



3/2007

magazín

solárních studií Bodysun

KRÁSNĚ OPÁLENÁ I V ZIMĚ

Otužování
jako cesta k posilování imunity

Rozhovor s Pavlou Ptáčkovou

Víme, čím se mažeme?

Sledujte a čerpejte výhody!
Dárky pro majitele věrnostní karty



BodySun

Nově otevřený

KOSMETICKÝ SALON
v Bodysun Křenová 13
po. 12–20 hod., st. 8–16, hod., čt. 12–20 hod.

Kosmetické ošetření pleti profesionálními
přípravky RYOR. Manikúra, modelace nehtů,
permanentní make-up, piercing.
SPEED BRONZER
Applikace opálení „náštříkem“.

kosmetička: **SILVIE SVOBODOVÁ**
tel.: 543 254 400

solária Bodysun

slovo úvodem



Obsah

Bodymagazín 3/2007

- str. 3 Úvodní slovo
- str. 4 Magnetická karta Bodysun
- str. 8 Víme, čím se mažeme?
- str. 12 Rozhovor s Pavlou Ptáčkovou
- str. 16 Otužování – posilování imunity
- str. 18 Lékař radí
- str. 22 Listárna

Tento způsob zimy je zatím poněkud **NEŠŤASTNÝ**



Lenka Baláková
(jednatelka)

ZIMA JE SICE UŽ TU, ALE SNÍH ZATÍM NIKDE.

Sníh si dává načas, ale sluníčko je tu stále. Hlavně v Bodysun. Pustili jsme ho i do nových interiérů, kde na vás dýchne teplými barvami. Pro tuto sezónu jsme barvou paprsků oživila i interiéry salónů, aby se zahřála i duše, nejen tělo. A sníh? Na ten se snad budeme brzo po Novém roce dívat z tepla přes výlohy provozoven.

A tedy rok 2007 v Bodysun. Nejen v novém „kabátě“, ale i se stálými akcemi pro věrnostní zákazníky. Pro ty bude u nás svítit nejen slunce, ale i nabídka pravidelných zvýhodnění a bezplatných služeb a dárků.

Pro zákazníky solárních a relaxačních studií vydává firma Bodysun. Majitelům věrnostního programu zasíláme magazín **ZDARMA**.

Redakce:

Brno–Bystrc, Jakuba Obrovského 1
tel.: 543 210 113, www.bodysun.cz

Grafická úprava:

Poring, s.r.o., Hoštická 4, 642 00 Brno
tel.: 547 219 582, www.poring.cz

BodySun

Věrnostní karta Bodysun nejen sbírání bodů

Ing. Radek Procházka (jednatel společnosti)



NA DÁRKY!

