoria recentă. Unele dintre ele au o istorie îndelungată, care ajunge chiar la începutul civilizației umane moderne.



Egiptul Antic, machiajul și adorația zeilor

Totul a început acum aproximativ 12.000 de ani, când egiptenii antici au descoperit abilități de vindecare ale uleiurilor parfumate. Din acel moment, industria lor cosmetică a crescut din ce în ce mai mult până la momentul în care a devenit o parte importantă a religiei lor. Zeii au fost onorați de întreaga populație prin utilizarea pe scară largă a produselor cosmetice, în mod special uleiuri și dermatograf pentru a-și îmbunătăți aspectul. Chiar dacă unele dintre ingredientele lor erau otrăvitoare, atracția pentru farduri nu s-a diminuat. Cu toate acestea, când produsele cosmetice și-au găsit drumul în afara Egiptului, s-a ajuns la rezistență în Grecia și Roma. Machiajul a atins o popularitate largă, dar a fost privit ca un lucru extravagant și nefolositor de mulți. În Roma, a existat o perioadă

în care femeile nu erau considerate frumoase dacă nu purtau produse cosmetice. Acest lucru a dus la inflația prețurilor, motiv pentru care doar femeile înstărite își permiteau achiziționarea de produse cosmetice scumpe din India și Orientul Mijlociu. Pentru a combate această „epidemie”, Senatul Roman a declarat legea (de scurtă durată) care împiedica expozițiile publice de produse de înfrumusețare și îmbrăcăminte extravagantă în toate orașele Republicii Romane. Și în celelalte civilizații, machiajul a primit un tratament asemănător. În China, de exemplu, oamenii obișnuiți erau executați în cazul în care erau prinși purtând lac de unghii în public (acesta era doar privilegiul celor bogați), iar în Japonia, femeilor nobile li se interzicea să se afișeze nemachiatare în public.

Prohibiția medievală

Evul Mediu european a fost perioada în care produsele cosmetice aproape că au dispărut din vizorul public. Din cauza tradiției femeilor de moravuri ușoare de a folosi cantități excesive de farduri pentru a-și ascunde vârsta și pentru a-și scoate în evidență frumusețea, o lungă perioadă de timp, acestea au fost complet ignorate de majoritatea populației europene. Schimbarea s-a produs în sfârșit după ce soldații europeni s-au întors din Cruciadele din Orientul Mijlociu, aducând acasă diverse produse exotice.

Printre aceste produse se numărau mai multe tipuri de cosmetice, care au fost adoptate la început doar de nobilime și de cetățeni de înaltă clasă. După ce Renașterea a reușit să se răspândească în întreaga Europă, fardurile și-au găsit poziția, dar încă nu au fost acceptate public, cu excepția câtorva modificări de modă (cum ar fi în timpul domniei reginei Elisabeta I [1559-1603] în Anglia).

Epoca Victoriană, poarta către machiajul modern

Progresele din industrie, chimie și medicină din secolele XVIII și XIX au adus progrese semnificative și în cosmetică. Încă nu au fost acceptate pe deplin, dar noul stil victorian apărut în secolul al XIX-lea cerea ca toate femeile să se prezinte ca frumoase și fragile, cu haine elaborate și trăsături faciale definite cu precizie. În acest scop, fardurile de ochi, rujurile, lacurile de unghii și alte produse de machiaj au început să fie din ce în ce mai populare.

Începutul secolului XX a reprezentat, fără îndoială, debutul industriei cosmetice moderne. Dezvoltarea industriei filmului, a fotografiei, a comunicațiilor rapide au condus la introducerea produselor cosmetice în fiecare gospodărie din lumea occidentală. În primele decenii ale secolului XX, companiile cosmetice (multe care vor deveni în curând centre de alimentare internaționale) au introdus rujuri solide, luciu de buze, mascara, dermatograf



(propulsate spre popularitate în masă de descoperirile incredibile de sub piramidele egiptene). Cu astfel de progrese, nu este de mirare că stilurile vechi victoriene au fost curând uitate. Noua modă internațională a evoluat rapid după anii 1930, introducând noi stiluri cu fiecare deceniu care trecea.

Mutarea de la stilurile tradiționale s-a întâmplat în anii '60 - '70, cu introducerea mișcării hippie (cosmetice cu aspect natural), punk (stil mai închis și care aveau scopul de a șoca) și glam (stil extravagant și colorat). Din ele au apărut multe stiluri noi care au schimbat și au modelat moda la starea actuală.



GEROVITAL®

BEAUTY



Mai mult decât culoare.



Original Gerovital

by Prof. Dr. A. Lăzăreanu

www.farmec.ro

Travel

Top 4 târguri de Crăciun din Europa



Târgurile de Crăciun, așteptate în egală măsură de cei mici și de cei mari, reprezintă cadrul în care cu toții putem retrăi sentimentul unei atmosfere de basm. Zânele, elfii și beculețele colorate iau cu asalt marile orașe ale Europei, transformându-și vizitatorii în personajele centrale ale unei povești de Crăciun. În caz că nu te-ai hotărât încă unde să îți petreci vacanța de iarnă, iată care sunt cele mai frumoase patru târguri de Crăciun din Europa.



Travel

Tallinn

Aflată în fruntea celor mai recente topuri, capitala Estoniei fascinează an de an, în perioada sărbătorilor de iarnă, turiști din întreaga lume. Fie că sunt atrași de arhitectura autentică a căsuțelor din epoca medievală, fie că se bucură cu suflet de copil de zăpada așternută în straturi groase, vizitatorii târgului de Crăciun din Tallinn au parte de o experiență de poveste. Îți recomandăm să adaugi această destinație pe lista ta de călătorii din acest an și cu siguranță te vei bucura de o vacanță magică. Iar în cazul în care cei mici te vor însoți, nu trebuie să îți faci griji: vor avea parte de o distracție pe cinste, garantată de carusele, jocuri de iarnă și, bineînțeles, de prezența lui Moș Crăciun alături de ajutoarele sale.

Viena

Un adevărat iubitor al târgurilor de Crăciun a vizitat cu siguranță măcar o parte din superbe piețe tradiționale din Viena, unde poți găsi idei originale de cadouri și obiecte cu design unicat precum pălării, genți sau bijuterii. Din noiembrie până în decembrie, capitala Austriei atrage mii de turiști care vin să se bucure de o atmosferă festivă, plină de muzică, culoare și mâncare delicioasă.





Sibiu

Târgul de Crăciun din Sibiu este alegerea perfectă pentru o excursie împreună cu cei mici. Ciocolata caldă, turta dulce și cadourile atent realizate de meșteșugarii din zonă sunt doar câteva dintre elementele cu care Sibiu încearcă să te atragă anul acesta la un târg după care se dă în vânt chiar... Moș Crăciun.



Budapesta

Unul dintre cele mai frumoase târguri de iarnă este găzduit în capitala vecinilor noștri din Ungaria. Produsele artisanale comercializate în cadrul acestui eveniment sunt atent alese și aprobate de un consiliu, tocmai pentru ca vizitatorii să aibă parte de o experiență deosebită. Pe lângă mâncarea delicioasă și băuturile tradiționale, târgurile de Crăciun reprezintă ocazia ideală pentru a te destinde pe patinoar sau în carusele, pe acordurile colindelor tradiționale și, uneori, chiar ale muzicii clasice.





