

GÜZELLİK YAYINDA

www.guzellikyayinda.com



BEAUTY-clutch'lerinizi
beauty.edit instagram
hesabından satın
alabilirsiniz.
FİYAT: ₺ 130

Yazlık versiyon

Bu yaz tropik bitkilerin desenleri hiç olmadıkları kadar revaçta. Geçtiğimiz yıllarda hayatımıza giren baş harf işlenerek kişiselleştirilmiş BEAUTY-clutch çantaları da bu akıma uydu. Yeni yazlık desenleriyle ister kozmetiklerinizi taşıyın ister gece el çantası olarak yanınıza alın. Gabardin kumaşı sayesinde yıkanabilir ve silinebilir olduğunun özellikle altını çizelim.

GEZMELİ!

Yazın yapılabilecek en güzel kültürel aktivitelerden biri yaz temalı bir sergi gezmek. Hele ki nostalji seviyorsanız. İstanbul Araştırmaları Enstitüsü arşivinden ve farklı koleksiyonlardan derlenen bu sergi 1870'lerden 20. Yüzyılın ortalarına uzanan süreçte deniz hamamı konseptinden plaja geçişin devrim niteliğindeki hikayesini anlatıyor. Sizin denizle buluşmadığınız günlerden birinde bu nostaljik sergiyi görmenizi tavsiye ederiz. Gezebileceğiniz son tarih 26 Ağustos 2018.



İstanbul'da
Deniz Sefası:
Deniz
Hamamından
Plaja Nostalji
@Pera Müzesi



OKU, UYGULA
VE HAFİFLE!

Pratik öneriler, yaratıcı tarifler ve hayat tarzı olabilecek rahatlıkta bir beslenme düzenini anlatan Hemen Hafifle, bu yaz yeni bir başlangıç isteyenlere gelsin. 21 gün'de daha fit bir sen felsefesiyle kurulan BO 21'in yaratıcıları Burçak Özavcı ve Özlem Kunduracı tarafından yazılan kitap, rahat ve keyifli bir okuma aynı zamanda uygulanabilir tavsiyeler içeriyor. Değişebilmek için belki de aradığınız budur.

DENEDİK, ONAYLADIK!

Esthedomer özel patentli teknolojisi ile güneş, yaşlanma ve bronzlaşma konularındaki ezbeleri bozan bir marka.. Öyle ki felsefesi; Güneşe karşı gelerek değil, güneşle birlikte renk almak..Bu ne demek? Marka, bronzlaşmanın cildin doğal bir tepkisi olduğunu savunuyor. Yani güneşin zararlı etkilerini en hafife indirerek cildin doğal renk alma mekanizmasını harekete geçirmeyi hedefliyor. Sun Care oil isimli yağ, silikon ve alkol içermiyor. Her şekilde bronzlaşmak isteyen veya yeterli güneş koruyucusu içermediği için güneş yağı kullanmaya korkan kişiler için ideal.



SUN
CARE OIL
güneş
yağı 150
ml ₺ 343



Çok doğru!

Balyajlı sarı saçların yazın derdi bitmez. Güneş, tuz, klor derken küllü balyajlar yeşile çalar, dip boyalar da kızıla. Ve elbette bir diğer dert de saçların keçe kadar sertleşmesi ve ürün kullanmadan

açılmamasıdır. İşte bu yüzden balyajlı saçlarınız varsa boyunu uzun kullanmayın, omuz hizasında bir kesim tatilde saçlarınızı yıpratmadan daha rahat şekillendirmeye yardımcı olacaktır.

Dev şapkalar



BRIGITTE BARDOT

Jacquemus La Bomba İlkbahar/Yaz 2018 koleksiyonu dev hasır şapkaları aklınıza düşürdü ama biz zaten onları Brigitte Bardot'nun nostaljik karelerinden gayet iyi hatırlıyoruz. Bu yaz daha kullanılabilir ebatlara sahip olanlarından hem stil tamamlayıcısı hem de güneş koruyucusu olarak bir tane edinmekte fayda var.



Mudo Hasır
Şapka ₺ 99.95

Doğal içerikler, dengeli bir hayat ve devam eden mutluluk

İsveç'i nasıl bilirsiniz? Gıpta edilesi refah düzeyine ve güneşin azlığına rağmen mutlu insanlara sahip olması dışında... Avrupa'nın bu küçük sarışın çocuğu en çok dünyaya kazandırdığı büyük markalarla biliniyor. Bunlardan biri de Oriflame. Sayelerinde hem biz hem de çevremiz emin ellerdeyiz.

Oriflame'in bakım ürünlerinin içerisinde kullandığı doğal içerikler oldukça dikkat çekiyor neden dersiniz İsveç'in sade ve dengeli yaşam felsefesinden de izler taşıdığı için. Zira bu içerikler sadece biz kullanıcıların cildi için değil doğa ve dünya için de mutlu bir değişim yaratıyor da ondan.

Oriflame'in İçerik (Hammadde) Uygunluk Araştırma Direktörü Natasha Williams, Oriflame'in İrlanda'daki ofisinde çalışıyor ve doğal içeriklerin peşinde dünyayı geziyor.

Kaç yıldır Oriflame'de çalışıyorsunuz?

Haziran ayıyla birlikte 17 yıldır Oriflame Araştırma ve Geliştirme departmanındayım.

Doğal içerik dediğimizde ne anlamalıyız?

Hammaddeler, içerikler ürün formüllerimizi oluşturan yapı bloklarıdır. Su, temizleyici içerikler, yumuşatıcılar ve bitki özleri gibi aktif maddelerden bahsediyoruz. Bunlar ürünün performansını oluşturuyor ve ondan fayda almanızı sağlıyor.

Doğadan yeni bir içerik seçerken nasıl bir süreç var?

Tüm özerlimizi ya doğrudan bitkiden alıyoruz ya da özüne ulaşmak için su, bitki gliserini, doğal alkol gibi doğal materyaller kullanıyoruz. İstenen performans veya işlev için hangi yeni bileşene ihtiyacımız olduğuna karar veriyoruz. Kaynağımızı seçmeden önce pek çok açıdan tedarikçilerimizi değerlendiriyoruz.

Bir içeriğin 100% güvenli olduğundan nasıl emin oluyorsunuz?

Sadece güvenli kabul edilen ve sıkı Avrupa standartlarına uygun olan içerikleri kullanıyoruz. Toksikoloğlarımız ve çevre bilimi uzmanlarımız tüm malzemelerimizi, insanların ve gezegenin güvenliğini bozmayacak şekilde olduğundan emin olmak için sıkı bir denetim uyguluyorlar.

Oriflame'in suda parçalanabilen ürün formüllerinin arkasında nasıl bir hikaye var?

Su Yönetimi, Oriflame için çok önemli. Bizim sürdürülebilirlik konusunda odaklandığımız ana alanlarımızdan biri bu. Yeni Love Nature durulanan ürün formülasyonları ile sadece üründeki birkaç bileşenin değil tüm bileşenlerin suda parçalanabilmesini ve ekosisteme zarar vermemesini sağladık.



#isveçtengelengüzellik



Oriflame doğal kaynaklı arındırıcıları kullanmaya nasıl karar verdi?

Birkaç yıl önce bilim insanları, medya kuruluşları ve sivil toplum örgütleri, plastik taneciklerle ilgili kozmetik arındırıcıların denizdeki yaşamı nasıl etkilediğini anlatmaya başladı. Aslında bundan çok daha önce AR-GE uzmanlarımız bu konuda çalışmaya başlamış, kaynaklara ulaşmış, test etmeye başlamıştı. Şimdi zeytin taşından badem kabuklarına ve şekerden silikaya kadar çok çeşitli doğal doğal arındırıcılar kullanıyoruz.

Oriflame'in önümüzdeki yıl içinde içerik konusunda neleri başarmasını istiyorsunuz?

İzleyin ve görün diyorum! Daha yenilikçi, doğal içeriklerin kullanıldığı ürünler gelecek!

Son olarak, Oriflame'den hem sizin sevdiğiniz hem de doğallığıyla önereceğiniz ürünler hangileri?

EcoBeauty cilt bakımı serisi, sahip olduğu sertifikalarla inovasyonun ve sürdürülebilirliğin dorukta olduğu bir seri. Kokularda ise Sümbülteber ve Tonka Fasulyesi ile bezeli Sublime Nature parfümleri favorim. Ve değişmez bakımlarımdan, organik kaynaklı süt ve bal özü ile besleyici tüm Milk & Honey serisini öneririm!



ECOBEAUTY
yüz yağı ₺ 113



MILK AND
HONEY
GOLD vücut
scrub ₺ 35

İSVEÇ'TEN İLHAM AL!

'Ne çok fazla ne çok az , tam kıvamında' anlamına gelen Lagom, yazar Jonas Gerdell'in İsveçlilere verdiği bir lakab. Ve bu lakaba özel bir de kitap yazıldı. İsveçlilerin bu Lagom felsefeleri hayatın her alanına uyuyor, işte onlardan birkaçı...