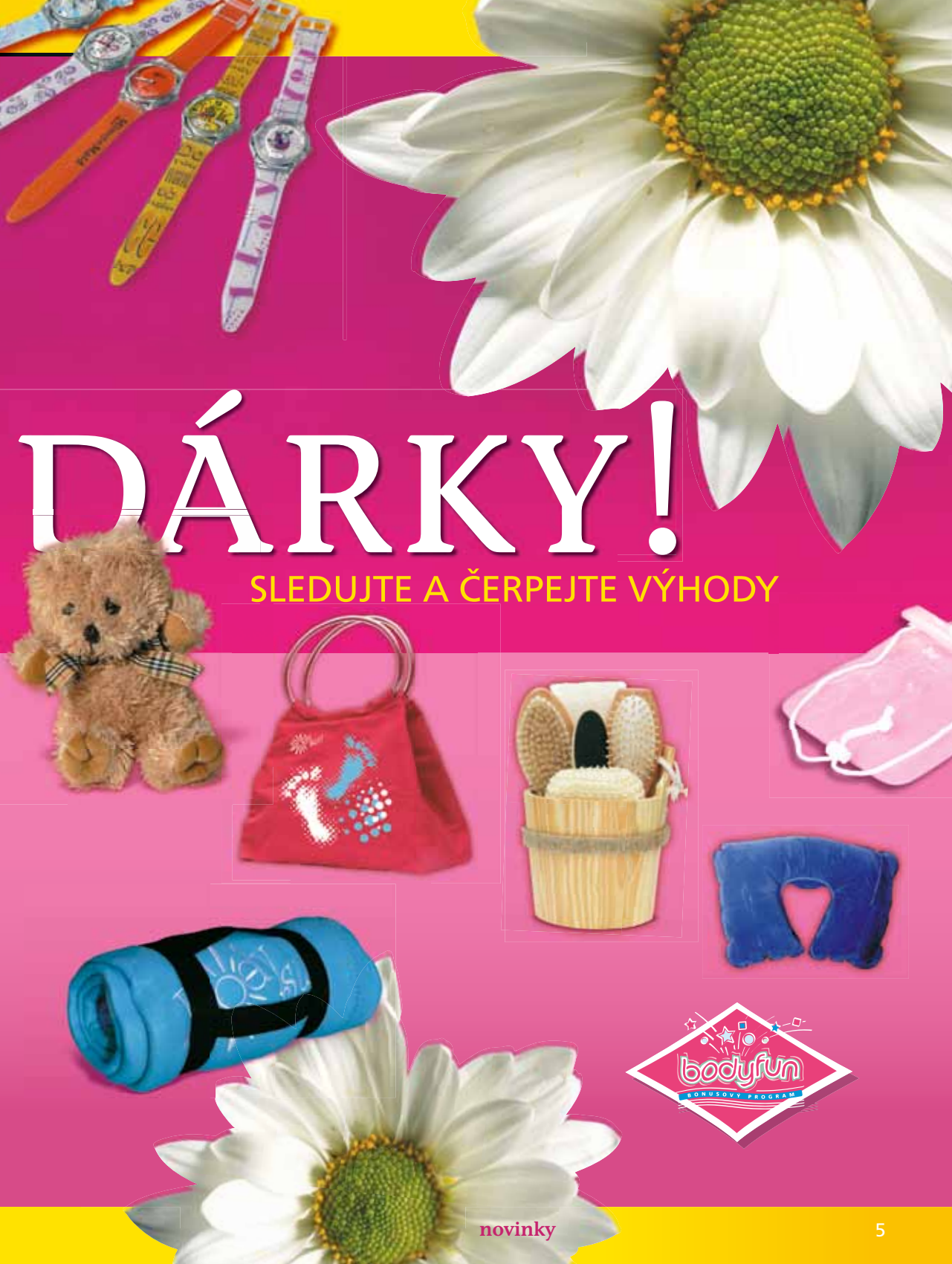
SLEDUJTE A ČERPEJTE VÝHODY

Solární studia Bodysun nabízí svým „věrným zákazníkům“ i jiné výhody než sbírání bodů a následný výběr dárek z katalogu Bodysun. Majitelům věrnostních karet připravujeme stále různá zvýhodnění a hledáme další partnery, kteří našim klientům nabídnou slevy.

KOSMETICKÉ STUDIO BODYSUN » Ze strany Bodysun je to např. zvýhodnění pro věrnostní zákazníky v kosmetickém studiu Bodysun. Kosmetička zde připravuje v rámci ošetření pro věrnostní zákazníky různé výhodné aplikace.

AKČNÍ NABÍDKY » Stále však pro vás budeme připravovat různé akční a propagační nabídky, které již znáte z minulých sezón, kdy jsme nabízeli např. aplikaci opálení bez UV záření zdarma, týden jste mohli využívat bezplatného nočního opalování apod. Pravidelně budete tedy upozorňováni na právě probíhající nabídku pro věrnostní zákazníky.

UPOZORNĚNÍ » veškerá zvýhodnění naleznete na našich internetových stránkách, na upoutávkách v salonech a po přihlášení na číslo vaší karty ve vašem účtu na internetu. Dále vám v některých případech budou informace rozesílány na vaši emailovou adresu či formou SMS zprávy i na váš osobní mobilní telefon.





PROČ VLASTNIT VĚRNOSTNÍ KARTU?

- » Sbíráte body, za které čerpáte dárky dle vlastního výběru.
- » S kartou máte zvýhodnění u našich partnerů.
- » S kartou můžete využívat pravidelné akce pro věrnostní zákazníky.
- » S kartou máte zvýhodnění v kosmetickém salonu Bodysun.
- » Zdarma vám bude doručován Bodymagazín.
- » Jako věrnostní klienti budete pravidelně informováni o novinkách a akcích v Bodysun.



**SLEDUJTE
A ČERPEJTE
VÝHODY!**

T maxx – řada přicházející z moře

Výběr nejúčinnějších a luxusních složek dodá vaši pleti energii, hebkost a touha po perfektním opálení bude naplněna. Přípravek je obohacen hodnotnými látkami, přicházejícími z moře: **Extrakt z ústřic**, který je bohatý na minerály, stopové prvky a aminokyseliny (taurín). **Kaviárový extrakt** hydratuje a přispívá fosforu stimuluje a regeneruje buněčnou strukturu. Je velkým zdrojem energie, navrácí ztracenou vitalitu, vyhlazuje vrásky, způsobí okamžité a dlouhodobé zpevnění pleti. **Výtažek z mořských řas** je zdrojem vitamínů, zvláště C a B, minerálů, aminokyselin a polysacharidů. Plet detoxikují, stimulují její metabolismus a usnadňují přirozené odbourávání podkožního tuku a povzbuzují odvod tekutin z podkoží.

Silice ylang-ylang harmonizuje psychiku, působí jako afro-diziakum. Kosmetická řada dále obsahuje extrakt z hedvábí, koenzym Q10, olej z rakytníku rašetlakového, guaranu, vitamíny A, C, E, PP-niacin, kolagen, elastin, sléz, růži stolistou, jinan dvoulaločný, panax ginseng, henu, kyselinu hyaluronovou, bisabol, tyrosin, kofein, karnitin, karamel a další účinné látky, které zajistí krásné opálení se zachováním svěžesti pleti.

t maxx.

petit
Chou Chou.

200 ml, 15 ml
Luxusní mléko před
opalováním v soláriu

French
Taboo.

200 ml, 15 ml
Luxusní mléko před
opalováním v soláriu
se samoopalující složkou.

Sweet Sin.

200 ml, 15 ml
Luxusní máslo před opalová-
ním v soláriu s obsahem ka-
kaového a shea másla.



Otužování patří ke starým našim předkům ověřeným nejúčinnějším prostředkům přispívajícím k obratnosti organismu.