Iar pentru ca tu să strălucești chiar și la temperaturi sub zero grade, nu uita să pui în bagaj o **cremă pentru mâini** (preferata noastră este cea din gama **Gerovital Luxury**) și o **cremă pentru față**, care să te ajute să ai pielea hidratată și protejată de frigul de afară. Noi îți recomandăm **Crema antirid restructurantă SPF 10 Gerovital H3 Derma+ Premium Care**, ce conține principii active antirid de ultimă generație, care îmbunătățesc structura tridimensională a pielii, redensificând-o. Printr-o acțiune de tip „filler fără ac”, ridurile sunt diminuate, pielea își recapătă fermitatea, elasticitatea, hidratarea și este protejată împotriva radiațiilor UV.



Ochii.

Cum îndepărtăm corect make-up-ul

Nu greșim dacă spunem că demachierea este printre cele mai bune lucruri pe care le putem face pentru sănătatea tenului și a ochilor noștri. Această etapă trebuie adăugată pe lista de „must-do things”, chiar și atunci când nu am purtat produse de make-up. Află din informațiile de mai jos cum poți face demachierea corectă a ochilor.



Folosește produse blânde și adecvate
După o zi lungă la birou, în care am purtat produse de make-up precum fond de ten, fard de pleoape, rimel, tuș, ruj, pudră etc., tot ce ne dorim este să scăpăm de acestea și de impuritățile acumulate. Pentru a-ți menține sănătatea și vitalitatea, este foarte important să folosești produse de demachiere blânde cu ochii și cu pielea tenului tău.

Etapă de demachierii ar trebui să înceapă cu îndepărtarea machiajului ochilor – trebuie să acordăm o atenție sporită acestei zone, fiind una cu o sensibilitate ridicată.

Ingrediente naturale

Prin mișcări blânde, circulare și cu ajutorul unor dischete demachiante, aplică **Apa Micelară Microbiom Protect**, din gama **Gerovital Plant**, cu 96% ingrediente de origine naturală și protecție naturală microbiană. Aceasta conține complexul Microbiom Poliplant Protect, cu rol de purificare și de echilibrare a microbiomului pielii, curăță blând fața, ochii și buzele, datorită micelilor care captează machiajul, sebumul și alte impurități.

La fel de important este să folosești produse adecvate tipului de ten – fie că ai un ten uscat, gras, mixt sau sensibil.

Apa micelară cu Argilă din gama Aslavital Mineralactiv este recomandată pentru curățarea și detoxifierea tenurilor sensibile sau care se confruntă cu reacții la efectele negative ale factorilor de mediu (radiații UV, poluare urbană, poluare electronică), reacții alergice, roșeață, iritații, vase de sânge proeminente, deshidratare, ridare prematură.

Ten deshidratat, uscat

Pentru tenul matur, deshidratat, uscat, îți recomandăm **Emulsia Hidratantă demachiantă 2 în 1 Gerovital H3 Classic** care asigură demachierea perfectă, hidratarea și tonifierea optimă a pielii. Acidul hialuronic hidratează în profunzime, iar vitamina E și Juvinity întârzie îmbătrânirea metabolică.

Machiaj rezistent

Demachiant waterproof Gerovital H3

Equilibrium este un produs special destinat îngrijirii ochilor și buzelor. Formularea sa bifazică fără parfum face posibilă îndepărtarea delicată chiar și a machiajului rezistent la apă, prafului și impurităților fără a periclita pielea sensibilă din jurul ochilor și fără a lăsa senzația de gras.

Demachierea ar trebui să o facem și dimineața, chiar dacă nu avem machiaj pe față, deoarece pe timpul nopții tenul nostru acumulează impurități.

Curăță periodic ustensilele pentru make-up

Tot o rutină ar trebui să fie și curățarea ustensilelor cu care aplicăm make-up-ul, mai ales când vine vorba de zona ochilor. Este indicat să îți dezinfecți pensulele de fard o dată pe săptămână pentru a evita acumularea bacteriilor și alergenilor, care pot duce la iritații și inflamații la nivel ocular. Clătește pensulele cu apă caldă și cu săpun, apoi lasă-le să se usuce natural. Același lucru este valabil și atunci când vine vorba de buretele de fond de ten.

Respectă recomandările de mai sus și transformă demachierea în etapă ta preferată din ritualul de beauty!



Zâmbetul, *important indiferent de anotimp*

Nu degeaba se spune că un zâmbet face cât o mie de cuvinte. Dinți albi, sănătoși, și un zâmbet similar cu cel al actorilor de la Hollywood sunt doar câteva dintre dorințele femeii secolului XXI. Resturile de mâncare cauzează numeroase afecțiuni dentare, iar o igienă orală precară poate conduce pe termen lung la pierderea dinților. Din fericire, în prezent, medicina dentară a evoluat suficient de mult încât să prevină sau să trateze mare parte din afecțiuni. Totuși, alegerea pastei de dinți și a apei de gură potrivite poate dura destul de mult dacă nu sunteți suficient de bine informate. Datorită varietății mari de produse existente pe piață, alegerea unui singur produs poate fi dificilă, tocmai de aceea dorim să vă dăm o mână de ajutor.



Cum alegi pasta de dinți potrivită?

În urma unei vizite scurte la un supermarket sau o la farmacie puteți observa că există o varietate mare de produse destinate igienei orale. Există paste de dinți pentru prevenirea cariilor, pentru dinți pătați, pentru dinți și gingii sensibile sau pentru evitarea depunerii de tartar. Având atât de multe opțiuni la îndemână, când știți că ați făcut alegerea potrivită? În primul rând, întrebați medicul stomatolog, el vă poate recomanda pasta de dinți potrivită nevoilor voastre. Pe urmă trebuie să aveți în vedere o serie de ingrediente pe care specialiștii le recomandă. Alegeți o pastă de dinți cu un conținut scăzut de fluor (0,2% g/g), o doză zilnică de fluor poate ajuta la prevenirea cariilor. Fluorul este un mineral care ajută la întărirea smalțului dentar, dar trebuie folosit în cantități scăzute și doar la recomandarea medicului. De asemenea, este indicat să alegeți produse orale pentru prevenirea efectelor bacteriilor. Pasta de dinți trebuie să lupte împotriva bacteriilor din cavitatea bucală și să aibă un efect antimicrobian și antiinflamator. Extractul de mușețel, salvie sau mentă reduce afecțiunile gingivale, întărește smalțul dinților și combate apariția tartrului și a cariilor.

Pastele de dinți AslaMed conțin ingrediente active precum extract de argilă specială, extract de cătină și extract ecocertificat de mușețel. Argila specială întărește smalțul dinților și previne apariția cariilor, iar uleiul de

salvie are proprietăți astringente și combate respirația urât mirositoare. Mușețelul vine în completarea formulei datorită efectelor sale antimicrobiene și antiinflamatoare.

Alege pasta de dinți potrivită nevoilor tale:

Pasta de dinți pentru gingii sănătoase utilizată regulat împreună cu Apa de gură AslaMed diminuează sângerările gingivale.
Pasta de dinți pentru dinți sensibili AslaMed reduce sensibilitatea dentinară, protejează și întărește smalțul dinților, prevenind apariția cariilor dentare.

Cu 80% ingrediente de origine naturală, Pasta de dinți fără mentol AslaMed este special creată pentru persoanele care nu agreează aromele mentolate sau care urmează tratamente homeopate.

Tot ce trebuie să știi despre apa de gură

Apa de gură este compusă în proporție de 50%, după cum îi și spune numele, din apă. Mai apoi sunt adăugate diferite ingrediente, agenți antibacterieni, și diferite arome. De asemenea, tot mai populare sunt produsele care conțin ingrediente naturale.