1. İsveçliler dünyanın en mutlu insanları olmayabilir ama mutluluk sıralamasında ilk 10 daki yerlerini koruyorlar, bunun da sırrı, denge prensipleri üzerine dayanıyor, Zaten psikoloji kitaplarında da yazdığı gibi sürdürülebilir mutluluğun kaynağı da kesinlikle dengeli olmaktan geçiyor.
2. Sağlıklı beslenme ve hafta içi erken yatma kavramlarına haftasonu ara verip insana iyi gelen şımarmaya yönelik şeyler yapmaya bakın. Daha az sağlıklı beslenip, daha geç yatın... Sonuçta hepimiz insanız kusursuz olamayız, iyi ve kötü arasında bir denge kurmak lazım.
3. Tüketime yönelik bir hayattan kaçın, az özdür ve sizi yormaz. Bunu nasıl mı yapacaksınız? Bir süre bir şey almamaya ne dersiniz? Bu durum, kısa sürede tüketici modern dünyadan özgürleşme hissi verecek, daha iyi hissetmenizi sağlayacaktır. Ayrıca kullanmadığınız ürünleri kullanma şansınızı da arttıracaktır.
4. Plastikten ve kimyasal içeriklerden kaçının, çevre dostu markalar kullanın, size ve çevreye iyi gelecek ürünler kullanın, günün sonunda vicdanınız rahat siz rahat...
5. Gardırobunuzu ayıklayın, evinizdeki fazlalıklardan kurtulun. Sadeleşmek ruha iyi gelir. İyi bir fazlalıklardan kurtulma seansı yeni bir şeyler almanın cazibesini azaltır, hem kimbilir hatırlamadığınız neler neler var o gardıropta?
6. Evinizin dekorasyonu için de yeni bir şey almadan elinizdekileri kullanmaya bakın, ufak değişiklikler iyi gelecektir. Alışveriş sırasında şunu sorun kendinize, '-Buna gerçekten ihtiyacım var mı?'
7. İşten zamanında çıkmaya bakın. İstanbul koşullarında biraz zor olabilir ama işte daha kaliteli çalışma zamanı geçirerek kesinlikle imkansız değil.



LAGOM
kitap
₺ 39.90



30 yaş



40 yaş

30'lu yaşlarında daha yoğun kalem ve eyeliner kullanmayı seçiyordu Kate Moss. 40'lı yaşlardan itibaren göz makyajını hafifletmeyi tercih eden isimlerden biri oldu.

40 yaş sonrası bilmeniz gereken 6 makyaj tüyosu

40 yaş sonrası bazı şeylerin değiştiğini kabul etmek gerekiyor bunlardan biri de makyajla olan ilişkimiz, İşte daha genç görünmeyi sağlayacak 6 makyaj tüyosu...

1 MAKYAJ ALTI BAZI KULLANIN: Yaş aldıkça yanlış ürün kullanımına, yaşam tarzına bağlı olarak cilt gözenekleri büyür. Özellikle de karmadan yağlıya dönük bir cildiniz varsa bu büyüme oldukça gözle görünür bir haldedir. Bu yüzden gözenekleri ufaltacak ve daha pürüzsüz bir yüzey hazırlayacak makyaj altı bazlarından bir adet edinmenizde fayda var. Hem yaptığınız makyajı iyi taşımanıza yardım edecektir hem de daha uzun süre dayanacaktır. Gözenek sorunuz yoksa bu maddeyi geçebilirsiniz.

2 DAHA HAFİF ÜRÜNLERE GEÇİN: Eski fondötenleri bir kenara kaldırma vakti, özellikle de kalın, kapatıcılığı yoğun olan ve matlık yaratanları... Nemsiz ciltlere bir bb krem veya bir renkli nemlendirici kapatıcılığı daha fazla isteyenlere ise bir cc krem önerebiliriz. Fondötenimi yeni aldım ziyan olmasın dersiniz eğer, nemlendirici kreminizin içerisine birkaç damla damlatarak kendi renkli nemlendiricinizi yapabilirsiniz. Hem etkisini hafifletirsiniz hem de makyajınızı modernleştirirsiniz. Unutmayın kapatıcılığı iyi diye, pürüzsüz gösterecek diye satın aldığınız yoğun kıvamlı cilt ürünleri yaşlı gösterir.

3 BYE BYE PUDRA: Aynı şekilde mat cilt de insanı olduğundan daha yaşlı gösterir. Peki ama yağlı bir cildim var parlamak istemiyorum diyenler ne olacak? Onların en büyük hatası tüm ışığı yok etmek istemeleri. Bu yaşlı gösteren yanlış bir adımdır. İyisi mi yağ emici mendillerle yağı kontrol edin, parlamaktan korkmayın, özellikle de yükselti bölgelerinde var olan parlaklık cilde ışığı toplayarak kemik yapınızı vurgular ve olduğunuzdan daha genç görünmenize yardımcı olur.

4 KREM ALLIK TERCİH EDİN: Toz dokulu ürünler ince kırışıklıkların içerisine dolarak onları daha belirgin hale getirir. Ayrıca bir önceki maddede söylediğimiz gibi matlık ciltte demode bir görünüm yaratacaktır. O halde krem dokulu az biraz parlak krem allıkları kullanmak oldukça yerinde bir karar. Özellikle de kuru ve nemsiz bir cildiniz ve yanaklarınızda mimiklere bağlı oluşmuş kırışıklıklarınız varsa tek kurtarıcınız krem allıklar olmalıdır.

5 EYELİNER KULLANIMINI AZALTIN: Göz kapaklarınızın hala açık, bakışlarınızın da aydınlık olduğunu düşünüyorsanız bu maddeyi geçin ama eğer bakışlarınız eskisi gibi değil diyorsanız o halde doğru yerdesiniz, evet yanlış okumadınız, göz kapakları yavaş yavaş aşağıya doğru inerken üzerine daha fazla ağırlık yapmamıza gerek yok. Eyeliner veya kalem sürecekseniz de olabildiğince ince ve sadece kirpik diplerindeki hattı takip ederek sürmeye dikkat lütfen. Emeliniz kirpikleri yoğun göstermek olmalı başka bir şey değil.

6 KOYU RUJLARIN RENGİNİ AÇIN: Herşey gibi dudakların da hacmi yaşla birlikte azalıyor. Koyu renkli rujlar dudakları olduklarından daha ince gösterirler ve dikkati üst dudak çizgilerine çekerek kırışıklıkları daha da belli ederler. O halde tercihlerimiz biraz daha nude tonlarına kaymalı, bu demek değil ki kırmızı bir ruj hiç sürmeyeceğiz. Dokusuna dikkat edeceğiz desek daha doğru olur, hafif parlak olması ışık oyunları yaparak dudakları daha dolgun göstermeye yardımcı olacaktır. Lip gloss gibi pasparlak dokular da unutmayın fazla genç kız işi kalıyor.

ALMAZSAM OLMAZ!

Yaz aylarının vazgeçilmez bakımından biri de peeling yapmak. Özellikle de tatil öncesi cildi güneşe hazırlamakta üstlerine yok. Peelingler, ölü derilerden kurtulmuş daha sağlıklı bir cilt yaratıyor, homojen bir bronzluk için zde emin hazırlıyorlar.

Bizim gözümüz L'Oreal'in şeker bazlı peelinglerde kaldı, renkleri, kokuları kadar doğal içerikleri de peelingleri satın alma nedenlerimiz arasında. Şeker ilk defa cilde fayda sağlıyor diyebiliriz zira içerisinde peelinglerin ana maddesi bildiğiniz esmer şeker.

3 farklı problem için yaratılmışlar. Peelinglerden kivi tohumlu olan siyah nokta sorununu çözmeye, üzüm çekirdekli yani antioksidan etkili olan cilde ısıltı vermeye, hindistan cevizi yağlı olan da cildi beslemeye yönelik çalışıyor.

Yeni trend: Cildin her bölgesi aynı özellikleri göstermez, kimi zaman burun üstü yağlı, yanaklar kuru olabiliyor, ya da alın parlarken yanaklar mat kalıyor. Bu yüzden de aynı anda yüzünüzün farklı bölgelerine birden farklı peeling veya maske uygulamakta bir sorun yok, aksine doğru yere doğru ürün kullanmanın daha fazla işe yaradığını göreceksiniz.

Tek dert probleminize karar vermekte bu arada peelinglerin sadece 39.90 TL olduğunun da altını çizelim.



Erkeklerin sevmediği 7 güzellik hatası

Bakalım erkekler neyi yapmamızı sevmiyor, buyurun bir de bu taraftan bakın...



GARİP RENKLİ OJELER: Kırmızıyı şöyle bir kenara ayıralım, ama erkekler mor, gri, mavi, siyah, garip pembelerden pek de haz etmiyor. Tek dertleri ellerin yumuşak olması. Erkekler kadınların ellerini kendilerinininkinden daha küçük oldukları için çekici buluyor. Yumuşak eller de kadınsılığın altını çizen bir detay. El kremi çantanızın demirbaşı olsun hanımlar!



DUDAK PARLATICILARI: Dolgun ve çekici duracak diye zeytinyağına batmış duran dudaklardan hiç mi hiç hoşlanmıyor erkekler, bizden söylemesi. Hele ki öpüşürken yapış yapış dokusuyla kendi dudaklarına bulaşmasına... Ne diyelim dudakları dolgun göstermek için, dudak kalbine ve alt dudağın ortasına sedefli aydınlatıcı etkili bir far geçmen yeterli olacaktır. Parlatıcıları kız kıza gezmelere saklayın.

SPREYLİ SAÇLAR: Erkek kadındaki yumuşaklığı seviyor. Hem cildinde hem de saçlarında ... Yani geriye yatırp tarz yaratacağım diye sürdüğün şekillendiriciden, bukleler tüm gece dayanacak diye sıkıttığın fazlaca spreyden sana hayır gelmez. Hele ki davetlere yaptırdığın o sanat eseri topuzlardan... Uğraşılmanın hissi veren ama aslında uğraştığın doğal düşümlü saçların her zaman daha fazla ilgi görecektir. Ellerini saçlarında dolaştırdı mı yumuşacık olmalı, ha bir de parfümünü saç uçlarına sürersen, her hareketinde süzülen kokundan da çok hoşlanacaktır.

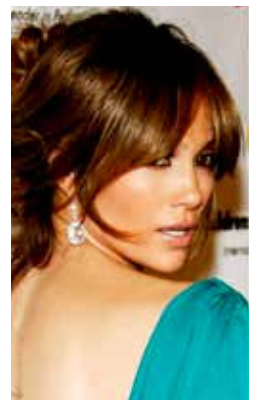
SİM: Sen partinin en güzel kızı olmak için, ısldamak için yüzünü gözünü simlerle süslemiş olabilirsin ama erkekler hem simin dokusundan hem görüntüsünden özellikle de kendilerine bulaşmasından irrite olan canlılardır. Erkek kadını öpüp kokladığında makyaj ona bulaşmasın ister. E yani haksız da değiller.