Cílem otužování je posilování imunitního systému, zlepšování fyzické zdatnosti, upevňování fyzického i psychického zdraví a pevné vůle.

OTUŽOVÁNÍ

CESTA K POSILOVÁNÍ IMUNITY

TYPY OTUŽOVÁNÍ

OTUŽOVÁNÍ VZDUCHEM

POBYT NA ČERSTVÉM VZDUCHU » Po celý rok můžeme například chodit na procházky, pracovat na zahradě, běhat v zeleni, jezdit na kole, v zimě na běžkách a vždy v lehčím oblečení.

SPÁNEK PŘI OTEVŘENÉM OKNĚ » je dalším stupněm otužování, a to i v chladném ročním období. Čerstvý vzduch navíc podporuje hloubku spánku a zvyšuje míru odpočinku. Důležité je pozvolné zvykání na chlad v ložnici, nejvhodnější je začít v podzimním období. V zimě otevírání okna regulujeme, eventuálně využíváme pouze jeho ventilačního křídla. Rovněž dbáme na tepelnou ochranu vhodnými typy a silou lůžkovin.

RANNÍ ROZCVÍČKA V MINIMÁLNÍM OBLEČENÍ PŘI OTEVŘENÉM OKNĚ » je jinou možností účelného vzduchového otužování. Provádíme buď na čerstvém vzduchu nebo při otevřeném okně. Začínáme od příjemnějších teplot vzduchu, které postupně ochlazujeme (v průměru ubíráme vždy po 3–4 dnech zhruba 1° C). Ideální délkou je deset minut, v nepříznivých teplotách délku zkracujeme,

NEŽ ZAČNEME S OTUŽOVÁNÍM

Měli bychom věřit, že otužování má smysl a bude mít přínos pro náš organismus.

Vybereme si nám nejbližší a nej příjemnější způsob otužování.

Překonáme obavy a strach, potlačíme odpor ke studené vodě, chladnějšímu vzduchu či sauně.

Vyčleníme si pro otužování určitou dobu a snažíme se ji dodržovat.

Otužujeme se pravidelně, při přerušení se získaná otužilost vytrácí. Po delším přerušení začínáme jako na samém začátku.



RADY ÚVODEM

» Nemocní lidé, zvláště ti, co trpí srdečními obtížemi by se měli otužování vyvarovat.

- » Rozhodně se nezačneme otužovat hned studenou vodou.
- » Děti a starší lidé se otužují velmi pozvolna a v mírnějším rozsahu.
- » Do chladné vody nelezeme rozehrát.
- » Pochybnosti, komplikace či obtíže spojené s otužováním řešíme s lékařem.
- » V podzimním a zimním období upřednostňujeme pohyb na čerstvém vzduchu (například před cvičením v upocené prostoru posilovny, kde zpravidla číhají různé viry a jiné neduhy).
- » Vyvarujeme se nepřiměřeného oblékání a pobytu v přetopených prostorách. Teplota obytných místností by měla být 20–22° C.
- » Otužujeme vždy celé tělo, otužování pouze části těla není účinné.

v příznivých můžeme prodloužit. V zimním období regulujeme teplotu vzduchu mírou větrání v místnosti. Po cvičení se vždy přesuneme do teplého prostředí, v zimě do vytopeného a přidáme i odpovídající ošacení.

LEHČÍ OBLÉKÁNÍ » V rámci otužování je důležité dbát na přiměřené oblékání do místnosti i ven. Oblečení má pouze chránit tělo před chladem, nikoliv přehřívát.

OTUŽOVÁNÍ VE VODĚ

Je účinnější než otužování vzduchem. Po vodním otužování se řádně vysušíme, třeseme-li se zimou, třeme se ručníkem, čímž podpoříme prokrvení organismu a oblékneme se.

SPRCHOVÁNÍ STUDENOU VODOU » Je vhodné i pro začátečníky s otužováním. Sprchujeme se každé ráno, můžeme i večer, ale to je pouze doplňkem, nikoliv nahrazením ranního! Ranní koupel by měla být zhruba dvakrát delší než večerní. Ideální je začít vlažnou vodou a postupně ji ochlazovat.



Nemáme-li k dispozici sprchu, můžeme se umývat v chladné, posléze studené vodě. V zimě je vhodné se sprchovat 1-3 minuty, v létě zhruba 3-5 minut.

Sprchovat ve vlažné vodě můžeme i děti od dvou tří let. Při sprchování chladnou i studenou vodou je důležité se neustále hýbat, nikoliv stát. Je vhodné použít koupací čepici a nesmáčet vlasy! Nedoporučuje se tzv. sedavá koupel ve studené vodě! Po osprchování se utřeme suchým ručníkem. Poté můžeme provést zahřívací cviky, nakonec se nasnídáme. Jsme-li v časové tísní, sprchování vynecháme.

KOUPEL VE VANĚ » Nikdy nesedáme do vody teplejší než 37° C. Po vykoupání se omyjeme vlažnou až studenou vodou a utřeme se. Horká voda by narušila otužování a mohla by zapříčinit prochlazení.

PLAVÁNÍ » patří k vhodným formám otužování, zvláště v chladných a sychravých dnech, kdy klesá venkovní teplota něco málo nad nulu. Plaváním dáváme tělu dávku zátěže nezbytnou pro naši fyzickou i psychickou pohodu. Pozor na prochlazení!

