

GEROVITAL®

Primăvară 2020

magazine

#NOFILTER
GATA DE
SELFIE

RETREAT
YOURSELF
Unde ne relaxăm în România

BEAUTY
SHORTLIST
de primăvară

T*avem*
Time

GEROVITAL® LUXURY





*Create the Life you want
with Passion
and
Luxury*

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

INVOCĂ PUTEREA NATURII





GEROVITAL[®] *Plant*

POLIPLANT
MICROBIOM
PROTECT

PESTE **91%**
INGREDIENTE
DE ORIGINE
NATURALĂ

www.farmec.ro

SUMAR PRIMĂVARĂ 2020



EDITORIAL

9 Curaj!

by Diana Șerban

NEW IN TOWN

10 Starea de bine se citește
pe pielea ta

Vezi care sunt cele 3 game
Gerovital care revin cu noutăți
în această primăvară.

#nofilter

22 Gata de selfie



COVER STORY

26 Viața secretă a timpului
nostru

De la descoperiri științifice
până la cele mai importante
inovații în domeniul
cosmeticelelor, timpul s-a
aflat în centrul preocupărilor
noastre dintotdeauna. Pentru
că mereu ni s-a părut că nu
avem destul. Dar, în realitate,
lucrurile stau tocmai invers.



STORYTIME

32 10 ani de frumusețe!

Gerovital H3 Evolution

34 5 românce care au făcut istorie

Pentru că vrem să te inspirăm să devii cea mai bună versiune a ta, ne-am oprit asupra a 5 românce care au schimbat definitiv cursul istoriei în țara noastră. Pentru că poveștile lor te pot inspira să-ți deblochezi resursele interioare necesare pentru a fi de neoprit!

TRAVEL

36 Retreat yourself

Unde ne relaxăm în România

SĂNĂTATE

42 Keratina, ingredientul-minune pentru regenerarea părului

48 Vitamina C, complicele tău pentru îngrijirea tenului
#sortlist de primăvară
Produsele indispensabile pentru sănătatea pielii tale

WELLNESS

50 Cum îngrijești un ten acneic sau cu cicatrici post-acneice

MEN

54 Descoperă-ți propriul stil de îngrijire

WORK

58 Cum să ai un look care să reziste întreaga zi la birou

CORPORATE

60 Ai grijă de natură așa cum ai grijă și de tine!

Cel mai nou program de responsabilitate socială al companiei Farmec.

Ajută-ne să reciclăm cât mai multe ambalaje ale produselor din portofoliul propriu.

61 Pitești. Al doilea magazin Gerovital în sistem de franciză

Q&A

62 Ce fel de demachiant alegi: apă micelară, lapte demachiant sau gel micelar?

Ce produse recomandați pentru un păr sănătos cu volum?
Am dermatită seboreică. Ce pot folosi pentru a scăpa de cruste și de mâncărimi?

Ce pași să urmez pentru a regla secreția de sebum la nivelul scalpului?

MINDSET

64 Cum treci peste respingeri în relația de cuplu?



GEROVITAL® magazine

Redactor-șef

Diana Șerban

Editor Coordonator

Andra Șumandea

Beauty Editor

Gilda Iacobescu

Redactori

Mihaela Dobre

Brîndușa Moldovan

Ema Fulga

Bianca Dorobanțu

Lori Tudora

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

Tipărit la Rotografika, prin reprezentantul exclusiv pentru România
4 Colours, www.4colours.ro



Foto: Claudiu Vișan



Cât curaj îți trebuie pentru a fi tu însăși? Deși pentru noi, femeile, ar trebui să fie mai ușor să facem asta, trebuie să recunoaștem că e o chestiune de mindset care nu ține cont de sex.

Ne este greu să fim noi în fața altora pentru că nu putem să o facem nici măcar în fața noastră. De asta se leagă foarte multe dintre experiențele pe care le avem: conflicte cu colegii de birou, cu partenerul de viață, cu familia extinsă. În primul rând, pentru că scoatem la iveală o imagine a noastră care nu este reală, și în al doilea rând, pentru că facem presupuneri în legătură cu comportamentul celorlalți în loc să avem curajul să întrebăm de ce au acționat într-un fel sau altul. E vorba de curaj în a recunoaște că nu ai înțeles ceva, că nu ai putut să faci ceva, că nu ești de acord cu ceva. Că nu ești exact așa cum se așteaptă alții să fii și că asta este perfect în regulă.

În numărul de primăvară *Gerovital Magazine* vorbim despre cum scăpăm de obsesia filtrelor de pe rețelele sociale urmând câțiva pași simpli pentru îngrijirea tenului astfel încât să te simți în siguranță atunci când faci fotografii, despre #beautytrends de primăvară și ce transmiți prin intermediul lookului tău la birou... Și pentru că suntem în luna în care sărbătorim femeia, am selectat 5 românce care au făcut istorie pentru a te inspira să îți urmezi visurile și să rămâi autentică.

Ai tot timpul să devii exact cine îți dorești să fii.

Curaj!

Diana Șerban
Redactor-șef

Geluri de duș Gerovital

Starea de bine se citește pe pielea ta

Noile Geluri de duș Gerovital revigorează organismul la prima oră a dimineții și îl relaxează seara, înainte de somn.

Gama de geluri de duș Gerovital, îmbogățită cu **două produse noi** pentru două momente diferite ale zilei: dimineața și seara.



Energy & Shine – Încarcă-te cu energia răsăritului de soare și începe o nouă zi plină de vitalitate!

Dimineața alege varianta **Sunrise** a gelului de duș Gerovital, ce înlătură sebumul secretat de piele în timpul nopții și îți oferă cel mai bun start al zilei. Te vei simți revigorată, plină de energie și pregătită pentru o nouă zi plină de provocări.

La începutul și la finalul oricărei zile, organismul tău are nevoie de un moment de relaxare. Femeia secolului 21 este caracterizată de spirit creativ, dinamism și charismă. Uneori simți nevoia să-ți dedici câteva momente din zi pentru a te bucura de un răsfăț binemeritat, iar gelurile de duș Gerovital îți oferă cea mai bună formulă de îngrijire a pielii. Prin intermediul ingredientelor naturale, pielea ta va fi învăluită într-un parfum subtil care persistă până la finalul zilei și îți va oferi hidratarea de care ai nevoie. Starea de bine vine din interior, iar o femeie fericită radiază și emană bună dispoziție indiferent de situație.



Delicate & Relaxing – Răsfăță-ți simțurile și corpul, transformând dușul de seară într-un moment de relaxare totală!

La finalul zilei ai nevoie de un moment de relaxare. Dușul de seară reduce nivelul de cortizon și stresul și îndepărtează celulele moarte acumulate în timpul zilei. **Gelul de duș Sunset** îți oferă o stare plăcută de relaxare și te pregătește pentru o noapte odihnitoare. Curăță impuritățile acumulate pe piele și oferă un parfum subtil care te va însoți pe tot parcursul nopții.

Ai grijă de pielea ta și lasă-te răsfățată de noul gel de duș Sunset!

Loțiuni de ras Gerovital Men

Performanță pe toată linia!

Gerovital Men vine în această primăvară cu două produse noi ce completează această gamă. Loțiunile după ras vin ca un răspuns la nevoile bărbatului contemporan, fiind gândite pentru a hidrata, a calma și a reface pielea feței după bărbierit.



Loțiunea după ras Gerovital Men Mentol oferă o senzație puternică de prospețime datorită mentolului din compoziție. Pielea proaspăt bărbierită va beneficia de cea mai bună îngrijire datorită Bisabololului care acționează în profunzime, calmează și ajută la accelerarea procesului natural de vindecare ale pielii. Aquaxylul îmbunătățește funcția de barieră a pielii, crește conținutul epidermal de apă, contribuind la hidratarea tenului.

Loțiunea după ras cu Acid Hialuronic Gerovital Men reduce efectul iritant al bărbieritului având o dublă acțiune de hidratare, atât la suprafața pielii, cât și în profunzime, îmbunătățind aspectul tenului în timp. Se absoarbe ușor în piele, nu lasă o senzație lipicioasă, iar pielea redevine plină de vitalitate după primele utilizări.



Deodorante Obsesie, aceeași prospețime într-o nouă formulă

Oferind protecție 100% naturală împotriva transpirației, **deodorantele Obsesie** sunt create în acord cu nevoile reale ale pielii și au o durată de acțiune de 24 de ore cu eficiență dovedită clinic. Acum, au un nou concept grafic, modern, menit să completeze starea ta de bine din fiecare dimineață. Varietatea de arome, inspirate din parfumurile de lux, acoperă un spectru larg de preferințe: de la note lemnoase, florale, fresh până la cele elegante, **deodorantele Obsesie** fiind alegerea potrivită oricând vrei să adaugi o notă specială ținutei tale.



Athos – Aceeași atitudine masculină, acum într-o nouă variantă

Marcă de tradiție pentru deodorantele bărbătești, Athos se adresează bărbaților care își doresc atât protecție activă împotriva transpirației, cât și un parfum aparte, puternic și senzual. Formula specială, îmbogățită cu extract natural de Boswellia Serata, oferă protecție împotriva transpirației pe parcursul întregii zile. Descoperă acum în magazine noile variante disponibile într-un concept modern și adaptat tendințelor actuale.



Cremă de zi versus cremă de noapte

Ce are o cremă de noapte în plus față de o cremă de zi și de ce este important să o folosești

Odată cu trecerea timpului, tenul nostru își pierde din elasticitate și din capacitatea de a se regenera rapid, iar factorii externi la care ne expunem nu fac decât să accelereze îmbătrânirea pielii și apariția ridurilor. Însă, cu ajutorul unor produse potrivit alese, poți diminua aceste efecte. Află de ce este important să incluzi în rutina ta zilnică o cremă de noapte.

Cremă de zi versus cremă de noapte

Așa cum ziua suntem active, iar noaptea ne odihnim, este important să folosim produse adecvate tenului nostru pentru fiecare dintre aceste momente.

Ziua, crema pe care o aplicăm trebuie să permită pielii noastre să respire și să o protejeze de factorii externi, iar noaptea, fiind momentul în care celulele organismului nostru, și, implicit, celulele pielii se refac, trebuie să aplicăm o cremă cu efect de regenerare și reîntinerire.

Rolul cremei de zi este de a hidrata pielea și de a crea o barieră de protecție împotriva factorilor nocivi din mediu, precum

poluarea sau razele ultraviolete. Textura ușoară a unei creme de zi ne permite să o putem folosi pe post de bază de machiaj.

Pe de altă parte, crema de noapte are rolul de hidratare și hrănire a pielii în profunzime, de a reduce efectele îmbătrânirii tenului, având un conținut bogat în substanțe nutritive.

Textura mai consistentă a cremei de noapte o face să fie absorbită mai lent în piele, asigurând gradul optim de hidratare și nutriție de care pielea noastră are nevoie pentru a se reface în timpul nopții.



