

Sanita Saulīte

5 ZELTĀ LIKUMI

liftinga meikapā pēc 50



makeupbysaulite

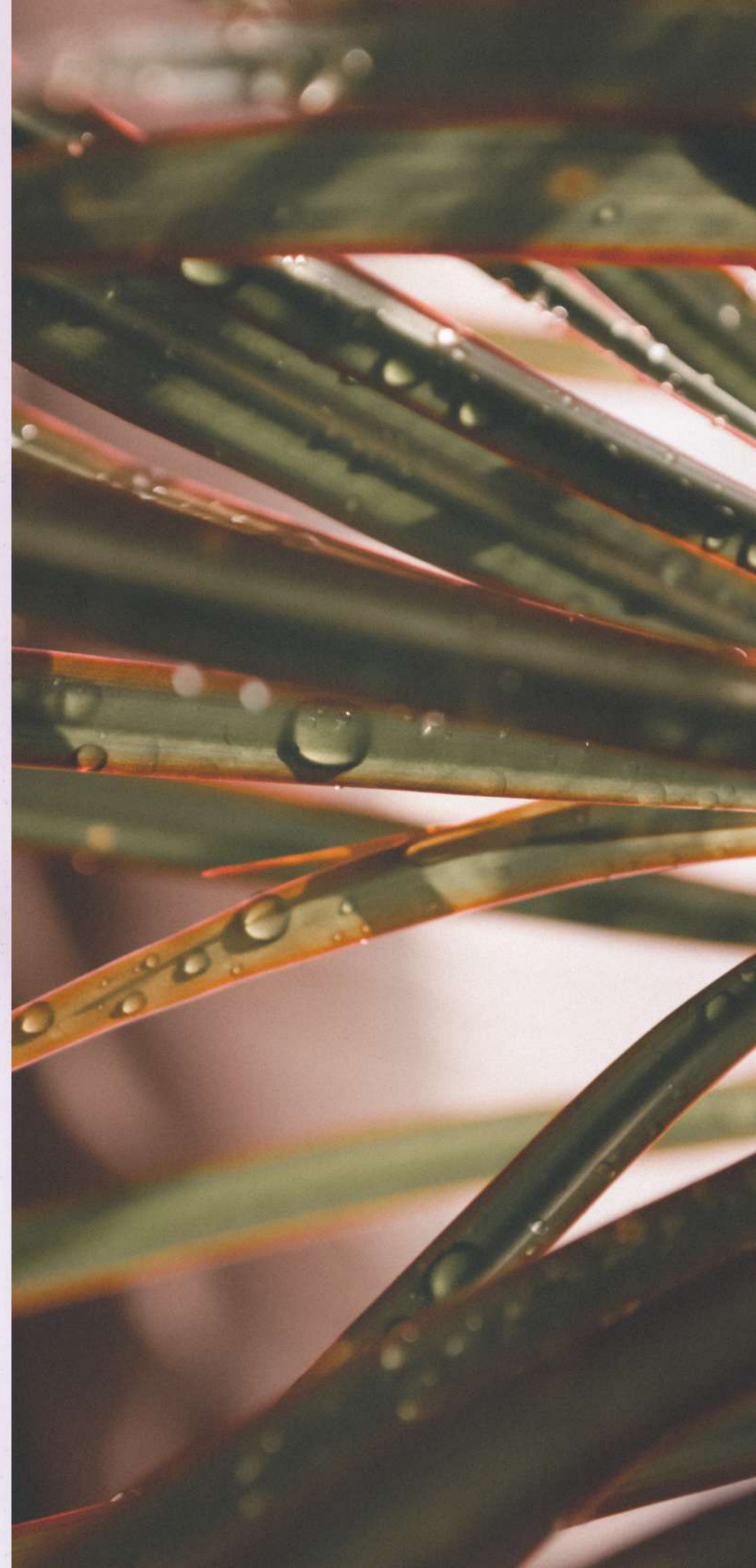
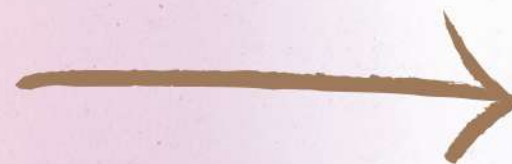
Zelta likums Nr. 1 Mitrināšana ir pamats visam

"Kā māja bez pamatiem, tā meikaps bez sejas mitrināšanas."

Pēc 50 āda kļūst sausāka, plānāka un bieži zaudē elastību — tieši tāpēc grims bieži "neizskatās vairs tik labi kā agrāk".

Taču lielākā kļūda, ko daudzas sievietes pieļauj, ir meikaps uz sausas ādas. Rezultāts – tonālais ķermis sakrājas grumbās, seja izskatās nogurusi un pelēcīga nevis svaiga..

? Kā pareizi mitrināt ādu pirms kosmētikas uzklāšanas?



ATTĪRĪŠANA



pirmais solis ādas mitrināšanā

Attīri seju ar maigu līdzekli, vislabāk pieniņu, jo pārsvarā dāmām šajā vecumposmā āda mēdz palikt sausāka. Bet tā var būt arī želeja, gēls, putas, attīrošās eļļas, speciālas sejas ziepītes vai pulverīši. **Attīri seju no rīta un vakarā**, lai atbrīvotu no kosmētikas, sviedriem, putekļiem, netīrumiem un sebuma.

Atceries, ka **micelārais ūdens** vairs **nav paredzēts ikdienas lietošanai**, bet gan tikai retai reizei. To nevajadzētu izmantot katru dienu, jo **ilgtermiņā tas var sausināt ādu** un izjaukt tās dabisko aizsargbarjeru. Lai gan micelārais ūdens labi noņem kosmētiku un netīrumus, tas bieži satur vielas, kas var kairināt ādu, ja netiek noskalots.

Ikdienas kopšanai labāk izvēlēties maigus un mitrinošus tīrīšanas līdzekļus, piemēram pieniņus, kas saglabā ādas mitrumu un līdzsvaru. Micelārais ūdens lai paliek kā ātrs risinājums īpašās vai steidzīgās situācijās, nevis kā ikdienas ieradums.



PRODUKTI

Budžeta variants

OLIVAL Barojošs attīrošais sejas pienišs ar salmenēm
EVOLVE „Daily Detox” sejas mazgāšanas līdzeklis,
ekoloģisks ar Goji ogu ekstraktu un moringas peptīdiem
SOLIDU sejas attīrīšanas līdzeklis FACE CLEANSER ar
niacinamīdu 3% + vitamīnu B5
Usva cosmetics Meadow Flower Gentle Balm-to-Milk sejas
attīrīšanas līdzeklis ar buriti eļļu

Vidējais cenu līmenis

Dr. Hauschka attīrošs sejas pienišs jutīgai ādai ar
pērkonamoliņu
SOBER Gentle Facial Cleanser maigs sejas attīrīšanas
līdzeklis ar kaolīna dūnām un sarkanajām aļģēm
EVOLVE Līdzeklis sejas tīrīšanai ar C vitamīnu un
enzīmiem
Antipodes Hallelujah līdzeklis dekoratīvās kosmētikas
noņemšanai ar laimu un pačūliju

Lux segments

Labrains oil-to-milk eļļas-pieniņa sejas attīrīšanas līdzeklis ar probiotikām un
zeltainajām brūnālģēm.
Salt & Stone Spirulīnas & Yuzu sejas attīrīšanas līdzeklis
Labrains sejas ādas attīrīšanas gels ar kūdras ekstraktu
Antipodes Grace maigs krēmveida attīrošs līdzeklis ar samtenēm
Antipodes Gospel attīroša želeja ar vitamīnu C mirdzošai ādai

TONIZĒŠANA ☒ ir otrais solis

Tonizēšana ir vissvarīgākais posms sejas kopšanā, jo tas atjauno ādas PH līmeni!!! Toniks vai losjons ir kā **tilts starp attīrīšanu un mitrināšanu**, kas palīdz ādai sagatavoties nākamajiem kopšanas posmiem. Pēc mazgāšanas ādas pH līmenis bieži kļūst sārmaināks, un toniks palīdz to **atjaunot līdz dabiskajam līdzsvaram**.