Specialiștii susțin folosirea apei de gură după fiecare periaj, deoarece aceasta este recunoscută pentru proprietățile sale benefice împotriva a numeroase afecțiuni. Apa de gură combate respirația urât mirositoare și reduce riscul apariției plăcii dentare sau a gingivitei.

Previne îngălbenirea dinților și este eficientă și împotriva senzațiilor de durere. Pentru a te bucura din plin de efectele acestui tratament oral îți recomandăm să faci gargară minimum 30 de secunde dimineața și seara după periajul dinților. De asemenea, pe parcursul zilei și în special după masa de prânz folosește apa de gură pentru înprospătarea respirației și eliminarea bacteriilor bucale.

Apa de gură Aslamed cu extract ecocertificat de mușețel, clorhexidină și argilă specială previne parodontoza, protejând dinții și gingiile. Concentrația de clorhexidină (0,12%) este optimă pentru efectul său antiseptic, luptând împotriva plăcii bacteriene prin inhibarea multiplicării bacteriilor de la nivel bucal și prin distrugerea lor în cazul problemelor gingivale.

Eficiența produselor din gama AslaMed este dovedită clinic, iar ingredientele active care stau la baza acestor produse pentru igiena orală au fost atent selecționate pentru a oferi o calitate superioară tuturor consumatorilor. În urma studiilor clinice făcute de către Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu”, clinica Odontologie – Parodontologie, a constat o diminuare a sângerărilor gingivale, iar în cazul pacienților suferind de parodontită marginală cronică, s-a observat o ameliorare la nivel parodontal. *Pentru rezultate optime, este recomandată folosirea pastei de dinți împreună cu apa de gură.*





Îngrijirea specială a tenului **cuperozic**

Cuperoza este o afecțiune cronică, incurabilă, care apare pe tenul adulților, iar cauza care determină apariția cuperozei este momentan necunoscută. Netratată corespunzător, cuperoza se agravează pe măsură ce timpul trece.

O nevoie specială

Pentru îmbunătățirea aspectului pielii și prevenirea extinderii acestei afecțiuni folosește o **Cremă Anticuperozică** cum este cea din gama **Gerovital H3 Derma+**. Crema oferă multiple beneficii tenurilor sensibile, cu roșeață și tendință spre cuperoză: protejează împotriva radiațiilor solare, calmează, diminuează roșeața și îmbunătățește microcirculația capilară. Pigmentul verde din compoziție maschează roșeața și semnele de cuperoză incipientă.

Pentru efecte optime se aplică dimineața și după-amiaza, pe un ten curat și demachiat în prealabil. În paralel se recomandă evitarea alternanțelor bruște de temperatură, stresul emoțional, alimentele condimentate, alcoolul, aplicarea locală de corticoizi, radiațiile UV.

Completează ritualul de îngrijire al pielii cuperozice cu **Fluidul de curățare și demachiere Gerovital H3 Derma+**, cu acțiune calmantă. Produsul este recomandat inclusiv pentru curățarea tenului sensibil, deoarece conține extract ecocertificat din fructe de piper Sichuan pentru diminuarea disconfortului pielii sensibile.

Exfoliere delicată

Dacă tenul tău se irită foarte ușor în contact cu produsele de curățare, e posibil să nu poți folosi produse de exfoliere mecanică. Soluția potrivită pentru pielea ta este reprezentată de produsele pe bază de acizi din plante și fructe, precum papaya sau acidul lactic. **Exfoliantul enzimatic din gama Gerovital H3 Equilibrium** oferă o exfoliere blândă, dizolvă celulele moarte de la suprafața pielii și stimulează regenerarea țesuturilor.

Peeling-ul sau exfolierea enzimatică, se face cu ajutorul enzimelor proteolitice, care descompun proteinele, cum sunt: keratolina, pepsina, papaina, ficina, bromelaina. Papaina determină un peeling blând, dizolvă celulele moarte de la suprafața pielii, sebumul, toxinele și impuritățile care blochează porii, stimulează regenerarea, îmbunătățește structura pielii, care devine moale și catifelată.

Se aplică pe tenul curățat, masând cu mișcări circulare ca microsferile să se spargă și să se elibereze papaina. Se lasă să acționeze maxim 10 minute după care se îndepărtează prin spălare cu apă caldută.

Include Exfoliantul enzimatic în ritualul tău de îngrijire o dată pe săptămână, primăvara, toamna târziu sau iarna, când afară razele UV nu sunt foarte puternice. Pe parcursul zilei, este recomandat să folosești o cremă cu factor de protecție.





*Picioare obosite după
petrecerea de Revelion?
Nu și de această dată!*

În timp ce există nenumărate trucuri despre cum să obții un look de invidiat înainte de petrecerea de Revelion, nu prea există sfaturi pentru dimineața de după. 1 Ianuarie, prima zi din noul an, pantofii cei noi nu îți mai plac acum atât de mult. Dacă în poze au arătat de vis, în realitate ți-au cauzat bătăături și ai impresia că picioarele tale sunt mai obosite ca niciodată. Noi îți oferim o serie de trucuri care te vor pune pe picioare, și la propriu și la figurat, în cel mai scurt timp.

Tips & tricks pentru picioare obosite

Odată ce ai ajuns acasă și ești sigură că ți-ai terminat ritualul de demachiere și îngrijire a tenului, întinde-te în pat și sprijină-ți picioarele pe un perete. Stai întinsă pe spate, în timp de picioarele tale se sprijină pe peretele din dormitor. În acest fel, este favorizată circulația sanguină, senzația de oboseală a picioarelor dispare după 10 minute, iar tu poți adormi liniștită, fără a mai simți acea durere arzătoare în tălpi sau gambe.

Dacă te confrunți cu glezne sau picioare umflate, soluția ar fi să dormi cu o pernă mică sau o parte din pilotă între picioare. În acest fel nivelul picioarelor va fi deasupra nivelului inimii, iar senzația de umflătură de la nivelul picioarelor dispare.

Știm că cel mai probabil ai dansat până aproape de ora dimineții, iar dacă pantofii preferați au fost la prima purtare în seara de Revelion, ai toate motivele să nu mai vrei să faci doi pași din cauza durerii. Imediat ce ai ajuns acasă, intră în duș și stropește-ți picioarele cu apă rece. Vei simți aproape instant cum oboseala dispare și picioarele tale se dezumflă, revenind la forma inițială. Sângele este pus în mișcare începând cu zona stropită prima dată, iar odată reinstalată circulația sanguină normală, durerea cauzată de lipsa oxigenului din sânge va dispărea.



Balsamul pentru Picioare obosite din gama Dermofarm, soluția salvatoare pentru dimineața zilei de 1 ianuarie. Structura de gel a produsului intră repede în piele și nu lasă pete pe haine sau pe așternuturi. Folosit pe toată suprafața piciorului, începând cu laba piciorului și continuând spre genunchi, balsamul diminuează disconfortul creat de oboseală și reduce tensiunea la nivelul picioarelor. Ingredientele active din compoziția sa oferă o senzație de răcorire (mentolul), relaxare musculară și drenare a picioarelor obosite. Balsamul se aplică pe pielea curată, înainte de somn, pentru a lăsa ingredientele active să lucreze peste noapte asupra mușchilor și capilarelor. Folosiți produsul cu regularitate pentru a beneficia de relaxare musculară și a scăpa o dată pentru totdeauna de senzația picioarelor obosite și grele.