Efect de reîntinerire și regenerare

Dacă ai tenul uscat, deshidratat poți folosi **Crema Lift Regenerantă de Noapte Gerovital H3 Evolution**, cu efect de reîntinerire și remodelare a tenului, datorită ingredientelor conținute: Sepiliftul conferă pielii o hidratare de lungă durată, precum și un efect antirid și de tonifiere. **Superoxid Dismutaza, alături de Vitaminele A și E**, protejează fibrele de collagen, prevenind apariția ridurilor, iar GP4G, sursă de energie pură, susține procesele regenerative și restructurante. Ridurile sunt umplute din interior, prin intermediul lipozomilor cu Hialuronat de Sodiu care se absorb în piele.

Aplic-o în fiecare seară, după ce îți demachiezi și tonifiezi tenul, pentru a avea un ten ferm, fără riduri și regenerat.

Efect puternic antirid pentru pielea sensibilă

În cazul în care te confrunți cu un ten sensibil, cu roșeață sau iritații, alege **Crema netezire riduri de noapte din gama Aslavital Mineralactiv**, cu o compoziție bogată în principii active de origine naturală, cu efecte de prevenire și atenuare a ridurilor. Complexul natural de uleiuri (soia, squalane, calendula, unt shea) hrănește, redă suplețea și restabilește echilibrul hidro-lipidic al pielii, în timp ce extractul marin CobioDefender EMR, Vitaminele A și E, împreună cu Acidul ferulic, previn îmbătrânirea pielii cauzată de poluare și de radiațiile UV.

Efecte benefice pentru ten normal

Crema Activator de Tinerețe, de noapte Gerovital Luxury conține principii active care acționează în toate stadiile de reconstrucție dermică, având efect de lifting, acțiune antirid și de regenerare.

96% Ingrediente de origine naturală

Crema Antirid Nutritivă Gerovital Plant este concepută pentru a stimula procesele de reparare și regenerare proprii pielii, accentuând efectele „somnului de frumusețe” nocturn. Cu o structură care pătrunde ușor în profunzimea pielii, crema previne și atenuează ridurile și redă frumusețea naturală, specifică tenului tânăr. Crema este potrivită pentru tenul mixt sau normal, având o textură ușoară, delicată.

Indiferent de tipul cremei de noapte pe care o alegi, reține că, pentru a avea un ten sănătos și hidratat, este obligatorie aplicarea unui astfel de produs.



MACHIAJUL SMOKEY NEUTRAL

Gilda Iacobescu | Beauty adviser | magazin Farmec Timișoara

Pentru început este util să știi că acest tip de machiaj se va realiza diferit în funcție de forma ochiului pentru că obiectivul nostru final este să obținem o formă ideală a ochiului: migdalat, alungit.

Pentru ochii mari se folosesc culorile medii spre închise, fără culori sidefate, fără rimel pe genele inferioare și fără creion în unghiul intern al ochiului.

Dacă ai ochi proeminenți folosește culori mai închise pe partea bombată, iar linia de creion sau linia de fard închis de la baza pleoapei va fi mai groasă. Rimelul va fi aplicat pe toată lungimea genelor.

Ochii descendenți au nevoie de culori deschise pe pleopă,

sidefate în unghiul interior și tonuri închise în unghiul exterior. Rimelul se va aplica numai pe vârful genelor în colțul intern și în rest cât mai puternic.

Persoanele care au ochii apropiați pot folosi culori deschise în interior și închise înspre exterior.

Colțul închis va fi ușor prelungit spre tâmpă. Prin contrast, în cazul ochilor depărtați se vor evita culorile sidefate, linia de dermatograf va fi mai groasă în interior și se subțiază spre exterior.

Nu în ultimul rând, **dacă ai ochii mici**, evită culorile foarte închise pe suprafață mare. Rimelul se va aplica pe vârful genelor.

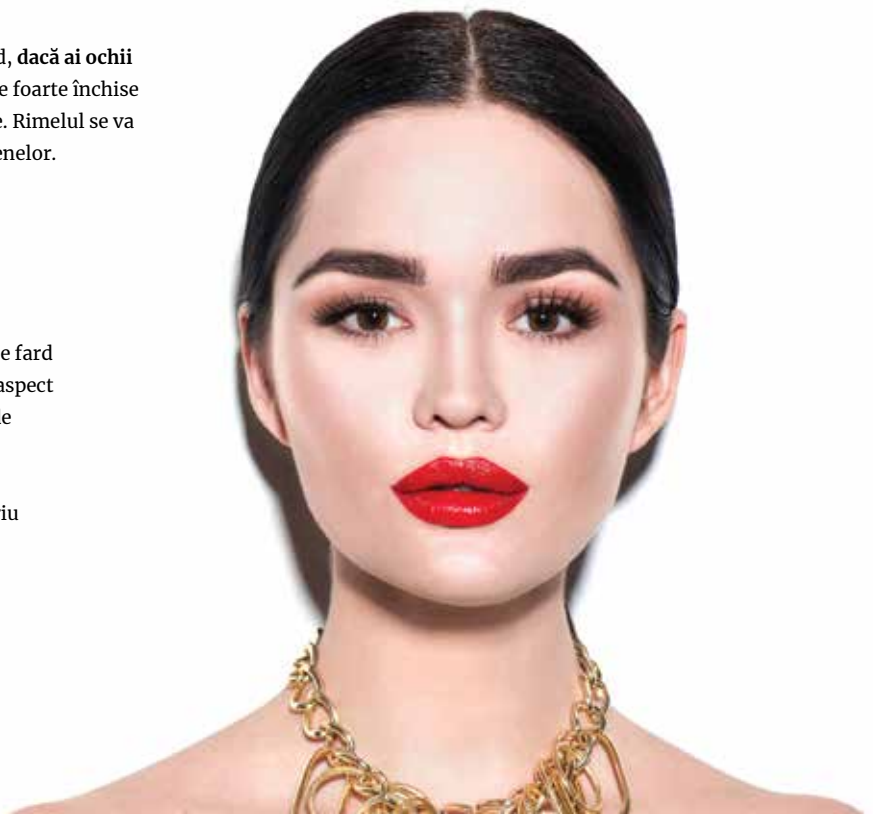
Culoarea ochilor

Are un rol foarte important pentru că anumite nuanțe de fard o pot scoate în evidență, oferind întregului machiaj un aspect deosebit. Iată care sunt recomandările mele în funcție de culoarea ochilor:

- ochi verzi-tonuri de mov
- ochi albaștri-tonuri de maro, bej, crem, auriu
- ochi căprui-toate culorile



Spre deosebire de machiajul smokey clasic, varianta de smokey neutral se potrivește și pentru evenimente de zi când îți dorești un look mai sofisticat, dar nu atât de pretențios. Pentru că e în tendințe în primăvara aceasta, am realizat mai jos un scurt ghid de realizare a acestui tip de make-up.



Ce farduri folosim

Pentru că este vorba de un machiaj combinat smokey+nude, se pot folosi **ambele variante de palete de culori (Nude și Smokey) din gama Gerovital beauty.**

În pliul pleoapei poți opta pentru culori medii spre închise, începând din colțul interior al ochiului pe o suprafață tot mai lată până în colțul exterior (ex: nr. 6 din paleta Nude). Pentru un plus de strălucire dacă mergi la un eveniment de seară, poți aplica puțin mov strălucitor din paleta Smokey, nr. 2.

Aplică apoi pe toată pleoapa culori medii spre deschise (ex: nr. 4 și 5 din paleta Nude). Pentru a nu exista linii clare și delimitări inestetice, folosește pensula de blending pentru a combina puțin culorile în zonele respective!

Pentru baza pleoapei există mai multe variante: pentru seară, poți aplica negru începând din colțul interior al ochiului pe o porțiune tot mai lată spre exterior. Pentru zi, recomand o culoare închisă (ex. nr. 3 și nr. 4 din paleta Smokey) aplicată în loc de negru și în colțul exterior al ochiului.

Tușa finală

Machiajul smokey trebuie încheiat cu **conturarea ochilor cu un creion dermatograf** care oferă intensitate. Acesta se aplică subțire începând din colțul interior al ochiului și tot mai gros spre exterior, codița subțire fiind întotdeauna ușor ridicată. Se poate aplica și ușor diferit în funcție de forma ochilor, având ca rezultat un efect de „ochi de pisică”. Pentru machiajul de zi poți opta pentru creioanele de culoare gri, maro sau vișiniu din gama Gerovital Beauty.

Nu uita de sprâncene și de gene

Folosește **Kitul de sprâncene Gerovital Beauty** aplicând fardul cu pensula din dotare. Începe cu o culoare medie în porțiunea de mijloc și tot mai închisă spre capătul exterior. În capătul intern, spre nas, va fi aplicat fardul cât mai discret.

Pentru gene îți propun **Mascara Devilash Gerovital Beauty** care are o formulă cremoasă și împreună cu pensula deosebită conferă genelor un efect de curbare și volum.



Ridurile.

Fă-le să dispară ca prin magie

Se pare că ridurile de expresie sunt cele care apar pe chipurile noastre, oricât de multă atenție am acorda îngrijirii personale. De la soare, din cauza deshidratării, a fumatului sau din cauza factorilor poluanți sau genetici, ridurile de expresie vor apărea la un moment dat. Important este să știm cum să amânăm acest moment cât mai mult posibil.

Care sunt cauzele apariției ridurilor și cum poate fi încetinit acest proces

Ridurile de expresie sunt cauzate în principal de repetarea anumitor expresii faciale, dar pot fi generate și de cauze exterioare, precum expunerea la soare sau la vânt fără aplicarea cremelor protectoare. Ridurile de expresie includ ridurile care se formează pe frunte, pe cele care apar când râdem și pe cele aflate la colțul exterior al ochilor.

Spre deosebire de restul mușchilor din corp, mușchii faciali sunt atașați direct de piele, iar contractarea lor duce la expresiile faciale. Repetarea frecventă a expresiilor generează apariția ridurilor de expresie. Așadar, acestea sunt rezultatul unui proces natural al corpului uman, însă pot fi întârziate prin respectarea anumitor reguli speciale.





- **Expunerea la razele UV**, mai ales atunci când nu a fost aplicată o cremă cu protecție potrivită temperaturilor exterioare. Tenul se îngrijește conform caracteristicilor acestuia (sensibil, uscat, mixt, gras), dar și ținându-se cont de anotimp: iernile reci impun aplicarea unei creme puternic hidratante și cu protecție solară medie, în timp ce vara folosești texturi mai ușoare, cu SPF ridicat, care să lase o senzație plăcută pe piele și să o mențină hidratată pe parcursul zilei.

- **Odată cu trecerea anilor**, pielea are nevoie de un ajutor pentru a stimula producția de collagen, ajutor pe care îl vei găsi folosind o cremă antirid pentru față și una pentru zona ochilor și a buzelor, potrivite tipului tău de ten. Primele riduri de expresie apar în zona ochilor și în jurul buzelor. Utilizarea unei creme speciale pentru aceste zone reprezintă un MUST. Te poți orienta către una dintre variantele pe care ți le propunem noi.

Elixirul antirid și antipoluare Aslavital

Mineralactiv este o cremă pentru îngrijirea zonelor puternic ridate din jurul ochilor și al buzelor. Formularea lejeră, ușor emolientă, cu o bună capacitate de repartizare pe piele, dar bogată în antioxidanți și ingrediente antirid, este potrivită tenurilor sensibile.

