



4/2007

magazín

solárních studií Bodysun

Téma čísla:

Pečujeme o pleť v chladném počasí

Nové členské karty Bodysun

Představujeme V.I.P systém jejich rozdělení (čtěte na str. 4-6)





Po velkém úspěchu jsou tu opět dny otevřených dveří

zvýhodněná opalování,
prezentace a akční nabídky
na provozovněch:

**Bodysun Olomouc,
Prostějov, Třebíč, Zlín**
11.–13.leden 2008

Bodysun Brno
18–20.leden 2008

Bodysun Praha
25.–27.leden 2008

BRNO

**J. Obrovského
Dobrovského, Žarošická
Lidická, Mendlovo nám**

24.12. 7–14 hodin
25. a 26.12. 10–22 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

Křenová

24.12. 7–14 hodin
25. a 26.12. 10–22 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 14–22 hodin

Omega

24.–26.12. zavřeno
31.12. zavřeno
1.1. zavřeno

ZLÍN

24.12. zavřeno
25. a 26.12. 10–22 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

TŘEBÍČ

24.12. zavřeno
25. a 26.12. 9–21 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

PROSTĚJOV

24.12. 7–14 hodin
25. a 26.12. 9–21 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

OLOMOUC

Wolkerova

24.12. 7–14 hodin
25. a 26.12. 10–22 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

Denisova

24.–26.12. zavřeno
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

PRAHA

Břevnov

24.12. 7–14 hodin
25. a 26.12. 10–22 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

Petrohradská

24.12. zavřeno
25. a 26.12. 12–20 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

Panská

24.–26.12. zavřeno
1.1.2008 zavřeno

Petržilkova

24.12. 7–14 hodin
25. a 26.12. 9–21 hodin
31.12. 7–14 hodin
1.1.2008 zavřeno

Ostatní dny je běžný provoz.



Obsah

Bodysmagazín 4/2007

str. 3	Úvodní slovo
str. 4	Novinka - systém karet V.I.P
str. 8	Podzimní líčení pleti
str.12	Rozhovor s Jitkou Čvančarovou
str.16	Kosmetická domácí péče o pleť
str.18	Lékař radí: SPF faktor
str.22	Lístárna



slovo úvodem



Tak jak jste si užili letního SLUNÍČKA?

ASI SE SHODNEME,

že letos když svítilo, nedalo se na něm ani vydržet. A pak zas nesvítilo. V každém případě už je za námi a nyní už můžeme jen vzpomínat na jeho hřejivé paprsky a možná i sčítat škody, jaké na naši pokožce zanechalo.

Jestlipak jste používali krém s patřičným ochranným faktorem, vyvarovali se poledního slunění a dobu opalování řídili dle typu pleti?

Na sluníčku je to zcela ve vašich rukou, ale v Bodysun se můžete spolehnout na kvalifikovanou obsluhu, která na vaši ochranu bude myslet za vás. A přidáme k tomu ještě úsměv!

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

Představujeme
nový systém rozlišování

ČLENSKÝCH KARET BODYSUN



*Věrnostní karty jsou rozděleny na MODROU, STŘÍBRNOU a ZLATOU.
Podle druhu VIP karet tak pro vás budeme připravovat různá zvýhodnění, jak v rámci cen, tak různé akční nabídky.*

MODRÁ KARTA » Každý člen věrnostního systému Bodyfun má základní MODROU kartu, na kterou získává za každých utracených 10 Kč 1 Fun.

STŘÍBRNÁ KARTA » Členovi tohoto systému, který za posledních 6 měsíců utratí v síti Bodysun více než 2000 Kč, bude jeho karta přeřazena na kartu STŘÍBRNOU a bude jí načítáno o 50% bodů více, tedy za každých utracených 10 Kč již 1,5 bodu.

ZLATÁ KARTA » A ti členové věrnostního systému Bodyfun, kteří za posledních šest měsíců udělají útratu v celé síti Bodysun přes 4000 Kč, se stanou členy se ZLATOU kartou a bude jim načítáno o 100% bodů více, tedy 2 body za každých utracených 10 Kč. Dále mohou zákazníci se zlatou kartou využít vypůjčení ručníku dle dispozic provozovny ZDARMA.

POZNÁMKA » tento systém je automatický a zařazování se provádí každý den a oběma směry. Takže pokud členovi poklesne obrát pod stanovenou hranici 4000 Kč, resp 2000 Kč, bude automaticky přeřazen do uvedené nižší skupiny.

JAK TO FUNGUJE?

BĚŽNÝ VĚRNOSTNÍ PROGRAM	MODRÁ KARTA	10 Kč / 1 FUN
ÚTRATA VÍCE NEŽ 2000 Kč ZA 6 MĚSÍCŮ	STŘÍBRNÁ KARTA	10 Kč / 1,5 FUN
ÚTRATA VÍCE NEŽ 4000 Kč ZA 6 MĚSÍCŮ	ZLATÁ KARTA	10 Kč / 2 FUN RUČNÍK DLE DISPOZIC ZDARMA



INFORMACE PRO ZÁKAZNÍKY VĚRNOSTNÍHO PROGRAMU BODYFUN

»Každý měsíc zasíláme věrnostním zákazníkům informační SMS, kde je informujeme o výši případného kreditu, počtu nabytých FUNŮ a o aktuálním stupni VIP karty.

Tyto informace jsou zákazníkům běžně dostupné i na našich internetových stránkách, kde po zadání čísla karty a hesla získáte detailní výpis vašeho účtu v Bodysun.

Ke svému Bodysun účtu se dostanete i přes váš mobilní telefon (návod k dispozici na provozovnách). Tuto službu vám poskytne i na požádání kterákoli obsluha studia.

Jakékoli dotazy vám rádi zodpovíme také přes naše internetové stránky WWW.BODYSUN.CZ.