YOĞUN FONDÖTEN: Yüzünü pürüzsüz göstermek için sürdüğün fondöten katları, hem seni olduğundan yaşlı gösterir, hemde cildinde pürüzlerin varsa gecenin ilerleyen saatlerinde bunları daha da görünür kılar (çünkü cilt fazla olanı üzerinden atmak ister, fondöten gittikçe yapay durur) Bir de erkeğin gömleğine bulaştığını düşünsene...

ÇOK MAKYAJ: Güzel olacağım diye takma kirpikten, kaş kalemine, fondötenden fara uzanan etrafı bir makyaja gerek yok. Yapılan araştırmalar erkeklerin, kadınların doğallığını, tazeliğini ve gerçekliğini daha çekici bulduklarını ortaya koyuyor. Bırak artık saatlerce makyaj yapmayı, belki sadece bir kırmızı ruj, ne olursa olsun ağza dikkat çekmek iyidir. Erkekler de buna hayır demeyecektir.



Eva Longoria, göz altına kapatıcıyı biraz fazla kaçırmış sanki? Peki ya takma kirpiklerine ve yanağındaki allığa kaç puan? Bravo Eva böyle devam...



Bir erkek olsan sen hangi Jennifer'ı seçerdin? Kuş yuvalı olanı değil herhalde...

Hayattan beslen



Yaşlanmamanın formülü!

Son zamanlarda bir çoğumuz iyi beslenmeye ve egzersiz yapmaya çalışıyoruz. İşin garip tarafı bu kesim zaten kilo sorunu olmayan, sağlık problemi olmayan kesim. Amaç çok belli formda kalmak, genç kalmak, dinç kalmak.

Hal böyle olunca anti-aging çok fazla gündemde. Gelin bu anti-aging beslenme olayını biyokimyasal olarak masaya yatıralım.

Anti-aging kelime anlamı olarak yaşlanma karşıtı demek. Yaşlanmak doku ve organların eski işlevini yerine getirememesi, yani yaşlanmak istemiyorsak tüm hücrelerimiz genç kalmalı. Bunun bir formülü var mı? İşte geliyor;

1. KANDA İNSÜLİN SEVİYESİNİ EN DÜŞÜK DÜZEYDE TUT

Duyduk duymadık demeyin! Vücut kanda ne kadar çok insülin varsa, büyüme hormonunu o kadar baskılar. İnsülinin literatürdeki adı zaten "Insulin like Growth Factor" veya IGF yani büyüme hormonu benzeri hormon demektir. Anlayacağınız kanda İnsülin ne kadar fazla ise büyüme hormonu o kadar az sentezleniyor. Bu durum da hücrelerin hızlı yaşlanmasına neden oluyor.

Kanda insülini azaltmak için basit karbonhidratı hayatından çıkarmalısın. Bunun yerine düşük glikemik indeksli karbonhidratları koyabilirsin. Genetik yapıya bağlı olarak sürekli ara öğün yapmamak, yapabiliyorsan 'intermittan fasting' yani aralıklı oruç uygulamak da bu seviyeyi düşürmek için etkili.

2. ANTİOKSİDAN-DETOKSİFİKASYON KAPASİTESİNİ ARTTIR

Nasıl demir oksijenli ortamda paslanıyor yani oksitleniyorsa, oksijenle çalışan vücudunda öyle oksitleniyor. Oksitlenme



DIYETİSYEN
NİL YURTBAY

hücreleri yaşlandıran en önemli nedenlerden biri. Özellikle spor yapıyorsan yani oksijeni daha fazla kullanıyorsan, bu konuya daha çok dikkat etmelisin.

Koyu kırmızı renkli meyveler özellikle orman meyveler, çilek, kiraz, kara yemiş, vişne, nar başta olmak üzere ağırlık vermelisin. Kakao, matcha, spirulina vücuda çok iyi gelen antioksidanlar.

Koyu yeşil yapraklı ve kükürtlü sebzeleri de detoks için kullanmada fayda var. Soğan, sarımsak da bu gruba giren iyi örnekler.

3. İNFLAMASYON SÜRECİNİ BASKILA

İnflamasyon hücrelerinin kendini içeriden hiç bir neden olmadan imha etmesi. Aşırı tepkili bağışıklık sistemi de denilebilir. Savunma hücrelerin kendi hücrelerini yabancı sanmasından kaynaklanıyor. Böylece genç ve dinç hücrelerini istemeden öldürüyorsun.

Bu durumu tersine çevirmenin 2 önemli

yolu var. Öncelikle Omega -3 alımını çoğaltmaya bakabilirsin. Balık, keten tohumu, ceviz tüketimini arttırabilirsin. Sonrasında Omega-6 alımını azaltmalısın. Bunun için mısırözü, ayçiçek, kanola, fındık yağlarını, ve yağlarla yapılmış yiyecekleri, cipsleri, kızartmaları hayatından çıkarmaya bak.

4. KEMİK VE EKLEM YIKIMINI KONTROL ALTINDA TUT

25 yaşından sonra özellikle kadınlarda kemik yıkımı hızlanıyor. Aynı durum yumuşak bağ doku, eklem sisteminde ve kolajen de geçerli. Bu durumu yavaşlatmak için Ca ve D vitamini alımı ihmal edilmemeli. Kolajen dokusunu da uzun süre koruyabilmek için yağlı alınmış kemik suyu veya paça çorbasını rutin olarak beslenmene eklemen gerekir.

Bu önerilerin hangisine ne kadar ihtiyacın olduğunu bilirsen süreci daha iyi ve bilinçli yönetirsin. Genetik testleri bu anlamda büyük bilgi veriyor. Testin içeriği ayrı bir yazı konusu, çok yakında diyelim...





Güzellik takviyeleri

Cildin güzelliği ve gençliği sadece kullandığımız bakım ürünleriyle kısıtlı değil, içerden nelere maruz kaldığı, nasıl beslendiğimiz ve onu nasıl beslediğimiz başlı başına bir konu.



VOONKABEAUTY Kolajen&Hyaluronik asit gıda takviyesi ₺149.50

Genelde bir cilt rahatsızlıkları, egzama, rosacea ve akne gibi.. bağırsaktaki dengesizliklerden kaynaklanıyor. İşte size cildi içerden besleyecek ve güzel yaş almasına katkı sağlayacak takviyeler....

1. Spesifik bir saç, cilt ve tırnak takviyesi arayışında olanlar; bu dilediğiniz takviye güçlü antioksidanları, mineral ve vitaminleri içermeli. Takviyelerle cildin doğal UV savunmasını ve bağışıklık sistemini kuvvetlendirmek elinizde. Balık yağı bu anlamda (Omega 3 yağ asitleri) en güçlü yardımcınız sayılacaktır. Vücuttaki iltihaplanmaları ortadan kaldırarak saç, tırnak ve cildi koruyup kuvvetlendirecektir.
2. Kırıksıklık sorunu olanlar doğru kolajen içmeye, Kolajen, bağırsaklara ve eklemlere iyi gelmesi dışında cildin yapısını da hızlı bir biçimde onarmaya yardımcı olacaktır. Genelde hayvanlardan elde edilir kolajen peptitleri, gölü proteinlerdir, 35 yaş sonrası cildinin kırışma hızına göre almaya başlamalısınız.

3. Alfa Lipoik Asit (ALA) bilinen en güçlü antioksidanlardan biridir. Cildin kolajenini korumaya yardımcıdır ayrıca iltihaplanmalarla süper savaşır. Cilt yaşlanmasına karşı en başarılı takviyelerden biridir. Bu arada hafif ısınmış domateste yüklü miktarda vardır, yaz aylarında bu doğal takviyeden bolca faydalanmak doğru olacaktır.
4. Zerdeçal, daha doğrusu içerisinde ki kurkumin maddesi, bilinen en güçlü iltihaplanma karşıtı içeriktir. Yemeklerde karabiberle birlikte tüketirseniz faysadını görürsünüz ama yoğun miktarda almak gerekirse gıda takviyesi olarak almakta fayda var.
5. Probiyotikler, mikrobiyomların iyi bakterilerle yenilenmesine yardımcıdır. Bağırsak ve cilt birlikteliğini düşünürsek, iyi bakterilerle dolu problemsiz bir bağırsak yapısı inanılmaz işimize gelecektir.

KUMSAL DALGALARI

Gisele'in saçlarındaki kusursuz dalgaların formülünü bulduk desek ne dersiniz?



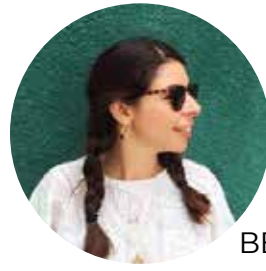
Eski top modelin saçlarındaki gördüğümüz bu denizden yeni çıkmış efektine sahip, az biraz karışık gibi görünen, kendince bir hacime ve fönle elde edilemeyecek kadar doğal düşüşlere sahip dalgalara sahip olmak tatilde çok kolay, çünkü denizin tuzu ve güneşin ısı, saçların doğal yapısını öne çıkarır, saçlar doğal bir düşüşle dalgalanır, peki ama ya tatile gidemeyenler? İşte onlar için bir kaç önerimiz olacak.

1. Farklı markaların çıkardığı deniz tuzu spreylerinden bir adet edinmeniz yeter.
 2. Hafif nemli ya da kuru saçlara uygulamalısınız.
 3. Kafanızı öne eğin, spreyden sıkıp hiç tarak değirmeden hafif mincıklayarak saçlara yedirin.
 4. Tuzun etkisini göstermesi ve saçın dalgasını belirginleştirmesi için biraz ısıya ihtiyaç var ya fönnden yardım alın ya da saçlarınızı güneşte kurutun.
- Hepsi bu! Ancak dalgaların uzun saçta kendini daha iyi gösterdiğini, saç kesiminizin de bu dalgaları destekleyecek kadar iyi olması gerektiğini unutmamalısınız!