O altă variantă pe care o poți alege, potrivită pentru toate tipurile de ten, este **Crema Antirid contur Ochi Gerovital H3 cu Retinol (Retinol Molecular Film)**, care accelerează procesele enzimatice și diviziunea celulară, pielea devenind capabilă să se autoregenereze din interior. Este recomandată evitarea expunerii la soare și evitarea utilizării cremei pe perioada sarcinii.

În cazul expunerii la soare, se aplică ulterior și un produs cu SPF, în funcție de durata expunerii (SPF 10 – 20 în perioada toamnă-iarnă și pe timpul verii dacă activitatea este într-un birou; SPF 50 când soarele este mai puternic sau dacă activitatea se desfășoară mai mult în aer liber).

- **Obiceiurile nocive**: stilul de viață este unul dintre elementele-cheie în menținerea unui ten luminos cât mai mulți ani, respectiv a unei stări de sănătate optime. Obiceiurile nocive precum fumatul, consumul de alcool, alimentația incorectă, somnul insuficient – toate acestea se vor vedea, mai devreme sau mai târziu, pe ten.



Alege o cremă antirid potrivită pentru tenul tău

Chiar dacă ridurile sunt o parte naturală a procesului de îmbătrânire, nu înseamnă că apariția acestora nu poate fi amânată sau încetinită – respectând rutina de îngrijire specifică și utilizând produse potrivite tenului tău.

Îngrijirea corectă a tenului se face în funcție de tipul de piele, de nevoile tenului și conform recomandărilor dermatologului, dacă te confrunți cu afecțiuni sau ai un ten sensibil.

Optează pentru **Crema atenuare riduri SPF15 Gerovital Luxury**, ce conține principii active inovatoare cu acțiune protectoare asupra proteinelor tinereții. Crește longevitatea celulară și îmbunătățește structura tridimensională a pielii, având efect de redensificare. Prin protecție la nivelul nucleului celular și printr-o acțiune de tip „filler fără ac” cu collagen și elastină, ridurile sunt diminuate, iar pielea își recapătă fermitatea și elasticitatea. Crema este potrivită pentru persoanele cu ten normal sau mixt.



Dimineata și seara, înainte de aplicarea cremei de întreținere zilnică, poți folosi **Picătura pentru hidratare Gerovital Luxury**. Lipozomii de Hyaceramidyl eliberează în piele acid hialuronic de dimensiuni mici, asigurând hidratarea în interiorul dermului, iar complexul inovator Tightenyl® contribuie la refacerea matricei extracelulare și implică la menținerea capacității de captare a apei în derm.

Crema Antirid Emolientă SPF 30 Gerovital H3 Derma+, recomandată pentru tenul uscat, sensibil, are o acțiune antirid complexă, prin asocierea activilor antirid cu filtre solare. Previne îmbătrânirea și ridarea tenurilor sensibile, uscate, având o formulare ușoară de cremă gel, fără să încarce excesiv tenul.

Crema Antirid Restructurantă SPF10 Gerovital Derma+ Premium Care conține principii active antirid de ultimă generație, care îmbunătățesc structura tridimensională a pielii, redensificând-o. Ridurile sunt diminuate, pielea își recapătă fermitatea, elasticitatea și hidratarea, fiind potrivită pentru toate tipurile de ten, inclusiv tenul sensibil.



Respectă recomandările de aplicare

Le știi și tu: nu te machia fără să hidratezi pielea, nu adormi înainte de demachiere, exfoliază și aplică periodic o mască. Pe lângă regulile generale de îngrijire, pentru încetinirea procesului de îmbătrânire și apariție a ridurilor este extrem de importantă selectarea și aplicarea corectă a cremelor și serurilor antirid.

Tenul matur are nevoie de extra-îngrijire

Programul intensiv de îngrijire a tenului Gerovital H3 Derma+ Premium Care este conceput sub forma unui kit cu 7 fiole, specifice rutinei particulare a **fiecărei zile din săptămână**, fiecare fiolă oferind beneficiile unui tip de acțiune:

1. Luni – **Oxygenare**
2. Marți – **Exfoliere cu AHA**
3. Miercuri – **Antirid**
4. Joi – **Lifting**
5. Vineri – **Oxygenare**
6. Sâmbătă – **Antirid**
7. Duminică – **Vitaminizare**

Studiile efectuate (EVIC GRUP) au demonstrat reducerea ridurilor cu până la 50% cu o aplicare/zi, timp de 28 de zile, pe față, gât și decolteu.



Îngrijire premium
pentru tenul tău!





#nofilter Gata de selfie



5 pași pentru un selfie perfect

Îți dorești să ieși cât mai bine în fotografii, dar acneea îți dă bătăi de cap? Iată 5 pași practici pentru a scăpa de obsesia filtrelor:

Pasul 1: Scapă de impurități

Acest prim pas trebuie făcut zilnic, dimineața și seara, dacă ai aplicat sau nu machiaj. Un ten îngrijit corespunzător îți dă mai multă încredere în tine. Pentru rezultate optime alege produse adaptate tipului tău de piele. Ai grijă să nu alegi formule prea agresive care ar putea dăuna filmului hidrolipidic. Optează pentru o modalitate delicată, dar eficientă de curățare a tenului folosind **Gelul Spumant purifiant din gama Stop Acnee**. Conținutul de acid salicilic natural din extract de willow bark (salcie) ajută la curățarea și eliberarea porilor, având efect exfoliant. **Capsulele moi cu vitamina E** asigură nutrienții necesari pentru o piele sănătoasă, fără să irite sau să agreseze tenul acneic.

Extra: Folosește o dată pe săptămână o mască cum este **Masca film purificatoare din gama Gerovital Stop Acnee**.



Pasul 2: Scapă de punctele negre

Benzile de curățare Gerovital

Stop Acnee au o formă anatomică, fiind create dintr-un material special ce asigură o utilizare ușoară și eficientă, îndepărtând punctele negre și eliberând porii.

Utilizarea lor este recomandată o dată pe săptămână.



PASUL 3: Tonifiază

Fluidul Purifiant Gerovital

Stop Acnee asigură protecție tenului acneic sau cu tendință acneică împotriva proliferării microorganismelor și a declanșării procesului

inflamator, împotriva excesului de sebum, a deshidratării, precum și împotriva persistenței petelor pigmentare postacneice.

Fluidul se aplică dimineața și seara după curățarea tenului cu **Gelul Spumant Purifiant** sau individual, ca tratament de întreținere.



Pasul 4: Pregătește pielea pentru întreaga zi

După curățare, pielea are nevoie de hidratare. Însă când vorbim de tenul acneic, o cremă ar trebui să aibă compoziția potrivită astfel încât să nu usuce, dar nici să nu îngreșe tenul. **Crema Gel Sebum Control Gerovital**

Stop Acnee este concepută special pentru tenul seboreic, mixt și cel cu tendință acneică, pentru pielea cu aspect lucios și iritabilă. Are o structură ușoară și plăcută, nelipicioasă, cu absorbție rapidă, ce reduce excesul de sebum și redă pielii senzația de confort. Pielea devine curată și matifiată.



Pasul 5: Alege și aplică corect fondul de ten sau crema CC

Fondul de ten este una din armele secrete din portofoliul tuturor femeilor, dar, din păcate, alegerea nuanței și a formulei potrivite de fond de ten este dificilă. Pentru a fi sigură că îți alegi nuanța perfectă pentru tine, în loc să testezi pe mână sau pe ten, încearcă să aplici puțin

fond de ten pe gât sau pe decolteu. Acesta trebuie să se potrivească cu nuanța pielii din aceste două porțiuni și nu cu cea a tenului.

Dacă îți dorești un ten cu aspect neîncărcat și

să scapi de grija nuanței potrivite, îți recomandăm

Crema CC matifiantă din gama

Gerovital Stop Acnee. Crema are multiple beneficii ce combină proprietățile unui produs de machiaj cu ale unui produs de îngrijire specific tenului gras și nu conține paraben.

Extra:

Bulinele Autoadezive Antiacnee sunt ideale pentru mascarea coșurilor sau semnelor post-acnee, oferind protecție în același timp împotriva prafului și impurităților. Poți alege între variantele transparente sau cu modele nostime, în funcție de preferință și de dispoziția personală.





1. CURĂȚARE
2. ÎNGRIJIRE
3. MASCARE

Gama Gerovital Stop Acnee este dezvoltată ca o gamă completă pentru problematica tenului gras acneic având produse complementare care trebuie folosite conform unei scheme de tratament.



Original Gerovital

by Prof. Dr. G. Galan

www.farmec.ro

GEROVITAL®
STOP/ACNEE

GATA de selfie



Eficacitate demonstrată sub
control dermatologic

Cover story

Viata *secretă* a timpului nostru





De câte ori ți s-a întâmplat să spui că nu ai timp? Că nu ajungi niciodată să faci tot ce ți-ai propus într-o zi? Că ai senzația că ești pe o bandă de alergare pentru care cronometrul nu se mai oprește niciodată? De la descoperiri științifice până la cele mai importante inovații în domeniul cosmeticelor, timpul s-a aflat în centrul preocupărilor noastre dintotdeauna. Pentru că mereu ni s-a părut că nu avem destul. Dar, în realitate, lucrurile stau tocmai invers. Continuă să citești textul, chiar dacă ai ridicat deja o sprânceană...

Avem cel mai mult timp

Acum avem la dispoziție cele mai multe ore din istoria omenirii. Pentru că nu mai suntem nevoiți să trudim din greu precum strămoșii noștri care munceau 6 zile pe săptămână, 12 ore pe zi. Noi avem la dispoziție programe flexibile de lucru și ne bucurăm din plin de avantajele pe care ni le oferă tehnologia: teleprezența, învățarea rapidă și axată pe nevoi punctuale, telefonie mobilă etc. **Și totuși, cum de nu avem timp?**

Folosirea eficientă a timpului nu este un dar înăscut. Este o aptitudine care din păcate nu se învață la școală. O dobândim în urma experiențelor pe care le avem... mai bune sau mai puțin bune. În mod ciudat, deși suntem de acord că timpul este prețios, asta nu ne împiedică să renunțăm la el surprinzător de ușor. În 2014, Autoritatea Britanică de Reglementare în telecomunicații a descoperit că adulții din Marea Britanie petrec zilnic 8 ore și 41 de minute în fața dispozitivelor media, cu 20 de minute mai puțin decât dorm. Dintre acestea, 4 ore sunt petrecute la televizor. Peste Ocean, în 2014, un cetățean american petrecea zilnic, în medie, 6 ore la televizor, o oră la calculator, încă una cu smartphone-ul în mână și aproape 3 ore ascultând radioul. Alte studii arată

că ritmul vieții se accelerează odată cu dezvoltarea marilor orașe, ceea ce determină transformări inclusiv la nivelul funcțiilor noastre vitale: pulsul se accelerează, tensiunea arterială crește și odată cu ea crește și senzația de anxietate.