UPOZORNĚNÍ:

za skutečnou útratu se považuje skutečná útrata či skutečné čerpání z předplaceného kreditu, ale ne samotný nákup kreditu. Takže pokud si člen zakoupí kredit např. ve výši 3000 Kč, bude započítáván do obrátu až postupně dle jednotlivých čerpání.

SUNMAXX

solární kosmetika na tělo i na obličej.

Zesílení pigmentace, hydratace, výživa a ochrana pokožky s bronzem i bez.

Hlavní složky

zesílení pigmentace – kakaové máslo, tyrosin

zbarvení pokožky – bronzér-DHA

péče o pokožku – shea máslo, aloe vera a výtažky z rostlin

ochrana pokožky – vitamíny A, C a E



Tan Maximizer Bronze Darker Mexican | Brazilian Fruits

Mléka před opalováním se samoopalovací složkou (s vůní mexického nebo brazilského ovoce).

Obsahuje: aloe vera, bronzér, extrakt z papay, broskve, magnólie, ananasu a bavlny, kokosový olej, olej ze slunečnicových semen, vitamíny A, C a E, kakaové máslo, shea máslo, tyrosin a karamel.

125 ml.: 249 Kč | 15 ml.: 45 Kč



Tan Maximizer Bronze Dark Mexican | Brazilian Fruits

Mléka před opalováním (s vůní mexického nebo brazilského ovoce).

Obsahuje: aloe vera, extrakt z papay, broskve, magnólie, ananasu a bavlny, kokosový olej, olej ze slunečnicových semen, vitamíny A, C a E, kakaové máslo, shea máslo, tyrosin, karamel.

125 ml.: 249 Kč | 15 ml.: 45 Kč



After Tan Maximizer Caribbean Fruits

Mléko po opalování se silnou samoopalovací složkou (s vůní karibského ovoce).

Obsahuje: aloe vera, bronzér, extrakt z papay, broskve, magnólie, ananasu a bavlny, kokosový olej, olej ze slunečnicových semen, vitamíny A, C a E, kakaové máslo, shea máslo, tyrosin, karamel.

125 ml.: 249 Kč | 15 ml.: 45 Kč

V.I.P. SUNMAXX
zlatá karta: – 20%
stříbrná karta: – 15%
modrá karta: – 10%

Akce končí dnem 31.12.2007.

SLEDUJTE A ČERPEJTE VÝHODY!

SUNMAXX
TAN & CARE

Podzimní LÍČENÍ pleti

Líčení, ať už v jakémkoliv roční období, by mělo být pohodové, bezstarostné a nalíčení působit nenuceným dojmem. Hlavně nesmí být patrné, že nám dal make-up hodně práce!

OHROŽENÍ PLETI V CHLADNÉM POČASÍ

Při poklesu venkovních teplot se stává pleť citlivější, působí-li na ni chladný vzduch či ostrý vítr, je navíc i zranitelnější. Ve studeném počasí mj. klesá výkonnost krevního oběhu, což zpomaluje metabolismus kůže a snižuje míru okysličování buněk.

V chladné, větrném a vlhkém počasí hrozí vysušování pleti, může dojít i ke vniku drobných trhlinek v pleti. V tomto počasí trpíme pocity stažení a napjatosti pleti a kůže. Navíc tato dehydratace zpravidla zhoršuje naše případné kožní potíže a onemocnění jako například ekzémy.

Přechody z tepla do zimy zhoršují stav případných popraskaných cévek, někdy se objevuje růžovka. Uzavřené vnitřní prostředí pleť dehydratuje a tím ovlivňuje proces jejího stárnutí. Hrozí nám zejména vytvoření jemných vrásek kolem očí, na tváři se mohou objevit skvrnky, pleť může být opuchlá. Pleť je stejně jako kůže na ostatních částech našeho těla velmi citlivá na změny stravovacích návyků, postupy zdravotní péče a vlivy prostředí.

MLADISTVÉ LÍČENÍ

Dokonale zdravou barvu pleti nám pomůže vytvořit vhodný make-up. Nanesený make-up necháme splynout s pletí. Dalším krokem je líčení očí. Barvy nanášíme aplikátorem a jemně rozetřeme prstem. Rty nám postačí jen lehce zvýraznit. Vhodným doplňkem je nalakování nehtů ve stejném tónu.



OCHRANA PLETI V CHLADNÉM POČASÍ

TEKUTINY » Snažíme se tělu dodávat dostatek vody, abychom předešli odvodnění organismu.

HYDRATAČNÍ KRÉM » Před pobytem v přírodě se vždy namažeme kvalitním hydratačním krémem.

ZVLHČOVÁNÍ VZDUCHU » Ke zdrojům tepla umístíme nádoby s vodou nebo zvlhčovače vzduchu.

TOPENÍ » V chladnějším období se snažíme stahovat topení na co možná nejnižší stupeň. Raději se více oblékneme než bychom přitápěli.

ČERSTVÝ VZDUCH » V noci, pokud je to možné, spíme při otevřeném okně, abychom dýchali čerstvý vzduch.

OHŘÍVAČE A ELEKTRICKÉ PODUŠKY » Vyvarujeme se užívání ohřivačů či elektrických podušek ve chvílích spánku. Mohly by nepřiměřeně zvýšit teplotu našeho organismu.

OBLEČENÍ » Oblékáme si raději více vrstev volného oblečení. Těsné oblečení zhoršuje krevní oběh, navíc přiléhavé látky mohou dráždit naši pokožku.

SPORT » Zvláště v zimních měsících se snažíme sportovat, abychom si udrželi dobrý krevní oběh.

BAREVNÝ TRENDY MAKE-UP

Make-up v rozmanitých přírodních barvách bude působit svěže a sexy. Můžeme použít například zelenou tužku na oči či módní odstíny fialové aj. Pro lehký, svěží a romantický vzhled nanášíme a rozetíráme stíny prstem.