Tas nozīmē, ka āda ātrāk nomierinās un labāk uzņem mitrinošos vai barojošos produktus. Mitrināta āda **labāk uzņem aktīvās vielas**, tāpēc tonizēšana uzlabo arī seruma un krēma efektivitāti.

Uz sausas virsmas produkti iesūcas grūtāk, bet uz tonizētas ādas tie darbojas daudz efektīvāk. Tonizēšana nav lieks solis — **tā ir ādas līdzsvara atslēga**. Tā palīdz ādai būt mierīgai, mitrinātai un gatavai uzņemt visu labo, ko tai sniedz krēmi un serumi. Regulāri tonizējot, āda kļūst **svaigāka, vienmērīgāka un veselīgāka**. Tonizē ādu ar toniku vai losjonu.



PRODUKTI

Budžeta variants

Dabba Organics toniks ar piparmētru,

Olival atsvaidzinošs sejas toniks ar salmenēm.

Dabba Organics viršu ziedūdens - antioksidantu toniks
visiem ādas tipiem

Līga Nature SPA Citronverbēnas ziedūdens

Līga Nature SPA Krūzmētras ziedūdens

Vidējais cenu līmenis

Antipodes Ananda mitrinošs un nomierinošs sejas toniks

EVOLVE Mirdzuma piešķirošs sejas toniks ar glikolskābi

EVOLVE Mitrinošs sejas aerosols „Daily Defence”,
ekoloģisks

Dr. Hauschka sejas toniks

Lux segments

Salt & Stone sejas losjons ar klusā okeāna brūnaļģi un
niacinamīdu

Labrains micelārais ūdens & toniks

SERUMS ☒ ir trešais solis, dziļai sejas mitrināšanai

Dziļā mitrināšana, jeb seruma lietošana nav tikai mārketinga triks — tas patiešām pilda ļoti nozīmīgu funkciju ādas kopšanā. Serums satur augstu aktīvo vielu koncentrāciju, kas iekļūst dziļākos ādas slāņos un palīdz risināt konkrētas problēmas, piemēram, sausumu, pigmentāciju vai novecošanās pazīmes. Regulāra seruma lietošana uzlabo ādas tekstūru, nodrošina intensīvu mitrināšanu un veicina veselīgu, starojošu izskatu.

Pēc 50 gadu vecuma serums kļūst īpaši svarīgs, jo āda zaudē elastību un mitrumu, un tās dabiskie atjaunošanās procesi palēninās. Serumi ar kolagēnu, hialuronskābi un antioksidantiem palīdz samazināt grumbiņas, nostiprināt ādu un atjaunot tās mirdzumu. Tie arī veicina šūnu reģenerāciju un palīdz ādai saglabāt tvirtumu, padarot to redzami jaunāku un dzīvīgāku.

Padoms: serumu vislabāk uzklāt uz tīras, vēl nedaudz mitras ādas pirms krēma — tas palīdz aktīvajām vielām labāk uzsūkties un nodrošina dziļāku mitrināšanu.



PRODUKTI

Budžeta variants

EVOLVE Acu serums ar hialuronskābi, ekoloģisks

Līga Nature SPA serums ar Niacinamīdu

Weleda pretnovecošanās serums ar astaksantīnu

Weleda serums ar fermentētām dzērvenēm

Weleda serums ar keramīdiem

Vidējais cenu līmenis

EVOLVE Sejas serums ar salicilskābi, ekoloģisks

EVOLVE Augu izcelsmes retinola un C vitamīna serums

Dabba Organics dziļi atjaunojošs hialuronskābes serums

Lux segments

EVOLVE Nostiprinošs sejas serums „Age Defying”, ekoloģisks

Labrains renovation sculptor serums ādas atjaunošanai ar liftinga efektu

Antipodes Credo atjaunojošs serums ar probiotiķiem, ādai ar pigmenta laukumiem

Antipodes Glow serums ar vitamīnu C un augu hialuronskābi, pelēcīgai, blāvai ādai

Labrains rosacea intense care serums rozācijai skartai ādai

Dr. Hauschka atjaunojošs acu krēms nobriedušai ādai

EVOLVE Sejas serums ar resveratrolu un niacinamīdu

EVOLVE Serums ar peptīdiem "360" pret grumbiņām

SEJAS KRĒMS ☒ ir noslēdzošais posms sejas kopšanas rutīnā

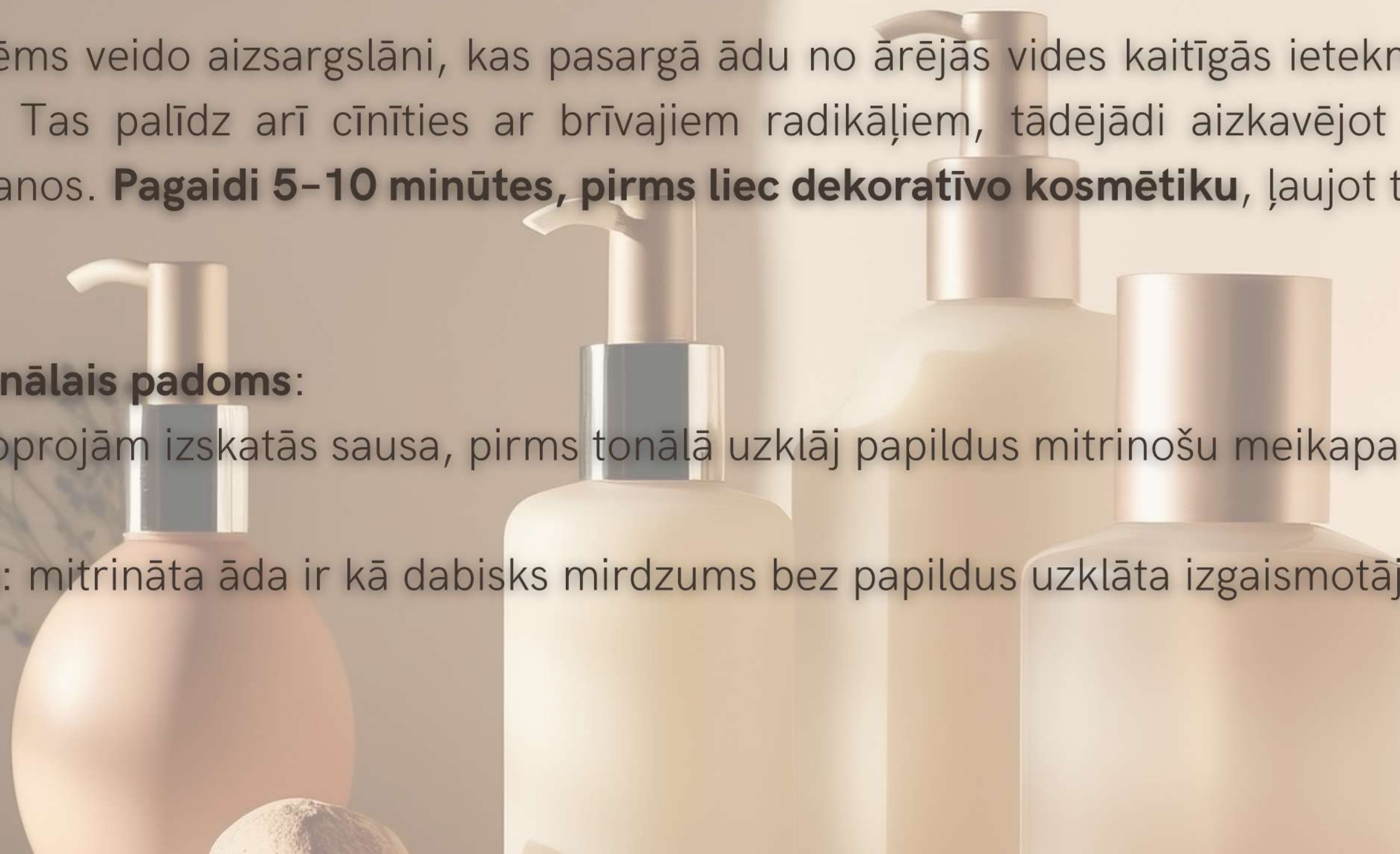
Īsāk sakot, aizsardzība un kopšana.