În realitate, ne răpim singuri timpul
Principala concluzie la care au ajuns oamenii de știință este că încărcându-ne în mod constant creierul cu lucruri de făcut nu reușim altceva decât să ne răpim singuri timpul. Un studiu efectuat pe 1500 de olandezi a scos la iveală că persoanele care se grăbesc întruna simt că timpul trece mai repede, iar această percepție îi face să se grăbească și mai tare.

Ce-ar fi să lași pentru câteva momente deoparte lista de lucruri de făcut și să îți compui o listă despre cum ar trebui să fii tu și să te raportezi la această lume a vitezei:





Trăiește simplu, în funcție de prioritățile tale

Timpul de calitate depinde de 3 factori: sentimentul de proprietate (trebuie să simți că timpul îți aparține), de concentrare și de implicare. Dă prioritate obiectivelor importante și îți vei lărgi perspectiva, vei avea un țel de atins și un obiectiv mai clar, fiind mai puțin predispus să te lași guvernat de grabă. Uplete-ți ziua cu acțiuni, cu oameni și cu obiceiuri care să îți ofere însemnătate.

Lasă lucrurile să se întâmple

Un calendar plin cu sarcini nu va face decât să te sufocă, așa că lasă-ți puțin spațiu liber între sarcini. De ce să nu reieși acel proiect de suflet pentru care nu ți-ai găsit niciodată timp sau pur și simplu să te odihnești? Viața trece pe lângă tine dacă ești prea ocupat să o observi cât stai pe telefon sau pe tabletă.

Ce înseamnă pentru tine urgent și necesar

Clarifică-ți obiectivele în fiecare seară făcând o listă cu prioritățile zilei următoare. Nu te lăsa influențat de ceea ce alții consideră urgent sau corect, pentru că așteptările sau planurile lor sunt foarte rar compatibile cu ale tale.

Prețuiește-ți timpul și învață-i și pe ceilalți să nu ți-l subestimeze

Privește timpul ca pe o valoare pe care o prețuiești și încearcă să vezi care sunt momentele din zi în care pierzi mai mult timp decât ar trebui pentru rezolvarea unei sarcini, cum ar fi căutarea unor dosare în dulapul acela în care nu ți-ai făcut niciodată timp să faci ordine. Fă același exercițiu și cu persoanele din jurul tău.

Acceptă ideea că întotdeauna apar lucruri imprevizibile

Pauzele sau timpii liberi dintr-o zi își dovedesc utilitatea tocmai în astfel de situații în care ceva neprevăzut apare, iar tu ai la dispoziție timpul necesar pentru a te ocupa de sarcina respectivă fără să îți dereglezi prea tare agenda din ziua respectivă.

Alege ritmul potrivit

Viteza devine dușmanul nostru dacă din cauza ei devenim stresați și dezorganizați. Controlează-ți starea de spirit astfel încât să îți încetinești ritmul sau să îl grăbești atunci când ai nevoie. O stare de spirit amuzantă ajută în demersurile creative și ajută și ca treburile plictisitoare să devină ușor de făcut fără să ne plictisim.

Prof. Dr. A. Aslan
GEROVITAL®
H₃ EVOLUTION

Marca
NR.1
pe segmentul
antirid*

10

*Ani de
frumusețe!*

De 10 ani, alături de tine
la cele mai frumoase
aniversări!



10 ani de frumusețe! **Gerovital H3 Evolution**

Obținerea tinereții veșnice a fost preocuparea multor oameni de știință de-a lungul timpului. Chiar dacă nimeni nu a reușit să atingă acest ideal, încetinirea procesului de îmbătrânire a pielii este o realitate de care ne bucurăm cu toții în prezent. De 10 ani, gama Gerovital H3 Evolution ajută femeile să își păstreze pielea mai fermă pentru mai mult timp. Sărbătorește și tu alături de noi!



Gama de produse **Gerovital H3 Evolution** este creată în special pentru a încetini toate cele 3 mecanisme de îmbătrânire a pielii și pentru a opri efectul lor pe termen lung, folosind **3 principii active cu acțiune directă**:

SOD, numit și „Super-enzimă anti-îmbătrânire”, asigură fermitatea pielii pe termen lung, acționând împotriva degradării oxidative și protejând fibroblastele, lanțul proteic de collagen și elastină responsabil de elasticitatea pielii. SOD este cea mai activă enzimă antioxidantă de origine naturală.

Trylagen acționează împotriva ridurilor și asigură o piele mai moale, mai elastică, stimulând producerea de noi fibre de collagen și elastină.

GP4G regenerează pielea din interior, ca sursă de energie pură care suplimentează capacitatea diminuată a celulelor de regenerare și stocare a energiei.

Produsele din gama **Gerovital H3 Evolution** sunt structurate pe două grupe de vârstă, pentru a răspunde solicitărilor specifice diferențiate în acest fel.

30+ Produsele destinate femeilor de peste 30 de ani luptă împotriva primelor semne de îmbătrânire: liniile fine din jurul ochilor și al gurii, pierderea luminozității pielii, apariția cearcănelor sau a pungilor sub ochi. Textura acestor produse este lejeră, ușoară și oferă confort și o hidratare de durată.

45+ Produsele destinate femeilor de peste 45 de ani sunt create special pentru a rezolva probleme mai complexe cauzate de foto-îmbătrânire și diminuarea producției de estrogen: pierderea accelerată a elasticității pielii, formarea ridurilor profunde, apariția petelor pigmentare. Produsele din această categorie sunt bogate în nutrienți, oferă o hidratare de lungă durată și o creștere vizibilă a tonusului pielii.

Câștigă cercei cu diamante și produse antirid pentru 1 an!

Cumpără minim un produs Gerovital H3 Evolution, trimite SMS cu numărul bonului fiscal și numele magazinului participant la numărul **1890** și poți câștiga prin tragere la sorți:

40
aparate de
masaj antirid



40
seturi de
produse antirid

10
perechi de cercei
cu diamante Teilor



TEILOR
FINE JEWELRY



Perioada promoției:
28 februarie – 17 aprilie 2020

Tarif normal în Vodafone, Orange, Telekom, DigiMobil.
Consultă regulamentul promoției pe www.farmec.ro
Imaginile sunt cu titlu de prezentare.

5 românce care au scris istorie

Simbol al noilor începuturi, prima lună de primăvară marchează o perioadă în care sărbătorim iubirea, frumusețea, dar mai ales femeia, sursă infinită de inspirație, efervescență și tărie.

Puternică și totuși sensibilă, vulnerabilă și totuși fermă, femeia știe mereu cum să-și îmbine atuurile astfel încât să stârnească admirație și respect pretutindeni.

La Farmec, prețuim femeia în toată complexitatea ei și ne asumăm misiunea de a o face să se simtă specială, nu doar o lună pe an, ci în fiecare zi. Și pentru că vrem să te inspirăm să devii cea mai bună versiune a ta, ne-am oprit asupra a 5 românce care au schimbat definitiv cursul istoriei în țara noastră. Pentru că poveștile lor te pot inspira să-ți deblochezi resursele interioare necesare pentru a fi de neoprit!

Prof. Dr. Ana Aslan, femeia care a ajutat mii de oameni să îmbătrânească frumos

Ea este femeia care a descoperit secretul tinereții fără bătrânețe. Totul a început în 1952, când Prof. Dr. Ana Aslan a dezvoltat **vitamina H3**, benefică în tratamentul bolilor specifice vârstei a treia.

Întregul său parcurs profesional vorbește despre dorința de a se autodepăși și a scrie istorie: a ales să studieze medicina, o profesie care la acea vreme nu era pentru femei. A perfecționat formula anti-îmbătrânire care a ajutat milioane de oameni să se bucure mai mult de tinerețe. Din 1958, a fost **director al Institutului de Geriatrie din București**, funcție pe care a onorat-o până în ziua morții, 19 mai 1988. În 1982 a primit **Premiul Léon Bernard** pentru medicină socială, conferit de Organizația Mondială a Sănătății, o încununare la adresa muncii sale.

Prof. Dr. Ana Aslan a intrat în istorie drept femeia care a învins bătrânețea, arătând că reîntinerirea biologică nu este un mit, ci poate deveni realitate, atât timp cât îndrăznești să-ți depășești barierele și să aspiři la imposibil. Reușitele profesionale o includ în elita celor mai importante personalități medicale care au schimbat pentru totdeauna cursul istoriei în geriatrie.



Elena Văcărescu – prima femeie din România membru de onoare al Academiei Române

Facem cunoștință cu o poetă desăvârșită a secolului XX, care a fost la un pas să devină Regina României. Ultima descendentă a dinastiei poetice a Văcăreștilor, Elena s-a făcut remarcată pe scena politică și literară franceză, fiind totodată distinsă și cu Premiul Academiei Franceze.

Dincolo de cariera literară, poeta s-a remarcat prin **prietenia strânsă avută cu Regina Elisabeta** și povestea de dragoste care s-a înfiripat între ea și Ferdinand, prințul moștenitor al tronului la momentul acela. Chiar dacă cei doi îndrăgostiți au avut parte de sprijinul Reginei Elisabeta, logodna lor a stârnit un scandal uriaș în rândurile Consiliului de Miniștri care a intervenit pentru a împiedica evenimentul, considerând că Elena nu avea rangul necesar pentru a se căsători cu un viitor rege.

După ruperea relației cu Ferdinand, Elena Văcărescu s-a refugiat în Italia, apoi s-a mutat la Paris, unde a obținut o mare recunoaștere literară. Aici, în 1898, a deschis un salon literar în apartamentul său, frecventat de artiști, scriitori și diplomați străini. La 11 iunie 1925, în România, este numită membru de onoare al Academiei Române, devenind astfel prima femeie din țară care a ocupat un loc în acest for.

Elena Ghica – prima femeie care a înfipt tricolorul românesc pe vârful Mont Blanc

O altă scriitoare de top cu realizări impresionante în limba franceză, italiană și greacă, **Elena Ghica a fost cunoscută sub pseudonimul literar Dora d'Istria**. Este, totodată, autoarea a numeroase studii care au tratat problematica femeilor în epocă, fapt care a consacrat-o drept **una dintre primele feministe din Europa**.

S-a stabilit o vreme în Elveția, unde a realizat o premieră în materie de alpinism. În 1855 a escaladat vârful Monch din Alpi. Pe 11 iunie 1855, la ora 15:00, **steagul brodat cu numele țării „Valahia” a fost înfipt la 4.107 metri altitudine**.

Regina Maria – stâlpul vieții politice și culturale din primele decenii ale secolului XX

Dincolo de titlul regal, a fost o femeie care și-a prețuit **nespus țara**, care a luptat și a suferit umăr la umăr cu soldații eroi din Primul Război Mondial, îngrijindu-i cu generozitate și cu infinită energie, până la final.

În toată domnia sa, **Regina Maria s-a implicat activ în viața politică a țării**, promovând idealurile naționale. Unul dintre evenimentele importante care se leagă de numele său este negocierea granițelor României, la **Conferința de Pace de la Paris din anul 1919**. Regina a făcut lobby pentru țară și a cerut

Transilvania, Bucovina și întreg Banatul, adică respectarea garanțiilor din anul 1916. Reușita ei a avut atunci ecou în întreaga lume. Inteligentă, frumoasă, elegantă, plină de curaj și de hotărâre, **Regina Maria a devenit o eroină națională și un model feminin aproape imposibil de egalat**.