SEXY MAKE-UP » Chceme-li působit sexy dojmem, necháme make-up splynout s pletí a jemnými dotyky prstů rozetřeme zlato na víčka a rty. Ke smyslným ženským barvám patří harmonie jemné růžové, tmavě karminové i intenzivní švestkové.

ROMANTICKÝ MAKE-UP » Něžný vzhled nám pomůže vytvořit tvářenka a jemný závoj slunečního pudru, které nám pomohou vytvořit určitý nádech opálení. Při vytváření tohoto make-upu nesmíme zapomenout, že naše pleť musí být jemná a heboučká, k čemuž si můžeme pomoci právě pudrem.

Nalíčení můžeme doplnit něžnými barvami, například ruměncem na tvářích a růžovými rty. Líčení očí můžeme ozvláštnit pozadím v barvách jemných pastelů. Všechny barvy lze přetřít leskem.

SAMETOVÝ MAKE-UP PRO ZVLÁŠTNÍ PŘÍLEŽITOST » Tzv. sametový make-up se hodí například k módní černé a bílé barvě kostýmů, které jsou vhodné jak pro zvláštní příležitost, tak pro pracovní schůzky důležitého charakteru. Náš obličej by měl zářit tajemným světlem a jemnými odlesky líčidel. Make-up splyne s pletí, prsty rozetřeme zlato na víčka a perleť na rty.

BARVY PODZIMU**PODZIMNÍ BARVY PRO LÍČENÍ OČÍ**

Zelená, zlatá, růžová, slonovitá, tmavě hnědá.

PODZIMNÍ BARVY PRO RTY

Jemné růžové odstíny, lila, měděná, broskvová.

Typ: Pro zvláštní příležitost můžeme použít například duhově růžovou rtěnku s vinylovým povrchem.

PODZIMNÍ BARVY NEHTŮ

Nehty by měly vždy zdobit stejné odstíny jako ústa.

Smyslné ženské barvy: růžová, tmavě karminová, intenzivní švestková.

Typ: Některé barvy zachycují světlo a vytvářejí tak perlové a duhové efekty.

Jemný a sexy dojem vytvoříme barevnými stíny rozetřenými leskem na rty. Kouzla a půvabu nám může dodat rtěnka v odstínu burgundského nebo borůvek s leskem na kontuře rtů.

Tajemný dojem navodíme očima potopenými do kouřových stínů v kombinaci se světlou nebo tělovou rtěnkou.

KOSMETICKÉ FÍGLE VIZÁŽISTŮ

- » Sametové až semišové nalíčení dosáhneme použitím skvělé intenzivní barvy s měkkou zářivostí rtů a nehtů.
- » Důmyslně a nenápadně působí světlý make-up.
- » Šarmu nám dodá jemný perlový lesk stínů a svěží rty nalíčené leskem.
- » Naši neodolatelnost umocní zlato jemnými dotyky zetřeného na víčkách a perleť na rtech.
- » Rty můžeme pouze lehce zvýraznit.

VYCHYTÁVKY

- » Na místo aplikátoru můžeme použít pouze bříška prstů.
- » Na oči nanášíme barvy aplikátorem a jemně rozetřeme prstem.
- » Snížení ostroty očních stínů – oční stíny můžeme nanášet a rozetřít prstem.

ZÁSADY ODLIČOVÁNÍ

KAŽDOVEČERNÍ ČISTĚNÍ PLETI » před ulehnutím ke spánku musíme vždy pleť dokonale vyčistit. Jsme-li příliš vyčerpaní, můžeme použít odličovací kapesníčky, které nám tuto práci usnadní.

PROSTŘEDKY PRO ODLIČOVÁNÍ MAKE-UPU » ideální jsou dvoufázové produkty, protože obsahují oleje obohacené o kyselinu hyaluronovou, dodávají pleti potřebnou vlhkost a pečují i o citlivou pleť kolem očí.

- » Používáme pouze prostředek určený právě k tomuto účelu, neboť obvyklé čistící přípravky jsou zpravidla nedostačující nebo jsou nebezpečné pro odličování očních partií.
- » Odličovací přípravky opatříme ve formě roztoků, krémů, gelů a speciálně napuštěných tamponů.
- » Vždy si prostudujeme etiketu výrobku a zjistíme, pro jaké situace je určen a zda vhoduje právě našim potřebám. Vybrané přípravky jsou určeny k odstraňování vodotělných líčidel jako je například řasenka. Jiné jsou například doporučeny ženám, jež nosí kontaktní čočky.
- » Oční make-up z očních víček a řas jemně otřeme vatou nebo tamponem namočeným v přípravku na odličování. Jen tak nám čistící přípravek rozpustí make-up a tampon ho odstraní.
- » Čistění víček a řas provádíme opakovaně až do okamžiku setření posledních stop make-upu, zpravidla tři až pětkrát.



Muzikálová, činoherní, televizní a filmová herečka Jitka Čvančarová říká:

„Miluju barevné stromy

BABÍHO LÉTA“

S herečkou, Jitkou Čvančarovou, kterou znají televizní diváci z Četnických humoresek a Ordinace v růžové zahradě nebo jako moderátorku TV Autosalonu, jsme se sešli v Městském divadle Brno.

Váš otec je elektroinženýr, maminka projektantka, co vás přivedlo k herectví?

Od malička jsem zpívala a měla touhu se prezentovat. Vlastně jsem netušila, že budu hrát divadlo. V patnácti jsem chtěla jít na pěveckou konzervatoř, což bylo doma zamítnuto, tak jsem se přihlásila na stavební průmyslovku, abych se mohla věnovat tzv. slušnému zaměstnání. Jsem narozena v beranu, takže když jsem maturovala, prosadila jsem si studia muzikálového herectví na brněnské JAMU.

Průmyslovka nepatří mezi snadné studijní obory, zvláště pro člověka zaměřeného k umění. Jak jste to zvládala?