Mirela Vescan: *Raportează-te la propria frumusețe atunci când te machiezi*



Poveștile ei despre make-up sunt adevărate piese de colecție ale creativității și esteticii românești. Pe când mitul că machiajul strică fața era încă foarte puternic în România, Mirela a ales să dea piept cu necunoscutul și să deschidă un drum profesional de neconceput la vremea aceea: acela de make-up artist. Cât de ușor e să îți găsești inspirația în make-up, ce spune despre noi machiajul de zi cu zi și în ce fel de profesor s-a transformat Mirela Vescan după 25 de ani de carieră, aflăm chiar de la ea într-un interviu exclusiv pentru Gerovital Magazine.

**Cum îți hrănești creativitatea?
Cât de greu este să nu imiți pe
nimeni în make-up?**

E foarte important să nu copiezi. Eminescu spunea că imaginația este rodul a ceea ce ai învățat sau a ceea ce ai văzut. Dacă reușești să creezi ceva ce n-ai văzut sau n-ai învățat înseamnă că ești un geniu, iar el era. Eu mai degrabă fac parte din prima categorie: am citit mult, am învățat mult și îmi place să îmi dau teme: cum aș face un machiaj de extraterestru sau

o zână a apelor cum nu a mai fost făcută. Întotdeauna mă raportez la produsele pe care le am: la farduri, la texturi, la culori și la un moment dat vine și ideea. Elevii mei urmează același model. Ei învață foarte mult la curs, însă tot procesul merge înspre a le stimula creativitatea.

**Deci ar trebui să ne antrenăm
constant...**

Tot timpul. Mintea trebuie pusă să lucreze și să nu accepți niciodată

că știi totul și că ai învățat tot. Veșnic trebuie să învățăm, să vedem filme, să mergem la teatru, să ne plimbăm, să ne uităm în jur, trebuie să fim curioși, să ne punem întrebări, și în felul acesta iese la iveală creativitatea, imaginația.

**Ai fost singura elevă de la școala
de make-up Christine Valmy,
printre primele care apăruseră în
România după '90. Nu ai avut un
moment în care te-ai gândit că
nu acesta e drumul tău?**

Cumva parcă aveam urechile înfundate. Părinții mei mi-au spus tot timpul că sunt încăpățânată, dar cred că asta aude orice copil de la părinții lui. Mi s-a părut ciudat că se lucra pe mine. Am avut noroc, însă, că alături se făcea un curs de cosmetică și încercam să aduc fete de acolo să fie modele pentru machiaj. Atunci machiajul era un concept absolut nou și nimeni nu înțelegea ce făceam noi...

Crezi că tu ești persoana de care ai fi avut nevoie acum 25 de ani? Cred că da. Din experiența mea, am văzut că nimeni nu se schimbă fundamental. Mi-am dezvoltat metoda de predare așa cum aș fi vrut să mi se predea mie. Am avut o bază foarte bună de la profesorii mei, dar pe parcursul timpului m-am prins eu de foarte multe lucruri. N-am renunțat la informațiile de bază atunci când mi-am dezvoltat metoda, doar că am schimbat ordinea și am adăugat și alte informații, pentru că în timp au mai apărut noi generații de farduri și e nevoie să trecem prin toate.

Cum se stabilesc trendurile în make-up? E tot ca în fashion?

Se leagă una de cealaltă. Autoritatea mondială în materie de trend (WGSN) lansează dosarele de tendințe pe care casele mari le cumpără. Sunt două circuite mari de modă: unul în septembrie și unul în februarie,

și două mici: moda haute couture, moda de lux, în ianuarie și în iulie. În septembrie aflăm ce purtăm în viitorul sezon primăvară-vară și în februarie știm ce purtăm în următorul sezon toamnă-iarnă. Casele mari știu tendințele proiectate de acum în 6 ani ca să aibă timp să își comande toate accesoriile și să lucreze cu furnizorii. Apoi au loc prezentările de modă, începem cu săptămâna modei din New York, unde vedem colecții pret a porter, urmează avangarda din Londra, glamourul din Milano și luxul din Paris.

Vedem aceste prezentări în timp real și selectăm tendințele. Sunt cam 5 tendințe principale și 5 micro-tendințe în fiecare an. Și lucrăm pe ele. De exemplu, în primăvara viitoare vom avea verdele mentă în prim plan și auriu, roz, culori dulci, încă o generație de tuș, fonduri de ten lichide cu textură puțin strălucitoare...

În machiajul de zi cu zi, ar fi ceva ce ar putea să fie prea mult?

Asta depinde de fiecare individ. În machiajul de zi cu zi e bine să te raportezi la propria frumusețe, nu la frumusețile promovate pe rețelele de socializare, unde filtrele sunt la putere. Româncele nu au încredere în propria frumusețe și încearcă să imite anumite look-uri, anumite tipuri de machiaj prezente pe Instagram și aproape că se enervează că nu seamănă cu fetele de acolo, fără să ia în calcul că sunt poate altă rasă. Vedem în mediul online frumuseți exotice, fototipuri 4, 5 și 6, iar noi suntem fototipul nr. 3. Suntem caucazieni, avem alți pomeți, alte arcade, alte sprâncene, alte buze altă dantură, alt maxilar, suntem cu totul altfel construiți, și chiar dacă copiem 100% o rețetă de acolo, e greu să ne suprapunem. Asta e o greșală. Să te raportezi la frumusețea altuia uitând că poate și tu ai trăsături frumoase.

Poți să îți dai seama de felul de a fi al unei femei după felul în care se machiază?

Da. Spune-mi ce culori folosești ca să îți spun cine ești. Culorile transmit mesaje non-verbale, emoții. Când privești o față, prima dată vezi rujul și îți dai seama de „agresivitatea” pe care o poate avea o femeie în funcție de cum și-a conturat buzele, ce culoare a folosit, ce textură a folosit sau cât de mult nu are încredere în ea... când vezi buze mărite exagerat, clar fata are o problemă... După buze, ne uităm la privire, pentru că aceasta chiar spune mult.

Top 3 lucruri pe care ar trebui să le transmitem prin make-up
Încredere, flexibilitate față de nou, cochetărie.

Ne machiem puțin înaintea să se trezească partenerul de viață sau nu?
Nu.

E cool să se machieze și bărbații?
Da.

Un obiectiv personal pentru 2020?
Să termin de scris cartea la care tot lucrez.

Beauty essentials pentru un look natural

Demachiere

Gel Micelar Demachiant din gama Gerovital Luxury. Crește longevitatea celulară, aducând o infuzie de tinerețe și frumusețe tenului.

Cremă Spălare Față din gama Gerovital Luxury. Alternativa modernă de demachiere și curățare a pielii feței și gâtului, fiind o cremă de curățare fără săpun.

Bază de machiaj

Ser Redefinire Tonus din gama Gerovital Luxury. Pielea este redensificată prin refacerea structurii tridimensionale.
Ser Perfect Anti-age din gama Gerovital H3 Evolution. Produs anti-age dezvoltat special pentru tratarea tenurilor mature.

Fond de ten cu Acid Hialuronic și Vitamina E, SPF 10 din gama Gerovital Beauty. Textura ușoară și fluidă îmbină armonios principii active care protejează, hidratează, maschează imperfecțiunile și uniformizează culoarea tenului.

Pudră compactă - Mediu, 8H din gama Gerovital Beauty. Asigură un machiaj impecabil și de durată (8H).

Ruj Cremos cu Acid Hialuronic din gama Gerovital Beauty. Disponibil în 18 nuanțe cu textură bogată, rujul este balanța perfectă între confort și acoperire mare.