OTUŽOVÁNÍ SAUNOVÁNÍM » Patří k procedurám aplikujícím na povrch těla studenou vodu. Princip spočívá ve střídání pobytu v horkém a suchém vzduchu (až kolem 100° C), který vyvolává silné pocení se šokovým zchlazováním ve studené vodě. Přechody mezi teplotami posilují obranyschopnost organismu, krevní oběh a pozitivně působí i na pleť. Střídání teplot navozuje únavu i duševní uvolnění. Extrémní přechody jsou pro tělo nepřírozané, způsobují výkyvy krevního tlaku.

Netrénovaný organismus může dostat šok! Zvláště u dětí a starších osob s vadami oběhu mohou navíc vyvolat nežádoucí reakce. Do sauny nechodíme s plným ani prázdným žaludkem. Důležitá je pravidelnost a pozvolné zvyšování otužovacích procedur. V některých zemích je saunování používáno jako způsob očisty těla.

PŘÍNOS OTUŽOVÁNÍ

- » Organismus je odolnější proti běžnému nachlazení, angíně či chřipce.
- » Tělo celkově více vydrží, lépe se adaptuje na teplotní přechody v chladnějším období.
- » Pokud onemocní otužilec, průběh stonání je mnohem lehčí.
- » Zvyšuje odolnost proti nákazám, stimuluje látkovou výměnu, aktivizuje tělo, zlepšuje chuť k jídlu a navozuje příjemnou duševní pohodu.
- » Pomáhá proti bolesti zad.
- » První výsledky pravidelného otužování se dostávají po několika dnech – chladná sprcha či bazén se nezdají tak studené. Stejně tak teplota místnosti nebo sneseme menší vrstvy oblečení. Tělo začíná být odolnější vůči běžnému nachlazení či rýmě, které by ho dříve skolily.



OTUŽOVÁNÍ DĚTÍ

NOVOROZENCI A KOJENCI » Dbáme na přiměřené, nikoliv nadměrné oblékání a dostatečný pobyt na čerstvém vzduchu. Nejsnadnějším otužováním je vzduch. Dítě necháváme spát u otevřeného okna 5–10 minut, později čas prodlužujeme. Teplotu kojence kontrolujeme na hrudníčku (ne nožičky)! Dbáme na noční spánek ve větrané místnosti při teplotě kolem 18° C. Vodou můžeme kojence otužovat pouze v plavecké škole pro kojence. S otužováním doma začínáme nejlépe až kolem 1 roku dítěte, a to na podzim. Otužování vodou začínáme při koupání – navlhčenou vyždímanou žinkou jemně otíráme obličej, krk, trup a končetiny. Dítě si na studený dotek rychle zvykne. Tělíčko ihned vysušíme, pokožku promasírujeme a oblečeme. U kojenců začínáme s vodou 35–34° C, snižujeme o půl stupně, maximálně na 30° C.

BATOLE » Vyvarujeme se zchoullostivosti a tím předcházíme nachlazení. Nenecháváme dítě v přetopené místnosti nad 22° C. Minimálně 3 hodiny denně jej necháme na vzduchu. Dítě od 0–4 měsíců nevystavujeme teplotě pod -5° C. Staršímu nemluvněti mrazík nevadí. Pozor na extrémní teploty! Děti oblékáme ve vrstvách, jsme-li v místnosti, dítě svlečeme! Postupně přivykáme na nižší teploty. Vždy dítěti nejprve vysvětlíme, proč se bude otužovat a nadchneme ho ke spolupráci. Otužujeme denně, teplotu vody snižujeme o 1° C, ale zůstaneme u 25° C. Děti od dvou let můžeme otužovat i v zimě při pobytu v přírodě. Ideální je koulování na konci procházky.



DUŠEVNÍ POHODA A DOBRÁ NÁLADA POSILUJÍ PEVNOU VŮLI!

„MÁM RÁDA KRÁSNÉ VŮNĚ JARA A PODZIMU“

...říká Pavla Ptáčková,
divadelní, filmová
a televizní herečka.



Do povědomí nejširší veřejnosti se Pavla Ptáčková dostala díky své seriálové postavě veterinářky Ivy z televizního seriálu Ordinace v růžové zahradě.

Ovšem Pavla má za sebou i role v dalších seriálech – zahrála si fotografku Kláru v seriálu Redakce, v Četnických humoreskách, objevila se i v televizních pohádkách. Její herecká kariéra začala v 16 letech, kdy coby závodní tanečnice uspěla v konkurzu Městského divadla Brno a dostala roli ve West Side Story. Po maturitě roku 1997 do tohoto divadla nastoupila natrvalo a jeho členkou je dodnes.

Asi málokdo o vás ví, že jste původně na herectví vůbec nepomýšlela. Čím jste chtěla být jako malá slečna?

Jako úplně malá jsem vlastně herečkou být chtěla, ale jen takovou, jako Libuška Šafránková v pohádce o Popelce. Později jsem se ve škole vcelku dobře učila, takže se spíš nabízela nějaká vysoká škola. A jak už jste řekla, konkurz na West Side Story tím tak trochu zamíchal.