Martha Bibescu – una dintre cele mai inteligente și mai fermecătoare femei din prima parte a secolului XX, din Europa

Un simbol al aristocrației interbelice, Martha Bibescu a fost scriitoare, om politic și diplomat român. Frumusețea ei răpitoare a înșelărat mulți bărbați, dar se zvonește că **prințesa interbelică a avut o singură mare iubire: Palatul Mogoșoaia**, primit în dar de la soțul ei, George Bibescu. Martha a reușit să transforme maiestuoasa clădire în perla Capitalei. Personalități marcante au trecut pragul palatului în incinta căruia Martha găzduia evenimente cu mult fast: Marcel Proust, Winston Churchill, Charles de Gaulle, regele Alfons al XIII-lea al Spaniei, regii Carol și Ferdinand, Nicolae Iorga etc.

Travel

Retreat yourself:
Unde mergem
pentru a ne găsi
liniștea



A photograph of a pelican standing on a wooden pier or dock. The bird is in the lower-left foreground, facing right. Its long, yellowish beak is prominent. The background is a soft-focus sunset scene with warm orange and pink hues in the sky and water. The water reflects the colors of the sky. The overall mood is peaceful and serene.

Ritmul agitat în care trăim are urmări directe asupra sănătății noastre, atât fizice, cât și psihice. Din când în când, este foarte important să încercăm să ne deconectăm de la stres și să ne conectăm cu noi înșine, pentru a ne regăsi echilibrul interior. Câteva zile petrecute în liniște deplină, în natură și fără acces la tehnologie, pot fi remediul perfect pentru a-ți reîncărca bateriile. Așa că ți-am pregătit 3 propuneri de retreat-uri unde poți merge pentru a te relaxa complet.

Tradiționala zonă a Transilvaniei

Urmele istoriei care împletește deopotrivă tradițiile germane, românești și maghiare sunt încă vizibile în regiunea Transilvaniei, considerată specială și atipică. **Valea Verde Retreat Transylvania** situată în satul Cund, aflat în mijlocul naturii, este locul ideal dacă îți dorești să îmbini liniștea și frumusețea naturii cu tradițiile meșteșugurilor locale atent păstrate. Ai ocazia să vezi cum se produce brânza artizanală – în Cund se află unul dintre cei mai importanți producători de brânză artizanală din România – să participi la acest proces și, bineînțeles, să deguști.

Antrenează-ți răbdarea, concentrarea și dexteritatea participând la atelierul de tâmplărie, unde îți poți crea propriile producții, sub îndrumarea tâmplarilor iscusiți. Dacă îți dorești doar să te relaxezi, poți alege plimbările și drumețiile în pădure, poți face yoga în mijlocul naturii, poți merge la masaj sau poți face tratamente cosmetice.



Farmecul naturii în Delta Dunării

Parte a Patrimoniului Mondial UNESCO, Delta Dunării este una dintre zonele cu cea mai mare biodiversitate din lume. Adăpostește peste 5.000 de specii de plante, animale și păsări foarte rare, fiind un adevărat miracol al naturii, încă bine conservat. Delta Dunării este un loc pe care trebuie musai să-l vizitezi pentru a explora un colț de natură deosebit.

Poți pescui sau poți face excursii cu barca, în timp ce admiri răsărituri și apusuri spectaculoase. De asemenea, poți opta pentru unul dintre numeroasele resorturi de lux din Deltă care îți pun la dispoziție servicii de spa și wellness. Cu siguranță, Delta Dunării te va fermeca. Cel mai bun anotimp pentru a o vizita este primăvara, când păsările călătoare se întorc și natura este readusă la viață.





Plăcerea degustărilor de vin

Zona Tohani, din județul Prahova, găzduiește unele dintre cele mai cunoscute crame din România, unde se produce un vin de o calitate superioară. Situată la doar o oră și jumătate de București, această destinație poate fi ideală pentru o escapadă de două sau trei nopți de relaxare. Pe lângă degustarea de vin, poți face echitație, focuri de tabără și te poți bucura de bogăția culinară a zonei. **Ferma Dacilor** îți oferă cazare inedită în căsuțele din copac, alături de alimente proaspete și gustoase, produse chiar în cadrul fermei. Astfel, te poți relaxa ca pe vremea strămoșilor daci.



Kitul tău de frumusețe în vacanță

1. Șamponul Revitalizant cu Keratină, Co-Wash, din gama Gerovital Tratament Expert- un produs 2 în 1 ce asigură atât spălarea, cât și condiționarea părului. Curăță delicat părul, îmbunătățește textura și protejează culoarea părului vopsit.

2. Crema CC Mediu Matifiantă Gerovital Plant, o cremă tip „Color Control”, cu beneficii multiple: estompează imperfecțiunile și urmele de oboseală, matificază, netezește textura tenului și protejează împotriva agresiunii factorilor externi.

3. Crema spălare față Gerovital Luxury, o alternativă modernă de demachiere și curățare a pielii feței și gâtului, fără săpun. Formula specială de tip cremă și principiile active Neurophroline™, Aquaxyl și vitamina E conferă protecție și îngrijire pielii.



Keratina
ingredientul
minune pentru
regenerarea
părului



Primăvara aduce cu sine numeroase schimbări, pe lângă gradele cu plus din termometre, organismul pare că se dezmoștește și el. Este sezonul alergiilor, al asteniilor și, nu în ultimul rând, al regenerării celulare și a firelor de păr. De-a lungul, iernii părul a avut de suferit în urma agresiunii factorilor externi și nu numai. Un păr agresat, supus la presiuni termice și schimbări bruște de temperatură devine fragil în timp, uscat și fără vitalitate. Dacă mai adăugăm și sesiunile periodice de vopsit, transpirația excesivă din timpul antrenamentelor și poate unele afecțiuni sezoniere, riscăm să avem un păr de care nu suntem mulțumite. Îți sună cunoscut?

Factorii care îngreunează regenerarea părului

Ești ceea ce mănânci, nu? Imaginează-ți cum se traduce această expresie în ceea ce privește îngrijirea părului.

Alimentația este unul dintre factorii care stimulează creșterea părului și îi poate oferi baza necesară pentru a crește armonios. O dietă echilibrată, împreună cu un plan de hidratare urmat cu sfințenie influențează sănătatea părului. Studiile au arătat că o dietă bogată în proteine, alimente care conțin zinc și Omega 3 favorizează regenerarea părului și îi oferă suficienți nutrienți pentru a împiedica ruperea firelor.

Stresul a fost desemnat boala secolului 21, iar repercusiunile asupra organismului sunt bine cunoscute. Perioadele agitate aduc cu sine căderea părului și îi reduc strălucirea.

Fumatul, radiațiile UV și stylingul excesiv distrug bariera naturală a părului și afectează sănătatea scalpului. Părul este supus constant la agresivități, iar acest lucru se traduce printr-un păr tern și lipsit de viață. Poluarea

impactează calitatea firelor de păr și cauzează „sedentarismul” foliculilor de păr sau, în cazuri mai grave, stoparea creșterii părului.

Produsele pe bază de Keratină și vitamine redau strălucirea părului

În materie de tratamente cosmetice, **keratina este considerată ingredientul-minune pentru păr**. Keratina este proteina specială ce reprezintă peste 80% din structura părului. Ea ajută părul să fie sănătos, rezistent, suplu, iar scăderea nivelului de keratină are ca rezultat un păr tern, subțire, fragil, lipsit de vitalitate. Pentru a ajuta părul să rămână frumos și sănătos după perioada iernii, specialiștii Gerovital recomandă utilizarea **Fiolelor cu Keratină lichidă din gama Gerovital Trattamento Expert**. Acestea reface keratina din firul de păr și îi conferă strălucire de la rădăcină până la vârfuri. Folosiți o fiolă la două zile timp de o lună pentru a vă bucura pe deplin de beneficiile acestui tratament.

Schemă de tratament pentru regenerarea unui păr fragil

În primul rând, șamponul trebuie să îndeplinească cele 3 nevoi esențiale ale părului tău: curățare în profunzime, hidratare și sigilarea foliculilor împotriva factorilor nocivi. Alege **Șamponul regenerant cu Keratină Gerovital Trattamento Expert** ce acționează pe toată lungimea firului de păr, restructurând părul deteriorat. Aplică apoi un tratament de îngrijire care reface suprafața firului de păr și protejează împotriva factorilor de mediu nocivi. Recomandarea noastră este **Masca regenerantă cu Keratină Gerovital Trattamento Expert**, ce conține un trio imbatabil de vitamine: vitamina A, vitamina E și provitamina B5. În timp ce vitamina A contribuie la creșterea elasticității, vitamina E combate radiațiile UV, iar provitamina B5 crește gradul de hidratare al părului.

Înainte de coafare, folosește **un ser protector și un balsam** care nu necesită clătire. În acest fel, părul este protejat pe tot parcursul zilei, iar ingredientele active sigilează și mențin hidratarea părului oferită de produsele folosite la spălare. **Serul termoprotector cu**

Keratină Gerovital Trattamento Expert asigură protecția firului de păr prin pelicula pe care o creează în jurul acestuia, împiedicând pierderea apei sub acțiunea temperaturilor ridicate provenite de la instrumentele de coafare. **Balsamul nutritiv cu Keratină LEAVE-IN Gerovital Trattamento Expert** oferă o hidratare instantă părului uscat, lăsându-l moale și strălucitor. Acționează în profunzimea firului de păr, îmbunătățind rezistența la rupere și lăsând părul ușor de descurcat și elastic. Se poate folosi pe părul uscat sau proaspăt spălat.

Pentru regenerarea părului supus frecvent efectelor nocive ale razelor UV, poluanților, colorărilor oxidative sau tratamentelor agresive la temperaturi înalte, **Kitul de regenerare a părului Gerovital Trattamento Expert** este soluția potrivită atât pentru femei, cât și pentru bărbați. Complexul de vitamine B5, A și E, extractele vegetale și Keratina luptă eficient împotriva căderii părului fără a cauza un exces de sebum/uscăre agresivă la nivelul scalpului. Pentru eficacitate ridicată, tratamentul se aplică de două ori pe săptămână, pe o durată de minimum două luni.







FII EXPERT ÎN CE VREI TU

NOI SUNTEM EXPERTII PĂRULUI TĂU.

GEROVITAL®

TRATAMENT
EXPERT



Tradiție și inovație într-o singură gamă!



Original Gerovital

by Prof. Dr. A. Călin

www.farmec.ro

Vitamina C

Complicele perfect pentru îngrijirea tenului



De foarte tineri, părinții ne spun că trebuie să mâncăm alimente care conțin vitamina C pentru că „este sănătoasă” pentru organism. Ajută la dezvoltarea și la repararea tuturor țesuturilor corpului, la absorbția fierului, la vindecarea rănilor și la susținerea sistemului imunitar. Stiați însă ce efect uimitor are asupra tenului?

