

## Kozmetické minimum podľa Aleny Kimlovej

# #loveYOURskin

**Som veľmi pracovne vyťažená, ale napriek tomu by som rada svojej pokožke tváre i tela venovala starostlivosť. Z čoho sa skladá kozmetické minimum?**

Pre starostlivosť o TVÁR by som volila štyri základné produkty, bez ktorých sa naozaj nedá pri starostlivosti o pokožku obísť. Vždy treba mať v kúpeľni po ruke čistiace mlieko, stimulačné tonikum, kvalitný denný krém a regeneračný nočný krém. Z portfólia prípravkov francúzskej kozmetiky GERnétic, s ktorými pracujem viac ako 20 rokov, by som vybrala produkty, ktoré je možné použiť na každý typ pleti, a ktoré prinesú pokožke štandardnú starostlivosť. Navyše sa vám s nimi bude veľmi dobre pracovať.

Čistiace mlieko Glyco dokonale odstráni líčidlá, prečistí pokožku do hĺbky, uvoľní póry, podporí bunkovú obnovu a prinesie pokožke hebkosť a príjemný pocit. Srvátkový proteín pokožku krásne upokojí.

Stimulačné tonikum Fibro - bylinkový koktail (lipový kvet, harmanček, ženšen, hamamel, uhorka) pôsobí blahodarne na osvieženie a stimuláciu pokožky, rozjasní a presvetlí pleť.

Denný krém Tropo Plus ochráni proti nepríjemným vonkajším vplyvom, UV faktor poskytne základnú ochranu proti UV lúčom. Bambucké maslo a mandľový olej pomôžu s obnovou hydrolipidového filmu a zamedzia dehydratácii.

Regeneračný krém Synchro - nenahraditeľný nočný krém, ktorý dodá pleti potrebné regeneračné a revitalizačné zložky, ktoré boli získané z ušľachtilých olejov nechtíka, mandlí, olív, sóje a včelieho vosku. Počas noci odstráni z pleti únavu a vyčerpanosť, obnoví rovnováhu.

Práca s týmito prípravkami Vám zaberie ráno aj večer iba niekoľko minút, a napriek tomu udrží pleť v dobrom stave. Ak chcete starostlivosť o Vašu pleť ešte minimalizovať, zvolte na záver miesto make-upu, ktorý sa neľahko nanáša, tónovací krém Crème GG. Jednoducho a rýchlo sa rozotrie, nezanecháva mapy a krásne pokožku tónuje a zjednotí. Dodá ľahko opálený a zdravý odtieň.



**Základom starostlivosti je čistenie pleti**

K vašej minimalistickej starostlivosti by som pridala ešte aplikáciu remineralizačnej masky Masque Marin (raz týždenne), ktorá je „ušitá na mieru“ pre unavenú a vystresovanú pokožku. Doplní potrebné minerály a okamžite dodá pleti energiu a jas.

Pokiaľ často vyrážate na cesty a nechce sa Vám baliť všetky menované produkty, kúpte si cestovnú sadu zloženú z dvoch produktov - Nettoyant Gommant Marin a krém Symbiose. Ide naozaj o bleskové kozmetické minimum, ktoré môžete prechodne využívať.

Nettoyant Gommant Marin je jemný čistiaci peelingový gél, ktorý nahradí mlieko a tonikum. Môžete si ho zakúpiť aj v malom cestovnom balení. Symbiose je krém polomastného charakteru s ľahkou regeneračnou zložkou, ktorý je možné použiť ako nočný aj denný krém. Nebráni dokonalému nalíčeniu.

Ak chcete udržať peknú pokožku na celom TELE, základom tejto starostlivosti je ošetrovanie pokožky po každom rannom i večernom kúpeli či sprche. Túto starostlivosť nemožno príliš zrýchliť. Ráno je vhodné naniesť hydratačné telové mlieko. Nedám dopustiť na prípravok Lait Corps Douceur. Hebká emulzia sa ľahko rozotiera, okamžite sa vstrebáva a zanecháva kožu vláčnu, voňavú a dokonale hydratovanú. Večer siahnite po suchom oleji Huile De Beauté určenom na regeneráciu a výživu pokožky. Účinné látky získané z makadamiového oleja a oleja z hroznových jadriek posilňujú bunkové membrány. Príjemná vôňa citrónovej trávy Vám spríjemní aplikáciu a prehĺbi spánok. Pokiaľ chcete riešiť problém celulitídy, zoštíhlenia alebo uvoľnenia pokožky, potom je nutné siahnuť po ďalších špecifických prípravkoch.

**Alena KIMLOVÁ,**  
hlavná kozmetička a školiteľka GERnétic

Chcete sa stať Gerneticienne  
- zaregistrujte sa na  
[www.gernetic.cz](http://www.gernetic.cz)