Pavla Ptáčková

místo narození: Brno

stav: svobodná

vzdělání: Gymnázium

Od roku 1997 je členkou činoherního souboru Městského divadla Brno. Hrál v několika televizních pohádkách, dnes ji můžeme vidět jako veterinářku Ivy v televizním seriálu Ordinace v růžové zahradě.

Pocházíte z ryze neuměleckého prostředí – jak se vám zvykalo na nepravidelný vzrušivý život herečky, která je v současnosti na rozhraní?

Vzrušivé jsou pro mě asi jiné věci než život herečky. Tak tomu spíš podle mě bylo za první republiky, kdy se kolem filmu a divadla opravdu žilo a tehdejší hvězdy diktovaly módu, z velké části i politiku. Mě to všechno potkalo spíš náhodou, na gymnáziu jsem si normálně užívala krabicové víno s kamarádkami na Petrově a spousty jiných věcí, které se nedají publikovat. A to myslím bylo mnohem větší „vzrušo“.

Jste těžko k zastižení, vlastně i náš rozhovor se odehrává po síti – jak probíhá váš pracovní den?

Když jedu točit do Prahy, vstávám ve čtyři v pět, natočím a vrácím se do Brna na představení, nebo v Praze zůstávám. Když se zkouší v divadle, tak se pracuje od desíti do dvou, někdy od desíti do šesti a od šesti do desíti probíhá příprava na představení a představení. Takže když se přijde domů, málokterý herec dokáže jít hned spát, to většinou chodíme až tak kolem jedné druhé hodiny. Ale zvyknout se na to dá, myslím, že jsou horší zaměstnání.

Čtenáři, kteří vás neznají z divadla, vás určitě zaznamenali alespoň v některém televizním seriálu nebo v jiném pořadu. Která televizní práce vám zatím nejvíce přirostla k srdci?

To se nedá přesně říct. Věci, které jsem zatím natočila, mi nesplývají, každá měla úplně jinou atmosféru, něco se točí v ateliérech, něco na hradě, něco v létě, něco v zimě, něco na Slovensku, něco v Čechách, ale musím říct, že se vždycky stejně nejvíc těším zpět do našeho divadla, tam jsem prostě doma.

V seriálu Ordinace máte poměrně velký herecký prostor, takové natáčení je nepochybně časově, fyzicky i duševně náročné – točí se celé dny, musíte být včas na place, umět text... Změnila Ordinace nějakým způsobem váš předchozí život?

S těmi texty je to tak, že se vám postupně vycvičí krátkodobá paměť a jste schopna se čtyřstránkový text naučit za deset minut během převleku. Duševně náročné natáčení není, seriál je milý, nenáročný, netočíme tam žádné hrůzy a právě Ordinace se vyznačuje tím, že je velká pohoda na place a spíš musíme často přemáhat smích. Nejnáročnější jsou určitě cesty po dálnici, fyzicky i psychicky.

Navštěvujete nějaké solární studio či jiné podobné instituce?

Hned naproti divadlu máme solárium Bodysun, takže tím je pro mě volba jasná a vždycky tam na mě jsou moc milí. Ale jinak si vybírám podle doporučení známých a prioritou je pro mě milé, příjemné prostředí a osobní jednání. Ani v tom nejlepším salónu se nebudu cítit dobře, pokud tam se mnou budou mluvit moc nebo málo a budu v tom cítit spíše podnikatelskou snahu než milého člověka.

Chodíte na kosmetiku?

Na kosmetiku nechodím, to je můj dluh. Protože mám hodně suchou pleť, je pro mě základem hydratace. Všechny krémy a přípravky mi hlavně musí vonět a nesmějí být testovány na zvířatech.

Jako herečka musíte pečovat o svůj zevnějšek – prozradíte některé své triky a tajemství z této oblasti?

Pečuju asi jako každá ženská, ale to bych určitě pečovala, i kdybych nebyla herečka. Možná o to víc, protože právě teď třeba netočím a jediné tak mám čas zajít ke kadeřníkovi, jinak se mi o vlasy stará jedna naše hodná maskérka. Pro mě je asi nejdůležitější pořádně se vyspat a pít hodně vody.

Určitě nejdnoho čtenáře zajímá, zda opravdu čekáte miminko nebo je vaše těhotenství v Ordinaci čistě součástí scénáře a točila byste s vlastním miminkem?

Dítě nečekám, pokud vím, a vůbec nevím, jestli bych chtěla, aby moje dítě účinkovalo v divadle nebo v televizi. Samozřejmě by velmi záleželo na situaci a na konkrétní nabídce i na zdravotním stavu nás obou. Člověk si může naplánovat cokoli, ale když se to miminku v bříšku nebude líbit, žádné smlouvy vás k ničemu nedonutí. Ale myslím, že bych s tím malým asi chtěla být doma a v klidu.

Pomalu nastává zima – máte ráda toto roční období i se vším, co s sebou přináší?

Zimu si umím užít jen mimo město, například na chalupě na venkově – přímo miluju večerní procházky zasněženou přírodou. Ale jinak zimu moc ráda nemám, je mi zima, špatně se jezdí v autě. Na druhou stranu se během ní můžu těšit na jaro. Jsem jarní a podzimní člověk, mám ráda krásné vůně, které patří k těmto obdobím.

Máte nějaké zkušenosti s otužováním?