Aliatul tău împotriva pigmentării neuniforme

Anumiți factori naturali și de mediu provoacă modificări structurale ale pielii, ceea ce duce la o pigmentare neuniformă, la „pete de vârstă” induse de radiațiile UV sau la hiperpigmentare post-inflamatorie. Vitamina C ajută la prevenirea și chiar la diminuarea acestor efecte negative.

Un alt beneficiu major al vitaminei C este faptul că reînnoiește suprafața pielii prin

stimularea producției de collagen, contribuind astfel la reducerea aspectului liniilor fine și a ridurilor.

De asemenea, conform cercetărilor făcute de Howard I. Maibach în cartea sa „Cosmeceuticals: Medicamente vs. Cosmetice”, vitamina C îmbunătățește chiar sistemul natural de apărare a pielii, ajutându-l să se protejeze de stresul oxidativ.

De ce e însă nevoie de produse bazate pe vitamina C dacă oricum corpul nostru îl absoarbe din mâncare?

Pentru că doar o mică parte din vitamina C provenită din ceea ce mâncăm, bem sau din suplimentele pe care le luăm îi revine pielii noastre.

Short list... pentru un *ten impecabil*



Fiolele cu multivitamine Gerovital H3 Equilibrium asigură o refacere rapidă a pielii expuse zilnic stresului oxidativ, asociat cu o îmbătrânire accelerată și prematură (prin stres, poluare, radiații UV etc.). Asocierea de vitamine asigură neutralizarea efectelor nocive ale radicalilor liberi, cu consecințe benefice pentru regenerarea și sinteza noilor fibre de collagen și elastină.

Boosterul vitalitate și strălucire Gerovital Plant este un ser cu o formulare fluidă, care se absoarbe ușor în piele, special conceput pentru tenul normal și mixt. Conține Vitamina C lipozomală, cu rol esențial în sinteza noilor fibre de collagen.



Masca menținerea tinereții Gerovital Luxury bogată în vitaminele E și C conține Argilă, Bentonită și pudră de Cărbune care acționează ca un magnet asupra toxinelor din piele. Masca purifică și revigorează pielea lipsită de vitalitate, fiind un produs ideal după o zi lungă și stresantă.



Crema Depigmentare Gerovital H3 Equilibrium conține un complex vitaminic activ, care favorizează depigmentarea și uniformizarea tenului și redă luminozitatea și strălucirea acestuia: vitamina C lipozomală, niacinamidă (vitamina B3) și vitamina E.



Crema antirid de zi Gerovital H3 Hyaluron C Este o cremă bogată în Acid hialuronic pur și lipozomal, Niacinamida și Vitamina C, ingrediente cu efecte de hidratare, antirid, antioxidante.



Fiolele cu acid hialuronic și vitamina C Gerovital H3 Hyaluron C conțin Acid hialuronic pur și lipozomal și Vitamina C, ingrediente cu efecte de hidratare, antirid, antioxidante, care asigură umplerea și netezirea ridurilor dinspre interior și previn efectele nedorite ale îmbătrânirii premature a pielii.

Crema antirid contur ochi și buze Gerovital H3 Hyaluron C Este o cremă de întreținere a zonei sensibile din jurul ochilor, fiind bogată în Acid Hialuronic pur și lipozomal.



Cum îngrijești un ten acneic sau cu cicatrici post-acneice

Acneea este una dintre cele mai comune afecțiuni ale pielii cu care se confruntă atât adolescenții, cât și persoanele adulte. De-a lungul timpului, industria cosmetică împreună cu domeniul medical au dezvoltat diferite scheme de tratament pentru diminuarea efectelor și îmbunătățirea aspectului pielii. Fiecare dintre noi își dorește un ten curat, fără imperfecțiuni și, pe cât este posibil, fără riduri pe tot parcursul vieții. De aceea, un ritual de îngrijire personalizat, pentru tratarea unor probleme specifice, este recomandat și chiar necesar, atunci când avem de-a face cu probleme multiple.



Acneea adultă

Aceasta este o afecțiune a pielii care prezintă aceeași simptomatologie ca și acneea pe care o întâlnim la adolescenți. Factorii care declanșează acneea adultă sunt similari cu cei din adolescență și se împart în patru categorii: exces de sebum, înfundarea porilor cu celule moarte ale pielii, bacterii și inflamații la nivelul pielii. Acestea sunt cauzele principale care declanșează acneea, indiferent dacă este înainte sau după vârsta de 25 de ani. Factorii indirecti, considerați responsabili de evoluția stării tenului, pot proveni din mai multe surse, interne sau externe: dereglările hormonale, utilizarea produselor cosmetice care înfundă porii, alimentația sau stresul sunt doar câteva exemple. De asemenea, anumite medicamente cauzează iritații ale tenului și cresc predispoziția la apariția acneei. În funcție de materialul genetic și de rutina cotidiană se stabilesc parametrii de evoluție ai acneei la adulți.

Ingrediente benefice pentru tenul acneic

Întotdeauna se recomandă o programare la un medic dermatolog înainte de folosirea tratamentelor existente pe piață, deoarece fără un diagnostic personalizat produsele cosmetice pot agrava condiția pielii. Totuși, există situații când putem face alegeri conștiente și benefice tenului nostru, pentru a minimiza pe cât posibil riscul de agravare a acneei.

Alimentele bogate în fibre precum **fulgii de ovăz** sau psyllium ajută la eliminarea toxinelor din organism și previn acumularea lor la nivelul pielii unde ar putea provoca erupții sau acnee.

Omega 3 se găsește atât în alimente, cât și în anumite produse cosmetice.

Somonul este bine cunoscut, deoarece conține acizi grași benefici organismului, în timp ce produsele cosmetice care adaugă Omega 3 ca ingredient activ îmbunătățesc gradul de hidratare a pielii. O piele hidratată corespunzător luptă mai eficient împotriva acneei.

Antioxidanții, după cum le spune și numele, luptă împotriva radicalilor liberi și a substanțelor nocive pentru organism. Un sistem imunitar sănătos se reflectă și asupra tenului, iar pielea se va bucura de orice ajutor pe care îl poate primi.



Îngrijirea pielii în urma tratamentelor cosmetice pentru acnee

Printre cel mai des utilizate tratamente pentru acnee în cazul adulților sunt tratamentele de tip medicamentos, terapia hormonală sau terapia fotodinamică. Fiecare categorie se prescrie în urma unor investigații amănunțite, la recomandarea unui medic dermatolog, iar efectele adverse pot varia de la caz la caz. Unele persoane rămân cu cicatrici sau semne pe ten, în timp ce o parte dintre femei pot dezvolta predispoziție la apariția cheagurilor de sânge sau zone inflamate. Tenul este sensibil în urma tratamentelor cosmetice sau medicamentoase pentru tratarea acneei, iar în această perioadă are nevoie de atenție sporită: creme sau măști de față care conțin ingrediente active complementare tratamentelor anterioare.

Crema dermoreparatoare din gama Gerovital H3 Equilibrium cu o formulă lejeră, dar bogată în principii active cu acțiune epitelizantă, este recomandată pentru accelerarea proceselor de reparare epidermică a pielii iritate sau cu leziuni superficiale. Se poate aplica pe cicatrici recente, răni superficiale sau traumatisme minore în urma intervențiilor chirurgicale de mică amploare. Ideală pentru cicatricile sau semnele post-acneice, crema conține acizi grași polinesaturați omega 3,6,9, ce refac funcția de barieră a pielii, normalizează procesul de cheratinizare și îmbunătățesc gradul de hidratare. Panthenolul din compoziție reduce iritațiile sau pruritul și accelerează procesele de vindecare a rănilor.



Pentru perioadele de răsfăț, recomandăm alternarea a două măști de față din gama **Gerovital H3 Equilibrium**. **Masca reparatoare** potrivită tenului mixt sau gras, cu tendințe acneice, ajută la eliminarea toxinelor, celulelor moarte și impurităților de la suprafața pielii fără a agresa tenul. Datorită oxidului de zinc din compoziție, are proprietăți antiseptice, absorbante, seboreglatoare și astringente. Calmează leziunile de la suprafața epidermei și oferă tenului o îngrijire delicată.

Masca detoxifiantă hidratantă este un produs destinat îngrijirii intensive a tenului, având o dublă acțiune, de absorbție și eliminare a toxinelor din interiorul dermului, concomitent cu îndepărtarea celulelor moarte de pe suprafața pielii. Vitamina A ajută la refacerea structurii cutanate și intervine în procesele de cheratinizare, previne și atenuează ridurile, iar argila are o remarcabilă putere de absorbție, proprietăți detoxifiante, antiseptice, dezinfectante și cicatrizante.

Pentru îngrijirea zilnică a tenului seboreic, a tenului mixt și a celui cu tendință acneică, pentru pielea cu aspect lucios și iritabil recomandăm **Fluidul Hidratant Matifiant Gerovital H3 Equilibrium**.

Crema conține principii active care reglează eficient secreția de sebum, având un efect matifiant și hidratant.



Pe zonele afectate de acnee, poți utiliza **Ser antiacneic Gerovital H3 Equilibrium**, care asociază ingrediente cu acțiune complementară, pentru a combate fenomenele implicate în apariția acneei. Ac.Net™ reglează secreția de sebum și inhibă proliferarea celulară a microorganismelor, iar Sepitonic™ M3 este un cocktail de minerale ce asigură energie pentru refacerea celulară de la nivelul leziunilor acneice. Extractul ECO-certificat ZANTHALENE® are acțiune calmantă și antiiritantă.

Nu uita de curățarea tenului dimineața și seara, înainte de aplicarea oricărui tratament. **Apa demachiantă tonifiantă Gerovital Equilibrium** are o formulare lejeră cu conținut redus de grăsimi, compatibilă cu tenurile grase, acneice. Asigură demachierea eficientă, are rol de energizare și de protecție antioxidantă.



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

Descoperă-ți propriul stil de îngrijire

Rutina de îngrijire a pielii trebuie să existe atât în cazul femeilor, cât și al bărbaților. Produsele adecvate pot face minuni și pot stopa semnele trecerii timpului. Mai jos îți recomandăm câteva produse destinate bărbaților care îți vor menține tinerețea și prospețimea pielii.



Fermitate și tonus în fiecare zi

Oricât de încărcat ar fi programul tău, trebuie să găsești un moment pentru a-ți îngriji tenul. Semnele îmbătrânirii și ridurile apar pe chipul fiecăruia, odată cu trecerea timpului, pe măsură ce elasticitatea pielii se reduce.

Dacă ești un bărbat activ, un produs foarte eficient pentru redarea fermității pielii este **Crema Antirid cu Acid Hialuronic Gerovital Men**, recomandată pentru îngrijirea de zi cu zi a tenului bărbaților.

Combinatia complexă de principii active ajută la restabilirea tonusului pielii, iar consistența ușoară asigură o absorbție rapidă, care nu lasă senzația de ten gras. Acidul hialuronic pudră (care acționează în exterior) și lipozomal (care acționează în interior) ajută la reducerea adâncimii ridurilor fine, hidratează la suprafață și în profunzime și îmbunătățește aspectul pielii. Vitamina E limitează stresul oxidativ, protejând acidul hialuronic și fibrele de collagen și elastină din piele. Produsul este testat dermatologic și îi va oferi tenului tău un aspect proaspăt, tonifiat și revitalizat.



