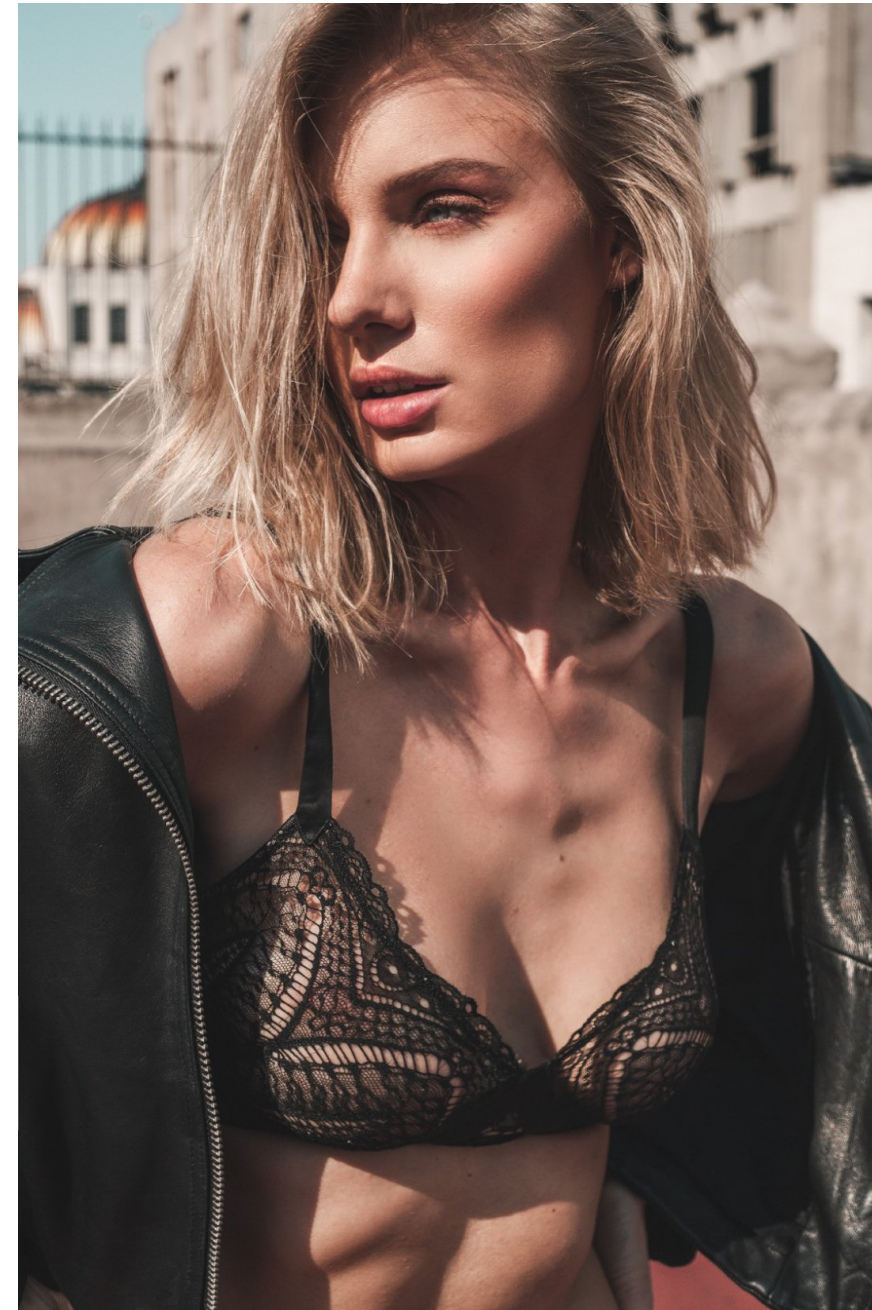




Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



ΒΗΜΑ 3ο: ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗ

Οι κρέμες νύκτας είναι τα πιο εξυπνα καλλυντικά γιατί εξμεταλλεύονται την ώρα που ο οργανισμός ξεκουράζεται για να αναπτύξουν δράση τους. Καθώς το δέρμα δεν κάνει καμ κίνηση, δεν εκτίθεται σε καμία περιβαλλοντική επίθεση και δεν καταπονείται από καμία και συνήθεια (όπως κάπνισμα ή κατανάλωση αλκοόλ), μπορεί να αξιοποιηθεί στο μέγιστο οι θρεπτικά συστατικά που του προσφέρουν. Στόχος των δραστικών ουσιών είναι να ενισχύσουν τη λειτουργία των δερματικών κυττάρων ώστε να συνθέτουν επαρκείς ποσότητες κολλαγόνου και ελαστίνης και να κρατούν την επιδερμίδα σφιχτή και ελαστική. Αυτό το πετυχαίνουν είτε με τη ρετινόλη (την ουσία που διορθώνει τη λειτουργία των κυττάρων), είτε με οξέα όπως το γλυκόλαιο που κάνει ελαφρά απολέπιση λευκαντική δράση. Επιλέγουμε ανάλογα με ανάγκες της επιδερμίδας μας.

