

GÜZELLİK YAYINDA

www.guzellikyayinda.com

guzellikyayinda

benefit
SAN FRANCISCO

PEMBE BİR YILA MERHABA!

SÂDECE SEPHORA'DA
SEPHORA

sephora.com.tr

Facebook Instagram TikTok YouTube

Çeviriler: Başak Yılmaz, Aralık 2020 © Sephora 2020



SENİN EN İYİ HALİN

DEFNE ÖZLERİYLE CİLDİNİZ IŞILDASIN



 lyn.skincare | www.lynskincare.com



SEÇ BAKALIM!

Benefit bunu hep yapıyor, her Aralık ayında acaba bu sefer ne sürprizler bekliyor, nasıl paketler hazırlanmış diye meraklandırıyorduk bizi. İşte karşınızda farklı karakterlere özel hazırlanmış 2020'nin hediye kofreleri...



BADGAL TO THE BONE:

Varla yok arası makyajdan hoşlananlara ₺539.

İçindekiler: BadGal Bang maskara+ The POREfessional baz+ Hoola mat bronz pudra



BEAUTY THRILLS:

Maske taktığımız şu günler için ideal. Ten ve göz makyajını severlere ₺349.

İçindekiler: The POREfessional baz (mini boy) + Roller Lash in black shade maskara (mini boy) + Gimme Brow kaş jeli (mini boy)



BRING YOUR OWN BEAUTY:

İçinde yok yok, gerçek makyaj tutkunlarına ₺699.

İçindekiler: They're Real! Maskara (orijinal boy) + Gimme Brow kaş jeli (orijinal boy) + Hoola mat bronz pudra (orijinal boy) + The POREfessional (mini boy)



CHEERS MY DEARS :

Gündelik, temel bir makyaj isteyenlere ₺879.

İçindekiler: BADgal BANG! Maskara+ Precisely, My Brow Pencil kaş kalemi +The POREfessional baz+ Hoola mat bronz allık



PARTY CURL:

Partilerin aranılan isimlerine ₺679.

İçindekiler: Gimme Brow+ no. 3 (orijinal boy) + Roller Lash maskara (orijinal boy)+ The POREfessional (orijinal boy) +Roller Liner Eyeliner (mini boy)



LIFE IS A PRETTY PARTY :

İşıltılı bir ten dileyenlere...Sınırlı sayıdaki bu özel set sadece Sephora.com.tr'da satışta bulunuyor ₺539.

İçindekiler: BADgal BANG! maskara (orijinal boy)+ ışıltı ve aydınlatıcı etkili Dandelion toz allık (orijinal boy)+ The POREfessional baz (mini boy)



YOUR B RIGHT TO PARTY:

Cilt bakımına düşkün arkadaşlara ₺479.

İçindekiler: Total Moisture Facial Nemlendirici (orijinal boy)+ Browvo Conditioning Primer Kaş Beslemeye Yardımcı Serum (orijinal boy)+ The POREfessional baz (mini boy) + It's Potent! Eye Cream koyu halkalar için aydınlatıcı göz kremi (delüks boy)

En güzel hediye...

Hediye seçmek bir sanattır ve bu sanatı hakkıyla yerine getirmemizi sağlayan da belli başlı markalar vardır. Ne alırsanız alın sizi asla yanıltmazlar, paketi açanın yüzünde sırasıyla şaşırma, keşfetme ve beğenme ifadelerini görürsünüz. Benim için makyaj denince Benefit bu listenin ilk başlarında geliyor, neden mi?

EDİTÖR: GÖZDE ATAĞOĞLU

Renkli ambalajları içimizdeki küçük kız çocuğunu bir şekerci dükkanına girmiş gibi mutlu ederken etkili içerikleri, pratik kullanımları ve tatmin edici sonuçlarıyla da güzel ve iyi görünmek isteyen dişi tarafımızı ele geçiriyor. Hadi doğru söyleyin hanginiz Sephora'da reyonlar arasında gezinirken Benefit'in o tatlı pembe kaş bar'ı önünde durmadı, kaşını boyatmadı. Kimi zaman belki sadece ambalajına

vurulup aldığı bir ürünün müdavimi olmadı. O kadar fazla kült ürünü olan bir marka ki, bu başarısında memnun edici sonuçlara sahip kullanışlı kozmetikler yaratması kadar, hemen satın alma isteği yaratan ambalajlarının ve yaratıcı ürün isimlerinin de kuşkusuz payı çok büyük. Mesela adının hakkını vererek, kirpiklerde takma kirpik etkisi yaratan They're Reall (Onlar gerçek) isimli bir maskarayı kim merak edip de denemek istemez ki?



BEGÜM EGELİ BURSALIGIL

2020'den bana kalan

Eve yeniden kapandığımız şu günlerde, kendimize dizilerle 50 dk'lık 'dışarıda hayat' molaları vermeyi alışkanlık haline getirmişken, yeni yıl için aradığım ilhamı dizilerden başka hiçbir yerde bulamazdım.

Hayaller, Emily'nin peşi sıra Avrupa'nın tarihi sokaklarında kaybolmak. Grace gibi kafa dağıtmak amaçlı Central Park yollarını arşınlamak. Yeni bir uğraş edinip ona Beth'mişçesine tutunmak. The Undoing, Queen's Gambit ve Emily in Paris dizilerinin karakterlerinden söz ediyorum. Ama ne oldu? Tüm planlar

gibi onlar da 2021'e aktarıldı. Her birinin bitmemesini dileyerek izlediğim bu dizilerden geriye ise nefis güzellik ve stil ilhamları kaldı. Yoksa motivasyonum "bol bir eşofman altı edineyim, kışı onunla geçiririm" seviyesinde dolaşacaktı. İlham almak belki de şimdi her zamankinden de önemli. O yüzden dizilere zaman kaybı gibi bakmamalı, ruhunuza iyi geliyorsa devam. Tabii ki abartmadan...



The Undoing

İzlemek isteyenler:
Digitürk Bein
Connect'te
bulabilir.

Bele oturan, aşağıya doğru hafifçe çan görünümü alarak ayak bileklerine uzanan paltolar geri döndü. Bu net. Paltonun renk seçimi ise tamamen size kalmış. Zira Grace tüm dizi boyunca kıyafet seçimlerini kızıl saçlarının önderliğinde yapıyor. Mutlaka dikkatinizi çekmiştir. Kıyafetlerin renk skalası hep kızıl saç ile uygun tonlarda. Bordolar, yeşiller, toprak tonları... Bu da belki dönüp gardırobumuzu gözden geçirmek için bir kriter olmalı. Tenine, saçına yakışmıyorsa, o rengi giyme. Bu kadar net!



İpekle süet kombinleniyor, deriyle yün. Uzun zamandır sokak stilinde yansımalarını gördüğümüz spor tarzdan dizide eser yok. Puf montlar, spor ayakkabılar, oversize sweatshirt'ler tamamen konu dışı. Grace'in stilini "Boho Luxury" diye özetleyebiliriz sanıyorum. Özellikle o yeşil paltoyu düşününce... Makyaj ise minimal. Belli belirsiz.



Gelelim en önemli noktaya. Nicole Kidman bile dönüp dolaşıp kızıl kıvrıkcık saçlarına, ve hatta onu ilk tanıdığımız orjinal haline bürünüyorsa, bu dalgalı saçın yeniden yükselişine dair en somut kanıt değil de nedir?



