

samo**zdrowie**

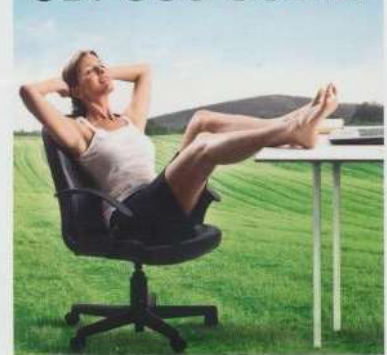
ZDROWA MODA

Domowe **KISZONKI**



Wzmocnisz
odporność
i usuniesz
toksyny

ODPUŚĆ SOBIE!



Jak odnaleźć w życiu luz
i wewnętrzny spokój

DARMOWE

PORADY LEKARZY

str. 44



NOWE
PATENTY
NA MOCNE
WŁOSY

WYJEDŹ Z NAMI DO SPA

Zrelaksuj się i zadбай
o siebie! str. 87



CAŁA PRAWDA O SZCZEPIENIACH

Czy na pewno
są bezpieczne?

Agnieszka Cegielska

ZIOŁA LECZĄ

Sprawdziłam
to na sobie

Poczuj się
dobrze w swoim
rozmiarze

Proste ćwiczenia,
które szybko
ujędrnią ciało

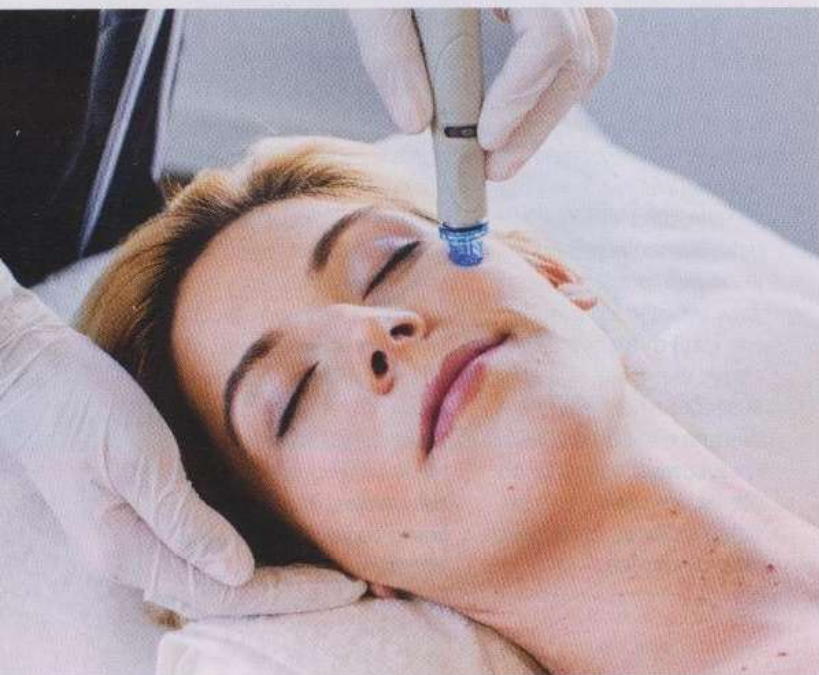
Indeks 340928 ISSN 1429-1568



9 771429 156807

TESTUJEMY DLA WAS zabiegi odmładzające

W gabinetach pojawia się coraz więcej zabiegów, które odmładzają twarz i ujędrniają ciało. Jest ich tak dużo, że trudno wybrać coś dla siebie. Przetestowałyśmy je dla Was i wybrałyśmy te najskuteczniejsze. Naprawdę działają!



AGNIESZKA WIERZBICKA
redaktor
naczelnia

ZABIEG LIFTINGUJĄCO- ODMŁADZAJĄCY VENUS LEGACY

NA CZYM TO POLEGA

To ujędrnianie skóry za pomocą urządzenia wytwarzającego falę radiową. Pobudza ona skórę do pracy. Ujędrnia ją i sypłca zmarszczki. Zabieg jest bezinwazyjny, polega na masowaniu twarzy specjalną głowicą.