ΒΗΜΑ 4ο: ΜΑΤΙΑ

Η περιοχή γύρω από τα μάτια διαθέτει ελάχιστα σμηγματογόνους αδένες, οπότε δαυ καλύπτεται από σμήγμα και αφυδατώνεται εύκολα. Συχνά, καταπονείται από 1 μιλιάς συσπάσεις (τα βλέφαρα κάνουν πάναπό 10.000 κινήσεις μέσα σε οκτώ ώρες καημερινά). Έχει πάχος 0,5 χιλιοστά (το δέρμα ο υπόλοιπο σώμα έχει περίπου 2 χιλιοστά). Οαυτα σημαίνουν ότι είναι πιο ευαίσθητη αι οποιοδήποτε άλλο σημείο του προσώπου. Ει οι φθορές του χρόνου και τα σημάδια κόπας κάνουν εκεί την πρώτη τους εμφάνιση. Για διορθώσουμε τις λεπτές γραμμές και να ηλάβουμε τις βαθιές ρυτίδες επιλέγουμε προινα που περιέχουν βιταμίνες Α, C, E, ρετινό και υαλορονικό οξύ. Ενεργές ουσίες όπως πράσινο τσάι και ο ψευδάργυρος έχουν συαγκτική δράση και είναι αποτελεσματικές ενάνιστο ηρήδμο.

Η περιοχή γύρω από τα μάτια είναι η πιο ευαίσθητη από οποιοδήποτε άλλο σημείο του προσώπου

ΣΤΟ ΝΕΞΕΙΣΕΡ

1. Αναγηρανική κρέμα νύκτας για ενίσχυση της επιδερμίδας, Nuxuriance Gold Anti-Age Absolu, Nuxe
2. Υγρά μαντάκια νεμακιγιάζ με νερό micellaire, Pom Pon Micellaire, MEFA
3. Ενυδατικός αφρός καθαρισμού, Complete Cleansing Microfoam, Shiseido
4. Ανταρμυδικός λευκαντικός σπρέι για τα μάτια, Powerful-Strength Line-Reducing Eye-Brightening Concentrate, Kiehl's
5. Αναοδοντική κρέμα ματιών για εντατική ανάπλαση με ειδική κεφαλή εφαρμογής, Eva Belle Eye Cream, InterMed



BEAUTY

Προσφέροντας καθημερινά τη σωστή ενυδάτωση η βελτιωμένη υφή της επιδερμίδας θα διατηρηθεί

Αντίθετα, ένα προϊόν με ενυδατικούς παράγοντες θα δράσει ενάντια στην ξηρότητα». Επιλέγουμε ένα προϊόν καθαρισμού που ξεπλένεται με νερό για τα κανονικά και τα λιπαρά δέρματα. Τα ξηρά δέρματα καθαρίζονται χωρίς σαπούνι, με τα νέας γενιάς προϊόντα που μοιάζουν με λωσιόν αλλά κάνουν πλήρη καθαρισμό.

ΒΗΜΑ 2ο: ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ

Η επαρκής ενυδάτωση είναι το καλύτερο που μπορούμε να κάνουμε για να αυξήσουμε την αντοχή του δέρματός μας στις επιθέσεις του περιβάλλοντος. «Η φροντίδα αυτή είναι απαραίτητη για πολλούς λόγους: γιατί αναπληρώνει τους φυσικούς ενυδατικούς παράγοντες στις ανώτερες στιβάδες του δέρματος. Γιατί βοηθάει τις χαλαρές άκρες των νεκρών κυττάρων να δεθούν μεταξύ τους, λειαίνοντας την επιφάνεια του δέρματος. Γιατί ένα τέτοιο προϊόν αφήνει μια λεπτή μεμβράνη που λειτουργεί σαν φιλμ συγκράτησης του νερού. Αν και το αποτέλεσμα της ενυδάτωσης είναι προσωρινό, όταν φροντίζει κανείς καθημερινά και σωστά το δέρμα του, η βελτίωση θα διατηρηθεί. Τίποτε άλλο, ούτε το λέιζερ, ούτε το λίφτινγκ, μπορεί να βελτιώσει την υφή και την ικανότητα του δέρματος να συγκρατεί το νερό», γράφει ο δερματολόγος Χάουαρντ Μιούραντ στο βιβλίο του «The Murad Method». Επιλέγουμε μια ενυδατική με SPF ώστε να προστατευόμαστε από τον ήλιο της πόλης, που ιδανικά προσφέρει και χρωματική κάλυψη.