Organix Maroccan Sea Salt deniz tuzu spreyi aynı zamanda Argan yağı içeriyor (₺48.) Bumble & Bumble Surf spray birçok Hollywood ünlüsünün hacimli mat dalgalarının sırrı olarak biliniyor, (₺67)

UZANMIŞIM KUMSALA



LIAN
PENSO
BENBASAT

Taze
güzellik

İstisnası en sevdiğim mevsim yaz. Her ne kadar kışın doğmuş biri olsam da yazın yeri de tadı da benim için ayrı. Hele ki deniz veya havuz kenarında tüm gün miskinlik yapmak, işte bu hayali kurduğum anda kulaklarımda "Sertab Erener'in 'Uzanmışım kumsala güneş damları içime. Kurumuş dudaklarımda..." diye uzayıp giden şarkısı çınıyor. Evet Sertab'ın da dediği gibi yazın dudaklar kuruyor ama sadece bu dudaklarla sınırlı kalmıyor cildimiz ve saçlarımız da sıcaklığın yakıcı etkisinden paylarına düşeni alıyor. İşte bu yüzden ilk yazı konumu sıcaklara uygun, nem desteği veren, işimize yarayacak SOS ürünlerden seçtim. Bir göz atın, mutlaka biri sizin için...

CİLDE HEM NEM HEM DE ANTIOKSİDAN VERMELİ:

Uzun zamandır severek kullandığım Shiseido WASO Clear Mega Hydrating Cream özellikle sıcaklarda iyice kuruyan ve yoğun neme ihtiyaç duyan ciltler için ideal. İçerdiği havuç özleri betakaroten etkisiyle cildi güneşe hazırlamakta da etki sağlıyor. Ayrıca içeriğindeki Phyto-Resist sistem ise cildin iç ve dış stres faktörlerine karşı direncini arttırmaya yardımcı oluyor. Anlayacağınız serbest radikallerle savaşıyor.



Sephora güneş sonrası karpuzlu maske ₺24

SADECE YEMEKLE OLMAZ SÜREBİLİRSİN DE: Karpuzdan bahsediyorum. Yüz ve dekolte için uygulayabileceğin bu doğal karpuz özlerine sahip maske içeriğindeki yoğun nem ile cildi rahatlatıyor. Ayrıca içeriğindeki buz etkili ebiyosellüloz efektiyle de bronzluk sürenizi uzatıyor. Kesinlikle tatil çantasına girmeli!

YAZIN YAĞLI OLSUN

SAÇLARIN: Yaz iyi hoş da, güneşin ışınları, denizin tuzu, havuzun kloru gibi dört koldan saldırıya uğradığımız da bir dönem. Sıcaklarda saçlara daha fazla bakım yapmamız şart. Özellikle de bakım yağları bu dönem için ideal ürünler. Tatlı portakal, lavanta, melek otu, sardunya ve ylang ylang gibi esansiyel yağlar içeren L'Occitane Aromachologie mesela saçları onarıyor, yapılandırıyor, nemlendiriyor ve mükemmel kokmasını sağlıyor. Ee daha ne yapsın?



L'Occitane Aromachologie Onarıcı Saç Bakım Yağı ₺155

FERAHLAT, RAHATLAT BENİ!

Bazen güneş altında öyle kötü yanarsın ki. İşte tam o sütyen askılarının değmesinden irrite olduğun anlarda imdadına ferahlatan, rahatlatan birşeyler yetişsin istersin. Bioderma Photoderm After Sun SOS güneş sonrası krem, adı üzerinde güneş ışınlarına maruz kalan cildi yatıştırmakta, ani bakım yapmakta ve rahatlatmakta bir usta.

Bioderma Photoderm After Sun SOS güneş sonrası krem ₺79,50



ŞEHİRDE DE AYNI YAZ:

Güneşin yıkıcı etkilerinden korunmak için ille de deniz kenarında güneşleniyor olmanız gerekmez. Yazı şehirde geçirenler de aynı etkilere maruz kalıyor. Unutmayın dışarı çıkarken yüksek koruma faktörlü güneş ürünü kullanmanız cilt sağlığınız açısından oldukça önem taşıyor.

Nivea Sun Yüz Koruma BB Krem, ₺38,50



DUDAKLAR DA YANAR!

Bilinen en kuvvetli nemlendirici etkiye sahip içeriklerden biri Shea Yağı, dudakların bakımı için de oldukça elzem. Afrikalı kadınların yöresel kıyafetlerinden esinlenen ambalajıyla kalbimizi fetheden dudak balsamı, nemlendiriyor, besliyor ve kuruyan dudak dokusunu onarıyor.

Yves Rocher Onarıcı Dudak Balsamı ₺12,90



BAKIM YAP

Sahilde çıplak ayak yürümekten ve açık ayakkabı giymekten kuruyan topuklara düzenli bakımı sakın ihmal etme. Ben bunun için karbonattan faydalaniyorum. Gerçi uzun zamandır birçok konuda karbonat benim yardımcım. Özellikle de koku konusunda. Karbonat Ph dengesini sağlarken, cildin gözeneklerini kapatmadan bakteri oluşumunu, yani kötü kokuları engelliyor. Doğal deodoran anlayacağın. Ayak bakımı tarafında da 1 litre ılık suya 1 tatlı kaşığı karbonat ekleyip ardından da 30 dakika boyunca ayaklarını suyun içinde bekletiyorum. 1 hafta boyunca bu uygulamayı yapıp ardından da uygun bir nemlendirici krem sürmek topuk çatlaklarını onarmaya yardım ediyor. Ay yok uğraşamam dersen de topuk çatlağı giderici kremlerden yardım alabilirsin. Unutma yazın ayaklar fora!



Body Shop Peppermint Foot Rescue naneli ayak bakımı ₺31,90



Scholl topuk kremi ₺27

YAZIN FAVORİSİ: İŞİLTİLİ DOKUNUŞ

NUXE'un efsanevi kuru yağı Huile Prodigieuse® ün altın tanecikli, parlıltı versiyonu yazın favori ürünü. Anında emilen dokusu, besleyici ve onarıcı özellikleri yanı sıra kalbimizi çalan bir diğer özelliği de işte bu mineral kökenli parlıltıları. Bronz tene kesinlikle başka bir cazibe katıyor.



Huile Prodigieuse® Or ışıltılı kuru yağ 100 mL ₺155

Unicorn Snot Glitter Sunscreen \$19,90 unicornsnott.com



Peki Unicorn Snot'un ışıltılı güneş koruyucularına ne demeli? Spf 30 koruma faktörlü olması bir yana ayrıca suya dayanıklı hem de tam tamına 80 dakikaya kadar Tek bir kötü tarafı var o da henüz ülkemizde satışı bulunmaması. Kumsallarda güneş altında holografik parlıltılarla ışıldadığını hayal edebiliyorum. Ya sen?

Mutfak Yayında

ASLI
YÜCEALPAN

Yeni yemek trendimiz: BOWL

Her sezon yeni bir beslenme trendini öğreniyor, deniyor ve hayatımıza adapte etmeye çalışıyoruz.

Bilinen isimleriyle «Buddha Bowl», «Macro Bowl», «Poke Bowl» ve «Smoothie Bowl» 2016 yılından beri hayatımızda olan bir beslenme trendi, kalıcılığını da artık ispatlamışa benziyor. Biz bu süper besinler içeren kaseleri en çok sosyal medya üzerindeki resimlerinden tanıyor olsak da onların özellikleri inanın sadece bu fotojenik görüntüden ibaret değil.

Besleyici, lezzetli, renkli ve göz doyurucu bir karışım olan Bowl tarifleri kendi içlerinde bazı farklılıklar ile ayrılıyor. Her biri de önerilen ölçülerde, öğün başına almamız

gereken vitaminleri, mineralleri ve sağlıklı besini almamızı sağlıyor.

Minik farklılıklarla ayrıldıklarını söylemiştik örneğin bir Macro Bowl, fermente yiyeceklerle hazırlanırken Buddha Bowl'da tahinli soslar kullanılıyor. Vegan Bowl ise adından da tahmin edebileceğiniz gibi içerisinde hayvansal hiçbir gıdaya yer vermiyor. Poke Bowl'lar ise Hawaii'de başlangıç veya ana yemek olarak servis edilen, tabanı sebze üzeri çiğ balık ile servis edilen popüler tabaklardan biri aslında.

Smoothie Bowl'lar ise içerisinde Brezilya meyvesi Açaı kullanılan ve benim favorim olan kaselerden biri.

Bir Bowl tarifi hazırlarken ölçümlere ve kısıtlamalara bağlı kalınmamalı, ancak yine de bir «Macro Bowl» yapmanız için nelere ne kadar ihtiyacınız olduğunu kısaca yazmak istedim, eklemek, çıkarmak tercihinize kalmış.

Tahıl(%30) Sebze(%40) Balık(%5)
Baklagil (%15) Fermente yiyecek(%5) -
Probiyotik (isteğe göre tarifinizin içine çorba da ilave edebilirsiniz)

Afiyet olsun.

ÇAY SAATİNDE ŞEKERSİZ MEYVALI TART

Yazlık çay saatine yakışır az kalorili, taze meyveli bir tatlı tarifine ne dersiniz?

Bilenler Alaçatı'nın Cumartesi günleri kurulan dillere destan pazarını bilir. Öylesine şahane bir pazardır ki insan kendini bir kaç günlük gittiği tatilinde bile, taze sebze ve meyve kokusuna dayanamayıp, orada evi varmışçasına alışveriş ederken bulur kendini. İşte geçtiğimiz hafta çıktığım kısa tatilimin sonunda ben de kendimi bir anda pazarda, elimde dalından yeni toplanmış vişneler, kirazlar, üzüm ve şeftaliler taşıırken buldum.