Už druhý rok chodíme parta z divadla každé pondělí do sauny a na tento způsob otužování nedám dopustit. Hlavně kvůli pivu a dobrotám po sauně. A musím říct, že jsem tím pádem už skoro dva roky nebyla vážněji nemocná.

Zůstává vám při vašem programu čas na koníčky? Jak relaxujete?

Relaxuju jakkoli – knížka, kino, příroda, ježdění na koni, televize, hlavně u toho musí být lidi, se kterými je mi dobře. To se pak dá dělat opravdu cokoli.

Prozradíte, jaké jsou vaše nejbližší plány, ať už soukromé, pracovní nebo obojí?

Neprozdám, protože vůbec nevím, to je na herecké práci ta nepřijemná stránka, že o vás neustále rozhodují jiní. Co budete zkoušet, do čeho vás obsadí, je tam jen velmi malý prostor na rozhodování.

Co je v současnosti vaším největším přáním?

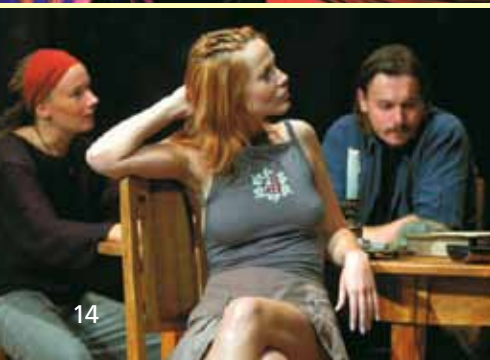
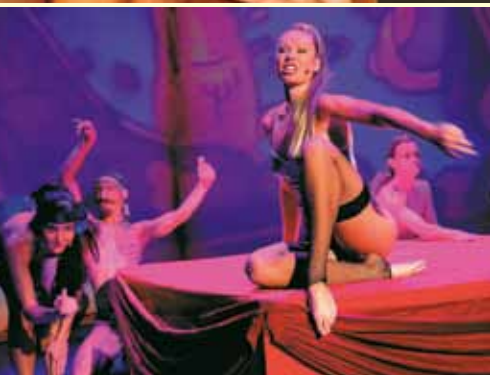
Nemám žádná velká ani největší přání, když něco přijde, tak se z toho těším. Řeknu vám, co si nejvíc přeje a co by nejvíc překvapilo moji osmiletou kamarádku. Nejvíc by si přála, aby už nic nemusela, a nejvíc by ji překvapilo, kdyby přišel obr (smích).

Děkuji za rozhovor.

Iveta Macková

foto: Jef Kratochvil

Pavla Ptáčková



NEMÁM ŽÁDNÁ VELKÁ
ANI NEJVĚTŠÍ PŘÁNÍ.
KDYŽ NĚCO PŘIJDE,
TAK SE Z TOHO TĚŠÍM.

Při výběru vhodné kosmetiky bychom měli vzít v úvahu nejen název a podtitulek výrobku, ale – a to především – jeho složení. Výrobci mají povinnost uvádět na obalu výrobků všechny v něm obsažené látky.

VÍME, ČÍM SE MAŽEME?



SLOŽENÍ KOSMETICKÝCH PŘÍPRAVKŮ

Složení kosmetického přípravku zpravidla nalezneme na zadní straně výrobku, mnohdy je psáno velmi malým písmem, přesto bychom si je měli důkladně prostudovat.

V prvé řadě je důležité pořadí uváděných látek. Podle Státního zdravotního ústavu Praha by měly být řazeny podle míry zastoupení v daném přípravku. Výchť začíná látkou, která je ve výrobku obsažena v největším množství a končí látkou s nejnižší koncentrací.

Přípravky pro péči o pleť obsahují:

1. VODA

VODA A TENZIDOVÉ VÝROBKŮ » Hlavní složku těchto výrobků představuje voda. Obsah vody v těchto výrobcích umožňuje náležitou koncentraci látek s povrchově čistícím účinkem na kůži a vlasy, a to tak, aby byly při použití daného výrobku zajištěny jeho optimální vlastnosti. Do kategorie těchto výrobků patří šampony na vlasy, sprchové gely či pěny do koupele.

INGREDIENCE DĚLÍME NA LÁTKY SYNTETICKÉHO A PŘÍRODNÍHO PŮVODU.

Obecně lze říci, čím méně obsahuje přípravek konzervačních látek a parfémů, tím lépe.



2. TUKY

VHODNÉ KRÉMY » Ke krémům s vhodným obsahem tukové složky patří krémy, které obsahují ricinový olej, glycerin, avokádový olej nebo látky získané z rostlinných olejů.

NEVHODNÉ KRÉMY » Zdravá kůže má být hebká a prodyšná. Výrobky, u nichž je ve výčtu složek mezi prvními uvedena **vazelína (Petrolatum)** nebo **parafinový olej (Paraffinum liquidum)** vytvářejí na pokožce nepropustnou vrstvu, zanášejí a zanácejí její póry.

3. EMULGÁTORY

Látky, které umožňují spojit stejnorodé směsi nesmisitelných složek a které tyto směsi následně udržují pohromadě.

Tyto látky umožňují vznik emulze. Povaha emulgátoru následně určuje nejen stabilitu vniklé emulze, ale i její typ. Mezi emulzní výrobky patří například krémy, mléka a pleťové vody. Tyto pomocné látky vznikají spojením vody a oleje.