1

2

3

4

5

ΣΤΟ ΝΕΞΕΙΣΕΡ

1. Φον ντε τεν με τη δράση του ορού και αντιλιακή προστασία, Intensive Skin Serum Foundation SPF 40, **Bobbi Brown**

2. Κρέμα νύκτας με ρετινόλη, Plantation Retinol Night Moisturizer with Alpine Flower, **Origins**

3. Μη λιπαρό τζελ ενυδάτωσης που μεταμορφώνεται σε χρώμα, Dramatically Different Moisturizing BB-Gel, **Clinique**

4. Τζελ καθαρισμού που συσφίγγει τους πόρους, Pōdi Gel Καθαρισμού, **Korres**

5. Ορός λεύκανσης με γλυκολικό οξύ, Anti-dark Spot Concentrate Glycolic Acid, **Collistar**

74 *Index*

Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



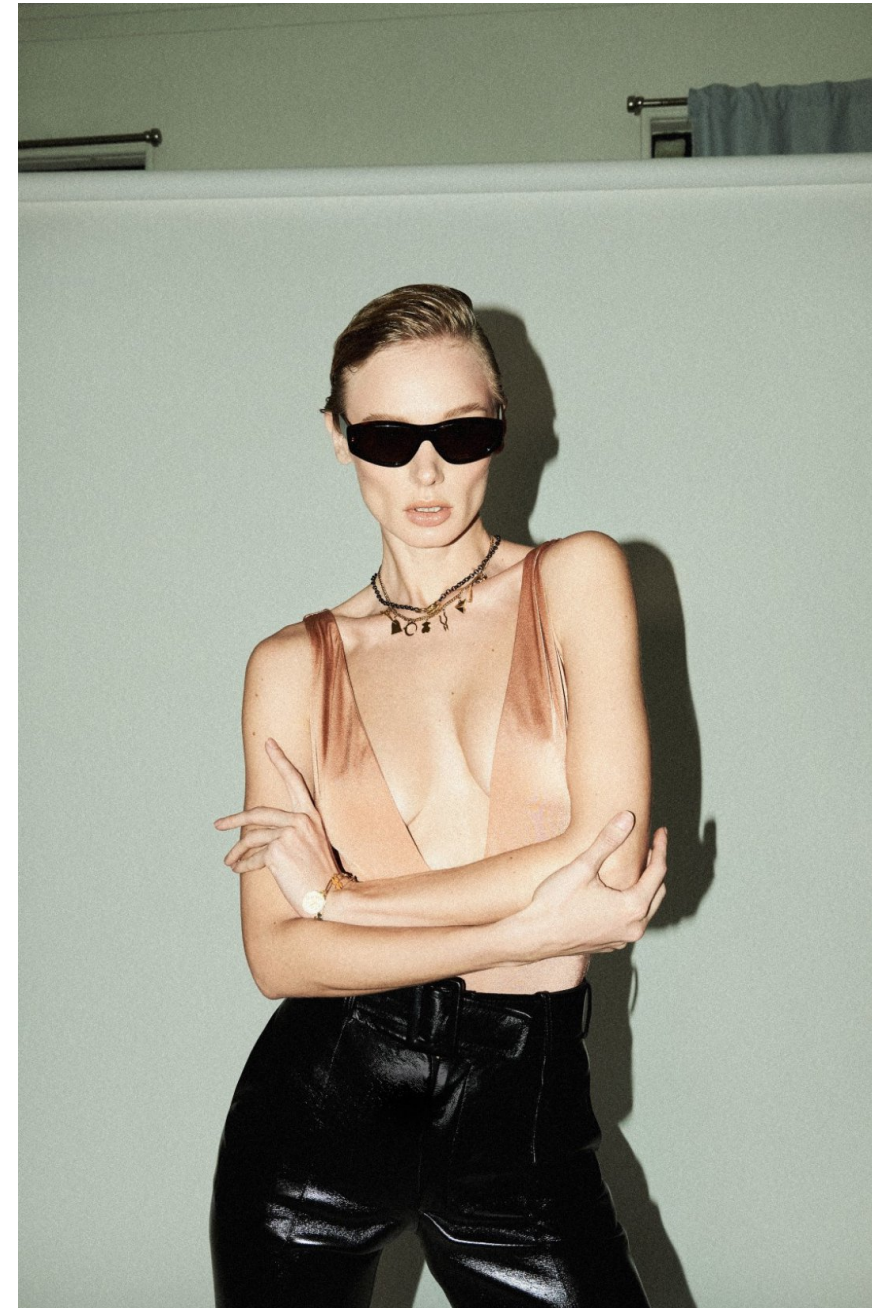
Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25
hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light



Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light





Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light





Olga G.
modelbook

grösse . height 1.79 . 5'10.5 konfektion . size 36 (6) . 36 (6) oberweite . bust 88 . 34 taille . waist 65 . 25

hüfte . hips 93 . 36 schuhe . shoes 40 augen . eyes blau . blue haare . hair blond . light