

Časopis s dobrým vkusom

Sarm

BYLINKY PROTI
JESENNEJ
DEPRESII

**+TV
PROGRAM**

**Dara
Rolins**

Najlepšie
vychytávky
speváčky
na sexi postavu

**Adela
Banášová**

**Viktor
Vincze**

**Ktoré celebrity sa pozreli
smrti do očí?**

**Dana statočne
bojuje:**

Žijem
naplno aj
s metastázami

**Ander
z Košíc**

Humorista
nezapadol prachom,
vraj je stále v balíku

Adelu si vysníval

**Moderátor prezradil,
akú ženu chce po svojom boku**

Číslo 42 | 18. 10. 2016 | 0,99 €



42

NOVINKA!

Montserrat, Lurdy, Toulouse...

ŠPANIELSKO
FRANCÚZSKO & ANDORRA

8 dní
399,-
Zážitky z 3 krajín!

- ✓ 7x prenocovanie v
4* hoteloch
- ✓ 7x bufetové raňajky...

Náš darček pre Vás:
• 4 výlety v cene!
• ZDARMA – Možnosť
parkovania na letisku!

Bezplatná linka: ☎ 0800 608 808 • www.nikal-zajazdy.sk

NIKAL
Cestovanie s...
...zažítím!

Váš kód výhod
pre telefón + internet:
SK 17 SAR 506

Všetchní členové společnosti
ČK NIKAL s.r.o. organizují podnikání
zájezdy - balneária 70
62104 Bratislava - IČO: 45461231
spisovna@cnk.sk
Bratislava 1, odd. Spr. výk. 1828/8
Tlačové chyby vyhrazené

NM12-180217-2-015



Vychytávky MUDr. Adriany Tomekovej

1. Je veľmi spokojná s ochranným krémom proti slnku, používa ho celé leto na tvár, krk a dekolt. „Vydrží celý deň a výborný je aj v tom, že zmatňuje a pleť sa po ňom neleskne.“
2. Hydratačný krém je vhodný na všetky typy pleti, hydratuje až 24 hodín.
3. Adriana obľubuje aj značku Obagi, s ktorou sa prvýkrát stretla v USA. „Som rada, že ju ponúkajú už aj na Slovensku. Výborné je sérum s vitamínom C, je fajn, keď pôsobí aj ako ochrana pred slnkom, preto sa používa ráno.“
4. Lekárka odporúča aj očné sérum, ktoré vyhladzuje vrásky a zmierňuje opuchy.
5. „Teraz testujem nové sérum od švajčiarskej značky Teoxane. Je s vitamínom C, dáva sa ráno a je to veľmi dobrý antioxidant. Neštípe a nedráždi mi pokožku. Na slovenský trh ho však uvedú až budúci rok, máte sa na čo tešiť,“ pochvaľuje si lekárka.



Zavalená vôňami

Dermatologička **Adriana Tomeková (46)** je závislá od nakupovania parfumov.

Ako lekárka, ktorá má pod palcom skrášľovanie žien, má prístup k najnovším kozmetickým vychytávkam. Napriek tomu to vo vlastnej kúpeľni nepreháňa. „Ráno v nej trávim asi dvadsať minút, mám rada rýchlu sprchu, ošetrím si telo a na tvár si dám sérum, krém a mejkap. Večer mám viac času, raz za týždeň-dva si doprajem kúpeľ. Dávam doň oleje alebo morskú soľ, tie mám veľmi rada. Potom sa natriem kokosovým olejom,“ približuje Adriana svoje kúpeľňové rituály. V tejto miestnosti však netrávi veľa času. Keď má občas cez víkend čas, urobí si masku alebo piling.

Testuje na sebe

Majiteľke dermatologickej kliniky asi nejedna žena závidí možnosť mať na dosah novinky kozmetických firiem. Sama netají, že ich na sebe rada testuje, aby potom vedela poradiť svojim klientkam. „Teraz som si obľúbila prípravky od Teoxane, pretože je v nich veľmi účinná rezilientná kyselina hyalurónová. Tú mám veľmi rada, lebo počas dňa vytvorí na pleti priehradnú sieť, ktorá ju vypne, vyhladí a zabezpečí, aby ju ostatné zložky dokonale vyživilí a vyhladili vrásky. Aj prípravky s kyselinou glykolovou z tohto radu mi robia dobre, stahujú póry, zjednotia farebnosť a nemám takú mastnú pleť. Na telo mám rada

produkty od Sothys,“ dáva tipy lekárka. Keďže má citlivú pokožku, nemôže veľmi experimentovať, no z každého kongresu si prinesie novinky. „Vyskúšam ich, a keď ma krém neštípe a nemám naň alergiu, odporučím ho klientkam. Sama však nemusím mať toho veľa, základ je u mňa dobré sérum, očný a pletový krém. Dodržiavam to, že celý rad starostlivosti o pleť mám jednej značky,“ vysvetľuje Adriana, ktorej záleží na tom, aby tvár pôsobila oddychnuto a hydratovane.

Ako v parfumérii

Čoho však má veľa, to sú vône. „Priznávam, som maniačka a s parfumami to preháňam. Vždy keď cestujem, či už na dovolenku, alebo na pracovnú cestu, donesiem si jeden parfum. Aktuálne ich mám dvadsaťdva. Mám rada čistotu a vôňu pokožky.“ K pocitu čistoty patrí aj večerné odličovanie, MUDr. Tomeková ho považuje za základ starostlivosti o pleť. „Potrpím si na to, aby som šla do postele odličená. Vyskúšala som rôzne odličovače, ale voda od Biodermy mi nedráždi pokožku, nemám začervenanie očí, neštípe ma a pekne odličí maskaru. Túto vodu naozaj milujem. Pokožka potrebuje v noci výživu, treba sa o ňu starať. Potom sa ráno môžem na seba pozrieť do zrkadla, nemám s tým problém,“ smeje sa odborníčka na pleť.



V sprchovom kúte nechýbajú kvalitné vlasové a telové prípravky.



Na policičkách si aktuálne našlo miesto dvadsaťdva parfumov. Adriana je od ich nakupovania závislá.



Telo si lekárka rozmaznáva týmito produktmi.