Trei sfaturi pentru o depigmentare eficientă în sezonul rece

Ți s-a întâmplat să descoperi pe pielea ta pete mici și închise la culoare după vacanța la mare? Sau poate că, odată cu trecerea timpului, ai observat pete asemănătoare cu pistruii, mai ales în zona decolteului și pe umeri sau pe față. Fie că vorbim despre pistrui, pete maronii ce apar după expunerea prelungită la soare sau semne post-acneice, avem de fapt de-a face cu hiperpigmentarea – o afecțiune a pielii care ne poate atinge pe toți. Melanina este substanța care determină culoarea pielii, a irisului și a părului, iar existența acesteia în cantități mărite determină apariția hiperpigmentării. Iată trei pași simpli prin care poți obține în timpul iernii un ten frumos și lipsit de pete pigmentare.

Folosește creme pentru uniformizarea aspectului tenului

Produsele pentru albire sunt special create de specialiști pentru a reduce hiperpigmentările pielii cu ajutorul unor ingrediente precum vitamina C, arbutină, niacinamidă sau complexe AHA. Aceste produse au ca scop inhibarea enzimei ce cauzează apariția pigmentării și acționează pentru decolorarea petelor deja existente. Recomandarea noastră este **Crema hidratantă pentru albire din gama Gerovital Luxury**, un produs cu o textură ușoară, care reunește principii active inovatoare, favorizând depigmentarea, uniformizarea și redarea luminozității tenului.

Pe timpul zilei se asociază obligatoriu un produs de protecție solară și evitarea expunerii la soare pe întreaga durată a utilizării, precum și evitarea aplicării unor produse cu potențial sensibilizant.

Pentru zonele cu pigmentație intensă, poți folosi **Serul pentru albire Gerovital Luxury**, un produs cu acțiune forte, destinat persoanelor care, indiferent de vârstă, prezintă pete pigmentare, neuniformități de culoare, pistrii. Se aplică de două ori pe zi, minim două luni, asociat pe parcursul zilei cu un produs de protecție solară și evitarea expunerii la soare pe întreaga durată a utilizării.

Protejează-ți tenul de razele UV

Îngrijirea tenului este esențială indiferent de anotimp. Cremele cu protecție solară trebuie aplicate ori de câte ori pielea este expusă la soare, nu doar atunci când mergi la plajă. Folosește așadar o cremă cu beneficii multiple, precum **Crema Final Touch SPF 25 din gama Gerovital Luxury** care protejează pielea de razele ultraviolete, uniformizează aspectul tenului și crește în același timp longevitatea celulară. Nu uita că zăpada proaspăt depusă reflectă și sporește puterea razelor solare, care pot penetra în profunzime straturile pielii și pot provoca îmbătrânirea prematură a tenului.

Nu sări peste demachiere

După o zi încărcată și plină de drumuri prin oraș, nu doar tu tânjești după relaxare și îngrijire specială. Pielea ta are și ea nevoie de produse adecvate pentru o curățare blândă, dar eficientă. Alege **Crema pentru spălarea feței, fără săpun, din gama Gerovital Luxury** în caz că îți dorești o alternativă modernă pentru demachiere sau **Gelul micelar demachiant** din aceeași gamă pentru îndepărtarea clasică și delicată a impurităților, sebumului și a prafului.

În concluzie, perioada iernii este ideală pentru redobândirea unui ten uniform și sănătos, iar cu produsele de îngrijire corecte poți depăși problemele cauzate de frig, radiații, soare și chiar de trecerea timpului.



Beneficiile masajului pentru tenul tău



Dincolo de relaxare: indicații și beneficii pentru piele

Masajul facial este elementul-cheie pentru o frumusețe naturală, indiferent de anotimp. Jucând un rol important în procesul de încetinire a îmbătrânirii, masajul redă tenului tău frumusețea și elasticitatea de care are nevoie pentru a străluci, indiferent de vârstă.

Printre beneficiile masajului amintim:

- Ameliorarea stresului
- Alungarea durerilor de cap și a migrenelor
- Prevenirea apariției ridurilor
- Îmbunătățirea circulației sângelui

Alege produsele potrivite tipului tău de ten!

Un ten gras sau cu tendință de îngrășare are nevoie de o cremă special concepută pentru a emolia, hidrata și calma acest tip de piele. Noi îți recomandăm **Crema de Masaj Echilibrantă din gama Gerovital H3 Equilibrium** care, prin ingredientele sale active, redă suplețea și hidratarea naturală a pielii, îmbunătățește elasticitatea și senzația de confort și previne simptomatologia diferitelor dermatite (mâncărimi, usturimi, înroșire ș.a.m.d). Pentru un ten ce are nevoie de tonifiere, poți alege **Crema de Masaj din Gama Gerovital H3 Equilibrium**. Recomandată oricărui tip de ten, această cremă are un conținut bogat în ulei de soia care, în timpul masajului, reechilibrează mantaua hidrolipidică, calmează și scade reactivitatea pielii și hidratează în profunzime.

3 pași simpli pentru masajul facial de acasă

Bineînțeles, în ziua de astăzi există numeroase saloane cosmetice și centre specializate în diferite tipuri de masaje faciale, însă pentru a veni în completarea acestor tratamente îți prezentăm trei pași simpli prin care poți chiar tu stimula circulația și îmbunătăți drenajul.

1. Acoperă pielea cu o țesătură caldă timp de 1-2 minute. Căldura stimulează circulația sângelui și va conferi pielii tale o doză suplimentară de oxigen.

2. Aplică una dintre cremele recomandate pentru tipul tău de ten și masează energic toată fața cu mișcări circulare.



Folosind ambele mâini, concentrează-te asupra zonelor în care încep să apară riduri: nas, frunte, în jurul gurii.

3. Cu mișcări blânde ale degetelor, încearcă să diminuezi pungile de sub ochi și să netezești pielea mergând dinspre centrul feței spre exterior.

Dacă preferi **uleiurile de masaj**, noi ți-l recomandăm pe cel relaxant, tonifiant din gama **Gerovital H3 Equilibrium**, care conține uleiuri naturale (avocado, jojoba, soia, germe de grâu) cu rol esențial în restaurarea barierei hidrolipidice protectoare a pielii, contribuind la o bună emolierie, hidratare și tonifiere a tegumentelor sensibile, uscate. Extractele uleioase de sunătoare și gălbenele conferă efecte calmante, epitelizante și antiseptice. Se poate folosi singur sau împreună cu o cremă sau cu un ser potrivit nevoilor pielii tale, pe față sau corp.

După o zi obositoare la birou, găsește câteva minute pentru relaxare și scapă de stres printr-un masaj facial corect, realizat cu produse de calitate, ideale pentru combaterea tensiunii acumulate în mușchi specifici, dar și pentru reducerea ridurilor și a uscăciunii pielii.

Prof. Dr. A. G. G. G.
GEROVITAL
EQUILIBRIUM
PROFESSIONAL LINE

Frumusețea se învață

De-a lungul anilor am acumulat experiențe și cunoștințe vaste în domeniul cercetării și dezvoltării produselor de îngrijire, având o atenție deosebită cu privire la adaptarea acestora la toate tipurile de ten și la condițiile vieții moderne. Rezultatele sunt uimitoare.