Nějak jsem to vystudovala, ale mojí láskou tento obor rozhodně není. Byly to pekelné výpočty betonových konstrukcí na sedm stránek... Dovedu si představit, že bych pokračovala v parkové architektuře nebo navrhovala interiéry, ale projektovat domy, to bych nemohla.

Věnujete se nejen muzikálu, ale i činohře -hrají se vám příjemněji veselé komediální role nebo spíše charakterní postavy ve vážných titulech?

Komedie, aby byla výborná, musí být chytrá, mít inteligentní humor a takových není zrovna mnoho. Ale zahrát si v dobré komedii je úchvatné. Báví mě doslova se vyblbnout na jevišti a když má člověk ještě výborné herecké partnery, tak je to úžasné. V současnosti patří mezi takové výborně napsané komedie

Vydrž miláčku v Městském divadle Brno a Líbaňky s vynikajícím kolegou Jirkou Langmajerem v Divadle Palace Theatre na Václavském náměstí. Jsou tak skvostně napsané, že si doslova užíváme smích diváků.

Na čem pracujete v současnosti?

Teď finišovalo dotočení dvou filmů - rodinné komedie Dušana Kleina Svatba na bitevním poli s Bolkem Polívkou v hlavní roli a filmu Marie Procházkové O červené Terce, který vypráví citlivý lidský příběh. Oba půjdou do kin v příštím roce.

Počásí vstoupilo do podzimu, jaký je váš vztah k tomuto období?

Mám ráda babí léto, trochu teplejší než takovéto chmurné londýnské počasí. Miluju barevné stromy, myslím, že to je to nejkrásnější a také miluju jaro. Obě období považuju za nejkrásnější čas v roce.

Jste člověk orientovaný k přírodě nebo naopak maximálně využíváte vymožeností civilizace?

Jsem půl na půl, ale určitě mám blíž k přírodě a vadí mi, že se k ní pořád nechováme tak, jak bychom měli.

Jako herečka se musíte denně líčit, jaký máte k líčení vztah?

Hodně se líčím v divadle, na natáčení pořad. Proto si doslova užívám, když jsem doma. V „civilu“ se vůbec nelíčím, pokud ovšem zrovna nejdu s přítelem na večeri. Ale osobně upřednostňuji přirozenost.

Součástí vašich pracovních prostředků je tělo, jak ho rozmazlujete?

Konečně se k němu začínám chovat pokorněji. Předchozí dva roky jsem ho doslova huntovala. Až jsem sama na sobě pocítovala, že se necítím dobře. Teď se snažím na sebe víc myslet, a to i co se týče životosprávy. Hrozně ráda sportuju, ale k tomu musí člověk najít čas. V předchozích letech jsem měla šílené pracovní tempo a po práci jsem pak byla doslova hystericky unavená. Jít si zacvičit do fitka nebo zajezdit na koni pro mě bylo nemožné, tak si to teď vynahrazuju a dělám všechno, co mě baví a těší – lyžuju, chodím do fitka, tancuju, mám tréninky na koni...

S kolegyní, Pavlou Ptáčkovou a s dalšími kolegy či kamarády navštěvujete solárium BodySun – kdo vás tam přivedl?

Možná právě Pavlínka Ptáčková, moje kolegyně a kamarádka z Městského divadla. Občas, když chceme být pěkné a opálené, tak tam zajedeme.

JITKA ČVANČAROVÁ

místo narození: Mělník

stav: svobodná

vzdělání: SPŠ stavební, JAMU

Je členkou Městského divadla Brno, v Praze hostuje v Divadle pod Palmovkou, Divadle Bez zábradlí, Divadle Palace Theatre, se spolkem Kašpar v Divadle v Celené a v divadle Bolka Polívky.



Jste aktivní člověk – nevádí vám v soláriu jen tak ležet...?

Mě nabíjí teplo a sluníčko, takže jakmile se objeví zima, chladno, tak se jdu do solária už třeba jen na deset minut prohřát. Dělá mi to hrozně dobře a určitým způsobem mě to nabíjí. Samozřejmě, když pominu to pěkné opálení.

V seriálu Ordinace v růžové zahradě jste se stala čerstvou maminkou – neuvažujete...

...že bych to prolomila do osobního života? Ty zkušenosti jsou určitě krásné, ale mě k dítěti zatím nic netlačí. Myslím, že podstata života je v rodině, určitě ji do budoucna plánuju a rozhodně chci mít děti. Myslím, že bez dětí a bez rodiny je život smutný. Vždycky to u mě bylo a bude na prvním místě.

Když se vrátíte ke koníčkům – jezdíte rekreačně nebo se tomu věnujete pod odborným vedením?

Na koních jsem byla vždycky samouk. K natáčení míváme většinou týdenní kurz, ale já si řekla, že to musí k něčemu vypadat. Neumím věci dělat na půl, jsem ráda maximalista a tak jsem začala jezdit anglickou školu a parkur. V jízdárně v Radonicích mám trenéra, chci se naučit trochu skákat a mít jezdeckou techniku. Hodinový trénink parkuru na koni je stokrát horší než hodina aerobiku. Vždycky jsem z koně vyčerpaná, skoro lezu po čtyřech, ale cítím se krásně. Pomáhá mi to vyčistit hlavu. Když nasedám do sedla, všechnu šoubyznis a starosti nechávám na zemi a je to někdy velká úleva.

V Brně vystupujete v několika titulech, uvidí vás diváci i v některém novém?

Budu mít tu čest, podílet se na vzniku Božské komedie - Pekla, autorů Stanislava Moši a Zdenka Merty.

Máte oblíbenou myšlenku, která vás provází životem?

Kdysi v dětství jsem četla básničku, která mě provází pořád. Je o úsměvu a kdysi mi ji dal salesiánský kněz. Její první verš zní: „Úsměv nestojí nic, ale přináší mnoho, obohacuje toho, kdo ho přijímá aniž by ochuzoval toho, kdo ho daruje“. Myslím, že nám, zvláště některým zachmuřeným a závistivým Čecháčkům, by občas pomohlo, kdyby se povznegli nad svoje závisť typu: soused má nový plot a my ne, a prostě se jen dokázali obyčejně upřímně usmát.