Haliyle 3 gün içerisinde yememizin pek mümkün olmadığı, bırakmaya kıyamadığım şeftalilerim benimle İstanbul'a kadar geldiler ve sizler için nefis bir yaz tatlısı olarak hazırlandılar. Şekersiz tatlı tariflerimden biri olan 'taze şeftalili tart'ı isteğe göre başka taze meyvalarla da yapabilirsiniz. Deniz sonrası 5 çayı için harika bir seçenek, hem hafif hem de besleyici...

Şimdiden afiyet olsun!



MALZEMELER

TART HAMURU İÇİN

- 1/2 bardak ceviz
- 1 bardak kuru incir
- 1 çay kaşığı tarçın
- 1 bardak toz hindistan cevizi
- 2 tatlı kaşığı hindistan cevizi yağı

TART İÇİ İÇİN

- 1 adet şeftali
- 1 tutam toz tarçın

YAPILIŞI

Öncelikle tart hamurunu yaparak başlıyoruz. Bunun için toz hindistan cevizi ve cevizi mutfak robotundan geçirin. Daha sonra üzerine incir ve tarçını ekleyip bir kez daha robottan geçirin. Elde ettiğiniz karışıma hindistan cevizi yağını da ekledikten sonra, tart kalıbına yayın. Buzdolabında 1 saat beklettiğiniz tart hamurunu tabağa servis edip üzerine de dilimlenmiş şeftalileri dizin. En son servis yaparken dilerseniz üzerine biraz toz tarçın serpebilirsiniz.

Sağlık fışkırıyor Vİ İSTANBUL

En sağlıklısından bir atıştırmalık ve kaliteli bir kahve... Vi İstanbul kısaca bu şekilde yorumlanabilir. Ama biz biraz daha detaylı anlatmak istiyoruz, zira Vi İstanbul en güzel övgüleri hak ediyor. Seçtiğiniz hiçbir siparişte hata yapmanıza, vicdan azabı çekmenize olasılık yok, işte öyle bir yer Vi.

Vi, Norveç dilinde 'Biz' anlamına geliyor, zaten iki ortağın yarattığı bir marka. İskandinav etkisi sadece ismiyle sınırlı kalmamış, Vi'nin dekorasyonunda da İskandinav sadeliği ve netliği göze çarpıyor.

Kim bu BİZ yani Vİ? Metin Usanmaz ve Beril Oymak isimli iki ortak yaratmış Vi'yi. Oymak, kendi adını verdiği sağlıklı beslenme sitesinde de www.beriloymak.com 'da yazdığı üzere, 'ne yersen o'sun' anlayışına sahip, Los Angeles Venice'de Matthew Kenney Culinary Raw Food Eğitimi almış ve kendini bu onuya adanmış bir isim. Diğer ortak Metin Usanmaz ise kahve konusundan sorumlu, Vi zincir

kahvecilikten de doğru kahve oranı ve doğru çekirdek anlayışıyla bizi butik kahvecilikle tanıştırıyor.

NELER VAR NELER YOK ...

Sağlıklı beslenme deyince karşımıza çıkan yeni yeni mutfak dilimize giren içerikler kullanılıyor burada. Ve genelde de kendileri üretiyor. Mesela Hindistancevizi sütü, badem sütü, kaju kreması, matcha'lı toplar, çiğ yemişlerin preslenmesinden elde edilen cheescake tabanları.. gibi

Tamamen raw, yani çiğ yani pişmemiş ve besin değerini kaybetmemiş gıdalar yeme şansına sahipsiniz. Ayrıca glutensiz ve



şekersiz, kahve yanına mükemmel uyumlu tatlılar yeme lüksüne de...

Avokadolu tost ve aktive edip kurutarak granola haline getirilmiş karabuğday kullanılarak yapılan bowl'lar da menüde bulabileceğiniz ve günün her saati keyifle yiyebileceğiniz seçenekler arasında.

Vi'de son dönemin parlayan yıldızı, probiyotik zengini kombucha çayı da bulmak mümkün, hatta kendi yapımları dersek şaşırmazsınız di mi?

MUTLAKA DENEYİN!

Metabolizmayı hızlandırdığı ve yağ yakmaya yardımcı olduğu söylenen Bullet Proof yani içerisine hindistancevizi yağı damlatılmış bir bardak kahve içmeye bakın. Ayrıca yanında da matcha lime cheescake'i bir deneyin, sıfır şeker, sıfır suçluluk, kocaman bir mutluluk. Hatta yediğiniz öyle bir cheescake ki, en sağlıklısından, içerisinde kanser savar zerdeçal bile kullanılmış.

NEREDE?

Teşvikiye'de... Ahmet Fetgari sokak, No: 18'de, dışardaki masa boşsa şanslısınız, tüm mahalleye hakim, gelip geçeni izlerken kahvenizi yudumlamak ve vücudunuza iyi gelen birşeyler yapmak paha biçilmez. Vi_istanbul instagram hesabından da takip edebilirsiniz...





OSCAR DE LA RENTA



Ben out filan takmam giyerim önceden söyleyeyim. Çizgili giyinmek out, puantiyeli giyinmek in.



Dudak dolgusu out ama ipek kirpik taktırmak daha out. Örümcek ağı denilen birbirine yapışmış kirpikler in.



TÜLİN KERMEN

Evet yine in ve out'larla karşınızdayım. Biz analog insanlarız, dijitali de ucundan azıcık tatlı niyetine kullananlardan. Ve bu satırları okumaya devam eden sizler dokunmanın gücünü, kağıdın kokusunu elinizin hafif kararmasını özlemişsiniz anlaşılan.

Geçtiğimiz 14 sene boyunca tül-in tül-out köşemi Türkiye'nin önemli gazetelerinden birinde yazdım.

Zaman değişti ancak insanların in-out merakı değişmedi. Ve işte ilgilenenlere, takmayanlara, sadece bir bakayım diyenlere, out olsa da giyerim diyenlere, başkaldıranlara, in' lere ise gönülden bağlılara, herkese iyi okumalar...

- Her şey uçlarda... Ya uzun upuzun etek ya da mikro mini etekler in.. Arada derede, dizin üstünde veya hafif altında kalmış etekler out.
- Trençkot İn. Klasik paltolar out.
- Yaz kış demeden hayvan deseni modası dört nala koşuyor, yani in. İnsan suratı motifi desenleri out.
- Logomania geri geliyor, herkes billboard gibi logolu monogramlı giyinecek, çünkü in. Ve bilin bakalım ne out, logosuz giyinmek tabii ki de.
- Kermesler, pop up store, insta shopping in. Normal büyük mağazalardan alışveriş banal out old fashion.
- Eline tek taşı alıp evlenme teklif etmek out. Eline iki taşı (biri kare, diğeri yuvarlak olmak şartıyla) nişan yüzüğü takmak ise pahalı ama in.
- Topuklu lastik ayakkabıları görmeyeniniz kalmamıştır eminim. Bazıları alışmadı, bazıları hemen entegre oldu. Tek söyleyeceğim bu işten kaçış yok, topuklu spor ayakkabı in'lerin şahı çünkü. Düz lastik ayakkabı boy uzatmadığı ve çok düz olduğu için out oldu, tarihe karıştı, yazık oldu.
- Ceket-pantolon takım giyinmek bir başka in. Laf aramızda boyu daha uzun ve kişiyi daha ince gösterdiği için alkışlıyorum bu modayı ve başarılarının devamını diliyorum. Takımı bölerek giyinenleri de out köşesine alıyorum.



TOM FORD İLKBAHAR/YAZ 2018



SELENA GOMEZ



Kafaya büyük eşarplar takmak ve doğal saçlar in, fönlü saçlar kesinlikle out.

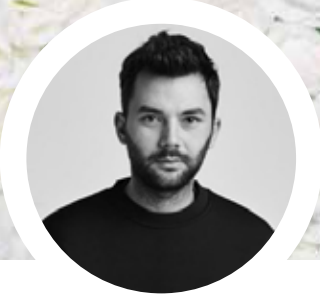


Pembe bu sezon oldukça in... Pembe duygusal dengeyi tetikler, simgeler dolayısıyla uzun bir süre daha moda olma koltuğu onda kalacak. Out olan renk ise turuncu, sosyal ilişkilerin rengidir. Sosyalleşmenin bu kadar tavan yaptığı bir zamanda out olması da doğaldır.



Beraber çalıştığım
gelinler makyaj
sırasında
seçimlerime ve
yönlendirmelerime
güvenirler

Bilirkişi Raporu



Yaptığı doğal ve güzel makyajlar kadar sosyal medyadaki paylaşımları, esprili kişiliği ile de kalplerimizi fetheden Altun'u @fezialtun adresinden takip edebilirsiniz.

KİME SORDUK? MAKYAJ ARTİSTİ FEZİ ALTUN NEYİ SORDUK? YAZ GELİNİ MAKYAJI

1 Yaz gelinlerinin en büyük derdi sıcak, bir makyaj artisti sıcakla nasıl baş eder? Neler kullanır? Nelerden kaçınır?

Bir makyaj artisti yaz gelini makyajı yaparken öncelikle kişinin cilt tipine göre nemlendirici seçer, sonra makyajı sabitleyici bir sprey ile tüm yüze nemlendiriciyi hapseder, böylelikle kullanılacak fondöten zemin hazırlanmış olur. Fondöten dahil kullandığı tüm makyaj ürünlerini su bazlı seçer. Yaz gelinine çok fazla pudra uygulanmaz, ciltte oluşan parlamaları yağ emici kağıtlarla giderir.

2 Senin için bir gelin makyajında 'en olmaması' gereken şey nedir?

Çok kalın fondöten uygulaması.
Dudakların dışarıdan kalem ile abartılı bir şekilde çizilmesi
Ve kalitesiz bütün takma kirpik.