Kim bilir, belki ben de saçımın dalgası ile yeniden barışabilirim. Hem artık dümdüz fön mü kaldı? Düşünsenize, Grace vakıf gecesi galasına bile açık bıraktığı dalgalı saçlarıyla katıldı. Orada giydiği Givenchy Haute Couture elbise bana göre şimdilik dizinin en güzel parçasıydı!

Queen's Gambit

Dizi son sahnede bizi 1968'in buz gibi bir Rusya sabahında bırakmış olsa da, Beth Harmon'ın stili 52 yıl sonra dünya çapında büyük bir takipçi kitlesi oluşturmayı başardı. İtiraf edeyim; onlardan biri de benim! Öyle ki dönüp dolabıma 60'ları andıran neler var bir bir gözden geçirdim. Bulduklarımı 2021 boyunca baş tacı edeceğimden eminim. Zaten bir süredir küt törpülemekten vaz geçtiğim tırnaklarımı ise iyice oval kullanmaya karar verdim. Sanırım en çok 60'larda kadın olmak isterdim! O ne şıklık! Eldivenler, şapkalar, belin inceliğini ortaya çıkaran crop ceketler, çan etekler...



Favorim en son sahnede beyazlara bürünmüş Beth olsa da dizi süresince Beth Harmon'ın giydiği hemen her kıyafet ses getirdi! Sadece ben değil, binlerce kişi böyle düşünüyor olmalı ki, Queen's Gambit sezonun en "stylish" dizisi seçildi. Hatta Netflix, Brooklyn Müzesi ile işbirliği yaparak dizinin kostümlerinin incelenebileceği bir dijital sergi düzenledi.

Beth'in küt kesim kızıl saçlarını tarama tarzı, makyajı, tırnakları için seçtiği oje renkleri ve kıyafet alternatifleri karakterin dizi boyunca psikolojisine ayna tuttuğu için de bu denli yankı uyandırdı.

Kendiyle çatışma içerisinde olduğu dönem mesela... Twiggy vari abartılı göz makyajı, dizi boyunca en 'asi' kabul edilebilecek kostümüyle birleşti.

Satranç turnuvalarında ise git gide kendinden daha emin bir tavır sergileyen, özgüven dolu elbise seçimleri rastlantı değildi.



Emily in Paris

Dizi her ne kadar yeni "Sex & The City" ünvanını kucaklamış görünse de bana göre Emily'nin bir Carrie Bradshaw olabilmesi için daha çok yol kat etmesi lazım! Emily için "tarzı kendine has" diyen de var, "tarzı oturmamış" diyen de. "Hello Kitty gibi giyiniyor" benzetmesi yapan da var, "Fransız kadınları asla böyle giyinmez" kesinliğinde konuşan da... Öyle ki, Fransız kadınları arasında "Emily'nin tarzı hakkında ne düşünüyorsunuz?" araştırması bile yapıldı. Sonuçlar mı? Pek iç açıcı çıkmadı.



Diğer yandan, Emily karakterine hayat veren Lily Collins'in Parizyen şıklığı hakkında ne düşündüğü, gerçek hayatta nasıl giyindiği araştırıldı.... Konu o kadar ciddiye alındı yani. Bana soracak olursanız, Emily'nin en azından, Coco Chanel'in Fransız kadınlarına nasihat ettiği "Dışarıya çıkmadan önce aynaya bak ve üzerinden bir aksesuar eksilt" lafına kulak vermesi şart.



Dizinin esas stil ikonu ise Emily'nin 57 yaşındaki müthiş sexy patronu Sylvie! Zarafeti ve kendine güveni o kadar ön planda ki, öğlen yemeği niyetine içtiği sigarasını bile 'cool' saymak mümkün. Sylvie'nin bileğini süsleyen kalın bileklikler, seçtiği derin yırtmaçlı kalem etekler ve makyajlı durmak için değil bakımlı olmak için yüzüne konurduğu kozmetik seçimleri bence önümüzdeki seneye damgasını vuracak. Omuz hizasında kullandığı doğal dalgalı saçlarından bahsetmiyorum bile.

İzlemek isteyenler : Netflix'te İlk sezonunu bulabilirsiniz.

Bu kadar yazdım, Crown'ın 4. sezonunu atladım sanmayın. Dizi her şeyiyle o kadar kült ki onun ayrı bir makaleyi hak ettiğini düşünüyorum. Şimdiden iyi seneler, bu yazdığım dizileri henüz izlemediyseniz iyi seyirler!

İzlemek İsteyenler: Netflix'te mini dizi olarak bulabilirsiniz.



DENİZ KONUK ALTINBAŞAK

HOŞ GELDİN YENİ SENE VE BEBEĞİM

Ne kadar ilginç bir yılı geride bırakıyoruz. Hep “bitsin şu 2020” deyip durduk ama her şeye rağmen, içinde güzellikleri de barındıran bir sene olmadı mı? Yaşamın ta kendisi gibi yani; ölümün de doğumun da bir arada olduğu ve kendi ritminde aktığı..

Pandemi ortamında hamile olmaya dair yapacak ve düşünecek çok bir şey yoktu, kendimi ve bebeği korumak dışında, asıl başıma ilk kez geleceği ve hiçbirşey bilmediğim için doğum yapmanın üzerine hiç düşünmemişim. Her doğumun kendine özgü bir hikayesi vardır ya, benimki de aynen öyle oldu işte. Hayattaki en büyük korkularımın biri olan tamamen bayılmış olmak yani genel anestezi durumu ile yüzleşerek girdim doğuma.

Sanki koca senenin ana fikrinin minik bir özetiydi; ön görülmemiş değişimlere adapte olma ve soğuk kanlılıkla esneklik gösterebilme senesi. Anestezist geri sayıma başladığında korkularıma yenik düşmemeye kararlı bir şekilde, hayal ettiğim doğumu getirdim gözlerimin önüne. Bulutların üzerindeydim, güzel kızım da kollarımdaydı. Kendime geldiğimde çok şükür yaşadığım tam olarak buydu; ben bulutların üzerinde, kızım da kollarımda.

Yani her şeye rağmen şükretmeyi hatırlatan bir yıl oldu 2020. Çok zor günler yaşadık ve hala da yaşıyoruz ama unutmamak lazım; yaşam çok kıymetli. Her ne olursa olsun hayatımıza sınırsız tutunmak bizim yegane sorumluluğumuz. Kötü dediğimiz şeylerde mutlaka iyilik de vardır. İyi niyetli ve umutlu olmak, hayal kurmaya devam etmek kendimize yapabileceğimiz en büyük iyilik.

Yeni sene güzel anları fark ettiğiniz, sevgi dolu olduğunuz, yoktan var ederek bereketi yaşadığınız ve her gün hayal kurduğunuz, umut dolu bir yıl olsun sevgili Güzellik Yayında okurları. Sizi seviyorum.



Anneliğimin ilk günlerinde ‘İYİ Kİ ALMIŞIM!’ dediğim 10 şey

1

Yapışık beşik: Annenin yatağına bitişik bir şekilde kurulan bu beşik, bebeğin ilk aylarında kullanılır. Bazen sadece bir dokunuş bebeğinizi yeniden uykuya götürdüğü için, kol mesafenizde olması annenin hayatını çok kolaylaştırıyor.