Hidratare intensă pentru timp îndelungat

Dacă îți dorești o hidratare mai intensă, poți opta pentru **fiolele cu Acid Hialuronic 5% Gerovital Men**.

Acestea conțin un ser conceput într-o formulă și o concentrație speciale pentru pielea bărbaților, care asigură diminuarea efectelor pe care bărbieritul zilnic, mediul exterior și ritmul de viață tot mai alert le pot avea asupra tenului. După 10 zile de tratament, tenul tău este optim hidratat, neted și revitalizat.



Un păr puternic și sănătos

Optează pentru **Șamponul destinat utilizării zilnice din gama Gerovital Men**, pentru toate tipurile de păr.

Șamponul clean&cool Gerovital Men are o formulă ce curăță delicat și hidratează firul de păr, lăsându-l suplu și sănătos. Provitamina B5 are acțiune hidratantă, favorizând menținerea elasticității părului și are efect reparator.

În cazul în care te confrunți cu fenomenul de cădere a părului, alege **Tratamentul Intensiv cu Fiolele Anticădere Gerovital Men**. Serul conține principii active pentru remedierea problemei căderii părului: Redensyl – conține extracte de Larix și Ceai Verde care acționează asupra cauzelor căderii părului; Glicină, un aminoacid constituent major al Keratinei, și ZN, care mărește rezistența firului de păr; Procapil, Biogapigen și vitamine din grupa B (B3, B6, B7), care reduc sebumul și mătreața, respectiv aspectul de „păr gras”. Tratamentul îmbunătățește vizibil densitatea părului, care va deveni puternic, sănătos și strălucitor. Pentru rezultate optime, folosește o fiolă pe zi, timp de trei luni, fără a fi nevoie să îți speli zilnic părul.





GEROVITAL®

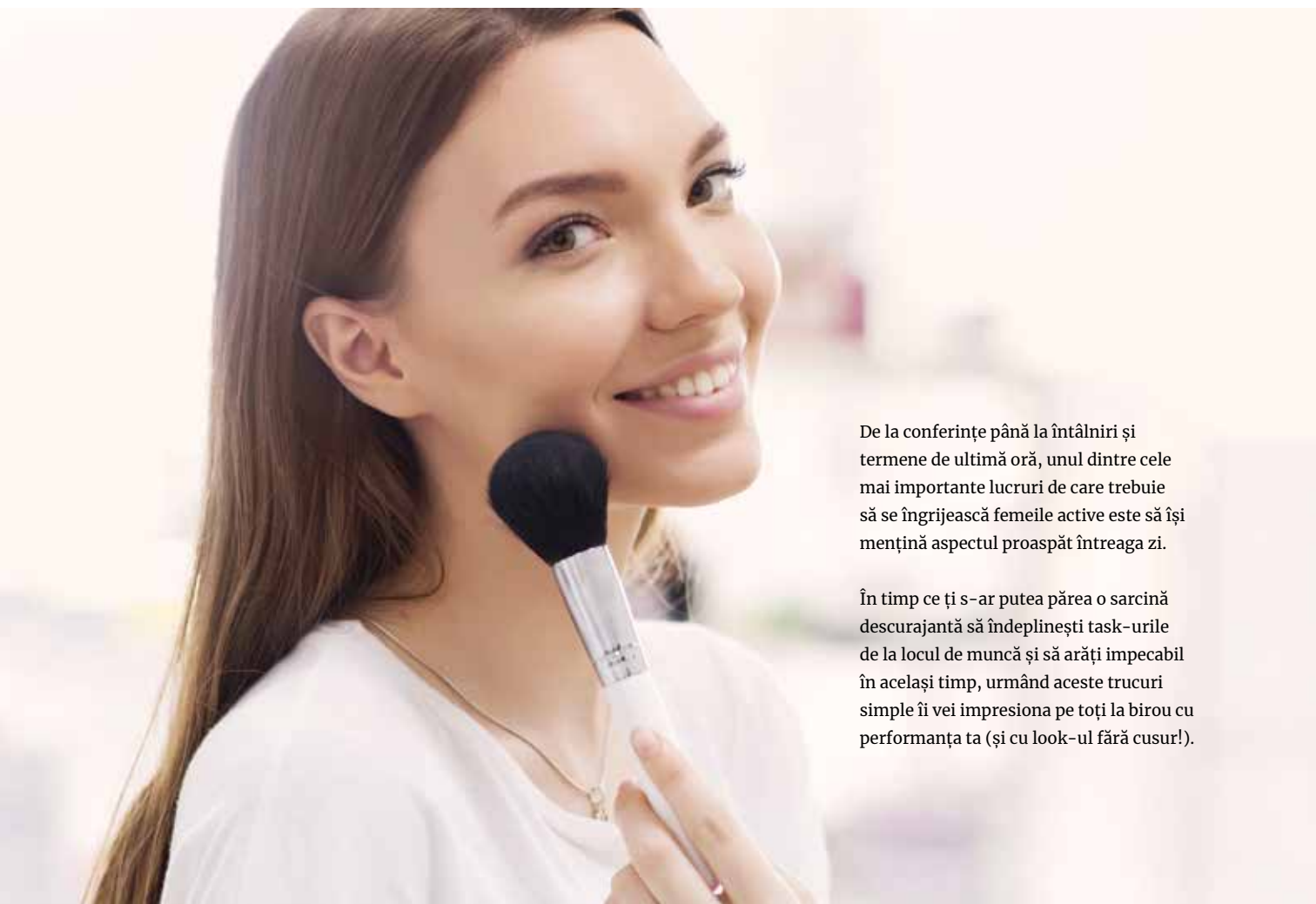
MEN

**PERFORMANȚĂ
PE TOATĂ
LINIA**

Morla



Cum să ai *un look* care să reziste întreaga zi la birou



De la conferințe până la întâlniri și termene de ultimă oră, unul dintre cele mai importante lucruri de care trebuie să se îngrijească femeile active este să își mențină aspectul proaspăt întreaga zi.

În timp ce ți s-ar putea părea o sarcină descurajantă să îndeplinești task-urile de la locul de muncă și să arăți impecabil în același timp, urmând aceste trucuri simple îi vei impresiona pe toți la birou cu performanța ta (și cu look-ul fără cusur!).

Folosește o bază bună de machiaj

Fie că folosești un fond de ten și o pudră matifiantă pe care le aplici zilnic cu un set de pensule profesionale sau preferi să aplici doar un produs tip CC și un balsam nuanțator, crema pe care o alegi ca bază de machiaj este esențială atunci când încerci să eviți strălucirea feței și dorești ca machiajul să reziste mai mult timp.



Aplică crema cu 10 până la 20 de minute înainte de aplicarea fondului de ten, pentru a avea timp să pătrundă în piele și astfel fondul de ten să reziste mai mult timp. Poți alege, în locul cremei, un ser hidratant care se absoarbe mai repede și lasă o peliculă ușor aderentă, ideală pentru aplicarea fondului de ten.



Uleiul de argan – secretul unei coafuri rezistente întreaga zi

Dacă pleci de acasă cu o coafură impecabilă, iar peste doar câteva ore părul tău este elektrizat și lipsit de volum, află că nu ești singura. Însă doar câteva modificări în rutina de coafare dimineața ar putea face toată diferența în aspectul părului tău la sfârșitul unei zile aglomerate. În primul rând, nu îl încărca cu produse puternice de styling pentru că își va pierde din volum și din strălucire.

Uleiul hidratant cu argan de la Farmec a fost special conceput pentru a disciplina firele de păr rebele, aducându-i părului un plus de strălucire și de luminozitate. Astfel, părul tău va avea un aspect plăcut întreaga zi. Nu necesită clătire!

Beneficiile uleiului de argan asupra podoabei capilare sunt multiple: previne despicarea firelor de păr, repară părul deteriorat, hidratează părul uscat și friabil, îi redă strălucirea și elasticitatea.



Ai grijă de ținuta ta

Trebuie să fii conștientă de faptul că ceea ce porți la birou este primul lucru pe care îl observă oamenii la tine. Nu folosi culori puternice sau piese vestimentare care ies în evidență. Asta nu înseamnă însă că ținuta ta de birou ar trebui să fie plictisitoare. Alege-ți ținuta cu o seară înainte și, dacă este nevoie, netezește-i cutele cu un fier de călcat. Hainele șifonate nu au un aspect profesionist. Asigură-te, de asemenea, că hainele sunt mărimea potrivită. Asta înseamnă că ținuta ta nu trebuie să fie excesiv de strâmtă, prea largă, scurtă sau lungă.

Ai grijă de natură așa cum ai grijă și de tine!

Anul 2020 aduce noutăți în magazinele de brand Farmec și Gerovital.

Programul „Ai grijă de natură așa cum ai grijă și de tine” reprezintă un demers al companiei Farmec de responsabilitate socială pentru reciclarea ambalajelor produselor din portofoliul propriu, desfășurat în cadrul magazinelor de brand Farmec și Gerovital.

Campania este implementată începând cu luna februarie 2020, sub forma unui proiect-pilot, în patru magazine Farmec și Gerovital din Cluj-Napoca, unde sunt amplasate recipiente de colectare pentru deșeurile de ambalaje din hârtie, plastic, sticlă, metal și aluminiu.

„Această inițiativă reprezintă angajamentul nostru pentru dezvoltarea unor practici sustenabile în domeniul cosmeticelor. Prin intermediul acestui proiect-pilot ne dorim să asigurăm închiderea ciclului de viață al produselor din portofoliul Farmec și să limităm impactul lor asupra mediului. Încurajăm consumatorii noștri să participe la acest proiect și îi îndemnăm să recycleze cât mai mult, în general, fie că vorbim de

produse cosmetice sau alt tip de produse. Suntem încrezători că vom avea succes cu această campanie, care se aliniază cu obiectivul nostru pe termen lung de a fi un business responsabil”, a declarat **Tudor David, Director Marketing**. Magazinele care fac parte din campanie sunt: Gerovital din Platina Shopping Center, Gerovital din Iulius Mall, Farmec de pe str. București și Farmec de pe str. Napoca. Poți aduce aici ambalaje de hârtie (cutii creme), de plastic (cutii creme, recipiente șampoane și gel de duș, dar și recipiente ale produselor de curățenie din gamele Nufăr și Triumf), de sticlă (borcane creme), de metal și de aluminiu (doze spray aluminiu). Pentru a putea fi reciclate, recipientele trebuie golite de conținut, clătite și curățate.

La patru ambalaje reciclate din portofoliul Farmec, vei primi un produs cadou pe baza unui cartonaș care va fi ștampilat la fiecare ambalaj adus în magazin.



Pitești. Al doilea magazin Gerovital în sistem de franciză

La doar 6 luni de la lansarea oficială a proiectului, ne continuăm strategia de extindere a companiei prin deschiderea unui nou magazin Gerovital în sistem de franciză, la Pitești.

Cu o suprafață de 36 de metri pătrați, magazinul Gerovital este amplasat în incinta Centrului Comercial VIVO Pitești, aflat pe Calea București nr. 36, și urmează conceptul de „Doctor în Frumusețe”, specific tuturor magazinelor de brand Gerovital.