Original Gerovital
by Prof. Dr. A. G. G. G.
www.farmec.ro

Mituri despre căderea părului la bărbați

Domnilor, căderea părului este un subiect sensibil atât pentru bărbați cât și pentru femei. De-a lungul timpului am auzit numeroase povești despre căderea părului la bărbați și cum vă afectează această problemă din punct de vedere psihologic. De-a lungul unei zile este normal să pierdeți câteva fire de păr, între 30 și 40 de fire, deoarece foliculii de păr se regenerează și apar fire noi, cauzând căderea firelor vechi și subțiate. Stresul, temperaturile reci de afară, starea generală a sistemului imunitar sau unele afecțiuni medicale sunt doar câteva cauze ale căderii părului. Noi am decis să investigăm care dintre povești sunt simple mituri și să vi le prezentăm în rândurile de mai jos.

Vârstă vs. căderea părului

Primul mit analizat este cel conform căruia doar persoanele înaintate în vârstă chelesc. Nimic mai neadevărat, numărul bărbaților care se confruntă cu această problemă este în creștere. V-am spus că aceștia au vârsta cuprinsă între 20 și 30 de ani? Vârsta nu este un indicator unic pentru alopecie, de fapt, persoane de toate vârstele chelesc din cauza unor afecțiuni medicale sau ca și consecință a unor tratamente invazive.

Căderea părului se moștenește doar din partea unui singur părinte, mama

Nimic mai neadevărat, domnilor. Moștenirea genetică a fiecărei persoane vine din partea ambilor părinți, iar căderea părului nu se moștenește doar din partea mamei. Dacă bunicul vostru are început de chelie, asta nu înseamnă că veți avea și voi probleme în acest sens. În cazul în care alopecia provine de la cromozomul X, atunci este moștenită din partea mamei, dar studiile recente au demonstrat că această afecțiune se poate transmite și din partea tatălui.

Principalul efect al stresului este chelirea

Un alt factor al căderii părului este stresul. De cele mai multe ori stresul își face simțită prezența pe tot parcursul anului, dar cu cât finalul de an este mai aproape cu atât mai mult se simte presiunea cauzată de sfârșitul lunii decembrie. Trebuie să faceți distincția dintre chelirea ireversibilă și perioadele în care căderea părului este mai abundentă. În perioadele agitate este normal ca organismul să sufere modificări vizibile, dar odată depășite aceste perioade încercate firele de păr revin la starea inițială și căderea lor va fi încetinită. Stresul vă poate face să pierdeți mai mult păr ca de obicei, dar nu vă cauzează o chelire permanentă.

Dacă te tunzi mai des oprești căderea firelor de păr

Această afirmație este doar un mit, dar cu toate acestea saloanele de îngrijire destinate bărbaților și frizeriile sunt mai aglomerate ca niciodată. Mitul are la bază o simplă iluzie optică, nimic mai mult. Firul de păr are o

formă cilindrică, fiind mai subțire la vârf decât în apropierea scalpului. Dacă optați pentru o tunsoare foarte scurtă, firul de păr va avea un aspect mai gros, dar odată cu creșterea părului forma cilindrică va deveni evidentă și veți constata că nu aveți mai multe fire de păr, este doar o iluzie cauzată de forma și circumferința firelor existente.

Spălatul pe păr în fiecare zi sau folosirea produselor cosmetice pentru păr provoacă chelire

Este important să aveți un echilibru în rutina de îngrijire a părului, la fel cum aveți și în viața de zi cu zi. Chiar dacă se întâmplă să fiți mai agresivi cu scalpul sau să folosiți un șampon necorespunzător pielii voastre, nu veți ajunge în situația în care să vă pierdeți în totalitate părul. La fel se întâmplă și în cazul produselor cosmetice, un exces de fixativ/ceară/pomadă cauzează îmbâcsirea părului și conferă un aspect inestetic, dar nu degradează firul de păr într-o manieră ireversibilă.



Sfatul nostru este să folosiți produse de calitate, care au ingrediente active atent selecționate pentru scalpul vostru.

Oferiți părului o atenție sporită și alegeți șamponul potrivit pentru tipul vostru de scalp.

În funcție de stilul de viață și activitățile cotidiene, uneori este nevoie de o șamponare zilnică.

Vă recomandăm **Șamponul Clean&Cool pentru utilizare zilnică Gerovital Men**. Dedicat persoanelor care fac sport zilnic sau lucrează în industrie solicitantă, șamponul are în compoziție provitamina B5. Aceasta hidratează în profunzime și are un efect reparator asupra foliculilor. Oferă părului un aspect sănătos, suplu și este dedicat tuturor tipurilor de păr.

Domnii care se confruntă cu mătreața pot sta liniștiți de acum înainte, ei pot folosi **Șamponul antimătreață Gerovital Men**. Știm că pentru persoanele care se confruntă cu această problemă este destul de dificil să găsească un produs care să le combată afecțiunea, dar în același timp să ofere părului

un aspect sănătos, fără acele mici cojițe ale scalpului. **Șamponul antimătreață Gerovital Men** are acțiune antimicrobică și elimină mătreața împreună cu efectele ei, roșeață, mâncărime sau usturime, reglează secreția de sebum și îmbunătățește aspectul scalpului.

Șamponul anticădere Gerovital Men stimulează creșterea sănătoasă a părului. În cazul foliculilor sănătoși, ingredientele active din compoziția șamponului, stimulează funcția de creștere și combate atrofierea rădăcinii firelor de păr. Are efect de întârziere a efectelor îmbătrânirii, iar prin îmbunătățirea metabolismului celular rădăcina părului va deveni mai puternică și părul va crește într-un ritm mai alert. Părul va avea un aspect sănătos și după o folosire mai îndelungată veți observa o scădere a firelor de păr căzute în timpul șamponării. Folosiți-l împreună cu **Fiolele Anticădere Gerovital Men** pentru un rezultat vizibil și durabil. Se utilizează 1 fiolă/zi, timp de 3 luni. După spălare se aplică pe părul umed, iar între spălări se aplică pe părul uscat.





GEROVITAL®

MEN

**PERFORMANȚĂ
PE TOATĂ
LINIA**

Morla



GEROVITAL, cel mai *puternic* brand românesc în 2019

Datorită performanțelor excepționale din 2019, Gerovital a adăugat la colecția de distincții două premii noi: Superbrand 2019 și cel mai puternic brand românesc, conform topului BrandRO.

„Marca Gerovital deținută de Farmec este una emblematică, șlefuită și crescută cu pasiune, inovație și încredere în produsele românești, iar aceste premii reconfirmă poziția Farmec în fruntea industriei locale de cosmetice. Demonstrăm constant că ne reinventăm în acord cu tendințele pieței și cu nevoile

consumatorilor, rămânând autentici prin valorificarea expertizei și a potențialului

local. Mulțumim încă o dată pentru aceste titluri care ne onorează și ne aduc noi responsabilități și provocări. Echipa Farmec este o familie dedicată, ce investește mult efort, știință și pasiune în producția de cosmetice românești de calitate și care sunt apreciate pe plan național și mondial. Recunoștința noastră se îndreaptă spre consumatorii care cred în farmecul și în rezultatele unor produse 100% românești, spre partenerii care lucrează cot la cot cu noi și către toți datorită cărora brandul Gerovital

se reinventează constant”, a declarat **Mircea Turdean, Director General Farmec.**

În cadrul programului internațional Superbrands, Gerovital a reconfirmat statutul de superbrand după ce a mai deținut acest premiu în 2015 și 2017. Competiția a avut scopul de a prezenta cele mai puternice branduri locale și internaționale prezente pe piața românească în funcție de reputație, calitate, încredere și diferențiere pe piață.