3 Varla yok arası bir gelin makyajı desem, 5 adımda anlatır mısın?

Renkli nemlendirici ile cildi hazırlamak, kirpikleri kıvrarak en natural sonucu veren bir maskara kullanmak, göz çevresini ten tonundan bir ton açık göstermesini sağlayan bir kapatıcı uygulayıp, sedefli bir far ile göz makyajını tamamlamak, ten tonuna en yakışan allık rengiyle de makyajı sonlandırmak.

4 Hepsini beyaz giyerken gelinlerin makyajında hangi renkleri kullanacağını neye göre seçiyorsun?

Gelinlerin göz rengi en önemli etken. Yeşil bir göze müldüm, mavi bir göze kıvılcık ve turuncu kahve, kahverengi gözler için ise lacivert tonları uygulayarak renk teorisinden mutlaka faydalaniyorum. Böylelikle göz rengi ve far rengi birbirini tamamlayarak, bakışları öne çıkarıyor, en doğru ve çarpıcı sonucu veriyor.

5 Bir gelin makyajında olması gereken favori 5 ürünün neler?

Tek tek takma kirpik
Fondöten
Allık
Eyeliner
Ve elbette ruj

6 Gelinlere verebileceğin o gece her fotoda iyi çıkmalarını sağlayacak birkaç güzellik tüyü var mı?

Yaptığımız en güzel makyaj bile en içten gülümsemeyle birleşmeyince bir sonuç vermiyor. O yüzden o en özel gününün tadını çıkarmalarını ve fotoğraflarda bol bol gülümsemelerini tavsiye ederim. Onun dışında cilt kalitesi için mutlaka 6-9 ay önce cilt bakımına başlanmalı ve en sevdikleri yönlerini keşfedip (sağ veya sol profil) ona göre poz vermeyi öğrenmelerini tavsiye ederim ve bir de günde en az 2,5 litre su :)



ADRIANA LİMA

Son dönemin en başarılı makyaj artistlerinden biri Fezi Altun, bir kere onunla çalışan onu bırakmıyor, özellikle de ünlü isimler...



BENSU SORAL

İlham perisi: İdil Yazar

Yetenekli, başarılı ve çok da güzel... İlk sayımızın ilham perisi yemek vlogger'ı İdil Yazar. Hikayesini ve kendine dair detayları paylaştı bizimle... Mesela buzdolabında mutlaka nelerin bulunduğunu, sadece 3 içerikle hazırladığı en hızlı tarifi ve bu kadar yemekle iç içe olup nasıl formunu koruduğunu...



HIZLI SORU CEVAPLAR

KAHVALTI MI- AKŞAM YEMEĞİ Mİ?

uzunun akşam yemekleri

KAHVE Mİ -ÇAY MI?

az sütlü filtre kahve

DENİZ Mİ- DAĞ TATİLİ Mİ ?

deniz, deniz, deniz

BALIK MI- ET Mİ?

Balık

ELBİSE Mİ -PANTALON MI?

pantolon

MASKARA MI- RUJ MU?

maskara

TUZLU MU- TATLI MI?

tatlı

İNSTAGRAM MI- YOU TUBE MU?

youtube



NASIL BAŞLADI BU YOU TUBE HİKAYESİ?

Oğlum Ali'ye hamile kalınca, işime bir ara verip, uzun zamandır hayalini kurduğum açsılık okulunda buldum kendimi. Sonrasında bir youtube kanalı açıp, yemek yapma tutkumu paylaşmaya karar verdim.

ÜNLÜ BİRİNE DÖNÜŞTÜĞÜNÜ NASIL ANLADIN?

Mutfığa girip, tariflerimi yapan takipçilerin her geçen gün artmasıyla.

BAŞARININ SIRRI SENCE NE?

Sevdiğin işi bulmak, kendine inanmak ve çok çalışmak. Akla düşen fikri, o enerjiyle hayata geçirmek için çabalamak, peşini hiç bırakmamak.

KENDİNİ 5 KELİME İLE TANIMLAMANI İSTESEK.

Optimist, acelec, mütevaz, neşeli, çalışkan

YAPTIĞIN MESLEĞİN EN GÜZEL TARAFLARI?

Hem mutfakta olmaktan hem de kamera önünde olmaktan büyük keyif alıyorum.

PEKİ SEVMEDİĞİN VE ZOR GELEN YANLARI?

Yok.

İDİL'İN BUZDOLABINDA NE OLMAZSA OLMAZ?

Yumurta, mevsimindeyse kiraz, salatalık, siyez unlu ekmek, fıstık ezmesi

SENDEN HEMEN SADECE 3 İÇERİKLE HAZIRLANAN BİR TARİF İSTESEK

Hurma, file badem ve kakaoyu doğrayıcıdan geçirin. Elinizle toplar yaparak yine kakao ya da hindistan cevizine batırın. Nefis oluyor :)

EN SEVDİĞİN YEMEK?

Enginar Dolması.

PEKİ ASLA YEMEDİĞİN AĞZINA SÜRMEDİĞİN BİRŞEY VAR MI?

Kerevizin hayranı değilim ama yine de yerim.

BU KADAR YEMEKLE İÇ İÇE OLUP FORMUNU NASIL KORUYORSUN?

Aslında zorlanıyorum :) Elimden geldiği kadarıyla dengeyi kaçırmamaya çalışıyorum. Mesela öğlen hamburger yiyorsam, akşam çorba içiyorum.

HIZLI VE GİZLİ BİR GÜZELLİK TÜYON VAR MI? PAYLAŞABİLİR MİSİN?

Tam bir hindistan cevizi yağı delisiyim. Saç bakımı, ağız bakımı ve makyaj çıkartıcı olarak kullanıyorum, çok memnunum.

TAKİBE AL



Ada'da yoga

Yunanca "varolma" anlamına gelen İparho, bu yaz Burgazada'nın sakin bir bahçesinde kapılarını açtı. Psikoloji, yoga, felsefe, meditasyon ve farkındalık atölyeleriyle İparho, şehrin kalabalığından uzaklaşıp kendine dönmek isteyenler için ideal bir kaçış noktası.

@iparho hesabından takipte kalın.



Şehirdeysen dene!

Arnavutköy'ün sağlıklı ve lezzetli mekanı Gabfoods, yazı şehirde geçirenler için sıcakta suçluluk hissetmeden yenilebilecek en hafif alternatifleri barındırıyor. Vegan, vejetaryan, glütensiz, paleo seçenekleri deniz manzaralı iç acıcı atmosferiyle buluşan mekanda favorimiz ev yapımı pesto soslu çiğ kabaklı salata.

@GabFoods adresinden takipte kalın.



Kızgın kumlardan serin çaylara

Hayat tarzınıza uyum sağlayan tamamen el yapımı doğal çaylar üreten, adı üzerinde çeşitli kültürleri ve dünyanın her bir köşesinden en kaliteli malzemeleri harmanlayarak besin değeri yüksek ve lezzetli çay karışımlar sunan Melez Tea, bu yaza özel menüsüyle bizden tam not aldı. Dünyanın farklı ülkelerinden ilham alınarak hazırlanmış menüde özellikle 1980' lerde Tayvan'da başlayan ve bütün dünyada bağımlılık yaratan Tapioca topları ile Taiwanese Bubble Tea bizce tatmaya değer!

@meleztea hesabını takipte kalın.



Maskeni tak, keyfine bak

Modern kadın zamanla yarışıyor. Hem kariyerini yapmalı, hem aileye koşmalı, hem sosyal yaşamda aktif bulunmalı hem de tüm bunları yaparken bakımlı olmalı. O yüzden pratik ve hızlı sonuç alabileceği akıllı bakımların peşinden gidiyor. Son dönemin yükselen yıldızı da 15 dakikalık sıkıştırılmış bakım sağlayan maskeler.

Neutrogena'nın pratik, hızlı ve etkili maskeleri bu alanda listenin ilk sıralarında, neden mi? çünkü;

1. Hidrojel denen materyalden oluşan maskeler, cildi ikinci bir cilt gibi sararak, kağıt maskeler gibi kayma, yırtılma gibi dertlerinden çok uzak. Yüze yapışıyor ve siz çıkarmak isteyene kadar da öyle kalıyor.
2. 30 ml şişede bulunan seruma eşdeğer içeriğe sahip, yani bir maske uygulaması ile full şişe serumu yüzünüze sürmüşsünüz efekti oluşuyor.
3. Cilde 15 dakikada 1 aylık seruma denk içerik veriyor.
4. Yüzün üst ve alt bölümü olmak üzere iki parça maskeyle yüzün kontürlerine uygulama kolaylığı sağlıyor.
5. Uygulama sırasında ve sonrasında ferahlık hissi yaratıyor, hatta bu hissi maskeyi dolapta bekleterek arttırabilirsiniz. Bu arada yazın güneş sonrası için de ideal bir bakım altını çizelim.
6. Tüm bu özelliklerine ek olarak fiyatı da gayet makul. 14.50 TL olarak satışa sunuluyor.
7. Nemlendirici, canlandırıcı, kırışıklık karşıtı arındırıcı çeşitleri ile beraber, uygulamadan sonra yıkanan kil maskesi formları da mevcut.
8. Sürekli nemli, yumuşak ve canlı bir cilt için, farklı cilt yapılarına özel, yüzde kalabilen ya da isteğe göre yıkanabilen krem veya kil içeriklere sahipler.
9. Bu krem ve kil içerikli maskeler minik ambalajları ile çantada kolayca taşınabilme özelliğine sahip. Ayrıca seyahatlere giderken ve tatilde kullanmak için de aklınızda olsun!

MASKEN VARKEN NE YAPABİLİRSİN?