Sejas krēms veido aizsargslāni, kas pasargā ādu no ārējās vides kaitīgās ietekmes — saules, vēja un sala. Tas palīdz arī cīnīties ar brīvajiem radikāļiem, tādējādi aizkavējot priekšlaicīgu ādas novecošanos. **Pagaidi 5–10 minūtes, pirms liec dekoratīvo kosmētiku**, ļaujot tam iesūkties.

Profesionālais padoms:

Ja āda joprojām izskatās sausa, pirms tonālā uzklāj papildus mitrinošu meikapa bāzi jeb praimeru.

Atceries: mitrināta āda ir kā dabisks mirdzums bez papildus uzklāta izgaismotāja!





PRODUKTI

Budžeta variants

OLIVAL Atjaunojošs sejas krēms ar salmenēm, atjaunojošs

Dabba Organics atjaunojošs sejas krēms

Vidējais cenu līmenis

Dr. Hauschka dienas krēms ar melisu

Dr. Hauschka aprikožu dienas krēms

SOBER Hydra Defense Cream mitrinošs sejas krēms

Dabba Organics intensīvi atjaunojošs krēms ar vitamīnu C

Lux segments

Salt & Stone sejas krēms ar spirulīnu un skvalānu

Labrains dermatreat reģenerējošs krēms

Sejas aizsargkrēms ar keramīdiem SPF 50+

Antipodes Diem sejas krēms pigmentācijas profilaksei ar vitamīnu C

Antipodes Baptise intensīvi mitrinoša želeja uz ūdens bāzes, Anti age

Zelta likums Nr. 2

TONĀLAIS LĪDZEKLIS: MĪNUS 7 GADI

Pēc 50 gadu vecuma tonālā krēma uzklāšana prasa nedaudz citādu pieeju nekā jaunībā — ne tāpēc, ka tas būtu sarežģītāk, bet tāpēc, ka ādas struktūra un vajadzības mainās. Mērķis vairs nav noslēpt visu, bet gan piešķirt ādai svaigumu, mirdzumu un vienmērīgu toni. Galvenais princips ir “mazāk produkta, bet pareizajā vietā” — tas nodrošina dabisku un koptu izskatu.

Izvēlies vieglu, mitrinošu tonālo krēmu vai BB krēmu, kas sniedz vieglu pārklājumu un vienlaikus rūpējas par ādas mitrināšanu. Nobriedusi āda bieži ir sausāka, tāpēc svarīgi, lai tekstūra būtu krēmīga, nevis matēta, jo pārāk bieza formula var izcelt sīkās grumbiņas.

Tonālo krēmu vislabāk uzklāt ar mitru sūkli vai pūkainu otu, nevis ar pirkstiem. Sūklis nodrošina maigu, plūdeni rezultātu bez redzamām pārejām. Šādā veidā āda izskatās dzīvīgāka un dabiskāka. Būs sajūta, ka tava āda pat nedaudz spīdēs cauri un klājums būs viegls un bez smagas sajūtas uz sejas. Pēc 50 gadu vecuma īpaši svarīgi pievērst uzmanību ne tikai tam, kur uzklāj konsīleri, bet arī tam, kāds tas ir.





1

Svarīgi izvairīties no produktiem, kuros iekļauti atslēgas vārdi "full coverage" – labāk ļauj ādai "elpot" un saglabāt svaigumu. Nedaudz tonālā krēma uzklāj tikai tur, kur nepieciešams izlīdzināt toni – piemēram, uz vaigiem, deguna vai zoda. Pārējā sejā pietiek ar ļoti plānu kārtu vai pat neko.

3

KONSĪLERIS arī jālieto ļoti mēreni – nelielu daudzumu tikai iekšējos acu stūrīšos, kur visbiežāk redzams nogurums un tumšākās vietas sejā, ap degunu, lūpu kaktiņos vai iedobītē zem lūpas. Ja to uzklāj visā zonā, tas var iesēsties sīkajās krunciņās un padarīt skatienu smagnēju. **Izvēlies vienu toni gaišāku**, jo to ievietojot tumšākajās zonās sejā, optiski iegūsi jaunāku, svaigāku un daudz koptāku tēlu.

2

Izvēloties tonālā krēma toni, vienmēr to pārbaudi dabiskā apgaismojumā, nevis veikala lampu gaismā. Visprecīzākais veids ir uzklāt nelielu daudzumu uz kakla vai žokļa līnijas ādas – tur vislabāk redzams, vai tonis harmoniski saplūst ar ādas krāsu. Pareizi izvēlēts tonis rada viegluma sajūtu un ļauj ādai izskatīties veselīgai un koptai, nevis "pārkrāsotai".

Šie soļi nav sarežģīti – tie vienkārši palīdz pielāgot grīmu ādas vajadzībām, lai izskats būtu dabisks, elegants un glaimojošs. **Nobriedušai ādai vispiemērotākie ir vieglas, šķidrās konsistences konsīleri**, jo tie maigi saplūst ar ādu un neiesēžas sīkajās grumbiņās.



Latvietēm visatbilstošākie produkti:

ja esi ar **gaišu sejas ādu**, tad -

Dr. Hauschka tonālais krēms 01 macadamia;

ja esi ar **vidēji gaišu ādas toni**, tad -

Dr. Hauschka tonālais krēms 02 almond;

mitrinošs un ideāls konsīleris ikdienais
lietošanai:

SANTE šķidrāis minerālu konsīleris tonis 01

NEUTRAL IVORY

Maigi sedzošs CC krēms Olival ar samtenēm

Uoga uoga BB krēms ar dzintaru Amber
stones



Konsīlerim viskoza, vidēji bieza formula palīdz saglabāt
svaigu, dabisku izskatu un nepadara ādas virsmu sausu vai
smagnēju.

Savukārt biezi, "stick" tipa produkti bieži vien ir pārāk
krēmīgi un satur vairāk vaska, kas var izcelt sausumu un
grumbiņas ap acīm. Tie rada smaguma sajūtu un padara
skatienu nogurušu, nevis atsvaidzinātu. Tāpēc **labāk
izvēlēties konsīleri ar mitrinošām sastāvdaļām** -
piemēram, ar hialuronskābi vai glicerīnu, kas kopj ādu.

Jāņem vērā arī tas, ka daudzi masu kosmētikas produkti
(īpaši tie, kas paredzēti jaunākām auditorijām) ir izstrādāti
jaunai, elastīgai ādai, kurai nav izteiktu sausuma vai
tekstūras problēmu. Nobriedušai ādai labāk der maigāki,
kopjošāki produkti ar pielāgotu formulu un dabisku finišu.
Izvēloties pareizu konsīleri, iespējams panākt vieglu,
mirdzošu un svaigu ādas efektu — bez pārlietu bieza
slāņa sajūtas.