Începând de anul acesta, etichetele și comunicarea produselor Gerovital vor fi

însoțite de timbrul „Superbrand 2019”.

Marca Gerovital deținută de Farmec este una emblematică, șlefuită și crescută cu pasiune, inovație și încredere în produsele românești.

În TOP 100 cele mai puternice branduri românești (BrandRo) realizat de Revista BIZ, pe baza studiului demarat de Unlock Market Research, Farmec este singura companie prezentă cu cinci branduri: Gerovital deține primul loc, Farmec poziția a șaptea, brandurile Triumf și Nufăr locurile 21 și 55, iar brandul Doina poziția 63.

În 2019, Gerovital s-a remarcat și prin relansările gamelor Gerovital Men și Gerovital Plant, precum și prin deschiderea sistemului de franciză pentru magazinele Gerovital și extinderea magazinelor de brand, cu scopul de a avea o acoperire cât mai bună la nivel național.



Mircea Turdean
Director General Farmec



Întrebări de la clientele noastre

Când și cum folosim produsele cosmetice pentru atenuarea petelor pigmentare?

Petele pigmentare sunt acumulări ale unui pigment al pielii numit melanină, care are rol protector și determină nuanța pielii fiecărei persoane. În cazul în care aceste celule ale pielii sunt agresate prin expunerea îndelungată la soare, secreția de melanină se accentuează și dă naștere așa-numitelor pete pigmentare. Se recomandă folosirea cremelor cu SPF, indiferent de anotimp, deoarece razele UV afectează pielea pe tot parcursul anului.

Gelul Depigmentare Pete împreună cu Crema Calmântă Protectoare din gama Gerovital H3 Derma+ Premium Care pot fi folosite de către persoanele care se confruntă cu un ten problematic și își doresc un aspect uniform al tenului. Având în compoziție vitamina B3 și vitamina C, gelul uniformizează tenul, în timp ce crema ajută la calmarea pielii și la protejerea acesteia, pe parcursul utilizării gelului depigmentare.

Este recomandată utilizarea gelului cu regularitate, dimineața și seara, iar studiile efectuate au arătat că luminozitatea tenului poate crește cu până la 75%, după 2 luni de utilizare.

Care sunt beneficiile fiolelor cu collagen?

Colagenul este produs în mod natural de către organism și este o substanță proteică prezentă în piele, vase de sânge sau articulații. Rolul principal al colagenului este regenerarea celulară și a țesuturilor conjunctive. Organismul secretă în mod normal collagen până la vârsta de 20 de ani, după care producția scade treptat. Nivelul de collagen poate fi influențat și de factori externi precum radicalii liberi, fumatul, expunerea la soare sau consumul excesiv de zahăr. Pentru persoanele care doresc estomparea ridurilor și a liniilor fine de pe ten recomandăm folosirea fiolelor cu collagen începând cu vârsta de 25 de ani. Potrivite pentru toate tipurile de ten, fiolele cu collagen au un efect intens de hidratare și regenerează tenul acționând în profunzime. Se recomandă utilizarea unei fiole, seara, după curățarea tenului. **Fiolele cu Collagen Aslavital** din gama **Aslavital Mineralactiv** protejează tenul împotriva radicalilor liberi și a poluării urbane. Ridurile sunt atenuate, gradul de hidratare și elasticitate al pielii este mult îmbunătățit.



Ce înseamnă regenerare celulară?

Îmbătrânirea este un proces natural al organismului, celulele noastre își încetinesc ritmul natural de regenerare și astfel apar primele semne de îmbătrânire. La nivelul epidermei se accentuează liniile fine de pe ten și ridurile de expresie, în timp ce restul organismului resimte acest proces prin încetinirea funcțiilor organelor. Pierderea elasticității și capacității naturale ale celulelor de a se regenera este un proces diferit pentru fiecare organism în parte, dar stilul de viață și alegerile cotidiene influențează destul de mult rapiditatea cu care celulele se degradează. Odată cu înaintarea în vârstă, auto-regenerarea celulară încetinește și este recomandat să intervenim prin diferite metode pentru a stimula celulele de la nivelul epidermei. Epiderma se regenerează la fiecare 2-4 săptămâni, dar pe măsură ce scade producția de collagen, crește numărul săptămânilor. Una dintre cele mai bune metode de a stimula regenerarea celulară la nivelul epidermei este folosirea unor produse cosmetice care combat agresiunile externe, protejează tenul de impurități și ajută la eliminarea toxinelor. Celulele de la nivelul tenului au nevoie de un impuls pentru a putea produce collagen, iar argila este cunoscută pentru proprietățile sale antioxidante și de revigorare a metabolismului celular. **Fiolele pentru Regenerarea Celulară din gama Aslavital Mineralactiv** sunt recomandate pentru revitalizarea și detoxifierea tenurilor sensibile sau care se confruntă cu reacții la efectele negative ale factorilor de mediu (radiații UV, poluare urbană, poluare electronică), reacții alergice, roșeață, iritații, vase de sânge proeminente, deshidratare, ridare prematură. Ingredientele active stimulează regenerarea celulară și elimină toxinele din piele, astfel tenul își recapătă strălucirea și elasticitatea.



Cum să ai unghii îngrijite tot timpul?

Fiecare femeie știe că aspectul mâinilor este similar unei cărți de vizită. Pentru a avea unghii sănătoase și frumoase, cu un aspect îngrijit, este necesar să le acordați puțină atenție periodic. În primul rând, folosiți mănuși de menaj pentru curățenia casei, în felul acesta vă protejați mâinile și unghiile de substanțele chimice din compoziția produselor de curățat. Încercați pe cât posibil să nu tăiați cuticulele, doar împingeți-le folosindu-vă de un instrument special și hidratați-le folosind un ulei de cuticule. O dată pe lună renunțați la oă și timp de câteva zile lăsați unghiile să respire, folosind doar un tratament pentru unghii. Vitaminele A, C și E, complexurile de B-uri și uleiurile naturale întăresc unghiile, hidratează pielea mâinilor și oferă un aspect îngrijit cuticulelor. **Farmec Tratament Expert-Loțiune cu Vitamina B5** vine în ajutorul unghiilor casante, moi sau fragile. Vitamina B5 împreună cu hidrolizatul de keratină întăresc unghiile și cresc rezistența la rupere. Poate fi aplicat de 2-3 ori pe săptămână și poate fi folosit ca bază înainte de aplicarea ojei. **Farmec Tratament Expert - Peeling Cuticular.** Datorită proprietăților exfoliante puternice, dizolvă țesutul cuticular în exces de pe suprafața unghiei și ușurează împingerea cuticulei la baza unghiei. Folosindu-l o dată pe săptămână, veți observa în timp că nu vă veți mai confrunta cu cuticule crescute pe suprafața unghiei, cuticule uscate sau desprinse de piele.



Vulnerabilitatea înseamnă frumusețe

Manuela Ciugudean | Career & Life Coach



„Săptămâna viitoare am o prezentare la birou. Trebuie să iasă perfect, să nu se prindă șefii cât îmi e de teamă, că nu știu cifre pe dinafară. Mi-e rușine să nu aflu cât sunt de slab pregătită. Trebuie să am toate răspunsurile la întrebările lor. Dacă nu, nu iau promovarea”, mi-a spus clienta la telefon. Mă sunase să ne vedem urgent pentru o ședință de coaching de carieră.

Cu toții ne dorim să iasă bine. Inclusiv eu. Recunosc că și eu cad în această capcană, de a vrea să fiu coach-ul perfect pentru clienții mei.