Chicco Next2me bebek beşiği
₺1059



**Emzirme yastığı:**

İtiraf ediyorum önce sadece çok tatlı bulduğum için aldım ama kullanmaya başlayınca ne kadar önemli bir şey olduğunu gördüm. Geniş yüzeyi sayesinde iki göğüs arasında üzerine bebeğimi güvenle bırakabiliyorum. Sert bir yastık olduğu için de şekil almıyor ve her zaman destekliyor.

Baby Tales Tavşan emzirme yastığı ₺235



Çöp kovası: Asla koku çıkarmıyor, az yer kaplıyor ve çok pratik. Kes, at, zırt diye çek, bir düğüm at ve işte o kadar.

Korbell çöp kovası ₺159

**Tekerlekli düzenleyici:**

Alt değiştirme masasının yanındaki düzenleyicim. Bezler, ıslak mendil, popo kremi, tırnak törpüsü, şampuanı... Kısacası bebeğimin bakımında ihtiyacım olan her şey tek bir yerde toplanmış durumda. Çok düzenli, tekerlekleri sayesinde her yere yanımda kolaylıkla sürükleyebiliyorum ve bilindik değil, çok tarz duruyor.



IKEA Raskog servis arabası ₺399

Temizleme suyu:

Doktorlar, bebeklerin göbekleri düşene kadar yıkamayı önermiyorlar. Fakat kaka bu, her yere bulaşabilir ve acemi anneler vardır! Bu temizleme suyunu, minik bir kaka kazasını temizlemek için kullandım. Sadece temizlemek istediğim bölgeye steril bir bez veya bebek pamuğu ile uyguladım. Şahane, aklınızda olsun yeni anneler!

Mustela Eau Nettoyante ₺89,90



Pişik kremi: İçeriğindeki zengin çinko sayesinde çok etkili bir pişik kremi. Her alt değiştirmede uyguluyorum, cildine yedirmiyorum zaten kendisi emiyor ve birazı da beze geçiyor.

Sudocrem pişik kremi ₺40,90



Doğal deterjan: Bebek kıyafetlerini pamuklu programda 60 derecede yıkıyorum ve deterjan olarak da en doğal ne varsa onu kullanmak istiyorum. Granüller makinanın haznesini tıkadığı için mutlaka likit kullanmak istiyorum. Yeni keşfim INCIA oldu; nötr kokusu, toksik madde içermeyişi, hem doğaya hem de - ve tabii ki en önemlisi - bebeğimin cildine duyarlı oluşuyla favorim.

INCIA doğal likit çamaşır sabunu ₺36



Vücut kundağı: İlk 3 ay bebeğin 4. trimestırı olarak geçiyor. Yani anne karnından yeni çıkmış olan bebeğinizin dış dünyaya adapte olmaya çalıştığı ve maksimum seviyede güven ihtiyacı olduğu bir dönem. Mesela o ne zaman isterse emzirin diyorlar, emzirirken uyuması ve annesiyle yapışık yaşaması da uzmanlar tarafından öneriliyor. Baby sling annenin özgür bir şekilde hareket ederken, bebeğini de kucagında taşımaya olanak sağlayan müthiş bir ürün. Bir çok farklı kumaştan olanları var, ben en çok esnek kumaştan olanıyla rahat ettim.

Baby Plus baby sling ₺99 www.ebebek.com



Gümüş kapak: Hiç bir krem veya merhem bu kadar etkili bir koruma sağlamıyor. Gümüşün onarma özelliği sayesinde göğüs ucu asla yara olmuyor. Banyo dışında hiç çıkarmıyorum, göğüs ucunu nemli tutarak yumuşak dokusunu muhafaza ediyor. Bence markası çok önemli değil, önemli olan %100 gümüş olması. Üzerine mutlaka göğüs pedi kullanılmasını öneriyorum çünkü süt sızıntısı is not sexy at all...

Silverina gümüş meme kapağı ₺169,90

Meme ucu balsamı:

Tamamen doğal yağların birleşiminden oluşuyor ve meme ucunu çok güzel besleyerek onarımına yardımcı oluyor. Banyo sonrası veya özellikle hassas olduğu dönemlerde çok faydasını gördüm. Ayrıca tamamen doğal olduğu için bebekle temasında bir sakınca olmadığı söyleniyor. Yine de, emzirmeden hemen önce sürmemekte fayda var.

Shoosha Organic Rescue meme ucu balsamı ₺144



HABERİNİZ OLSUN!

HARİKA HEDİYELER REHBERİ!

Senenin sonu geldiyse hediye vaktidir. Önce alacağınız kişinin özelliklerine, sonra sizin o hediye ne kadar sevdiğinize göre yapın seçiminizi. Yanılmayacaksınız!

ANNELERE, KAYINVALİDELERE...

Nuxe'un en kült ürünlerinden oluşmuş şahane bir kofre. Şu dönem için elzem olan el kremi, saçından vücuduna yaz -kış kullanabileceği efsane kuru yağ, balı dudak nemlendirici ve muhteşem kokusuyla yaktığı her an size teşekkür edeceği Prodigious mum...



Nuxe Kült
Ürünler
kofresi
₺ 300



Zade Vital Kollajen 14 flakon ₺ 299

YAŞLANMAK İSTEMEYENLERE...

Cilde içten destek çıkacak kocaman bir kutu kollajene güzellik tutkunları bayılacaktır. Zade Vital'ın balık kaynaklı kollajen ve patentli içeriklerle geliştirdiği yepyeni serisi Marine Kollajen her cilt tipine alınabilecek harika bir anti-aging hediye seçeneği.

YENİLİK SEVERLERE...

Yüz ve vücut için anti aging etkili bir ürüne ne dersiniz? Aurelia Germanium Roller pratik evde bir başınıza kullanılabilecek bir alet. Rollerda germanyum tozu içeren 24 adet masaj taşı bulunuyor. Doğada çok nadir bulunan bu toz rollerin her hareketinde cildi sıkılaştırıyor.

Aurelia Germanium Roller ₺ 349
www.makyajtrendi.com.tr



GENÇ KIZLARA...

Sephora Collection'a ait renkli ambalajlı keyifli kozmetiklerinden güzel bir paket yapmaya ne dersiniz?

Mangolu bir saç maskesi, fazla yağı emen cilt maskesi ve hem ferahlatan hem ölü deriyi alan naneli bir dudak peelingi...



Sephora Collection
Mango Hair Sleeping
saç maskesi ₺ 39.90

Sephora
Collection
Peppermint
Dudak scrub
₺ 39.90



Sephora Collection The Hemp kenevirli
maske ₺ 39.90

Caudalie
Resveratrol
Lift Creme
Cashmere
nemlendirici
krem ₺ 395



DOĞALLIK PEŞİNDEKİLERE...

Caudalie'nin yeni nemlendirici gündüz kremi Resveratrol Lift Creme Cashmere yüzde 97 oranında doğal içeriği, geri dönüşümlü ambalajı, güçlü antioksidan resveratrol, hyalüronik asit ve vegan kolajenin birleşimine sahip patenti ile doğal bakıma düşkün birine alınabilecek en güzel hediyelerden biri.