Zelta likums

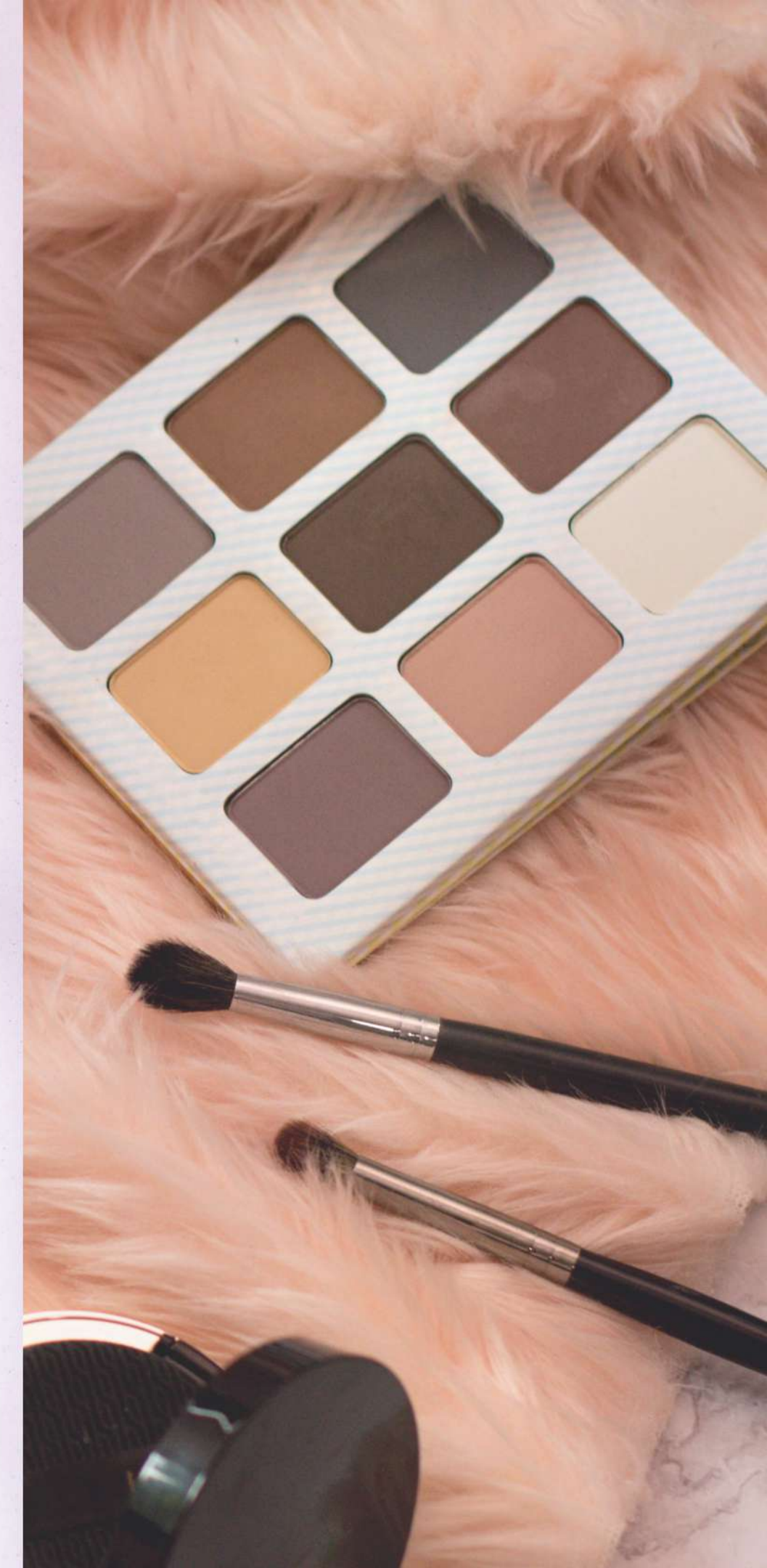
Nr. 3

ACU ZONA – Liftinga efekta centrā

Acu zona ir tā vieta, kas visātrāk norāda uz nogurumu, vecumu un noskaņojumu — tāpēc tieši acu forma var “pacelt” vai “nogāzt” visu sejas izteiksmi. Pēc 50 gadu vecuma svarīgākais princips acu grima veidošanā ir vieglums, siltums un pacelta forma. Pareizi izvēlēti toņi un uzklāšanas virziens var radīt redzamu liftinga efektu bez jebkādām invazīvām procedūrām.

Izvairies no tumšām ēnām un īpaši no smagā “smokey eye” grima, jo tas vizuāli padara plakstiņus noslīdējušus un skatienu smagnēju. Tā vietā **priekšroku dod gaišākām, siltām ēnām** – maigi brūniem, bēšiem, šampanieša, karamelu vai persiku toņiem.

Šie toņi vizuāli paceļ aci un piešķir sejai mirdzumu! Īpaši svarīgi ir izvairīties no ļoti spīdīgām vai perlamutra ēnām, jo tās izceļ ādas tekstūru un noslīdējušus plakstiņus.



1

Brūnais tonis ir īpaši piemērots – tas ir universāls tonis, ar kuru nevar "nošaut greizi." Tas piemērots gan gaišai, gan tumšākai ādai, un vienmēr izskatās dabīgi. Brūnais tonis piešķir skatienam dziļumu, bet tajā pašā laikā saglabā maigumu un siltumu, atšķirībā no melnā vai pelēkā, kas var padarīt acis nogurušas un uzsvērt ādas toni ap tām.

3

Skropstu tušu uzklāj tikai augšējām skropstām – tas palīdz atvērt skatienu un izvairīties no ēnas zem acīm, ko var radīt tušas nosmērēšanās apakšā. **Izvēlies tušu, kas pagarina un atdala skropstas, nevis rada apjomu**, jo pārāk bieza tuša var piešķirt smagnēju efektu. Un, jā atkal tumši brūna toņa skropstu tuša būs veiksmīgāka izvēle liftinga meikapā.

2

Acu kontūrzīmuli labāk izvēlēties brūnā tonī, nevis melnu vai pelēku. **Melns zīmulis uz nobriedušas ādas mēdz izskatīties pārāk ass un kontrastains**, savukārt brūns rada maigāku, dabiskāku efektu. Atceries, ja velc līniju ar zīmuli, pēc tam noteikti to viegli papludini ar otiņu, lai viedojas maigāka krāsu pāreja. Tas palīdzēs acu skatienam būt maigākam un ne tik dramatiskam.



Acu grims šajā vecuma posmā nav par pārmērībām — tas ir par gaismu, maigumu un proporciju. Ar dažiem pareiziem soļiem iespējams panākt svaigu, paceltu un jauneklīgu skatienu, kas padara visu seju dzīvīgāku un harmoniskāku.



PRODUKTI

SANTE acu ēnu palette NATURAL NUDES

SANTE acu kontūrzīmulis tonis 04 GOLDEN OLIVE

SANTE acu kontūrzīmulis tonis 02 DEEP BROWN

RMS Beauty Eyelights ilgnoturīgas krēmveida acu ēnas tonis Sunbeam

Dr. Hauschka Long Lasting Mascara - Ilgnoturīga skropstu tuša 02 brown

Zelta likums Nr.4

UZACIS UN VAIGU SĀRTUMS – SEJAS OVĀLA LIFTA POGA

Uzacis un vaigi — "tava dabiskā lifta poga." Šī frāze pilnībā raksturo, cik lielu nozīmi šīs zonas spēlē sejas kopējā izskatā. Pareizi veidotas uzacis un gudri uzklāts vaigu sārtums var radīt redzamu liftinga efektu, padarot seju svaigāku, harmoniskāku un vizuāli jaunāku — bez jebkādām invazīvām metodēm.