4. KONZERVANTY

Látky vysoce účinné proti bakteriím a plísním, jejich vyšší koncentrace může vyvolat nežádoucí účinky, jako např. dráždivost kůže, až alergii.

Patří mezi látky prodlužující upotřebitelnost výrobku tím, že ho chrání před znehodnocením nežádoucími mikroorganismy.

Konzervační látky se přidávají do výrobků, aby zamezily růstu mikroorganismů a následnému zkažení přípravku.

KONZERVACE VÝROBKŮ » Kosmetické výrobky obsahují vodu a další výživné látky (tuky, cukry, rostlinné výtažky, vitaminy) a ty jsou výživnou půdou pro množení bakterií a plísní.

Při dodržení čistoty výroby není třeba do výrobku přidávat mnoho konzervantů.

MNOŽSTVÍ KONZERVANTŮ » Konzervanty mají v kosmetice limitovaný přípustný obsah. V kosmetických výrobcích by měly být obsaženy v co nejmenším množství.

K často diskutovaným konzervačním látkám patří parabeny, které mají alergenní charakter.

5. BARVIVA, PARFÉMY, PIGMENTY

BARVIVA » Barviva se dělí na syntetická a přírodní.

PARFÉMY » Přítomnost parfémů v kosmetických výrobcích umožňuje jejich příjemnou vůni. Parfémy obsažené ve vyšší koncentraci mohou kůži dráždit, či vyvolávat alergické reakce.

Ideálním výrobkem, který by neměl pokožku dráždit ani vyvolávat alergické reakce, je kosmetika vyrobená bez použití vůně.

PARFUM je obecné označení pro směsnou parfémovou kompozici a toto označení zaručuje spotřebiteli obsah omezeného množství parfémových složek.

PARFÉMOVÉ SLOŽKY » Jsou-li ve výrobku obsaženy ve vyšší koncentraci, než jakou lze shrnout pod označení PARFUM, bývají na obale uvedeny zvlášť. Důvodem vyšší koncentrace bývá obvykle ne příliš příjemné aroma některých surovin.

Tyto parfémové složky mohou u některých jedinců vyvolat dráždivé účinky, v některých případech až alergickou reakci. Čím méně těchto složek výrobek obsahuje, tím lépe.

PIGMENTY » Určují zabarvení výrobku, a bývají označeny písmeny CI + příslušným číslem barvy.

SPECIÁLNÍ VÝROBKÝ

VÝROBKÝ S VÝTAŽKY, ZPRAVIDLA PŘÍROD-

NÍCH LÁTEK » Pokud je tato látka uvedena na samém konci složení, je i její účinek velmi omezený, ne-li minimální.

Je-li uvedena na předních místech, bude zastoupena v dostatečném množství. Výrobky s těmito látkami budou i důkladně zakonzervovány, neboť jsou náchylnější ke znehodnocení.

VÝROBKÝ S ŠETRným PH » Kyselost výrobku by se měla pohybovat v rozmezí hodnot 5,5 až 7.

DERMATOLOGICKY TESTOVÁNO » Výrobek byl testován na vzorku 50 až stovek lidí.

PŘÍTOMNOST UV FILTRU » Výrobek chrání pokožku před malými dávkami záření, ale není určen jako ochranný prostředek pro účely slunění!

VÝROBKÝ PRO CITLIVOU POKOŽKU

PŘECITLIVĚLOST A ALERGIE NA VYBRANÉ SLOŽKY ČI VÝROBKÝ

Jestliže na některý kosmetický výrobek reaguje pokožka zčervenáním, pigmentovými skvrnami či vyrážkou, je třeba vyhledat pomoc dermatologa. Lékař provede kožní testy a zhodnotí, na který výrobek nebo jeho složku je člověk přecitlivělý nebo alergický. Poté doporučí, na které složky je třeba si dávat pozor a raději se jich vyvarovat.

HYPOALERGENNÍ VÝROBKÝ » Obsahují minimum nebo dokonce žádné dráždivé a alergenní látky.

VÝROBKÝ PRO CITLIVOU PLEŤ » Mají podobné složení jako hypoalergenní výrobky. Neobsahují barviva ani pigmenty, zpravidla nevoní a jejich aroma je cítit po surovinách, které jsou v nich obsaženy. Látky s přirozeně antibakteriálním účinkem zajišťují těmto výrobkům odolnost proti mikrobům.

OBALY VÝROBKŮ

DATUM SPOTŘEBY PO OTEVŘENÍ VÝROBKU » Čas, po který výrobce garantuje účinnost konzervačního systému vůči pomnožení mikroorganismů. Mikroby se dostávají do výrobků i pouhým dotykem rukou při běžném používání.

TRVANLIVOST VÝROBKU

UZAVŘENÝ VÝROBEK » Doba použitelnosti uzavřeného a řádně skladovaného výrobku se pohybuje v rozmezí dvou až pěti let.

OTEVŘENÝ VÝROBEK » Dobu, do které je třeba výrobek po otevření spotřebovat, znázorňuje číslo u symbolu otevřené krabičky. Délka spotřeby po otevření se pohybuje mezi 12 až 30 měsíci.