Mano Tasarım deri maskelik

HİJYEN DÜŞKÜNLERİNE

Hayatımızın şu dönem vazgeçilmez parçası olan sevimsiz maske ve dezenfektanlar için Mano tasarım harika mini çantalarla şıklık yaratmayı başarmış. Deri dezenfektan çantalarını dilerseiz anahtarlık gibi çantanıza da takabiliyorsunuz.

The Body Shop Kar Küresi Hediye Set
₺209.90

HİÇ BÜYÜMEYENLERE...

The Body Shop bu işi biliyor! Yeniden kullanılabilir, tenekeden yapılmış Kar Küresi Hediye Set içinde neler yok ki! Çilekli vücut kremi, duş jeli ve dudak nemlendiricisi yanı sıra Ekvador'dan gerçek muz püresi ile yapılan Muzlu besleyici şampuanı ve saç kremi. Üstelik arkasında bir bozuk para yuvası ile tasarlanan bu kar küresini kumbara olarak da kullanılabilir.

Fenty Beauty Match Stix Trio kontür seti
₺509

MAKYAJ TUTKUNLARINA ...

Rihanna'nın makyaj markası Fenty Beauty'nin 3 'lü yüz kontür seti hafif yapıları ve pratik uygulanan stick formları ile bir makyaj severe alınabilecek en güzel hediyelerden biri. Kusurları düzeltmek, yüzü gölgelendirmek ve uygun gördüğünüz şekilde teninizi aydınlatmak için biçilmiş kaftan.



CliniqueFIT Workout 24 Hours maskara ₺250

SPORTİFLERE...

Sporu yaşam biçimi haline getirmiş arkadaşınıza mini bir kozmetik kutusu yapabilirsiniz. Clinique'in Workout koleksiyonu terlekende iyi görünmesini sağlayacak ürünler içeriyor. Mesela açık alanda da işine yarayacak koruma faktörlü, suya, tere dayanıklı bir fondöten ve akmayan bulaşmayan, kirpikleri de şahane gösteren bir maskara. Daha ne istenir!



CliniqueFIT SPF 40 fondöten ₺119

Oysho Dokulu makyaj çantası
₺199.95Oysho Çizgili silinebilir makyaj çantası
₺199.95

DÜZENLİLERE...

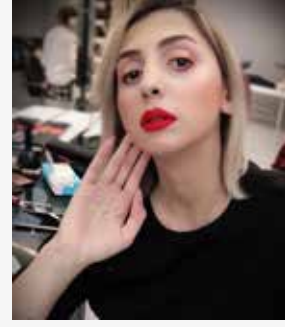
Makyaj çantası aslına bakarsanız sadece düzen severler için bir hediye seçeneği olmamalı. İllaki her kadının ihtiyaç duyduğu bir aksesuardır. Seçerken silinebilir, fazla gözlü, derin ve kullanışlı olmasına dikkat etmelisiniz. Oysho'nun yeni sezonunda o kadar tatlı renkler var ki, aklınızda olsun.



Sephora Wild Wishes Vitamin maskesi seti ₺79

YENİ TANIDIĞINA...

Bu yıl hepimiz kafayı vitaminlerle bozduk. Cilt bakımında da 18 + her kadının ihtiyaç duyabileceği, her cilt tipine uygun vitaminli bakım maskeleri yeni tanıdığınız, hakkında çok şey bilmediğiniz biri için doğru bir seçim olacaktır. Sephora Colection'ın C, E ve B 6 vitamin içeren 3'lü seti hem içerikleri hem de fiyatıyla şahane bir hediye.



Gülsüm Seviker

Evde kendi kendimize uygulayabileceğimiz bir nail art öneriniz var mı?

Evde tırnaklara fırçayla bir başınıza bir şeyler çizmek elbette biraz zor, ama artık her yerde bulabileceğiniz stickerlar kullanarak rahatlıkla çok güzel modeller yaratabilirsiniz.



Top uçlu nail art çubuğu ile sadece ojeyi dokundurarak farklı ve renkli noktalar yapabilirsiniz, bu oldukça modern ve orijinal bir görünümdür.

Eski klişe algısından sıyrılmış şimdilerin estetik ve sağlık kaygısı içeren yaratıcı mesleği maniküristlik. Sadece et almak, oje sürmekten öteye geçmiş, nail art ile adı üzerinde bir sanata dönüşen mesleğin yeni yüzünü, işini hakkıyla yapan güvendiğimiz ve severek takip ettiğimiz Gülsüm Seviker'e sorduk...

Ne kadar zamandır manikürist'siniz? Kaç yaşında başladınız, nerelerde çalıştınız?

Bu mesleği 8 senedir yapıyorum. İlk olarak 14 yaşında Toni&Guy' da asistan olarak başladım. Asistanlık süremi tamamladıktan sonra Anadolu yakasında Taksim ve Şişli'de mesleğimle alakalı bir çok eğitimler aldım. Şu anda da Göktürk'de Çetin Tekin Hair Stüdyo da çalışıyorum.

Manikürde eskiye nazaran neler değişti sizce?

Eskiden benim asistanlık yaptığım zamanlarda manikür ve pedikürler çok derinden alınarak bilinçsizce yapılıyordu. Bende bu şekilde öğrendim ama sonrasında özellikle aldığım eğitimler sonucunda yaptığım birçok yanlış olduğuna farkettim. Artık eskiye nazaran tırnak yatağının asıl doğasını bozmadan sürekli takip altında tutarak iyileştirme yönünde ilerliyoruz.

2021'de el ve ayak bakımında, manikür ve pedikürde neler daha trend olacak? Hangi renkler, hangi nail art uygulamaları?

2021 yılında, pandeminin etkileriyle birlikte, insanların daha kolay kullanabileceği, manikür pedikür yaptıramadığı dönemlerde bile rahat edebilecekleri işlemler yapılacak. Örneğin oval tırnaklar. Oval tırnak hem 2 senedir çok moda aynı zamanda da daha hızlı kırılan kare tırnaklara göre kullanımı çok daha kolay. Eskiden daha net ayrımlar vardı, kışın koyu renkler yazında daha canlı renkler yada french kullanılırdı, ama artık her rengi her mevsimde ve her tonda kullanabiliyoruz. 2021 yılıyla beraber daha çok toprak tonları ve neon renkler moda olacak. Ayrıca nail art'lı tırnaklar da çok daha fazla kullanılacak. Tırnaklar modumuzu, tarzımızı ifade ettiğimiz aksesuarlara dönüştü ve dönüşmeye devam edecek.



Son dönemin yükselen yıldızı kalıcı manikürün artıları, eksileri neler?

Kalıcı manikür yani kalıcı ojenin normal ojelere göre bir çok faydası var. Kalıcı oje tırnağın daha sağlıklı uzamasını sağlar. Normal ojelere göre tırnaklarımızda sararma ve kuruma yapmaz. Ayrıca poroziteye ellerde tedavi sürecine girdiğimiz misafirlerimizde özellikle kalıcı oje kullanıyoruz, tırnak 2 hafta boyunca hiç zarar görmediği için bize bu süreçte çok kolaylık sağlıyor. Tırnak katmanının soyularak kırılması gibi sorunlarda da kalıcı oje tırnağı güçlendiriyor. Ve doğru bir şekilde tırnak yüzeyini zorlamadan, zarar vermeden bir uzman tarafından çıkarılırsa hiçbir sorun teşkil etmiyor.