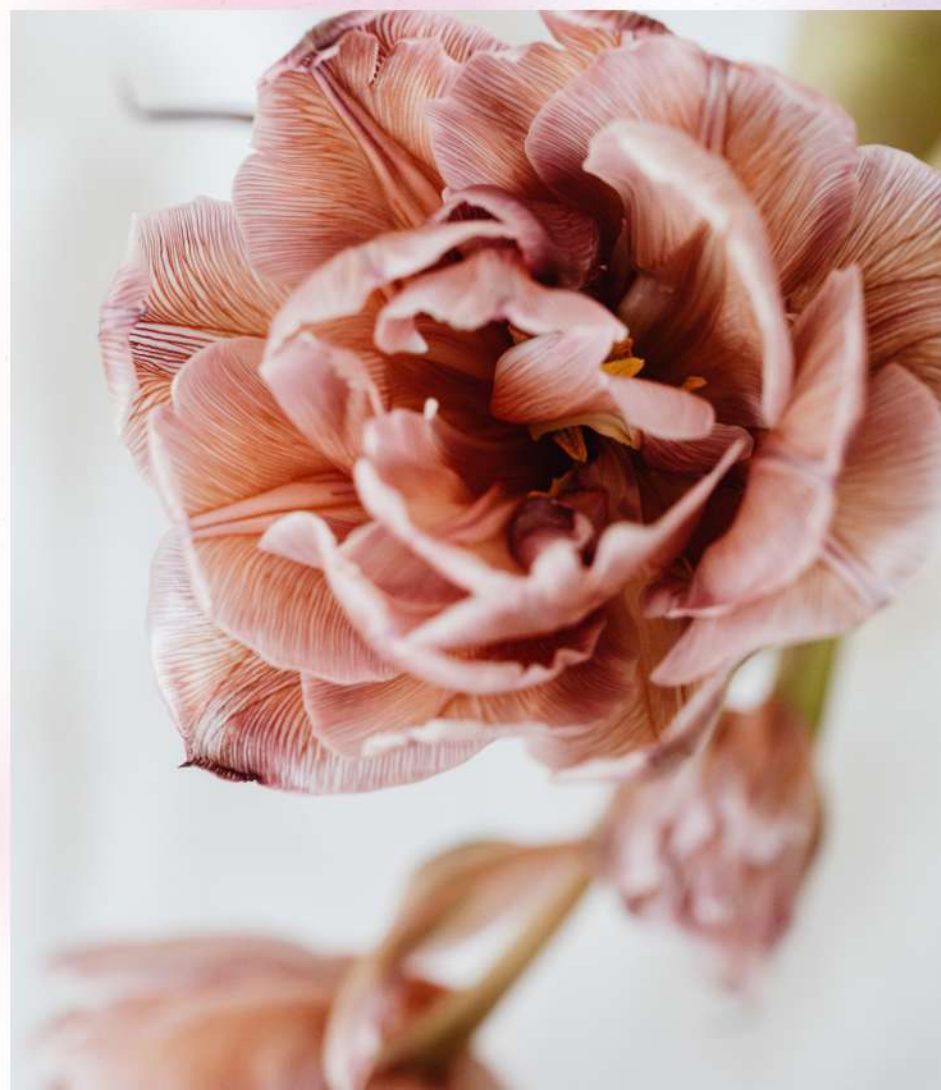
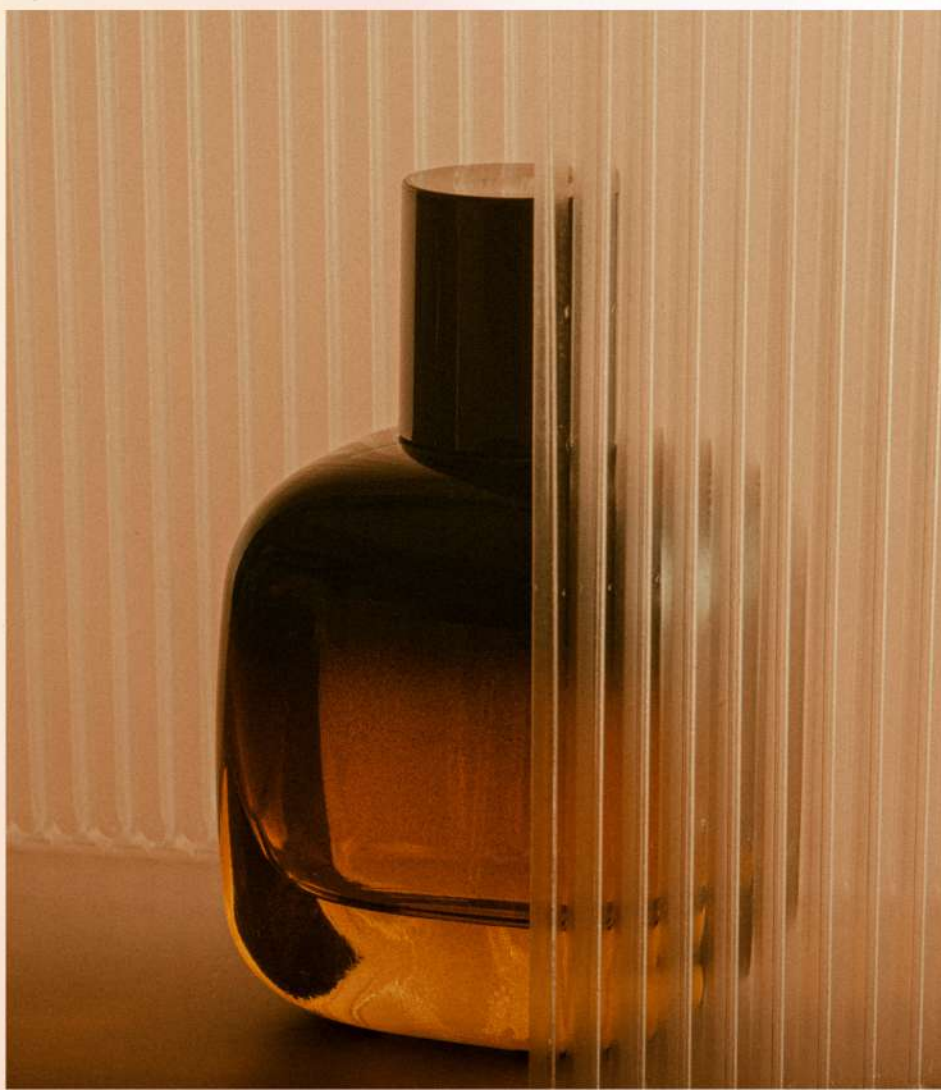
Uzacis ir kā sejas "rāmis", un pēc 50 gadu vecuma to forma iegūst īpašu nozīmi. Uzacīm jābūt dabiski paceltām un mīksti veidotām, ne pārāk plānām vai pārāk strauji izliekta loka formā. Pārāk plānas vai asas uzacis padara seju nogurušu un skarbu.

Vislabāk izskatās maigi izliekta uzacs ar vieglu pacēlumu uz āru, kas piešķir sejai vieglumu un dzīvesprieku. **Krāsu** vēlams **izvēlēties pustoni gaišāku par matu krāsu,** lai uzacis izskatītos maigākas un dabiskākas.



Runājot par vaigu sārtumu, šis ir viens no vienkāršākajiem, bet efektīvākajiem veidiem, kā piešķirt sejai liftinga efektu un veselīgu mirdzumu. **Svarīgi to uzklāt slīpi virzienā uz deniņiem**, nevis uz auss pusi — šādi sārtums “paceļ” vaigus un vizuāli pagarina sejas ovālu. Ja sārtums tiek likts pārāk tuvu degunam, seja var izskatīties apaļāka radot iespaidu, ka tev ir +10 kg.

Krāsu izvēle ir ļoti nozīmīga: vislabāk darbojas **siltie rozīgie, persiku un maigi koraļļu toņi**. Tie piešķir sejai dzīvīgumu, atsvaidzina un rada iespaidu, ka āda staro no iekšienes. Pārāk auksti vai tumši toņi (piemēram, vīna vai brūni) var padarīt ādu pelēcīgu un “nosēdināt” seju.



Tekstūrai arī ir būtiska nozīme — krēmveida sārtumi izskatās daudz dabiskāk un jauneklīgāk nekā pūdera tekstūras. Tie maigi saplūst ar ādu, neuzsver sausumu un palīdz saglabāt veselīgu, mirdzošu efektu. **Krēmveida sārtumu var uzklāt ar pirkstiem vai stingru otu — siltums palīdz produktam ideāli saplūst ar ādu.**

Lai panāktu pilnīgu līdzsvaru uzacu un vaigu sārtuma veidošanā, galvenais ir maigums, pacēlums un siltums. Šīs detaļas nenoslēpj vecumu, bet gan izceļ brieduma skaistumu, padarot seju vieglāku, dzīvīgāku un starojošu.

Ja esi gaišmate, uzacīm izvēlies - SANTE uzacu zīmulis, tonis 01 BLONDE, Uoga uzacu pomāde

Ja esi tumšmate, uzacīm izvēlies - SANTE uzacu zīmulis, tonis 02 BROWN

Labākie vaigu sārtumi - SANTE multifunkcionāls vaigu sārtums tonis 01 CORAL

Uoga uoga Lūpu krāsa & sārtums, tonis 6010 Apricot

ReDimension Hydra pūderveida vaigu sārtums tonis French Rose

Uoga uoga Lūpu krāsa & sārtums, tonis 6010 Apricot

Dr. Hauschka Lūpu un vaigu sārtuma zīmulis tonis ROSEWOOD

Uoga uoga Lūpu krāsa & sārtums, tonis 6020 Nude

ReDimension Hydra pūderveida vaigu sārtums tonis French Rose

Uoga uoga Magic Wand barojošs serums uzacīm un skropstām

Zelta likums Nr.5

LŪPAS- SVAIGUMA NOSLĒGUMS

Dabiskas, nepārspīlētas lūpas izskatās jaunākas. Pēc 50 gadu vecuma lūpu grims kļūst par vienu no galvenajiem sejas atjaunošanas un svaiguma elementiem. Lūpas zaudē apjomu un elastību, un pārāk tumšas vai pārāk matētas krāsas var vizuāli padarīt tās mazākas un novecojušas. Tāpēc galvenais princips ir maigums, dabiskums un vieglums.