Máte vysněnou roli nebo metu, jíž byste chtěla dosáhnout?

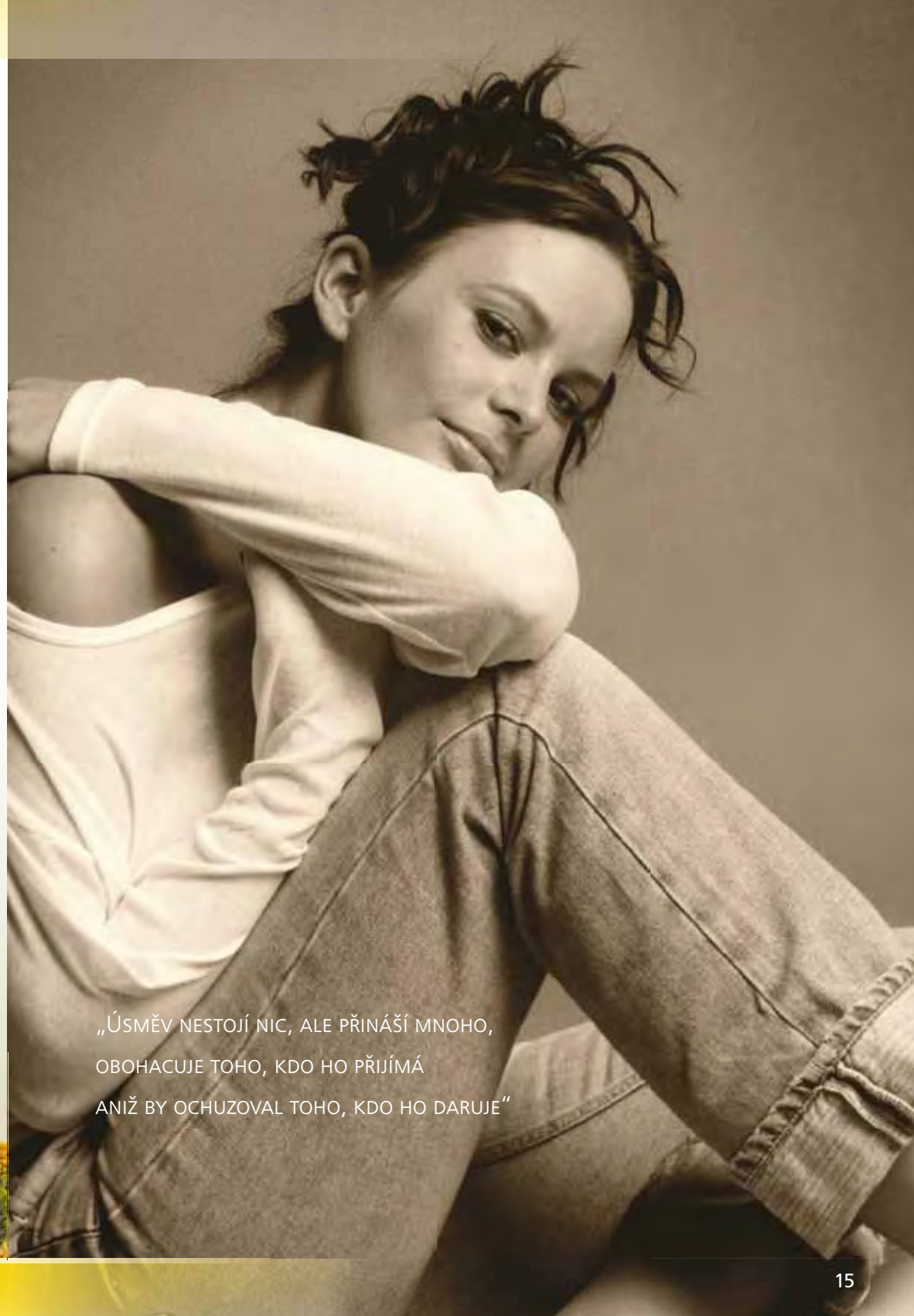
Nejsem člověk, který plánuje kariéru nebo na ní nějakým způsobem cíleně pracuje, nechávám vše spíše plynout, unášet se životem a jen to trochu koriguju. Mám jiné sny než profesní – svoje osobní.

Prozradíte nějaký sen?

Navštívit Francouzskou Polynézií, Kubu – to mám naplánované v průběhu příštího roku. Teď mám kvůli Polynézii za sebou šest lekcí francouzštiny, na které jsem začala tvrdě pracovat. Francouzsky se domluví, ale chci to umět dokonale. K francouzštině a angličtině bych si ještě přála se naučit španělsky. Myslím, že tři jazyky jsou základ, aby člověk mohl cestovat svobodně a domluvit se.

Vedle cestovatelské vášně – nemáte chuť spolupracovat s režisérem nebo hereckým kolegou, s nímž jste ještě nepracovala?

Možná bych chtěla natočit nějaký velkoformát, pracovat na nějakém velkém filmovém výpravném projektu, ale ty se u nás zatím netočí. Musí to být zážitek, podílet se na něčem takovém.



„ÚSMĚV NESTOJÍ NIC, ALE PŘINÁŠÍ MNOHO,
OBOHACUJE TOHO, KDO HO PŘIJÍMÁ
ANIŽ BY OCHUZOVAL TOHO, KDO HO DARUJE“

Pleť je živou tkání, která na nás na první pohled prozradí zdravotní stav i to, jak se momentálně cítíme. V průběhu života prochází pleť regenerací, ale čím je starší, tím je tato regenerace pomalejší. Je-li naše pleť zdravá, dodává nám pocitu sebevědomí a přitažlivosti a proto bychom neměli péči o ni zanedbávat.