Yılbaşı gecesi için ellerimize farklı ne yapabiliriz?

Yılbaşı gecesi için klasik ama vazgeçilmez renk kırmızı ama kırmızı ve siyah karıştırarak 'omre' görünümlü yani gölgeli tırnaklar da kullanılabilir. Ayrıca son zamanlarda sim geri döndü. Yine sim kullanarak kırmızı ojenin üzerine biraz gösteriş katabilirsiniz.



Sen manikürünü kime yaptırıyorsun?

Benim manikürümü kuzenim yapıyor. Kendisiyle aynı yerde çalışıyoruz ve çalışma tarzlarımız aynı. Bu yüzden de ellerimi ona emanet ediyorum.

Takip ettiğin ilham aldığın yabancı Instagram hesapları var mı? Bizimle paylaşabilir misin?

Instagram'dan bir dolu keşim oluyor. Bir çok model kaydediyorum. @moskvichka_nails; @nailalamode ; @lilaprofnails özellikle takip ettiğim ve kendi tarzıma uygun bulduğum bi kaç hesap.

Peki biz seni nereden takip edeceğiz?

Benim hesabım @gulsum.nail

KOKLA VE HİSSET

Hem kokuları hem de tasarımlarıyla ruhumuza iyi gelecek parfümler...

EDİTÖR: GÜL ÇİTAL

Marc Jacobs Perfect

Ravent bitkisi ile nergis çiçeği kokunun açılışında meyvemsi ve taze bir his veriyor. Ardından gelen badem sütü rahatlatıcı bir etki katıyor. Fakat bizi asıl heyecanlandıran şişenin kapağındaki eğlenceli charm'lar.

100 ml, ₺969

Jo Malone Midnight Musk & Amber

Hem ferah hem de oryantal bir parfümle tanıştıralım sizi. Bu alışılmadık karışım, ardıç ağacı, mandarin, kehribar ve nerolinin birleşiminden oluşuyor. Art-Deco tasarımlı şişesi ise evimizin yeni gözde objesi olacak gibi...

100 ml, ₺830

Bvlgari Splendida Tuberoise Mystque

Sadece gece açan ve muhteşem kokusunu gece veren sümbülteber çiçeği bu parfümün özünü oluşturuyor. Afrodisyak etkisi ile bilinen bu çiçeğe siyah Frenk üzümü ve vanilya eşlik ediyor. Gece mavisi şişesine bayıldık!

100 ml ₺1270

Tom Ford Bitter Peach

Private Blend ailesinin bu en yeni üyesi adı üzerinde nektarin notasıyla baştan çıkarıcı bir güce sahip. Şeftali ve kan portakalının verdiği tatlılığı, kakule yağının baharatlı kokusu takip ediyor. İşin içine biraz Rum ve konyak yağı eklenince dikkat bağımlılık yapabilir.

50 ml, ₺2100

Hermes Lombre des Merveilles

Tercihiniz odunsu kokularsa tonka fasülyesi, siyah çay ve tütünün birleşiminden doğan bu egzotik parfüme bayılacaksınız.

100 ml, ₺1385

Juliette Has a Gun

Musc Invisible

Tanıdık, tertemiz, rahat bir koku bu. Yeni yıkanmış çamaşırlar, en sevdiğiniz jean pantolon, keyifli bir romantik komedi gibi... Parfüme bu hissi veren elbette misk ve yaseminin uyumu.

100 ml, ₺1315

Giorgio Armani My Way

Bergamot, portakal çiçeği ve yasemin bir araya geldiğinde ortaya çıkan mutluluk kokusu... Yeniden doldurulabilen ve geri dönüştürülmüş malzemelerden üretilen şişesi, ekonomik dezavantaja sahip üreticilerden temin edilen doğal içeriklere sahip olması da alkışı hak ediyor.

90 ml, ₺1000



OLAPLEX®

Ne zaman normale döneceğiz bilmiyoruz ama biz ara vermeden **OLAPLEX** yolculuğumuza devam ediyoruz. İster dışarıda olun ister zamanınızın çoğunu kapalı alanda geçirin, sağlıklı saçlar bir yaşam biçimidir. İşin garibi, bu dönemde Zoom veya Facetime görüşmeleri için her zamankinden daha yoğunuz, saçımızı belki de daha çok düzleştiriyor veya şekillendiriyoruz. Bu da çoğumuz için, termal ve mekanik etkilerin artması demek...



İşte saç sağlığını kontrol edebileceğiniz listemiz:

Haftada 1 OLAPLEX No.0 + No.3 ikili sistem

Profesyonel işlemlerden ilham alan OLAPLEX No.0 Bağı Yapılandırıcı Yoğun Bakım, saç derin bir onarım için hazırlar, saç bağlarını yeniden oluşturur, güçlendirir ve saçın bütünlüğünü korur. No.0'ı ilk adım olarak uyguladıktan sonra geçiş yapacağınız Olaplex No.3 Kusursuzlaştırıcı Bakım, her saç tipi ve dokusu için oyunun kurallarını değiştirir. Hasar oranı çok yüksek saçlardan sağlıklı saçlara kadar her tip saç için faydalıdır. Düzenli olarak, haftada 1 kez No.3 Kusursuzlaştırıcı ile bakım yaparak, saç bağlarınızı en iyi haline getirebilirsiniz. Evde olmanın en güzel yanlarından biri de, saçınıza bakım yaparken aynı zamanda başka işlerinizi de halledebilmenizdir. Karantina ve kısıtlamalar bittiğinde, sağlıklı saçlarınız ile özgüveninizden hiçbir şey kaybetmemiş olacaksınız.

Her yıkamada temizleme, nemlendirme ve bağı yapılandırma

Saç yıkama, her bireye özgüdür. Kimi insan saçını her gün yıkarken, kimi haftada 1 yıkar. Saçınızı hangi sıklıkta yıkarsanız yıkayın, bütünlüğünü korumak ve sağlığını en üst düzeye çıkarmak önemlidir. OLAPLEX No.4 Bağı Yapılandırıcı Bakım Şampuanı ve OLAPLEX No.5 Bağı Yapılandırıcı Bakım Kremi kullanarak, saç sadece temizlemek ve nemlendirmek ile kalmaz, aynı zamanda bağlarını yeniden yapılandırır. Saç yıkama rutininize eklenen bu onarıcı ve güçlendirici etki sayesinde, saçınızı yıkarken de bakım yapmış olursunuz.

Saçı şekillendirirken yapılandırma

Saçınızı şekillendirirken kullandığınız saç kurutma makinesi, düzeltirici veya maşa gibi termal aletlerin kullanımına ara vermek, saç sağlığınızın gelişimi için bir yoldur. Ama ne kadar şanslıyız ki, OLAPLEX şekillendirici ürünleri sayesinde buna mecbur değiliz. Olaplex şekillendirici ürünleri No.6 Bond Smoother Bağı Yapılandırıcı Sakinleştirici Bakım ve Olaplex No.7 Bağı Yapılandırıcı Şekillendirici Bakım Yağı, patentli toksik olmayan teknolojisini kullanarak saçı nemlendirir, parlaklık kazandırır, 72 saate kadar elektriklenmeyi engeller ve aynı zamanda bağları yapılandırır. Saçların sağlıklı ve de bir stile sahip olması için şekillendirici ürünlerin bile onarım ve güçlendirme özelliğine sahip olması süper değil mi? Düzenli olarak her yıkama sonrası No.6 Bağı Yapılandırıcı Sakinleştirici Bakım kullanımı, saçın neme doyması ve sağlıklı olması için atılan büyük bir adımdır. Sonrasında kullanılan No.7 Bağı Yapılandırıcı Şekillendirici Bakım Yağı, Yağ 450 dereceye kadar olan ısıya karşı saçı korur ve ısıtı verir.