Izvairies no tumšām vai pārāk matētām lūpām, jo tās vizuāli sarauj lūpu līniju un izceļ sīkās krunciņas ap lūpām. Tā vietā **izvēlies siltus, dabīgus toņus** - maigi rozīgus, persiku vai koraļļu toņus, kas piešķir lūpām svaigumu un harmoniju ar sejas toni.

Lai iegūtu precīzu un mīkstu lūpu formu, **izmanto vieglu kontūrzīmuli, kas atbilst izvēlētajam lūpu tonim**. Zīmuli labāk uzklāt tikai lūpu kontūrā, nedaudz iekšpusē, lai lūpas izskatītos dabiskas, nevis pārlietu izceltas.





Mans atklājums ir **Dr. Hauschka 00 caurspīdīgais lūpu zīmulis** — ideāls līdzeklis, kas nodrošina, ka lūpu krāsa paliks savā vietā visas dienas garumā. Tā vieglā, caurspīdīgā formula neveido smagu kontūru, bet maigi nostiprina lūpu kontūru, ļaujot krāsai neizplūst pa smalkajām mīmikas grumbiņām ap lūpām. Šis zīmulis kļūst par īstu sabiedroto lūpu meikapa uzturēšanā, saglabājot dabisku, pievilcīgu un elegantu izskatu.

Pa virsu izmanto **mitrinošu lūpu krāsu vai lūpu eļļu**, kas piešķir lūpām mirdzumu un svaigumu. Neliels spīdums lūpu centrā rada vizuālu apjomu un "liftinga efektu", neradot nepieciešamību pēc filleriem vai citām sāpīgām procedūrām.

Kopumā lūpu grims pēc 50 gadiem nav par krāsas daudzumu, bet par vieglumu un svaigumu. **Pareizi izvēlēts tonis, mīksta kontūra un neliels spīdums nodrošina, ka lūpas izskatās jaunākas, dabiskas un harmoniskas.** Visdabiskākie ikdienas toņi, kurus izvēlas sievietes, ir:

[Dr. Hauschka 00 caurspīdīgais lūpu zīmulis](#)

[Dr. Hauschka lūpu krāsa 22 millionbells](#)

[Dr. Hauschka lūpu krāsa 02 mandevilla](#)

[Dr. Hauschka Lūpu un vaigu sārtuma zīmulis tonis 01 APRICOT](#)

[Uoga uoga Lūpu krāsa candyberry, 614](#)

[Uoga Uoga kopjoša lūpu maska sausām lūpām](#)

[Sante lūpu eļļa](#)

BONUSS

(var klūt par Zelta likumu Nr. 6):

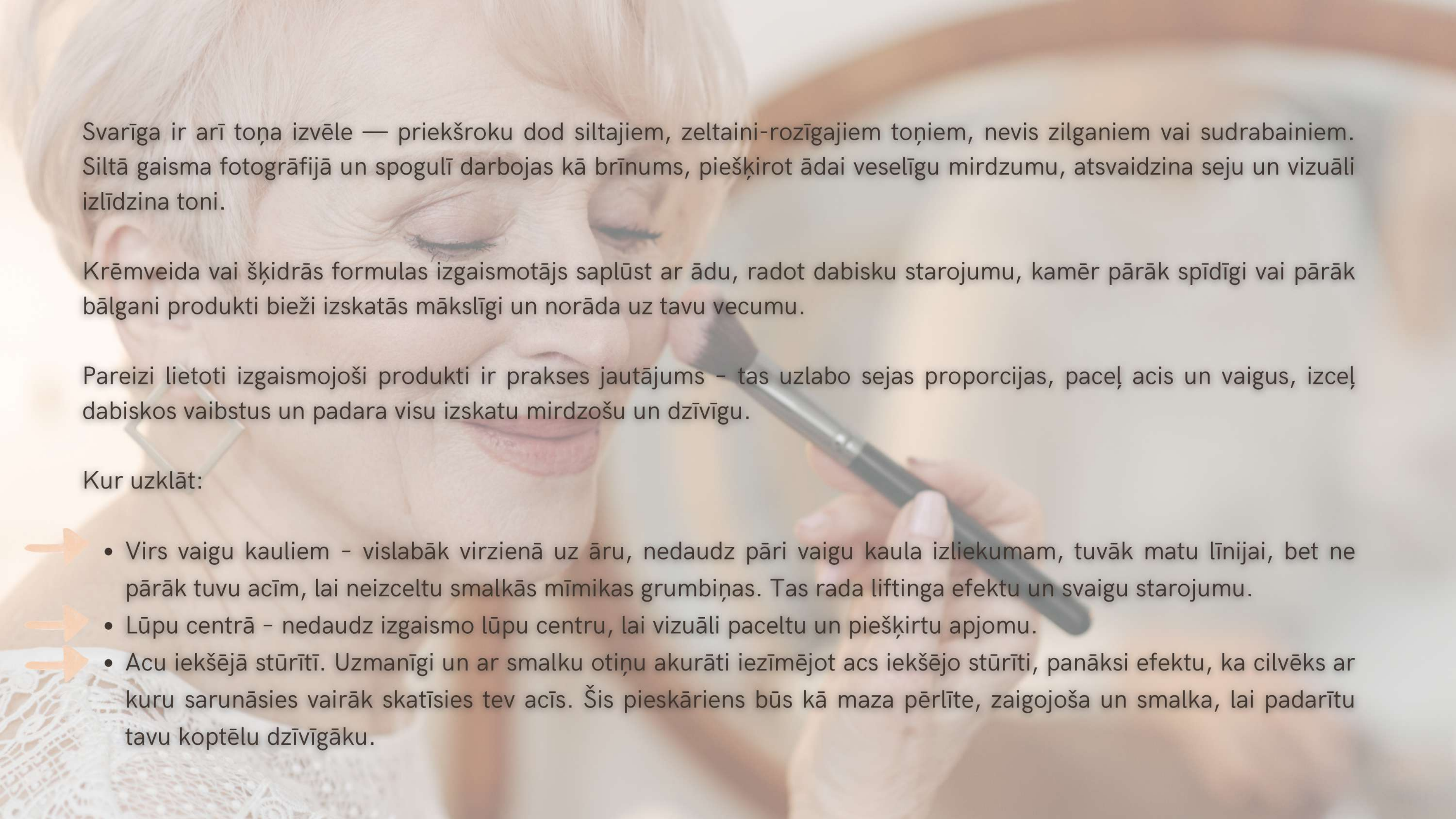
GAISMA UN MIRDZUMS –
ELEGANCES KOMPLEKTS

“Gaisma ir tava labākā draudzene pēc 50!”

Pēc 50 gadiem ādas tekstūra un dabīgā mirdzuma intensitāte mainās, tāpēc pareizi izmantota gaisma spēj vizuāli pacelt seju, atsvaidzināt izskatu un radīt liftinga efektu.

Galvenais princips: mirdzums, jeb izgaismotājs (*highlighter*) jālieto īpaši uzmanīgi un precīzi, nevis visā sejā, lai efekts būtu elegants un dabisks.

Izvēlies nelielu **krēmveida izgaismotāju un uzklāj to tikai virs vaigu kauliem, izmantojot virzienu uz ārpusi**. Tas rada svaigu, mirdzošu efektu un vizuāli paceļ sejas ovālu. Izvairies no spīdīgiem pūderiem un glitteriem, kas bieži vien tikai izceļ ādas tekstūru, sīkās krunciņas un izžuvušas ādas zonas, radot nevēlamu smagnēju efektu.



