

Nalíčit & neroztéct

Neobejdete se bez make-upu a stínů ani v letním horku? Máme pro vás tipy, jak to udělat, abyste byla krásná ve městě i na pláži.

Text: Lenka Čopáková

V létě už roky dodržuju dvě zásady. Místo klasického make-upu sáhnou po CC krému s vysokou UV ochranou a po ruce mám vždycky termální vodu ve spreji. V horku se prostě s pleť dějí věci, které nechceme, ale úplně jim nezabráníme. Mluvím hlavně o pocení, kterému se nevyhnete, ať jste zrovna v pracovním procesu a během dne přebíháte po rozpálených ulicích, nebo jste s dětmi na dovolené. Krůpěje potu totiž umí s dokonalým líčením (i když, ruku na srdce, o dokonalém líčení si s dětmi můžeme asi nechat jenom zdát) pěkně zamávat, a když už

jsme „ulítané“ matky, nemusíme ještě vypadat jako rozmazaný pestrobarevný obraz. Tady je pár rad, jak se v létě „neroztéct“.

Odlehčete a chraňte

Máte pocit, že bez make-upu nemůžete na ulici? Ale ano. Existují (a určitě už o nich víte) tónovací BB, CC a DD krémy, které mají sice lehčí konzistenci a tolik nekryjí, zato chrání proti UV záření a umí sjednotit nerovnosti pleti. Pokud chcete zakrýt kruhy pod očima (to asi každá matka!), pořídte si korektor a lehce vklepejte bríšky prstů na tmavá místa. Zbytek v létě neřešte, pleť je beztak opálená, nebo minimál-

ně o tón tmavší než v zimě a působí zdravěji a svěžeji. Jestli se bez make-upu opravdu neobejdete, volte „lehké“ varianty, sjednotí, rozzáří. A nevytvoří masku. Mnohem důležitější než krytí je v létě (a platí to celoročně) sluneční ochrana. I když se vám to může zdát zbytečné, připlaťte si a kupte tónovací krém s faktorem minimálně 30+, na dovolené u moře 50+. Pleť vám za to poděkuje! Vráskám a pigmentovým skvrnám dáte stopku.



BĚHEM DNE POUŽÍVEJTE TERMÁLNÍ VODU VE SPREJI, PLEŤ OSVĚŽÍ A DODÁ JÍ POTŘEBNOU VLÁHU. VEČER SE OSVĚŽTE KOSTKAMI LEDU.

1. **ŘASENKA** Big & Beautiful ZigZag Professional Volume, Astor, 229 Kč ● 2. **MAKE-UP** s lehkou texturou, Infaillible 24H, L'Oréal, 399 Kč ● 3. **OSVĚŽENÍ**, mineralizující termální voda, Vichy, 239 Kč ● 4. **CESTOVNÍ** fixační sprej proti roztečení, All Nighter Make-Up Setting Spray, Urban Decay, 380 Kč ● 5. **CC**, ochranný tónovací CC krém SPF 50+, 405 Kč ● 6. **RTY I TVÁŘE**, Baby Lip and Cheek, Maybelline, 130 Kč ● 7. **ŠTĚTEC**, L'Oréal Make-up Designer Paris, 399 Kč ● 8. **TŘPYT**, pěnové oční stíny, Dermacol, 149 Kč

Kouzelná voda a sprej

Existují i vychytávky, které vám v horku pomůžou. Kromě vějíře a savých ubrousků, samozřejmě. Ideálním pomocníkem je termální voda ve spreji. Nebojte se ji použít i přesto, že jste nalíčená. Během dne podle potřeby nastříkejte na obličej a dekolť, nejlépe ze vzdálenosti natažené ruky, ale to vám asi nemusíme říkat. Pár centimetrů od obličeje by i „kouzelná voda“ nadělala s řasenkou (pokud není voděodolná) spíš paseku než lehké osvěžení. Termální voda osvěží nejen vás a make-up, ale také hydratuje, a to je v létě potřeba. Pokud si chcete být jistá, že se vám líčení během dne ani nehne, vyzkoušejte fixační spreje. Chrání před roztečením make-upu, před vyblednutím a matují.

Odolat vodě

Asi už máte s voděodolnými líčidly zkušenosti třeba z dovolené. Prostě krásné chceme být i na pláži u rybníka! Jistota je jistota, takže pokud víte, že vám líčení musí vydržet celý den, použijte raději voděodolnou variantu řasanky, linek, stínů nebo pudru. Na trhu jich je spousta. Určitě ale myslíte na to, že voděodolná

dekorativka nejde moc dohromady s nošením kontaktních čoček a nedělá dobře ani citlivé a hypersenzitivní pleti. A pokud ji chcete přesto vyzkoušet, radíme pořídít si speciální odličovací vody nebo oleje přímo na tyto produkty, nebo si způsobíte večerním „drhnutím“ podráždění pleti.

Lesk nebo mat

V drogerii nebo parfumerii pátrejte i po přízvisku „matující“. Na trhu jsou různé druhy emulzí a fluidů, které vytvoří správný efekt pro letní dny, který všechny chceme – pleť bez lesku. Použijte denní krém, na něj (až se „vpíje“) lehce vklepejte prsty fluid a pak tónovací krém. Nebo zkuste variantu korektor plus pudr, budete působit přirozeně. Ani v létě se nemusíte vzdávat tvářenky. Jestli jste zvyklá na sykou variantu, v horku samozřejmě dobře. Ty mastnější můžou na líčkách vytvořit záluďné mapy. Nebojte se ani tekutých tvářenek nebo bronzerů, které obsahují pigmenty. Drží a nepustí ani v horku. Klidně vklepejte barevné pigmenty i do rtů a nemusíte řešit rozpíjející se rtěnky a lesky. K tomu ještě ušetříte, a to se počítá! ■

Odborník radí:



Paola Poláková

kosmetička

Šetřete líčidly

V létě uberte na množství, žádné velké vrstvy, v horku se můžete skutečně „roztéct“. Proto doporučuji hlavně voděodolná líčidla. Pokud nechcete kupovat speciální odličovací vodu, použijte dětský olej, který máte určitě doma. Začínějte hydratací a pak použijte tónovací krémy s matujícím efektem nebo bronzer a drobné nedostatky zakryjte korektorem. Nevyhýbejte se ani pudrům, zvolte transparentní, nezmění tón pleti a odsaje přebytečný maz. Stíny volte pudrové a nezapomínejte na podkladovou bázi. Rty chraňte především balzámy s vysokým SPF. Během dne se ochlazujte termální vodou a večer se můžete po odličení zchladit kostkami ledu.