OPINIA AGNIESZKI Taki odprężający masaż to sama przyjemność! Podczas zabiegu czuć na twarzy relaksujące ciepło. Efekt mnie zaskoczył. Wiotka skóra na policzkach i w okolicy podbródka stała się napięta, a zmarszczki na czole i pod oczami po prostu zniknęły. Zabieg można zrobić przed ważnym wyjściem, bo efekt jest naprawdę spektakularny. Żeby utrzymał się dłużej, trzeba kilka razy go powtórzyć.

Cena: 500 zł

Miejsce: Klinika Twarzy i Ciała Chic, ul. Grzybowska 63, Warszawa, www.chicmed.pl



EWA BASIŃSKA
redaktorka
działu dieta

ZABIEG REWITALIZUJĄCY RESTYLANE SKINBOOSTERS

NA CZYM TO POLEGA

Lekarz wstrzykuje w wielu miejscach na twarzy preparat ze stabilizowanym kwasem hialuronowym. To nawilża i ujędrnia. Po zabiegu trzeba dużo pić, bo kwas hialuronowy chłonie wodę i wypelnia skórę od środka. Osobom do 35. roku życia wystarczy jeden zabieg, po czterdziestce lepiej zrobić serię 3-5 zabiegów.

OPINIA EWY Bałam się, że zabieg będzie bolesny, ale pani doktor znieczuliła mi twarz maścią i czułam tylko lekkie rozpięcie. To niesamowite, ale od razu po zabiegu wygładziła mi się zmarszczka na czole, a po pięciu dniach skóra stała się gładka, napięta i świetlista jak po urlopie!

Cena: 850 zł

Miejsce: Instytut Medestetis, ul. Włodarzewska 81, Warszawa, ul. Odrowąża 18, Kraków, www.medestetis.pl



SYLWIA MONOSTORI
redaktorka

MIKRODERMABRAZJA WODNA HYDRAFACIAL

NA CZYM TO POLEGA Zabieg łączy mikrodermabrazję, czyli złuszczenie naskórka, z kuracją nawilżającą lub odmładzającą i doskonale zastępuje manualne oczyszczanie cery. Jego przebieg i stosowane preparaty są dopasowywane do potrzeb skóry. Do dojrzałej najlepszy jest program New Life for Skin, podczas którego nakłada się m.in. oczyszczający preparat z mocznikiem, ekstraktem z drożdży i kwasem mlekowym, piling glikolowo-salicylowy, odmładzający koncentrat z peptydami i nawilżający – z witaminami i kwasem hialuronowym. Podczas zabiegu kosmetolog używa urządzenia z wymiennymi jednorazowymi

końcówkami, które odsysają zanieczyszczenia i zaskórniki oraz wprowadzają substancje aktywne w głąb skóry.

OPINIA SYLWII Mam sporo zaskórników, zwłaszcza w strefie T, i problem z nadmiernie wydzielającym się sebum. Ten zabieg oczyścił mi cerę i pięknie ją wygładził. Podczas nakładania preparatu z kwasem hialuronowym i witaminami czułam lekkie szczypanie, ale trwało to tylko chwilę. Po zabiegu miałam poczucie odświeżenia i ujędrnienia. Lekkie zaczerwienienia zniknęły w ciągu kilku godzin. Pani wykonująca zabieg doradziła, żebym wieczorem nałożyła sobie jeszcze odżywczą maseczkę, bo oczyszczona skóra wchłonie doskonale wszystkie jej składniki.

Cena: 250-500 zł

Miejsce: Gabinet Medycyny Estetycznej FabSkin, ul. Petczyńskiego 22a lok. 78, Warszawa, www.fabskin.pl