Bu rutinleri uygulamaya başladıktan 1-2 hafta sonra bile saçınızdaki değişikliği ve kavuştuğu sağlıklı görünümü fark edeceksiniz. Unutmayın; **OLAPLEX** termal, mekanik ve kimyasal etkiler ile saç bağlarınız tekrar hasar görene kadar, saç bağlarınızı yeniden yapılandırır. Bu, her zaman OLAPLEX'e ihtiyacımız olduğu anlamına gelir.

BİLİMSEL OLARAK KANITLANMIŞTIR

68%

DAHA FAZLA ONARIM

— Ve —

3x

DAHA GÜÇLÜ SAÇLAR*

No.0 ve No.3'ün ikili sistem olarak düzenli kullanımında.



Ali Evran Caddesi 42 Maslak No:6 / A Blok Kat: 12 Daire 8
Maslak - Sarıyer / İstanbul Tel: +90 850 259 29 00
Fax: +90 850 259 29 01 www.beautycaregroup.com.tr

THE ORIGINAL

OLAPLEX®



OLAPLEX®



Ahi Evran Caddesi 42. Maslak
No.6 / A Blok Kat : 12 Daire 8
Maslak - Sarıyer / İstanbul
Tel. +90 850 259 29 00
Fax +90 850 259 29 01
www.beautycaregroup.com.tr

İLHAM PERİSİ

NÜKET FİLİBA

Dünya markası olma yolunda ilerleyen kozmetik gururumuz Atelier Rebul'un kurucu ortağı Nüket Filiba ile yoğun bir iş kadını olarak her şeye nasıl yetiştiğini, markasıyla dolu bakım sırlarını, modadaki zarif ve pratik seçimlerini konuştuk. İlham almak garanti...



Atelier Rebul hikayesi nasıl başladı ve siz neresinde nasıl dahil oldunuz bu hikâyeye?

Ne mutlu ki Türkiye'nin en köklü markalarından biriyiz. Köklü geçmişimiz; 1895'te, genç Fransız bir eczacı olan Jean Cesar Reboul'un, Beyoğlu'nda, 'Grande Pharmacie Parisienne'- Büyük Paris Eczanesi adıyla Türkiye'nin ilk eczanelerinden birini kurmasıyla başlıyor. Osmanlı'nın son dönemine tanıklık eden ve günümüze kadar yaşamını sürdüren tek eczane. Türk halkının ikonik ürünü ve evlerimizde bir asır misafirlüğünü sürdürecek olan Rebul Lavanda Kolonyası'nın hikayesi de 1938'de başlıyor. Sene 1939'u gösterdiğinde Mösyö

Reboul ülkesine dönerken, gözü gibi baktığı eczanesini, hayattaki tek yakını olan eczacı Kemal Müderrisoğlu'na devrediyor. Akabinde eczanenin ismi Rebul olarak değişiyor.

Benim hikâyeye dahil olduğum sene ise 2004. Tesadüfler sonucu, Rebul'un 4. kuşak temsilcisi Kerim Müderrisoğlu ve aile dostumuz Korel Bingöl ile yollarımız kesişti ve ortak olduk. Bu ortaklık ile Rebul'un markalaşma hikayesinde bir dönüm noktası yarattığımızı düşünüyorum. Asırlık tecrübemizi, koku uzmanlığımızı, bilgi birikimimizi, formüllerimizi; kurucumuz Jean Cesar Reboul sayesinde gençlerimizde bulunan Fransız zarafeti ve farmakolojik uzmanlık ile harmanlayarak 2013'te exclusive 'ATELIER REBUL' markasını ve mağazalar konseptini yarattık.



İşinizin en keyif aldığınız tarafları hangileri?

Gerçekten hem çok zevkli hem de çok yaratıcı bir serüvenden bahsediyoruz. İşin mutfak kısmında çok yoğun ürün geliştirme projeleri var. Tüm ürünlerimiz Ar-Ge merkezimizdeki laboratuvarlarımızda geliştiriyor ve kendi tesislerimizde üretiyoruz. Ayrıca, kokuların arasında kaybolmaya bayılıyorum. Koku; heyecan ve beklenmedik bir hikâye anlamına geliyor benim için. Geliştirdiğimiz kokuları, birçok tüketici testine sokuyoruz ama son kararı ortaklarımızla beraber, burun olarak biz karar veriyoruz. Bu da çok zevkli bir süreç.



Anne, eş, iş kadını Nüket Filiba'nın bir günü nasıl geçiyor?

Sabahları 07:30 gibi kalkıyorum, 09:00 gibi ofiste oluyorum. Hafta içi, günlerim çok planlıdır. Yoğun tempoda geçen gün içerisinde toplantılar yoğunlukta. Eve geldiğimde, çocuklarım ve eşim ile vakit geçiriyorum. En mutlu olduğum yer ve zaman. Akşam yemeklerini mutlaka beraber yer, çocuklar yatmadan önce ikisiyle de ayrı ayrı sohbet eder, günün 'iyi ki'leri ve 'keşke'lerini konuşur, kitap okuruz. Hafta sonları, çocukları aktivitelerine kendim götürürüm ve onlarla olabildiğince vakit geçiririm. Pazarları aile günümüzdür, özellikle Pazar günü uzun kahvaltılara bayılırız. Doğada vakit geçirmeyi çok severiz.

Çok yoğun bir temponuz var peki bir kadın olarak bakıma ne kadar zaman kalıyor, nasıl zaman kalıyor?

Aslında ben güzellik ve bakımı, bütünsel yaklaşım olarak ele alıyorum. Güzel olabilmek için içten dışa kendimize bakmamız gerekli. Sağlıklı yaşam sonucunda güzel bir cilt mümkün. Bol yeşillik, su, uyku ve nem güzellik rutininin en önemli parçaları. Bunun dışında, yoğun iş temposunda olduğumdan, evde pratik günlük rutinler ve haftalık cilt bakımları yapıyorum.

Siz kime güzel dersiniz?

Sade, pozitif ve samimi olan herkese...

Siz kimden veya nelerden ilham alırsınız peki?

Seyahatlerimden çok ilham alırım.



Kendi markanızın hangi ürünlerini kullanıyorsunuz?

Pandemi ile birlikte mutlaka 50ml çanta boyu kolonyalarım yanımda olmaya başladı. Green Tea, Verbena&Ginger ve Lemongrass&Honey favorilerim arasında. Harika kalıcı ve ferahlatıcı kokuları ile el hijyenimdeki kullandığım en pratik ürün...



125. Yıl Özel Koleksiyonu'nda yer alan Derma Cream Original Formula ve Damask Rose Hydrolat da artık hep yanımda. De-Stress Doğal Deodorant da vazgeçemediklerimden.