Știți ce e cel mai interesant? Că majoritatea nici nu știu definiția vulnerabilității. O scurtă privire în DEX și aflăm că înseamnă „posibilitatea de a fi rănit” sau „a avea părți slabe sau criticabile”.

Citind definiția, realizați că așa suntem cu toții? Că nu este nimeni perfect, niciun om nu are răspunsuri la toate întrebările, toți avem părți de îmbunătățit, suntem criticabili. Suntem 100% vulnerabili și asta e OK.

Fiecare individ este unic, iar asta ne face pe toți frumoși. A fi vulnerabili înseamnă a ne accepta așa cum suntem și a ne potența frumusețea.

Bun, bun, veți zice, ce e de făcut?

Putem începe prin a ne da jos mască după mască. Să ne arătăm lumii așa cum suntem. E un proces de durată, dar vindecător. În cazul clientei care m-a sunat. Orice întrebare ar fi putut primi în prezentare, este acceptabil să spui „nu știu acum, dar mă voi interesa și vă voi comunica”. Acceptând faptul că e posibil să nu am răspunsul, îmi iau o mare greutate de pe umeri și intru în prezentare mai relaxată.

Apoi, putem începe să renunțăm la perfecționism. Este o valoare pur negativă, imposibil de atins și, trăind cu dorința de a fi perfecți, ne autointoxicăm. În loc de „trebuie să iasă perfect”, să gândim „o să dau tot ceea ce pot și va fi de ajuns”. Iar acolo unde nu voi avea răspunsuri, voi învăța ulterior. Suntem cu toții work in progress, universuri nefinalizate. În loc de perfecționism, haideți să îmbrățișăm învățarea continuă. Despre valori bune și rele, vă invit să citiți în cartea lui Mark Manson, „Arta subtilă a nepăsării”.

Să spunem rușinii adio. Rușinea este o frică de deconectare. Ne dorim atât de mult să fie acceptate ideile noastre, să fim noi înșine acceptați, încât uităm de ce facem anumite lucruri. În loc să vrea să convingă pe toată lumea din sală de prezentarea ei (lucru imposibil, nu putem convinge 100% din audiență niciodată), clienta mea se putea concentra pe a spune adevărul, pe a da informații valoroase și, mai ales, pe a împărtăși cu ceilalți experiența ei.

Ceea ce nouă ni se pare „puțin experiență” poate reprezenta un munte de cunoștințe pentru altcineva. A da din pocalul meu cu înțelepciune sau informație celorlalți este o valoare pozitivă. Asta mă va face să mă simt bine.

Un alt lucru de care trebuie să scăpăm este gândirea că nu suntem suficienți.

Niciun manager, nicio companie sau client nu rămân alături de noi dacă într-adevăr nu suntem omul potrivit la locul potrivit. A gândi că sunt de 4 ani într-o firmă și că prezentarea care urmează este TOTUL sau NIMIC pentru cariera mea e o formă de gândire toxică. Punem o greutate imensă pe umerii noștri în mod incorrect.

Îmbrățișând mantra „sunt de ajuns”, avem numai de câștigat. Înseamnă să accept că fac tot ceea ce îmi stă în putință să reușesc. Iar când nu reușesc, să văd asta ca pe o lecție. Să mă întorc și să învăț din ea. Fiindcă nimeni nu cunoaște doar succesul, cum nimeni nu cunoaște numai eșecul.

Este o întrebare dezbateră despre vulnerabilitate, curaj, autoacceptare, asumare etc. Sunt o mulțime de autori noi – de cărți, podcasturi sau videoclipuri – care vorbesc despre asta. Cea mai cunoscută este Brene Brown. Îți recomand volumul „Curajul de a fi vulnerabil”, o lectură foarte bună despre ce să faci ca să schimbi felul în care trăiești, iubești, educi și conduci.



În prezent, compania deține 28 de magazine în toată țara, în cadrul cărora clienții pot beneficia de mai multe servicii specifice, cum ar fi: consultanță specializată, teste de dermo-analiză a tenului prin care se stabilesc nivelul de hidratare și de elasticitate ale pielii, tipul și aspectul tenului (cuperoză, riduri, acnee), serviciul de împachetare a cadourilor, ședințe de machiaj gratuite în magazine realizate de make-up artiștii Gerovital, testarea produselor și accesul la un card de fidelitate cu avantaje multiple.



Un nou magazin Gerovital, în Sibiu

Rețeaua magazinelor de brand a companiei Farmec s-a extins în luna noiembrie cu un magazin Gerovital în Sibiu. Cel de-al douăzecilea magazin Gerovital al companiei este situat strategic, în centrul comercial Promenada Mall, având o suprafață de **50 metri pătrați** și oferind o **gamă variată de produse Gerovital și Aslavital**, dar și **consultanță profesională** prin intermediul consilierilor în frumusețe Gerovital despre beneficiile și aplicarea produselor și despre scheme de îngrijire personalizate.

Magazinele Farmec și Gerovital

Arad, FARMEC, Bd. Revoluției nr. 66

Brașov, FARMEC, Piața Sfatului nr. 11

București, GEROVITAL,

București, GEROVITAL, Veranda Mall, parter

București, GEROVITAL, Park Lake Mall, etaj 1

București, GEROVITAL, Afi Cotroceni, etaj 1

București, GEROVITAL, Sun Plaza, etaj 1

București, GEROVITAL, Centrul Vechi – Str. Smârdan nr. 16

București, GEROVITAL, Băneasa – incinta Băneasa Shopping City, parter

Bacău, GEROVITAL – Hello Shopping Park Bacău, franciză

Cluj-Napoca, GEROVITAL,

Cluj-Napoca, GEROVITAL, Platinia, mezanin

Cluj-Napoca, FARMEC, Str. Napoca nr. 16

Cluj-Napoca, FARMEC, Magazin de prezentare, Str. București nr. 55

Cluj-Napoca, FARMEC, Centrul Comercial Central, parter

Cluj-Napoca, GEROVITAL, Iulius Mall, etaj 1

Craiova, GEROVITAL, Electroputere Mall, parter

Constanța, GEROVITAL, City Park Mall, nivel -1

Constanța, GEROVITAL, VIVO, parter

Galați, Shopping City, parter

Iași, Iulius Mall, etaj 1

Oradea, GEROVITAL, Lotus, parter

Piatra Neamț, GEROVITAL,

Shopping City, parter

Ploiești, GEROVITAL, Afi, etaj 1

Râmnicu Vâlcea, GEROVITAL,

Shopping City, parter

Sibiu, FARMEC, Piața Unirii nr. 1

Sibiu, GEROVITAL, Promenada Mall, parter

Suceava, GEROVITAL, Iulius Mall, parter

Tg. Mureș, FARMEC,

Piața Trandafirilor nr. 61

Timișoara, GEROVITAL, Iulius Mall, etaj 1

Timișoara, FARMEC, Str. Lucian Blaga nr. 3

INVOCĂ PUTEREA NATURII





GEROVITAL[®]

Plant

POLIPLANT
MICROBIOM
PROTECT

PESTE **91%**
INGREDIENTE
DE ORIGINE
NATURALĂ

www.farmec.ro

Acceptă **provocarea**
Gerovital H3 Evolution.

Prof. Dr. A. Lăslan
GEROVITAL®
H3 EVOLUTION

Produsul
NR.1
în îngrijirea
antînd
în România*

Arată în **10 zile**
mai bine decât
acum 10 ani!




Original Gerovital
by Prof. Dr. A. Lăslan
www.farmec.ro