

CHLAD, MRÁZ A ŠTIPLAVÝ VIETOR VEDIA PORIADNE POTRÁPIŤ NAŠU POKOŽKU. TÁ SI ZASLÚŽI VAŠU ZVÝŠENÚ POZORNOSŤ, NA JAR VÁM VAŠU STAROSTLIVOSŤ PEKNE OPLATÍ. VIETE, AKO NA TO?

# ZIMA bez trápenia

**V**plyv chladu spôsobuje okamžité obranné reakcie pred nadmernou stratou tepla. Takáto dlhotrvajúca obranná činnosť našej pokožky potom vedie k trvalým zmenám. Ak je teplota príliš nízka, vystupuje spolu s vysokou vlhkostou ovzdušia a tak dochádza k omrzlinám. Naša pokožka potrebuje systematickú starostlivosť, bez ohľadu na ročné obdobie, najmä pravidelné čistenie, tonizovanie a hydratáciu.

## HYDRATUJME!

Hladkú, pevnú a žiarivú pokožku, akú obdivujeme u detí, dosiahneme jedine pravidelnou hydratáciou. V zime má pleť tendencie vysúšať sa, stahovať a lúpať. Okrem toho radikálne zmeny teploty – chladné ovzdušie a vychrievané miestnosti – vyvolávajú v pokožke problémy s cievkami, čoho dôsledkom môže byť ich trvalé rozšírenie alebo popukanie. Preto by krém,

ktorý používame počas zimného obdobia, mal mať hustejšiu konzistenciu a mal by obsahovať vitamín E, glycerín a veľmi dôležitý UV filter, čo oceníte najmä pri lyžovačkách alebo pri prechádzkach pod zimným slnkom. Samozrejmostou by malo byť aj používanie hydratačnej masky, minimálne dvakrát do týždňa, pery ocenia kvalitný balzam, zabraňujúci ich popraskaniu. Ruky potrebujú krém oveľa viac než vaša tvár. Stavte preto na mastné



a glycerínom obohatené prípravky.

## KORUNA KRÁSY V ZIME

V zime treba vlasom renovovať zvýšenú pozornosť. Chladné počasie a následný prechod z chladu do tepla vlasu škodí. Preto je vhodné si v zime robiť častejšie vyživujúce

vlasové zábaly. Netreba podceňovať ani babské rady, niekedy niet nad tradičný zábal z olívovo-vého oleja. Vlasy najprv umyte, potom aplikujte zábal, prikryte vlasy uterákom. Ten vytvorí teplo, pory sa pootvoria, čo zabezpečí lepšie vstrebávanie živín. Keď nemusíte mať rozpustené vlasy, tak ich nemajte. Vlasy v zime oveľa menej trpia, keď sú



spletené vo vrkoči. Nebráňte sa čiapkam, aj tie ochraňujú vašu korunu krásy pred nemilosrdnými poveternostnými podmienkami.

## PRE ZDRAVÉ A KRÁSNE NECHTY

Neustále zmeny teploty, nepriehodné rukavice a nedostatočná výživa dokážu naozaj narobiť veľké škody. Preto by ste svojim rukám mali dopriať trošku rozmaznania. Začnite s ich premastovaním, vďaka čomu sa vám prestanú nechty lámať a štiepať.



JANA RUMANOVÁ OK!

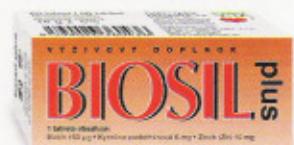


## BIOSIL plus

pro pevné vlasy a nehty

Prispieva k udržiavaniu

- normálneho stavu vlasov • nechtov • pokožky • slizníc
- Dávkovanie: 1 tableta denne
- odporúčaná cena 3,30 €
- balenie obsahuje 60 tablet



## BETAVID

s očiankou rostkovovou

Prípravok je vhodný hlavne pre ľudí, ktorí preťažujú svoj zrak pri

- dlhodobej práci s počítačom

- riadení automobilu
- častom sledovaní televízie

### Očianka rostkovová (Euphrasia rostkoviana)

je bylina, ktorá pomáha udržiavať zdravé oči, podporuje funkciu sietnice a prispieva k lepšiemu zraku a k lepšiemu stavu unavených očí.

Dávkovanie: 1 tableta denne

- odporúčaná cena 4,80 €
- balenie obsahuje 60 tablet



Viac informácií  
na [www.happytrade.sk](http://www.happytrade.sk)

Výživový doplnok

OK13/3861



Dostanete v lekárňach za priezivné ceny

Dováža: **HAPPY TRADE** spol. s r.o.

M. M. Hodžu 10, 960 01 Zvolen, tel. 00421/907/686 880

Vyrába: **NATURVITA** a.s.

Veselá 227, 763 15 Slušovice, Česká republika