Instagram'ın ünlü isimleri yüzlerinde hidrojel maskeleriyle çeşitli aktiviteler yaparken çektiikleri fotoğraflarını #maskenvarken isimli hashtag ile paylaşıyorlar, peki sen masken varken neler yapabiliyorsun?



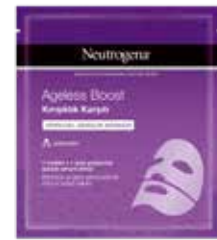
Blogger irem Akdemir maskesiyle köpeğini gezdirmeye çıkarmış.



Manken Didem Soydan bir çekime hazırlanıyor.



Pilates Hocası Kübra Açıl ise maskesi yüzündeyken pilates yapıyor.



Neutrogena Ageless Boost ₺14.50



Neutrogena Hydro Boost ₺14.50



Neutrogena Purifying Boost ₺14.50



Neutrogena Radiance Boost ₺14.50



Ageless POD Mask ₺14.50



HydroBoost POD Mask ₺14.50



Purifying POD Mask ₺14.50



Radiance POD Mask ₺14.50

HER DERDE DEVA...

NEM VEREN

Hydro Boost: Hyalüronik asit içerikli Hydro Boost yoğun nemlendirici hidrojel ve aynı zamanda krem maske nemi gün boyu cildinize hapsedmeyi hedef alıyor.

DETOKS ETKİLİ

Purifying Boost: Deniz yosunu özlü detoks etkili hidrojel arındırıcı maske ve mineral içerikli kil maskesi cildi arındırmak ve temizlemekle görevli.

KIRIŞIKLIKLARLA SAVAŞAN

Ageless Boost: Adenozin içerikli kırışıklık karşıtı hidrojel gençlik maskesi ve krem maske ince çizgilerin görünümünü azaltarak cildi pürüzsüzleştirmek üzere çalışıyor.

CANLANDIRAN

Radiance Boost: B3 vitamini içeren canlandırıcı hidrojel ısıltı maskesi ve krem maske cilde yoğun bir şekilde nem vererek, aydınlık ve ısıltılı bir etki yaratmaya yardımcı.

Sıcak yaz & mucize üzüm

Yazın en tatlı meyvesi üzüm, keyifli tadı bir yana bilinen en güçlü antioksidan depolarından da biri. O yüzden cilt bakımının da olmazsa olmaz içeriği. Üzüm deyince akla gelen tek bakım markası Caudalie. O halde denklem şöyle ilerlesin ; Yazın cilt bakımı Caudalie'den sorulur.. Peki ama hangi ürünlerinden?



Beauty Elixir (100 ml) ₺180, (30 ml) ₺69

GERÇEK BİR İKSİR

Özellikleri saymakla bitmeyen bir ürün Beauty Elixir. Öyle ki her tatil bavulunda bir adet bulunması gerekiyor, hatta bavulda kalmaması yanınıza alın!

Yoğun antioksidan içeriği ile uçak yolculuğu sırasında cildin maruz kaldığı yoğun serbest radikallerle savaşmakta üstüne yok. Bu kadar değil, sıcakta dilediğiniz her an ferahlamak, cildi nemlendirmek, nemlendiriciden önce tonik niyetine cildi makyaja hazırlamak, makyayı sabitlemek, cildi yatıştırmak, aydınlatmak ve gözenekleri toparlamak amaçlı da kullanılıyor. Hatta gittiğiniz yerin suları çok kireçli siz de kuru ciltli iseniz, cildinizi korumak için yüzünüze birkaç fıs Beauty Elixir püskürterek yıkayabilirsiniz.

BAŞKA NELER YAPABİLİRİM?

- Makyaj süngerlerinin nemlendirilmesi için uygundur, blender süngerde harikalar yaratır.
- Yazın buzdolabında saklayın ve ferahlık etkisini katlayın.
- Yastığınıza sıktıktan sonra en yumuşak gecelerde size eşlik eder.
- Uçakta kuruyan cildinizi nemlendirir.
- Ofiste stres atmanıza yardımcı olur.
- Spor sonrası cildinizi yatıştırır.
- Havaya sıktıktan sonra meditasyon için en uygun ortama kavuşabilirsiniz.

BU YAZ LEKE YOK!

Çünkü işinize yarayacak bir leke karşıtı tüyümüz var. Caudalie'nin Vinoperfect serumu içerisinde asma yaprağı öz suyunda bulunan markaya patentli viniferine içeriyor.

C Vitamininden 62 kat daha etkili olan bu sütümsü içerik gerçek bir leke savar.

NASIL ETKİ EDİYOR? Viniferine melanin üretimini dengelemeye, kızarıklıkları azaltmaya ve ciltte oluşan oksidasyona karşı koruma sağlayarak yeni leke oluşumunu engellemeye yardımcı.

NE ZAMAN KULLANMALI? Güneş ışığına karşı hassasiyeti olmadığı için serumu, güneş kremi altına sürerek güneşlenmeye çıkabilirsiniz. Serum aynı zamanda kreminizin koruyucu etkisini arttıracaktır.

KİMLER KULLANSIN? Yağ içermeyen yapısı ile tüm cilt tiplerinin kullanabileceğini belirtelim!

Caudalie Vinoperfect serum ₺275



Vinosource nemlendirici matlaştırıcı etkili bakım kremi ₺130

KİŞİYE ÖZEL NEMLENDİRİCİ

Caudalie'nin yazlık cilt bakımı için elzem sayılacak bir diğer ürünü de Vinosource Sorbet nemlendiriciler. Organik üzüm suyu içeren nemlendiriciler yaratılırken bol sulu ve şekerli bir üzüm yemenin verdiği ferahlık hissinden ilham alınmış. Bu yüzden de cilt tipiniz ne olursa olsun gün boyu nem ve konfor sağlamak ürünün temel görevi. Serinin kuru, yağlı ve hassas ciltlere özel tasarlanan 3 farklı çeşidi bulunuyor. Yağlı ciltler için üretilmiş pek çok kremin aksine, sadece sebumu dengeleyip parlamayı engellemekle kalmıyor, cilde ekstra nem vermeye de devam ediyor. Ne diyelim her çantaya girebilecek minik boyutu, konfor sağlayan içeriği ile tatil dönemi için de ideal.

Sıhhatler olsun!

Kişisel bakımın en önemli adımlarından biri duş yapmak. Özellikle de yazın ferahlamak, yenilenmek ve iyi hissetmek için elzem. Su her şekilde bize iyi geliyor ama asıl duş sırasında kullanılan ürünleri özenle seçmeli, zira kokuları ve dokuları hem bakımımızı üstleniyor hem de hislerimizi ele geçiriyor.



HİÇ ÇİLEK BANYOSU YAPTINIZ MI?

Le Petit Marseillais, adı üzerinde Güney Fransa'da 300 yıllık geçmişe sahip geleneksel Marsilya sabunundan doğmuş bir marka. Gözünüzü kapayın hayali canlanacak, bembeyaz keten çamaşırların asılı olduğu dar ev bahçeleri, burnunuza mis gibi sabun kokusu geldi mi? İşte o temizlik ve sadelik kokan şey Marsilya sabunu. Le Petit

Marseillais de bu felsefeyi sahiplenerek her duшта bize kokuların temel olduğu farklı bir deneyim yaşıyor. Bu yazın öne çıkan duş jeli Akdeniz Çileği. Öyle ki sanki çilekleri ezmişsiniz de onlarla yıkaniyorsunuz etkisiyle buram buram yaz kokuyor. Ailenin tüm fertleri tarafından keyifle kullanılacağını garanti ederiz. Özellikle de çocuklar bu çilek banyosuna bayılacaklar.

DUŞTA BUNLARI YAPMAYIN!

Sıcak suyun altına girip, kirlerden arınırken, rahatlarırken, dinlenirken veya tam tersi bir etkiyle yenilenip enerji toplarken kısacası duştayken, farkında olmadan yaptığımız birkaç hata var, dikkat etmek gerekli, aklınızda olsun!

ÇOK SICAK SU: En çok yapılan hata, özellikle kadınlar duшта sıcak suyu kullanıyor, oysa yaşlandığını bilseler yaparlarmı? Sıcak su, cilt yüzeyindeki doğal yağın uçmasına neden oluyor bu da daha kuru bir cilt anlamına geliyor. kuru cilt de konforlu olmadığı için daha hızlı kırışıyor ve yıpranıyor. O zaman neymiş ılık suyu tercih etmek gerekiyormuş. Hatta keşke duşun sonunda soğuk suyu açsanız, saçları cildi buz gibi suyla durulasanız, bu şok etkisi kan dolaşımının hızlanmasını, cildin ve saçların parlaklık kazanmasına yardımcı oluyor.

SCRUB YAPMAMAK YA DA ÇOK YAPMAK: Şunu bilin suyun altında sabunlanmak ölü derilerden kurtulmanızı, cildin kendini yenilemesini sağlamaz. Kuru cilde uygulayacağınız yağlı ve granürlü bir vücut scrub'u ölü derilerden arınmanızı, cildin nefes almasını ve gerçek anlamda yenilenmesini sağlar. Her duшта mı uygulamalı? Evet her duшта uygulamalı. Ancak bu sayede duştan fayda sağlarsınız, yanlış dikkat scrub yapacağım diye gereksiz yere cildi tahriş etmekten de kaçınınız. Kuru cilde uygulanan scrub, ılık suyla yumuşak hareketlerle temizlenmeli, hepsi bu!

HER GÜN SAÇ YIKANMAZ! Mis gibi kokan, hacimli duran, temiz saçlar hepimizin hayali ancak gerçek şu ki saçların biraz kire ihtiyacı var. Hem sağlıklı olmaları için hem de güzel bir düşünüşe sahip olmaları için. Çok yıkanan saç doğal koruyucu yağlarından arınır yani daha çabuk elektriklenir ve kirlenir. Bir bakmışsınız kısır bir döngü içerisindeyiz, siz yıkadıkça o daha da çabuk kirlenir olmuş. İyisi mi arayın biraz açın, haftada 3 deşek, yeter deşek... Koku sorun oluyorsa kuru şampuanlardan yardım almayı deneyin hem bu sönük saçların hacim kazanmasına da yardımcı olur.