KOSMETICKÉ OŠETŘENÍ PŘÍPRAVKY RYOR

vhodné profesionální ošetření, zaměřené na daný typ pleti
jako doplněk domácí péče



ÚKONY A CENÍK OŠETŘENÍ

povrchové čištění - peeling - hloubkové čištění - masáž obličeje
masáž dekoltu - desinfekce a prokrvení pleti ozónem
aplikace aktivního koncentrátu dle typu pleti
pleťová maska dle typu pleti - aplikace krému dle typu pleti

doporučení: četnost návštěv: minimálně 1x měsíčně, délka ošetření: 60 minut

BĚŽNÁ CENA

399,- Kč

PRO VĚRNOSTNÍ
ZÁKAZNÍKY

299,- Kč



PŘEDSTAVUJEME

Nové solární studio v centru Brna Náměstí svobody, centrum OMEGA

Ve výtahu stačí stisknout 3. patro
a vystoupíte přímo před studiem.

Přijďte se podívat na naše nejnovější
solární studio v novém kabátě!
Vdechli jsme interiéru více barev, slunce
a pocitu tepla.

Výhoda pro maminky – přímo naproti
solárnímu studiu je dětský koutek
s hlídací službou.



PROVOZNÍ DOBA

pondělí–pátek: 8–21 hod.
sobota: 8–16 hod.
neděle: 10–18 hod.



LISTÁRNA

Odpovědi na časté dotazy našich zákazníků

ZAPOMNĚLA JSEM HESLO PRO PŘIHLÁŠENÍ K MÉ BODYSUN KARTĚ NA INTERNETU. RÁDA BYCH SI ZKONTROLOVALA JEDNOTLIVÉ TRANSAKCE. JAK JE MOŽNÉ TOTO HESLO ZNOVU ZJISTIT?

V tomto případě stačí poslat dotaz přímo přes odkaz na našich internetových stránkách nebo osobně na kterékoli pobočce. Na číslo vaší karty bude nastaveno heslo „bodysun“, které si následně můžete opět změnit.

RÁDA BYCH PRACOVALA V BODYSUN, JAKÉ JSOU POŽADAVKY PRO ZÁJEMCE O PRÁCI V SOLÁRNÍM STUDIU A JAK BYCH SE NÁSLEDNĚ MOHLA ZAŘADIT DO VAŠEHO KOLEKTIVU?

Hlavním kritériem pro uchazeče o práci v Bodysun je příjemné vystupování a vřídlost k zákazníkům. Všechna odborná školení a následnou kvalifikaci již získáte u nás. Stačí jen odevzdat životopis na kterékoli pobočce nebo jej vyplnit na příslušném odkaze na našich internetových stránkách. Jakmile se uvolní pracovní místo, budete vyzvána k osobnímu pohovoru.

ZTRATIL JSEM KARTU BODYSUN S NABITÝM KREDITEM 1500 KČ. JE MOŽNÉ VYSTAVIT NOVOU?

Ano, jakmile zjistíte ztrátu karty, okamžitě kontaktujte jakékoli studio a nechte si zcizenou kartu zablokovat, aby ji nemohl někdo zneužít. K zablokování je třeba nahlásit číslo karty, u věrnostních karet stačí i jméno. Okamžitě obdržíte kartu novou a zůstatek ze zablokované karty vám tam bude převeden. O případnou věrnostní kartu si musíte znovu zažádat.

JE OPRAVDU NUTNÉ POUŽÍVAT SOLÁRNÍ KOSMETIKU?

Solární přípravky slouží k zesílení a urychlení pigmentace. Pracují na principu různého působení na pokožku s cílem dosáhnout co nejlepšího požadovaného efektu. Např. odolná pokožka si může dovolit více dráždivé druhy přípravků, pro citlivou pleť se zase přikloníme ke kosmetice určené právě pro tento typ pleti.

Při používání solární kosmetiky se následně doporučuje i zkrátit dávku opalování, efekt je maximální a pokožka se při menší expozici UV záření šetří. Solární kosmetika navíc obsahuje hydratační a výživné látky, které ji udržují vláchnou. Neobsahuje UV filtr, v soláriu není potřeba a navíc by mohl způsobit alergickou reakci. Z tohoto důvodu není určena na přírodní slunce.

MOHU CHODIT DO SOLÁRIA DLOHODOBĚ A PRAVIDELNĚ? NAPŘÍKLAD JEDNOU TÝDNĚ? NEZATĚŽUJI TÍM POKOŽKU?

Jednou týdně není až tak vysoká dávka opalování, ale v každém případě je dobré solárium vždy po nějaké době asi na měsíc úplně vynechat. Dopřejte své pokožce i období odpočinku a regenerace bez slunce! Pokud jste zvyklá na „svůj bronz“, doporučujeme vám aplikaci opálení bez UV záření.



BodySun



Dny otevřených dveří
v síti solárií BodySun

**Opalování
zdarma!**

Dětský koutek s programem
Solární kosmetika
odborné poradenství
Výhodné bonusy
pro nově registrované zákazníky

aktuální informace na internetu
www.bodysun.cz

výsledky soutěže
O NOVÝ SLOGAN
solárních studií BodySun

Kolektiv BodySun vybral tři výherce
a dle vyhlášení soutěže i odměnil.
Blíží informace naleznete na www.bodysun.cz.