Ev kokusu olarak, salonumda Hemp Leaves ve Flower Fusion kullanıyorum. Odalarda ise, %100 doğal kokulu ise De-Stress Oda Spreyi en çok kullandığım ürün. Geceleri rahatlamaya ve kolay uykuya dalmaya yardımcı oluyor.



Parfüm ve ev kokularına gelince, Atelier Rebul'un zamansız imza koleksiyonlarından İstanbul ve Pera, klasiklerim oldu diyebilirim. İstanbul parfümü, Mısır Çarşısı'ndaki baharatlardan (karanfil, tarçın, safran ve amber) gelen çok özel kalıcı kokusu, İstanbul'un doğu ve batının sentezi olması, bu ilhamla tasarlanmış ambalajı ve tabi ki ismi koleksiyonu çok değerli kılıyor.'



Önümüz Yılbaşı birine hediye götürürken Atelier Rebul'dan favori paketiniz hangisi?

Yılbaşına özel limitli sayıda hazırladığımız aşk, sağlık ve mutluluğu simgeleyen üç Palo Santo çubuğuna sahip Wish Kiti'in en anlamlı yeni yıl hediye seçenekleri arasında olacağına inanıyorum. Her yılbaşı Atelier Rebul severlerin heyecanla beklediği, limitli sayıda üretilen elma ve tarçın kokulu Apple Cinnamon mum ve çubuklu oda kokusu da 2021'e girerken verilecek en zamansız hediye alternatiflerinden biri. Hem de bu sene Apple Cinnamon mumun daha geniş metrekaireler için 950 gr'lık büyük boylarını da üretiyoruz. Bütün hediyelerinizi sevdiğiniz kişinin isminin baş harfı ile kişiselleştirebiliyorsunuz.

BİRAZDA MODA ...

Kendi tarzınızı nasıl tanımlarsınız?

Sade stilimi tasarım aksesuarlarla zenginleştirmeyi seviyorum. Yoğun iş yaşamında rahatlığa çok önem veririm ancak spor şıklık vazgeçilmezimdir. "Less is more" stilimi güzel tanımlayan bir ifade...

Gardırobunuzu açtık, en çok ne buluruz?

Kişisel stilim oldukça sade, siyah ve beyaz ağırlıklı. Dolayısıyla gardırobunda en çok siyah veya beyaz pantolon, siyah deri pantolonlar, bluzlar ve ceketler bulabilirsiniz.

'Sade stilimi tasarım aksesuarla zenginleştirmeyi seviyorum. Aksesuar, benim için çok önemli. Kıyafetin tersine, göze çarpan, kendini belli eden tasarım aksesuarlar kullanırım. Gardırobunda bolca ayakkabı, şal, büyük küpe ve kolye bulmak mümkün.'



Şu iki cümleyi doldurabilir misiniz?

2020... 2020 sağlığımızın tehdit edildiği bir yıl, bir daha hiç olmasın.

2021... Büyük umutlarla beklediğimiz 2021'in, pandeminin sona ererek, herkesin sağlığına kavuşacağı, hayallerimizin peşinden koşabileceğimiz, sevgiyle sarıp sarmalanacağımız bir yıl olmasını diliyorum.

EN SON:

- **Neye ağladınız?** İzmir Depreminde Ayda bebeğe
- **Neye çok güldünüz?** Çocuklarıma
- **Ne satın aldınız?** Kızımın odasına halı
- **Ne okudunuz?** Michio Kaku'nun 'Physics of the Future' 2. Kez okudum
- **Ne izlediniz?** The Queen's Gambit

EN ÇOK:

- **Neye kızsınız...** Haksızlığa
- **Ne yemeyi seversiniz...** Dondurma
- **Ne yapmayı seversiniz...** Doğada vakit geçirmeyi
- **Neden korkarsınız...** Ölümünden
- **Ne satın alırsınız...** Kozmetik ürünü
- **Neyi özlediniz** (pandemi döneminde) Seyahat etmeyi

Tül-in Tül-out

TÜLİN KERMEN

2020 tüm dünya tek yürek aynı durumu yaşadığımız, korktuğumuz, çaresiz kaldığımız bir yıl olarak tarih sayfalarına geçecek. Böyle önemli bir yıl geçip giderken elbette hayatlarımıza da beraberinde birçok değişikliği getirdi. Moda ve alışveriş tutumlarımız da buna dahil, bakın bu yıl neler bıraktı bize arkasında...

2020' de neler OUT oldu 2021' de neler IN olmaya devam edecek



Sophia Loren



Oliver Goldsmith Yatton
1964 model \$ 285
www.olivergoldsmith.com

Minik güneş gözlükleri hani şu Matrix tarzı **OUT**, büyük çerçeveli gözlükler, hani şu 60'lar tarzı vintage olanlar ise **IN**. Gözlerden virüs kapmaktan kaçınmanın bir etkisi olabilir mi?



3

Çıplak tene giyilen hırkalar, crop top, kısa kollu kazaklar, oversize yün yeleklerin modasına devam, yani bunlar hala **IN**, ama omuzları açıkta bırakan kazaklar kesinlikle **OUT**.

Bir taşla iki kuş..Kendall Jenner, hem crop top hem de tene giyilen hırka trendini tek bir parçada kullananlardan...



Birçok marka koleksiyonlarına ev giyimini dahil etti. Oysho yeni sezon kampanyasında rahatlığın ön planda olduğu ev kıyafetleri dikkat çekiyor.

2

Pijama kıyafetler bitti gitti **OUT** oldu bu moda eve kapanacağımızın bir habercisiydi sanki. Evde dışarı çıkar gibi giyinmek hatta eve özel ayakkabı giymek **IN**.



Paçalar baya kısaldı, eskilerin deyimiyle düdük paça moda **IN**. Eski klasik arkası hafif uzun paça boyu ise tarihe karıştı, bildiğin **OUT**. Artık topuklu giymediğimizden midir nedir.

Massimo Dutti Slouchy jean
pantolon ₺379

4

Emily
Radajkowski

5

Sonunda yırtık dar jean **OUT** oldu. Aslında dar olan herşey **OUT** diyebiliriz. Bol, dökümlü sadece dizi yırtık jean **IN** diyebiliriz.



Zara Suni deri bermuda ₺169.95

6

Dar şort **OUT** ama bol paça etek görümlü şort acayip **IN**.



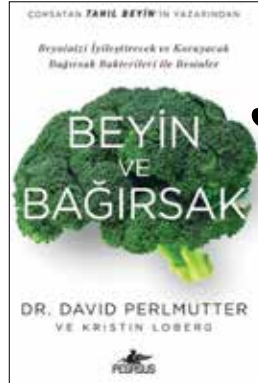
Tasarımcı takısı almak **OUT**. Taktığınız takılar altın, platin, gümüş değilse verdiğiniz o paraya markanın reklamını yapma devri bitti gitti, takı size birşey ifade ediyorsa ve uzun süre kullanabilecekseniz almak ve takmak **IN**.

Atasay XOXO
figürlü altın kolye
₺1250

Güzellik Yayında'nın her Çarşamba sabahı yoga hocası Ayşe Demir ile canlı yayınlanan yoga derslerini deneyebilir, evde istediğiniz zaman yapabilirsiniz.

8

Pilatese gitmek **OUT** evde yoga yapmak **IN**.