Kosmetická DOMÁCÍ PÉČE

o pleť v období podzimu

NORMÁLNÍ PLEŤ

CHARAKTERISTIKA » Hladká a pevná, bez pupínků a flíčků.

DOPORUČENÍ » Alespoň jedenkrát až dvakrát denně umyjeme pleť vhodným přípravkem.

» Můžeme použít i tonikum bez alkoholu. » Ráno a večer natřeme pleť krémem. Používáme lehký hydratační krém. » Na oční partie nanášíme oční krém nebo gel. » Nezapomínáme na ochranný krém proti slunečnímu záření. » Jednou až dvakrát týdně můžeme provést peeling.

MASTNÁ PLEŤ

CHARAKTERISTIKA » Vzniká v období dospívání, působí lesklým a mastným dojmem, má rozšířené póry, je náchylná ke tvorbě akné a uhříků. Její výhodou je dlouhodobě mladý zjev a pozdější tvorba vrásek, nevýhodou poměrně náročná péče.

DOPORUČENÍ » Dvakrát denně si myjeme obličej přípravkem pro mastnou pleť. » Vyvarujeme se přehnanému čištění pleti, abychom nepodněcovali činnost mazových žláz. » Po vyčištění pleti používáme pleťový tonizační nebo adstringentní roztok pro zúžení pórů. » Natíráme lehkým hydratačním krémem pro mastnou pleť. » Na oční partie nanášíme oční krém nebo gel. » Veškeré kožní obtíže řešíme bezprostředně, abychom zabránili zhoršení stavu. » Před pobytem venku natíráme pleť nemastným pleťovým mlékem s ochranným faktorem. » Pokud netrpíme akné, můžeme jedenkrát týdně použít peeling. » Můžeme používat pleťovou masku pro mastnou pleť. » Jednou až dvakrát týdně si obličej napaříme.

Většina prostředků určených k čištění pleti působí podobně, vesměs účinně odstraňují mastnotu a make-up díky obsahu tuku nebo oleje a detergentu. Podle určení výrobku pro konkrétní typ pleti mají různý poměr tukové a detergentní složky. Obecně vyšší obsah detergentu mají přípravky určené pro mastnou pleť a více oleje nebo tuku obsahují výrobky pro suchou pleť.

SUCHÁ PLEŤ

CHARAKTERISTIKA » Velmi jemná, s drobnými póry, snadno se na ní tvoří suché flíčky a trhlínky. Po vyčištění zanechává pocit stažení. Zpravidla se na ní netvoří ani uhříky ani pupínky, občas svědí nebo je podráždění. POZOR – tato pleť je nejnáchylnější k předčasnému stárnutí a vzniku jemných vrásek!

DOPORUČENÍ » Jednou až dvakrát denně očišťujeme pleť krémem nebo jiným přípravkem. » Používáme mýdlo s obsahem zvláčňujících látek, k prevenci uhříků můžeme na riziková místa použít mýdlo s antibakteriální přísadou. Máme-li po umytí pleti pocit napětí a stažení obličeje, používáme k mytí přípravky na čištění bez obsahu mýdla. » Na noc aplikujeme těžší krém. » Je-li nám po vyčištění pleti příjemné tonikum, najdeme si adstringentní prostředek bez alkoholu, abychom se vyhnuli vysušování pleti. » Neotálíme s používáním vhodných očních krémů nebo gelů. » Před pobytem venku nanášíme krém s vysokým ochranným faktorem. » Jednou týdně můžeme provést peeling a pleťovou masku.

CITLIVÁ PLEŤ

CHARAKTERISTIKA » Náchylná ke tvorbě popraskaných žilek a alergických reakcí na dráždivé látky v kosmetice a parfémtech. Časté projevy zarudnutí nad jařmovými oblouky. Nárůst problémů při výkyvech počasí.

DOPORUČENÍ » Používáme hypoalergenní, neparfémované výrobky, abychom se vyhnuli nežádoucím reakcím. » Na tváře nanášíme těžší hydratační krém, aby je chránil před praskáním žilek. » Na oční partie nanášíme oční krém nebo gel. » Před pobytem venku aplikujeme hypoalergenní krém s vysokým ochranným faktorem. » Maximálně jednou týdně můžeme provést peeling a dopřát si pleťovou masku.

SMÍŠENÁ PLEŤ

CHARAKTERISTIKA » Střední část obličeje jako čelo, nos a brada mají hrubší vzhled než zbývající část obličeje a jsou mastnější. Tváře jsou buď suché nebo normální. Občas se vytváří zanícené pupínky. Tento typ kůže je nejrozšířenější.

DOPORUČENÍ » Dvakrát denně očišťujeme pleť přípravkem bez obsahu mýdla, abychom nepodporovali vysoušení v suchých oblastech a nestimulovali mazové žlázy. » Suché části obličeje natíráme hydratačním krémem. Na případné mastnější partie nanášíme jen velmi lehký krém. » Na oční partie nanášíme oční krém nebo gel. » Před pobytem venku vždy používáme krém s ochranným faktorem. » Jednou nebo dvakrát týdně aplikujeme peeling a vhodnou pleťovou masku.

Před dvěma tisíci lety používali lidé proti slunci blátíčko rozmazané po těle. Dnes jsou opalovací krémy voňavé a v praktických tubičkách, patřičně drahé, ale před sluncem nás stoprocentně neochrání.

60 FAKTOR

je jen reklamní trik!

DÁ SE ŘÍCI, ŽE BLÁTO NA TĚLE AFRICKÝCH KŘOVÁKŮ NEBO INDIÁNŮ BYLO LEPŠÍ OCHRANOU PŘED SLUNCEM NEŽ SEBEDRAŽŠÍ OPALOVACÍ KRÉM DNES.

PROČ?

Protože princip, jak krémy chrání, je dvojitý. Obsahují v různém poměru minerály a také chemické částice, které mají za úkol nepropustit škodlivé záření UVB do těla.