ÇEVRECİ MARKA

Kullandığımız kozmetik ve bakım markalarının çevreye karşı olan tutumu konusunda birey olarak farkındalığımızı arttırmak gerekli Le Petit Marseillais bu anlamda sadece içerikleri, ambalajları ve kokularıyla doğallığı savunmuyor, markanın bir de çevreci kimliği var. Tüm içerikler geleneksel yöntemlerle toplanıyor. Ayrıca üretim sırasında kullanılan yeni nesil formüllerin de doğaya en az etki edecek ve doğada iz bırakmayacak niteliklere sahip olmasına ekstra dikkat ediliyor. Ambalajların geri dönüşümlü olduğunu belirtmekte fayda var. Anlayacağınız duшта bakım keyfi yaşarken vicdanımız da gayet yarat.



Le Petit Marseillais
Akdeniz Çileği duş jeli
₺17.90 TL

Onlar da tatile gelsin!

Tatil çantasına girecek diğer Le Petit Marseillais ürünlerini sizin için seçtik.



Vücut
kremi
(₺17.90)

Shea Butter, tatlı badem ve argan yağı gibi her biri ayrı ayrı yıldız içeriklere sahip krem, .ok kuru, güneş sonrası nemini yitirmiş ciltler için birebir. Onarır, nemlendirir ertesi güne hazırlar.



Erkekler pratik olmayı sever. Tatil çantasına ona özel bir duş jeli koymaya ne dersiniz? Hem ekstra parfüm kullanmasına bile gerek yok, ne de olsa duş sonrası buram buram sedir ağacı kokacak.

Duş jeli & Şampuan
(₺17.90)

Shea butter, aloe vera ve balmumu içeriği ile güneşte hassaslaşan dudak dokusunu korumak ve nemlendirmek için ideal. Ayrıca rujdan önce pürüzsüz bir dudak bazı hazırlamaya da yardımcı olur.

Dudak
Bakımı
(₺13.90)



GÜZELLİK YAYINDA



ÜNLÜ ASTROLOG
FİLİZ ÖZKUL'DAN
BURÇLARIN
GÜZELLİK VE
MODAYLA
İLİŞKİLERİ...

ATEŞ BURÇLARI



KOÇ / EMMA WATSON

Modern görünmeyi sever Koç kadınları, seçiminde öncelikli etkenler kolaylık ve hızıdır. Bu yüzden pratik kullanımı olan ve etkili bakım ürünlerine bayılırlar. Koç burcu kadınları genellikle havalı olur. Gösterişli giysiler tam onlar içindir. Kırmızı ve parlak renkler ideal rengidir, özellikle yaz gecesi makyajında kırmızı-mercan renklerinde rujlar onlara çok yakışacaktır.



ASLAN / JENNIFER LOPEZ

O, kadınsı bir kadındır. Güçlüdür ve gösterişli olmayı sever. Pahalı markalar, pahalı kumaşlar, en yeni moda kıyafetler ondadır. Aksesuarlardan korkmaz, cesurca kullanır. Pozitif enerjisiyle kıyafetleriyle dışa vururken aynı zamanda lüks tercihleriyle gücünü de göstermek ister. Yaklaşan doğum gününde ona Louboutin marka bir oje veya ruj almak ne kadar da doğru olacaktır.



YAY / JULIANNE MOORE

"Telaşa gerek yok" havası onu dayanılmaz yapar. Yay kadını bazen umursamazlık derecesinde olan rahatlığıyla bilinir. Bu rahatlık kıyafetlerine de yansır, sportif ve rahat bir şıklığı tercih eder. Modayı yakından takip eder, güzellik dünyasında olup biten en yeni anti-aging uygulamaları da. Bonkörce para harcayan Yay kadını özellikle aksesuara harcayacağı parayı umursamaz...

TOPRAK BURÇLARI



BOĞA / CATE BLANCHETT

Boğa kadını için her şeyin yerli yerinde ve düzenli olması çok önemlidir. Kıyafet seçimlerinde kalite ve feminenlik ön planda olması gereken detaylardır. Her zaman cezbedici ve yerine uygun giyinir. Gezegeni Venüs olan bu burcun kadınları güzellik konuları için doğmuştur. Kendilerini şımartacak en lüks bakım malzemelerini satın almaya ve düzenli şekilde kullanmaya bayılırlar.



BAŞAK / BLAKE LIVELY

Mükemmeliği sadeliğinde gizli olan Başak kadını utangaçtır ama cesur ve dayanıklıdır. Zamansız kıyafetlerin kadınıdır. Dolabındaki herşey birbiriyle

Astrobeauty

uyumludur ve kullanmayacağı hiçbirşeyin o dolapta yeri yoktur. Gereksiz bakım ürünü almaz. Makyajdan çok cildine yatırım yapmayı sever. Tarzı klasiktir ama en iddialı dekolterleri giymekten de çekinmezler. En sıradan bir kıyafeti bile muhteşem bir uyum içinde sergileyebilirler, gösterişsiz gösterişli olmayı ondan daha iyi kimse beceremez.



OĞLAK / KATE MIDDLETON

Ciddi kadındır Oğlak kadını, hayata karşı olan bu duruşlarını gardıroplarına da yansıtırlar. Kaliteli kıyafetler ve tercihen iyi markalar vardır dolaplarında. Güzellik konusunda da etkisine yüzde yüz inanmadığı hiçbir uygulamayı yaptırmaz, ürünü almaz. Zaten fazlaca tutumludur, yenisini almadan önce kozmetiklerini son damlasına kadar kullanır.

HAVA BURÇLARI



İKİZLER / ANGELINA JOLIE

Heyecanlı İkizler kadını kıyafetlerinde deneme yapmaktan çekinmez. Kıyafet seçimlerinde öncelikleri renklerdir, moduna göre de bu renkler değişiklik gösterir. Güzellik ve bakım konularında da bu durum aynıdır, yeni olan her şeyi denemek ister. Bu kırıksıklık giderici bir krem de olabilir, selülitleri yok eden bir makine de. Ama maymun iştahı yüzünden başladığı her uygulama, bir iki seanstan sonra yarım kalmaya yüz tutacaktır.



TERAZİ / GWYNETH PALTROW

Büyüleyici bir auraya sahiptir Terazi kadınları. Karakterindeki zarafeti kıyafetlerinde görebilirsiniz, yeri geldiğinde transparan parçaları giyecek kadar da cesurdur. Sanatçı ve yaratıcı bir tarafı olduğu için hiç tahmin edemeyeceğiniz detaylarla karşınıza çıkacaktır. Güzellik ve bakım konularını abartmadan ihtiyacına yönelik olanların peşinde gider.



KOVA / JENNIFER ANISTON

Özgür ve asi kadın Kova, trendleri takip eden değil, trend olanı başlatandır. Modadan önce kendi yarattıkları still önemlidir. Her tarza uygun giyinebilir ve bunu taşır. Yaratıcı yanlarında bunda büyük etkisi vardır. Renkler ona çok yakışır, iddialı olmaktan çekinmez. Korkusuz bir tip olmadığı için de güzellik konularında da dayatmaz, yeni bir saç kesimini, farklı bir makyaj uygulamasını dener ve taşır.

SU BURÇLARI



YENGEÇ / GISELE BUNDCHEN

Yaratıcı ve duygularıyla hareket eden özel kadınlardır. Moda olanların peşinde değildir, kendi tarzı ve duruşu vardır. Duyularıyla hareket eder bu yüzden de güzellik çantasında en favori ürünleri ona kendisini dokuları ve kokularıyla iyi hissettiren cilt ve vücut kremleridir. Kendi içlerini dinlemek, dinlerken de güzelleşmek ve suyla haşırneşir olmak için Spa bakımlarını tercih etmeleri onlar için en idealidir.



AKREP / EMMA STONE

Otoriter ve baştan çıkaran Akrep kadınının her kıyafetinde bir seksapelite vardır. Sıradan giyinmez ve giyinemez, Ruh haliyle değişiklik gösterir renk seçimleri, bazen koyu bazen ise parlak renkleri tercih eder. Makyaj konusunda cesurdur, kendinde beğendiği yerlerin öne çıkması için denemeler yaparlar. Kırmızı ruj ve oje onlara hep çok yakışır.



BALIK / JESSICA BIEL

Hayalperest Balık kadını duygusaldır ve bu kıyafet seçimlerine de yansır. Masalsı ve romantik parçalar onların öncelikli tercihleridir. Sifon ve parlayan kumaşları çok severler. Özellikle çizgili detaylar su burcu olan Balık kadının en sevdiği tarzlardan biridir. Banyo yapmak ve yeni bakım ürünleri denemek onlar için vazgeçilmezdir. Kozmetik çok severler, yenilikleri de yakından takip ederler.

GÜZELLİK YAYINDA
GAZETESİ

MAFİLO TEKSTİL SAN.VE DİŞ TİC. LTD
İMTİYAZ SAHİBİ: MERT ATAĞOĞLU

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
(SORUMLU MÜDÜR)
GÖZDE ATAĞOĞLU

KATKIDA BULUNANLAR
TÜLİN KERMEN, NİL YURTBAY, ASLI
YÜCEALPAN, LİAN PENSO BENBASAT

REKLAM İRTİBAT
info@guzellikyayinda.com

YÖNETİM YERİ:
Cumhuriyet Cad. No: 189/8 Harbiye -İstanbul
Tel: 0212- 296 83 47
BASKI: AKTİF MATBAA
Söğütöçme Mah., Halkalı Cad. No:245,
Sefaköy- İstanbul 0212- 612 12 22

Bizi
@guzellikyayinda
hesabından
takip
edebilirsiniz.