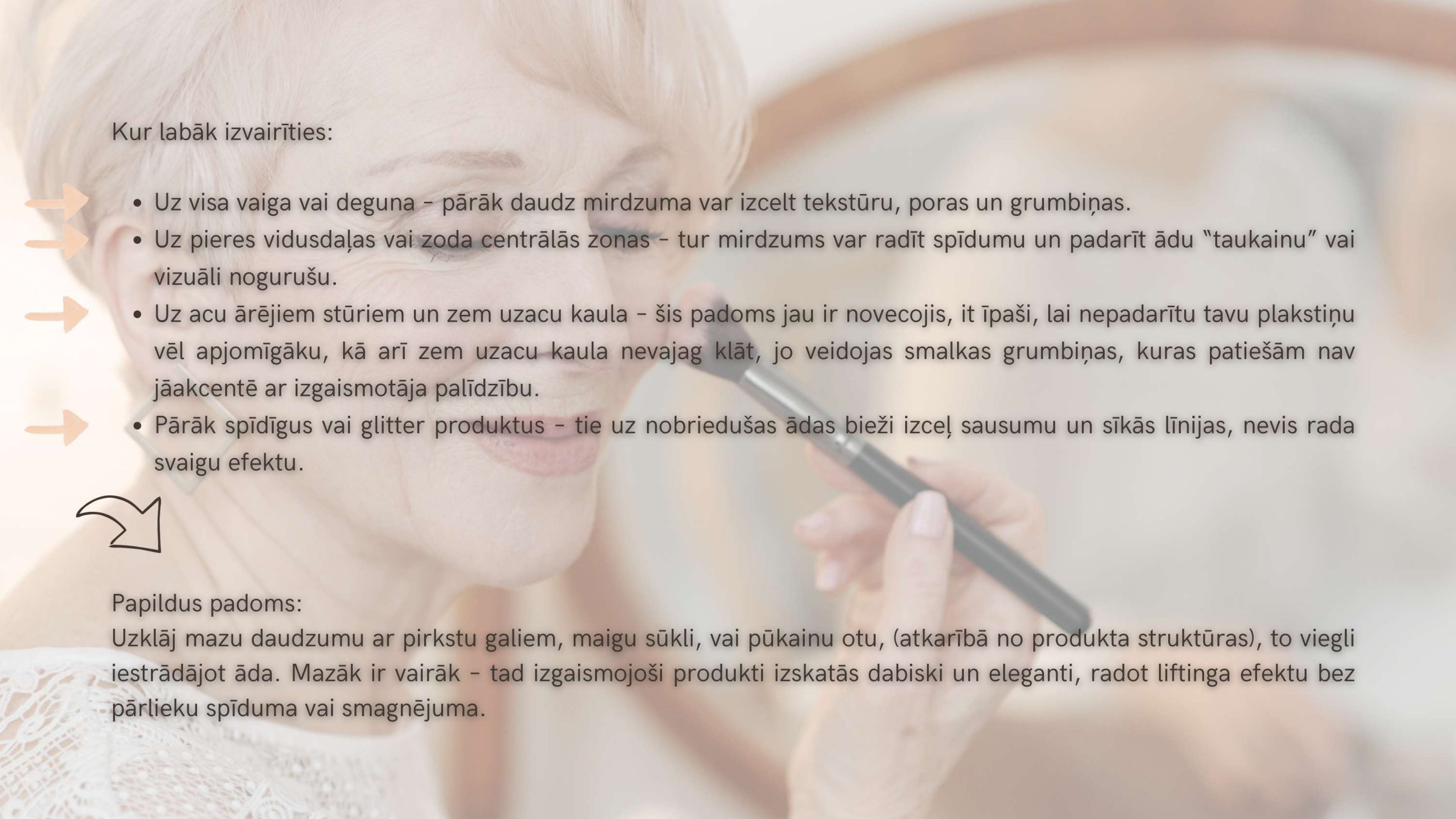
Svarīga ir arī toņa izvēle — priekšroku dod siltajiem, zeltaini-rozīgajiem toņiem, nevis zilganiem vai sudrabainiem. Siltā gaisma fotogrāfijā un spogulī darbojas kā brīnums, piešķirot ādai veselīgu mirdzumu, atsvaidzina seju un vizuāli izlīdzina toni.

Krēmveida vai šķidrās formulas izgaismotājs saplūst ar ādu, radot dabisku starojumu, kamēr pārāk spīdīgi vai pārāk bālgani produkti bieži izskatās mākslīgi un norāda uz tavu vecumu.

Pareizi lietoti izgaismojoši produkti ir prakses jautājums – tas uzlabo sejas proporcijas, paceļ acis un vaigus, izceļ dabiskos vaibstus un padara visu izskatu mirdzošu un dzīvīgu.

Kur uzklāt:

- ➔ • Virs vaigu kauliem – vislabāk virzienā uz āru, nedaudz pāri vaigu kaula izliekumam, tuvāk matu līnijai, bet ne pārāk tuvu acīm, lai neizceltu smalkās mīmikas grumbiņas. Tas rada liftinga efektu un svaigu starojumu.
- ➔ • Lūpu centrā – nedaudz izgaismo lūpu centru, lai vizuāli paceltu un piešķirtu apjomu.
- ➔ • Acu iekšējā stūrītī. Uzmanīgi un ar smalku otiņu akurāti iezīmējot acs iekšējo stūrīti, panāksi efektu, ka cilvēks ar kuru sarunāsies vairāk skatīsies tev acīs. Šis pieskāriens būs kā maza pērlīte, zaigojoša un smalka, lai padarītu tavu koptēlu dzīvīgāku.

A woman with short blonde hair is shown from the chest up, applying makeup with a brush. She is looking down at the brush. The background is a soft, out-of-focus light color.

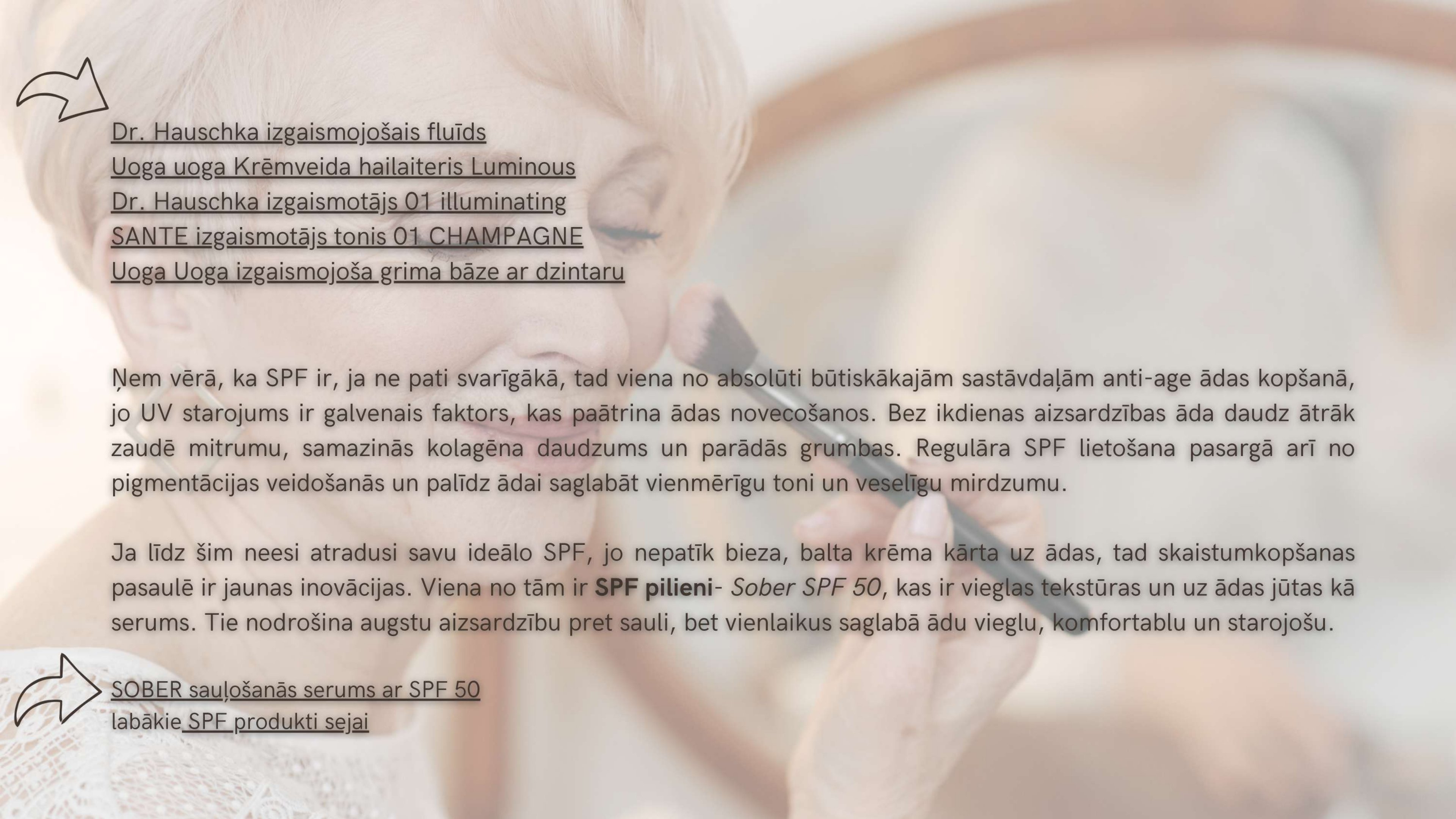
Kur labāk izvairīties:

- ➔ Uz visa vaiga vai deguna – pārāk daudz mirdzuma var izcelt tekstūru, poras un grumbiņas.
- ➔ Uz pieres vidusdaļas vai zoda centrālās zonas – tur mirdzums var radīt spīdumu un padarīt ādu “taukainu” vai vizuāli nogurušu.
- ➔ Uz acu ārējiem stūriem un zem uzacu kaula – šis padoms jau ir novecojis, it īpaši, lai nepadarītu tavu plakstiņu vēl apjomīgāku, kā arī zem uzacu kaula nevajag klāt, jo veidojas smalkas grumbiņas, kuras patiešām nav jāakcentē ar izgaismotāja palīdzību.
- ➔ Pārāk spīdīgus vai glitter produktus – tie uz nobriedušas ādas bieži izceļ sausumu un sīkās līnijas, nevis rada svaigu efektu.



Papildus padoms:

Uzklāj mazu daudzumu ar pirkstu galiem, maigu sūkli, vai pūkainu otu, (atkarībā no produkta struktūras), to viegli iestrādājot ādā. Mazāk ir vairāk – tad izgaismojoši produkti izskatās dabiski un eleganti, radot liftinga efektu bez pārlietu spīduma vai smagnējuma.



 Dr. Hauschka **izgaismojošais** fluīds
Uoga uoga Krēmveida hailaiteris Luminous
Dr. Hauschka **izgaismotājs** 01 illuminating
SANTE **izgaismotājs** tonis 01 CHAMPAGNE
Uoga Uoga **izgaismojoša** grima bāze ar dzintaru

Nem vērā, ka SPF ir, ja ne pati svarīgākā, tad viena no absolūti būtiskākajām sastāvdaļām anti-age ādas kopšanā, jo UV starojums ir galvenais faktors, kas paātrina ādas novecošanos. Bez ikdienas aizsardzības āda daudz ātrāk zaudē mitrumu, samazinās kolagēna daudzums un parādās grumbas. Regulāra SPF lietošana pasargā arī no pigmentācijas veidošanās un palīdz ādai saglabāt vienmērīgu toni un veselīgu mirdzumu.

Ja līdz šim neesi atradusi savu ideālo SPF, jo nepatīk bieza, balta krēma kārtā uz ādas, tad skaistumkopšanas pasaulē ir jaunas inovācijas. Viena no tām ir **SPF pilieni**- *Sober SPF 50*, kas ir vieglas tekstūras un uz ādas jūtas kā serums. Tie nodrošina augstu aizsardzību pret sauli, bet vienlaikus saglabā ādu vieglu, komfortablu un starojošu.

 SOBER sauļošanās serums ar SPF 50
labākie SPF produkti sejai

Liftinga meikaps pēc 50 nav par to, lai izskatītos jaunāka par saviem gadiem.

Tas ir par to, lai izskatītos kopta, svaiga un pārliccināta par sevi – katru dienu, skatoties spogulī. Atceries – pat mazas izmaiņas tehnikā var dot lielu rezultātu.

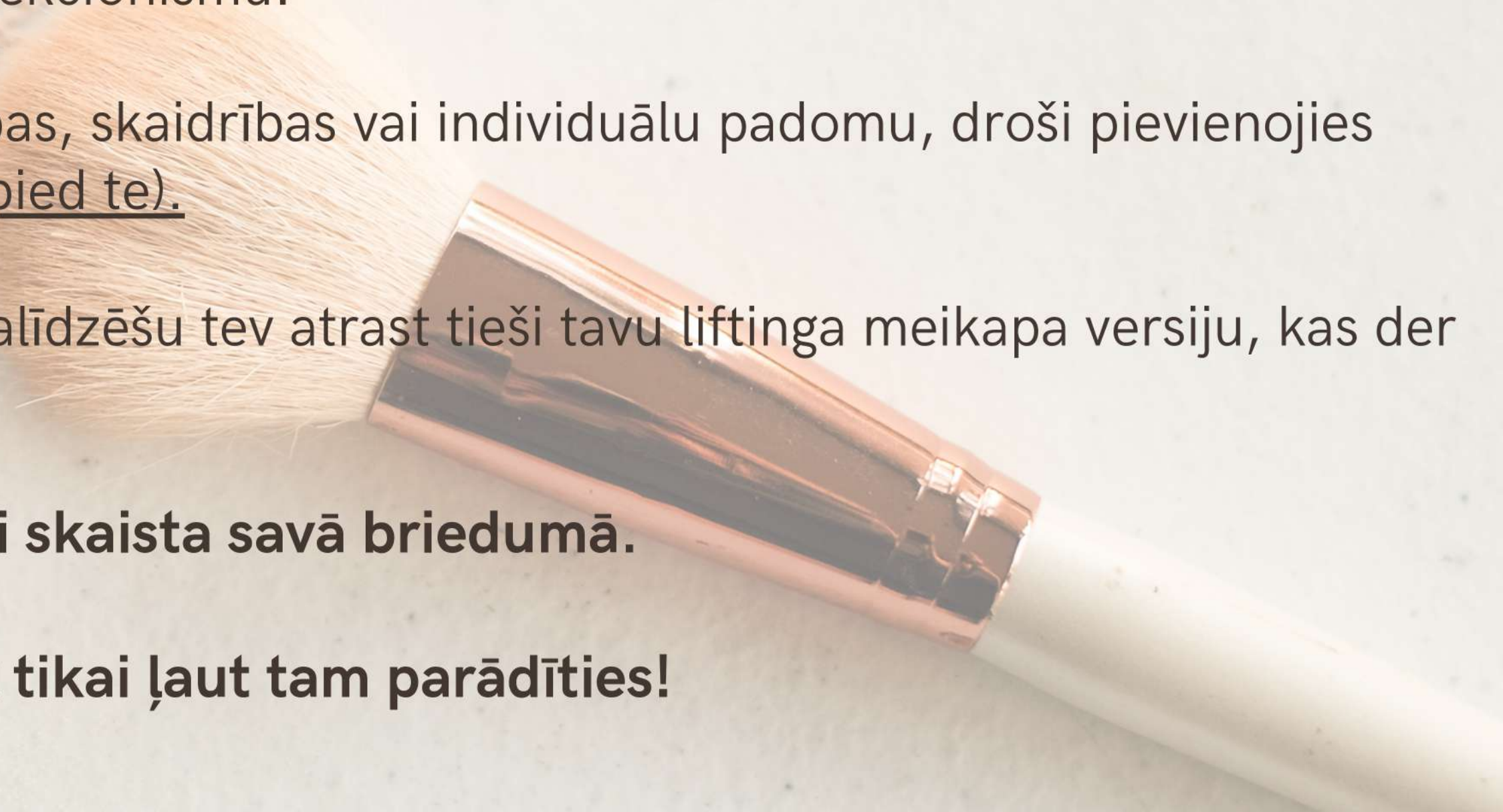
Mitrināta āda, vieglākas tekstūras, paceltas līnijas un siltāki toņi strādā tavā labā, nevis pret tevi. Ļauj sev eksperimentēt bez steigas. Ne viss izdodas uzreiz – un tas ir pilnīgi normāli. Meikaps ir prasme, kas attīstās ar praksi, nevis perfekcionismu.

Ja kādā brīdī jūti, ka gribas vairāk drošības, skaidrības vai individuālu padomu, droši pievienojies liftinga meikapa klātienes apmācībām (spied te).

Tajās mierīgā, atbalstošā atmosfērā es palīdzēšu tev atrast tieši tavu liftinga meikapa versiju, kas der tavai sejai, ādai un personībai.

Tu esi skaista savā briedumā.

Atliek tikai ļaut tam parādīties!



Lai top!

Izmanto kodu 'Liftings' un saņem **15% atlaidi**
visiem sejas kopšanas un dekoratīvās
kosmētikas produktiem.