„Ne bucurăm că sistemul de franciză, lansat în luna iunie a anului trecut, reprezintă un real interes pentru cei care sunt sau vor să devină antreprenori și doresc să investească într-o afacere 100% românească. Pentru investitori, proiectul de francizare reprezintă o oportunitate de business însoțită de pachetul de know-how pe care îl punem la dispoziție, beneficiind de un capital de imagine al unui brand valoros, cu o tradiție îndelungată; iar pentru noi, reprezintă câștigarea unor parteneri strategici în consolidarea culturii noastre antreprenoriale”, a declarat **Mircea Turdean**, Director General Farmec.

„Antreprenorii sunt interesați din ce în ce mai mult să investească în businessuri viabile, care garantează o rețetă de succes, motiv pentru care piața francizelor în România este în continuă creștere. Farmec le oferă antreprenorilor un plan fezabil, o strategie testată și îmbunătățită constant, care asigură o dezvoltare durabilă pentru ambii parteneri”, a declarat **Mircea Coman**, Manager Expansiune Comercială Farmec.

Farmec oferă fiecărui francizat un pachet de know-how complet: de la consiliere și sprijin pentru deschiderea magazinului, până la tehnici de vânzare și programe de pregătire periodice despre relația cu clienții și traininguri despre produsele existente și cele nou lansate, susținându-l să devină, astfel, un membru activ în echipa celui mai mare brand românesc de cosmetice.

**Nufăr
ȘI TRIUMF**
EXPERTII TĂI ÎN
CURĂȚENIE

**Triumf - Brandul nr. 1* pe segmentul
Curățarea Bucătăriei**

Dezinfectează orice tip de suprafețe
și este prietenos cu mediul înconjurător.

Nufăr – Brandul nr. 1 pe segmentul
Detartranți**

Curăță și întreține suprafața diverselor
materiale folosite în mobilierul de
bucătărie fără a le agresa.



*Calcul realizat pe baza datelor Nielsen din serviciul de retail audit pentru curățarea bucătăriei pe piața din România, volum vânzări pentru ultimele 12 luni (perioade cumulate Ianuarie – Decembrie 2018). Copyright © 2019, The Nielsen Company

**Calcul realizat pe baza datelor Nielsen din serviciul de retail audit realizat pentru curățarea casei – segmentul Descalers (Detartrant/Anticalcar/Antirugină) pe piața din România, valoare vânzări pentru ultimele 12 luni (perioade cumulate Ianuarie – Decembrie 2018). Copyright © 2019, The Nielsen Company

Întrebări de la clientele noastre

Ce fel de demachiant alegi: apă micelară, lapte demachiant sau gel micelar?

Pentru o piele mixtă sau normală în general se recomandă folosirea unei ape micelare.

Apa micelară cu cărbune și acid hialuronic din gama Gerovital H3 Evolution, detoxifică și purifică pielea datorită asocierii cu cărbunele activ.

În cazul unui ten uscat, deshidratat, laptele demachiant și gelul micelar sunt mai potrivite datorită texturii lor mai cremoase.

Recomandarea noastră: **Laptele demachiant instant Gerovital H3 Evolution** înlătură până și machiajul rezistent la apă. Substanțele sale active curăță perfect pielea, lăsând în urmă un efect de ten radiant.

În cazul unui ten acneic sau cu tendință acneică se recomandă utilizarea produselor special create pentru acest tip de ten așa cum este **gelul spumant purifiant Gerovital H3 Derma+**.

În cazul în care preferați un produs mai delicat, potrivit și pentru pielea sensibilă, **apa micelară din gama Gerovital H3 DERMA+** are un pH apropiat de cel natural al lacrimii, făcând produsul deosebit de blând. Acesta curăță în profunzime, respectând însă echilibrul natural al pielii.



Ce produse recomandați pentru un păr sănătos și cu volum?

Primul pas către un păr strălucitor și sănătos înseamnă alegerea și utilizarea produselor potrivite.

Datorită formulării sale, bogate în principii active, **Șamponul pentru volum Gerovital Tratament Expert** curăță fără să încarce firul de păr, conferind volum firului de păr subțire, cu tendințe de rupere. Astfel, te vei bucura de un păr cu aspect bogat mai mult timp, alături de un aspect curat și sănătos.

Completează ritualul de îngrijire după fiecare spălare, sau măcar o dată pe săptămână, cu **Balsamul pentru volum Gerovital Tratament Expert** pentru a-ți ajuta părul să-și recapete elasticitatea, volumul, să devină ușor de pieptănat și strălucitor.

Am dermatită seboreică. Ce pot folosi pentru a scăpa de cruste și de mâncărimi?

În cazul dermatitei seboreice, simptomele pot apărea în orice zonă a corpului și în general se manifestă prin roșeață a pielii, mâncărimi,

prurit, scuame, simptome care dacă rămân netratate se pot transforma în timp în niște răni foarte dureroase și inconfortabile. Pentru față un produs-minune care va ameliora simptomele este **Crema pentru Piele cu Roșeață și Scuame din gama Gerovital H3 Derma+**.

Crema conține o asociere unică de ingrediente cu acțiune complementară. Piroctone olamina și gluconatul de zinc își potențează reciproc acțiunea antifungică și cea de reglare a secreției de sebum, Bodyfensinul® întărește sistemul natural de apărare a pielii, iar extractul de salcie neagră standardizat în acid salilic natural are efect cheratolitic, îndepărtând eficient scuamele.

Pentru curățarea tenului, soluția potrivită este **Gelul de Spălare pentru piele cu roșeață și scuame Gerovital H3 Derma+**, 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.

Ce pași să urmez pentru a regla secreția de sebum la nivelul scalpului?

Îngrijirea unui păr care suferă de o secreție abundentă de sebum este un efort constant. Fără tratament, părul riscă să aibă mereu un aspect murdar. De aceea, vă recomandăm **Șamponul Sebum Control Gerovital Tratament Expert**.

Printr-o acțiune complexă la nivelul scalpului și al firului de păr, șamponul contribuie direct la reducerea secreției excesive de sebum, înlăturând aspectul gras și „murdar” al părului și redându-i acestuia aspectul sănătos și proaspăt.

În plus, nutrienții esențiali din componența șamponului contribuie și la combaterea căderii excesive a părului. Se recomandă utilizarea lui sistematică, prin șamponare de două ori, o dată la 4-5 zile.



Cum treci peste respingeri în relația de cuplu

Manuela Ciugudean | Career & Life Coach



Scriu acest articol având pe masă un ceai de iasomie și o cutie de praline în formă de inimă. Când mă gândesc la iubire, automat îmi vin în minte și momentele din viață când dragostea mi s-a părut că mă trădează. E vorba de situațiile când am fost respinsă.

Respingerea este un aspect aproape imposibil de evitat dacă ești om. Nu cunosc pe nimeni care să fi reușit în dragoste într-o relație fără să fi cunoscut mai întâi respingerea. E ceva omenesc și face parte din viața noastră. Ceva ce știm, conștientizăm că ni se poate întâmpla, ceva despre care putem vorbi cu alții și putem da sfaturi, este totodată greu de experimentat pe propria piele.

Fiindcă atunci când suntem respinși avem tendința să ne simțim cei mai părăsiți, pierzători, nevrednici și de nedorit din Univers. De cele mai multe ori, durerea pe care o resimțim nu se bazează efectiv pe pierdere, ci pe cât de mult ajungem să ne judecăm cu vocea interioară. Pe ceea ce ne spunem nouă înșine despre experiență, modalitățile necruțătoare prin care ne reducem la zero fiindcă am fost respinși și gândurile negative și lipsite de speranță pe care ni le facem despre viitor.

Studiile de specialitate arată că reacționăm la respingere pe baza unor elemente sau experiențe din trecut, aspecte ce țin de teoria atașamentului. De aceea, modul în care ne comportăm când suntem respinși este deseori mai important sau cel puțin la fel de important precum respingerea în sine.

Există mai multe metode prin care putem trece peste respingere, cele mai frecvente fiind:

- Reflectarea asupra trecutului
 - Îmbunătățirea relației cu propriul eu
 - Întărirea conștiinței de sine
- toate cu scopul de a ne face mai puternice în prezent și în viitor.

Iată câteva acțiuni concrete pe care le poți face pentru a trece peste respingere

Domolește-ți criticul intern. Această acțiune se referă la filtrul prin care vedem ceea ce ni se întâmplă. De cele mai multe ori, dăm o mai mare importanță respingerii decât e cazul. Vocea critică interioară se face foarte auzită după respingeri și dă naștere nesiguranței.

Realitate sau fantezie? În cazul respingerii, de cele mai multe ori avem tendința să îl idealizăm pe celălalt și să ne judecăm mai aspru pe noi. Să ne autodemolăm stima de sine. Ceea ce avem nevoie să înțelegem e că acest sentiment de nevrednicie are rădăcinile undeva în trecut și ține mai puțin de realitatea actuală și mai mult de sentimente negative pe care le avem despre noi încă din copilărie, ceea ce ne face să confundăm realitatea cu fantezia.

Acceptă-ți durerea. Cel mai bun lucru pe care îl poți face este să îți accepți emoțiile și sentimentele după respingere. A le suprima nu aduce nimic bun, iar a ne urî pentru ceea ce s-a întâmplat, cu atât mai puțin.

Nu te grăbi să intri în altă relație. E posibil să începi o nouă relație din dorința de a fi acceptată, din răzbunare, din ură, de frica de a rămâne singură etc. Acestea nu constituie motive bune de a forma un cuplu.

Totul este relativ. Amintește-ți că timpul este un bun sfetnic. Dacă momentan ți se pare important să mai vizitezi parcul unde ați mers împreună, întorcându-te la tine și la eul tău autentic, vei vedea că există viață după respingere și, cu timpul, vei vedea situația actuală în altă lumină.





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 (franciză) - Hello Shopping Park Bacău, parter

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

Pitești GEROVITAL (franciză), VIVO Pitești, parter.

Râmnicu Vâlcea, GEROVITAL,

Shopping City, parter

Sibiu, FARMEC, Piața Unirii nr. 1

Sibiu, GEROVITAL, Shopping City Sibiu

Suceava, GEROVITAL, Iulius Mall, parter

Târgu-Mureș, FARMEC,

Piața Trandafirilor nr. 61

Timișoara, GEROVITAL, Iulius Mall, etaj 1

Timișoara, FARMEC, Str. Lucian Blaga nr. 3

În prezent, compania deține 28 de magazine proprii

Farmec și Gerovital, 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 nivelurile de hidratare și de elasticitate ale pielii, tipul și aspectul tenului (cuperoză, riduri, acnee), serviciul de împachetare a cadourilor, ședințe de machiaj gratuite, testarea produselor și accesul la un card de fidelitate cu avantaje multiple.



Noul magazin Gerovital, Pitești





ACID HIALURONIC PUR ȘI LIPOZOMAL
VITAMINA C
HIDRATARE INTENSĂ
NETEZIRE RIDURI
ANTIOXIDARE PUTERNICĂ





GEROVITAL®

BEAUTY



Mai mult decât culoare.