MINERÁLY » podobně jako zrcadlo odrážejí sluneční záření pryč z kůže.

CHEMICKÉ SLOUČENINY zase absorbují škodlivé sluneční záření a promění ho v molekuly, které tělu neškodí. To však neznamená, že se stačí natřít a potom se můžeme na slunci pohybovat celý den. To by ten krém musel být opravdu tak hustý a černý jako to bláto Křováků, aby dokázal chránit proti slunci celý den.

UV FILTR

Pokožku si nemusíte spálit jen na dovolené u moře, ale klidně se to může stát při běžném pobytu na slunci - například při čekání na zastávce MHD.

Proto mějte na paměti, že samozřejmostí by mělo být, aby i váš denní krém obsahoval UV filtr (a ne jen v létě).



SLUNEČNÍ KRÉMY » jsou lehounké vrstvičky, které vydrží blokovat UV záření nejvýše dvě hodiny a dále je vhodné se opět natřít. Navíc žádný krém nechrání stoprocentně. Neplatí totiž, že čím vyšší ochranný faktor krém má, tím lepší ochranu zajistí.

**VYPLATÍ SE POUŽÍVAT
KRÉMY MAXIMÁLNĚ
DO VÝŠE SPF 50.**

Co výrobce označuje jako SPF 60 a více už prakticky nemá význam, říká lékařka dermatologické kliniky Ústí nad Labem Hana Duchová.

Funguje to tak, že krém SPF 25 umí odfiltrovat 96 procent škodlivého UVB záření. Padesátka však odfiltruje už jen o dvě procenta tohoto záření víc a krémy ještě s větším číslem se již od sebe liší jen setinami škodlivého záření, které propustí do kůže. Krém s číslem SPF 80 proto nechrání čtyřikrát více než krém s faktorem 20. I proto Evropská unie zakázala výrobcům používat matoucí značení.

NOVĚ SE SLUNEČNÍ KRÉMY NEBUDOU ZNAČIT VYŠŠÍM ČÍSLEM NEŽ 50.

Přestože krémy nechrání úplně, bez nich by na slunci, ale ani ve vodě (škodlivé záření proniká až 40 centimetrů pod vodní hladinu) nikdo neměl strávit déle než 10 minut. Poté slunce poškozuje kůži. A ta má paměť. Opalování se stírá a její poškození se může projevit třeba až za dvacet let.



JAKÝ UV FAKTOR VLASTNĚ ZVOLIT?

Číslo ochranného faktoru opalovacího přípravku nám říká, kolikrát se při jeho použití prodlouží přirozená odolnost naší pokožky proti UV záření. To znamená, kolikrát déle můžeme pobývat na slunci bez rizika poškození kůže oproti délce pobytu bez použití takového přípravku.

PRO OCHRANNÝ FAKTOR JSOU DVĚ NORMY

» EVROPSKÁ A AMERICKÁ » AUSTRALSKÁ (PŘÍSNĚJŠÍ).

PŘÍKLAD » Číslo, jímž jsou označeny přípravky pro opalování na slunce, je násobek času, po který lze tělo vystavit paprskům, aniž se spálí. Znamená to, že jestliže se bez ochranného opalovacího přípravku můžeme slunit např. 20 minut (doba odpovídá typu pleti), po natření kůže s přípravkem např. s označením č.10, se čas bez rizika prodlužuje na 10krát 20 minut.

NA ČEM ZÁLEŽÍ » Tohle je vše teorie, kterou lze použít jako první vodítko pro výběr opalovacího přípravku, ale skutečnost je ještě ovlivněna dalšími okolnostmi. Záleží na zeměpisném pásmu, kde se sluníte, na intenzitě slunečních paprsků, množství nanášeného přípravku, fototypu pokožky, předcházející době přípravy na slunce, teplotě vzduchu, množství nepřímého záření, intenzitě pocení a délce koupání...

V zásadě platí, čím světlejší pokožka a čím blíže se nacházíte rovníku, tím vyšší ochranný faktor volit. Zejména v případě, že jste se před opalováním na slunci „nepředopálili v soláriu“, je potřeba volit vysoký faktor.

JAK JE TO U NÁS? » V našich klimatických podmínkách se považuje za minimální ochranný faktor č. 10 až 15 podle typu pleti a „základu“. Pro pobyt u moře volte raději přípravky od č. 20 a na citlivé partie (obličej, nárt, zadní část krku) volte raději přípravky s maximální ochranou. Teprve po zhnědnutí kůže je možné ochranu začít snižovat.



PŘEDSTAVUJEME novou pražskou provozovnu

Petrohradská 46, Praha Vršovice

tel.: 267 311 831

otevřeno denně: 9–21 hodin

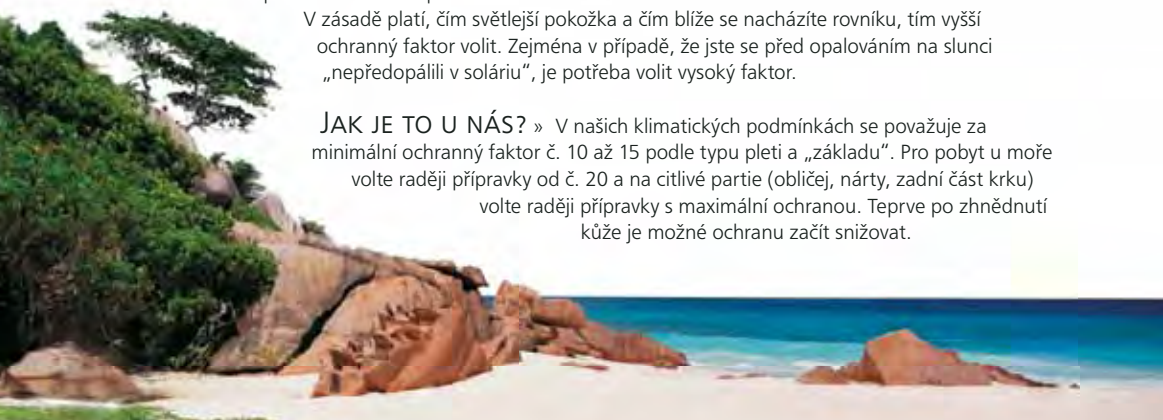


vybavení provozovny:

Ergoline Avantgarde 600 Turbo Power
Ergoline Excellent 700 Turbo Power
Ergoline 500 Super Power
Ergoline 44 Super Power
Ergoline 40 Super Power
Ergoline 200 Super Power

doplňkové vybavení a služby:

Dětský koutek, hlídání dětí po domluvě
s obsluhou, sprcha a sprchový gel, zapůjčení
ručníku.



LISTÁRNA

Odpovědi na časté dotazy našich zákazníků

PROČ JE ČEKACÍ DOBA NA DODÁNÍ VĚRNOSTNÍ KARTY TAK DLOUHÁ?

Běžné karty obdrží zákazník okamžitě na recepci solárního studia a bezplatně. Věrnostní karty jsou přímo na jméno zákazníka a je nutné je zasílat do výroby u smluvního partnera. Jednak musíme shromáždit určité množství objednávek na karty, abychom je výrobci mohli zaslat a potom již musíme čekat na jejich dodání. Bohužel jsme zcela závislí na dodavateli a proto se čekací doba různě prodlužuje. Jakmile karty dorazí, okamžitě zákazníky upozorňujeme SMS nebo e-mailem, že si kartičku mohou vyzvednout na provozovně, kterou si určili. Tato karta je opět bezplatná. Tímto okamžikem zákazník může využívat veškerých výhod věrnostního zákazníka – člena klubu Bodysun.

JE OPRAVDU NUTNÉ POUŽÍVAT I PŘÍPRAVEK URČENÝ NA OŠETŘENÍ PLETI PO OPALOVÁNÍ?

Běžné kosmetické přípravky, které jsou určené k ošetření pokožky po opalování na slunci nebo v soláriu obsahují velké množství hlavně hydratačních složek, které mají za úkol dodat pokožce potřebnou vláhu. Rovněž obsahují aditiva na uklidnění kůže, která byla namáhána škodlivým UV zářením. Nová technologie solárních přípravků po opalování (v soláriu a na slunci) obsahuje však již něco navíc. Mimo těchto hydratačních a pečujících složek jsou zde ještě BRONZERY a ZESILOVAČE. Takže pokud se sluníte a potom se natřete „aftrem“, opálení tím zesilujete a kůži navíc tónujete. A o to přece jde. Kůži co nejméně zatížit škodlivým UV zářením a bronz získat i jinou, neškodnou cestou.

MÁM VĚRNOSTNÍ KARTU BODYSUN A RÁDA BYCH SLEDOVALA POHYBY NA MÉM ÚČTU, NEMÁM VŠAK PRAVIDELNÝ PŘÍSTUP K INTERNETU.

Nevadí. Stav vašeho Bodysun účtu lze zjistit i přes mobilní telefon (návod obdržíte na letáčku na kterékoli pobočce) nebo můžete kdykoli požádat obsluhu solária a ona vám detaily vašeho výpisu na

internetu otevře.

Navíc připravujeme pro naše věrnostní zákazníky pravidelné jednoměsíční zasílání stavu jejich konta v Bodysun. Výpis bude obsahovat výši kreditu, stav načerpaných bodyfunů a aktuální druh karty.

POŠKODILA JSEM SI VĚRNOSTNÍ KARTU BODYSUN, MAGNETICKÝ PROUŽEK JE JIŽ NEČITELNÝ. MÁM POSTUPOVAT JAKO PŘI ZTRÁTĚ, KARTU NECHAT ZABLOKOVAT A ŽÁDAT O NOVOU?

O novou kartičku musíte bohužel znovu požádat, je nutné ji nechat opět vyrobit. Zablockovat ji však nemusíte, jakmile vám předáme novou, vyžádáme si od vás vaši původní kartu. Tím vám na rozdíl od ztráty zůstane zachován i počet načerpaných bodyfunů.

JE NUTNÉ SE NA SOLÁRIUM OBJEDNÁVAT?

V Bodysun je služba opalování možná s objednáním i bez. Spektrum solárií na provozovnách je vyváжено tak, aby uspokojilo široké spektrum zákazníků a aby se každý dostal k opalování i bez čekání nebo jen s malou prodlevou. Objednávání slouží jako služba pro zvláště vytížené klienty, kteří tím mají v danou dobu „svůj“ stroj nachystaný. Objednat se můžete telefonicky i osobně.

SLEDUJTE A ČERPEJTE VÝHODY U NAŠICH PARTNERŮ





750
FUNŮ

Roxana

toaletní taška s popruhem



290
FUNŮ

Pesaro

set tří nožů na rajčata, sýr a pizzu



190
FUNŮ

Ted

plyšový medvídek s tričkem dle výběru (modrá, červená, bílá)



190
FUNŮ

Zelide

ohýbací budík (modrá a oranžová)



320
FUNŮ

Centaurus

ocelová LED svítidla s gumovou rukojetí



350
FUNŮ

Vanad

multifunkční nářadí v krabičce



80
FUNŮ

Hrnek

Phillips



290
FUNŮ

Taurus

hodiny s teploměrem, kalendářem a stopkami, plast

NOVÉ DÁRKY PRO SEZÓNU ZIMA 2007



1990
FUNŮ

Rustic

pikniková termotaška vybavením



590
FUNŮ

Martinik

grilovací set v hliníkovém kufru



350
FUNŮ

Rostbíf

sonda na měření teploty uvnitř masa



320
FUNŮ

Schwarzwolf devil

mininářadí



135
FUNŮ

Racle

škrabka na auto s rukavicí