9

Kilo vermek adına aralıklı oruç **OUT**, mikrobiota diyeti yapmak **IN**.

DR. Perlmutter'in bağırsaklar ve beyin ikilisini ayrıca mikrobiyom sağlığını etrafıca anlattığı kitabını okunacak listenize eklemeyebilirsiniz.

Maske nedeniyle dudak dolgusu yaptırmak **OUT**, göz kenarı uygulamaları **IN**.



Göz çevresi ürününüzü sürerken masaj da yapabileceğiniz yeşim ve quartz roller'lar güzellik merkezlerine gerek kalmadan evde yapılan bakımların vazgeçilmezi.

Drop By Organics yeşim taşı roller ₺155, quartz taşı roller ₺199 www.dropbyorganics.com



11

Kuruyemiş ve kuru meyveler **OUT** kurutulmuş sebzeler **IN**

Paketli gıda almam diyenler evde sebzelerin vitamin değerini koruyarak kendiniz de kurutabilirsiniz. Meyve ve sebze kurutucu fırınlardan bir tane edinmeniz yeterli. Briz Gıda Kurutucu Fırın ₺600

Kolajen içmek **OUT**, D ve C vitamini içmek **IN** hatta ömürleri boyunca hiç bu kadar in olmamışlardı.

Lipozomal C vitamini emilimi çok daha fazla ve kuvvetli olduğu için son dönemin gözdesi.

Lipozome Lipozomal C Vitamini ₺159



12



2020 BİZE NE ÖĞRETTİ ?

- Yüksek fiyatlı değil yüksek kaliteli ürün almayı.
- Kendi klasiklerimize yatırım yapmayı.
- Eco friendly tüketime geçmeyi zira tek bir dünyamız olduğunu.
- Cüzdan, çanta.. vs gibi deri ürünlerin yenisini değil de vintage da alabileceğimizi.
- Üretiminde uzmanlaşmış markalardan gerçek üretimleri olan parçaları almayı. Saat yapan markadan saat almak, gözlük yapan firmadan gözlük almak gibi.
- Aldığımız her ne ise sadece görüntü için değil, sağlık açısından da değerlendirerek almayı. Maskenin bir aksesuar değil sağlığımız açısından önemli bir ihtiyaç olması gibi.

2020'DE KELİME HAZNEMİZE YENİ EKLENENLER...



- 'Neolojizm' : uydurma kelimeler bilimine verilen isim. Şimdilerde iki kelimeyi birleştirerek karşımıza çıkıyor. Mesela "Shacket" kendisi oversize gömlek -ceketlere verilen isim.
- 'Zoomluk': Video toplantı, online eğitim gibi görüntülü konuşmalarda giyilecek kıyafetlere verilen isim.
- 'Athleisure' : Spor yapmak için giymediğiniz spor kıyafetlere verilen isim.
- 'Tık Toker': Yeni mesleklerin başında geliyor. Tık tok mecrasında belli bir kitlesi olan ve bundan para kazanan kişiye verilen isim.
- 'Genderfluid': Cinsiyetsiz yani giydikleriyle, tavırlarıyla, adıyla cinsiyetinin altı çizmeyen hatta belirlensin istemeyen kişilere verilen isim.
- 'Trans seasonal': Her mevsim giyebileceğimiz kıyafetler, kıyafetlerde kış yaz ayrımı olmayan parçalara verilen isim.



DÖNÜŞÜ MUHTEŞEM OLDU: HIRKA

Moda geliştikçe insanlar daha çok sadeliğe, rahatlığa ve sürdürülebilirliğe yöneliyor; çok uzağa gitmeden, yeni keşiflere gerek kalmadan eskinin dolapları açılıyor ve karşımıza çıkan bu özelliklere en uygun parçalar birer birer tekrar moda oluyor. Hırkalar da bu işten nasibini aldı, tekrardan geri döndü, hem de ne dönüş...

EDİTÖR: GÖZDE ATAĞOĞLU

Makyajdan anladığımız sert yanak kontürleri, kalın fondötenle kapatılmış bir cilt, bol boyalı kat kat kirpikler, yapış yapış dudaklar olmamalı. Aksine aydınlık parlak bir ten, sade bakışlar, hafif renklenmiş dudaklar, tazelik hissi veren yanaklarla, makyajda iddiasız bir iddia yaratmayı başarmalıyız.

O dönmeyecekti de kim dönecekti. Evet hırkanın tekrar moda olmasının arkasında kesinlikle Corona'nın etkisi olduğunu düşünüyorum. Evlere kapandığımız bu dönem, akciğeri vuran bir hastalıkla savaşıırken, eskilerin sırtını sıcak tutmak için giydiği, rahat, şık, ev konforuna uygun hırkadan başka bir şey moda olamazdı.

Nostaljik kimliğinden sıyrılarak dijital çağın en tarz parçasına dönüşen hırkalar, unisex ruhlarıyla bu döneme gerçekten de tam yaklaşıyorlar.

Ayrıca sürdürülebilirlik konusunda gerçek bir örnek teşkil eden yün bir hırkası herkesin olmalı.

Ancak geçmişin sıkıcı görünümünde kurtarmak için onları nasıl giydiğimiz, neyle kombine ettiğimiz, nasıl taşıdığımız ekstra önem taşıyor.

Nasıl giymeli?

Ünlü isimlerden ilham alarak hırkalara şans vermeye ne dersiniz?



Ünlü top model **Kaia Gerber**, hırkayı direkt tene giymeyi tercih etmiş ve uzun etekle kombineleşmiş. İliklenmemiş düğmeleri için içine katarsak oldukça kadınsı ve zarif bir duruşu var hırkanın.



Son dönem bir diğer yükselen trend ise **Katie Holmes**'in giydiği şekilde hırkaları aynı materyalden takım sütyen veya büstiyerle kombinelemek.



Günümüz gençliğinin moda konusunda çığırca takip ettiği ünlü model Kendall Jenner, hırkayı en çok kullanan isimlerden biri. Uzun, kısa, direkt tene büstiyer üzerine veya daha spor bir etki için tişörtle...



Bir diğer günümüz modasına yön veren isim Hailey Bieber. Sadece etekle pantolon veya elbiseyle değil, hırkayı eşofmanla bile giyebileceğimizi, modern, genç ve oldukça rahat bir tarz yaratacağımızı gösteriyor.

Dünden bugüne...

Hırkanın hikayesinde onu geçmiş dönemlerde kullanan pek çok ünlü isme rastlamak mümkün. 50'lerde Audrey Hepburn stiline hırka detayıyla zarafet ve masumluk katarken, 60'larda Marilyn Monroe, Santa Monica kumsalında çıplak tenine giydiği kuşaklı yün modelle bir hırkanın ne kadar seksi olabileceğini göstermişti. Ancak kimse kıyafet seçimlerinde Prenses Diana kadar sık ve farklı şekillerde hırkaya yer vermemiştir. Düşünürseniz ilk hayatımıza girdiği 70'lerin sonundan ona veda etmek zorunda kaldığımız 90'lara kadar...



Audrey Hepburn 1954



1978



1984



1985



1990



Marilyn Monroe 1962

VİTRİNDEKİLER

Sezon vitrinlerinden sizin için seçtiklerimize göz atmayı unutmayın!



Seksi bir etki için tek düğme iliklemek yeterli olacaktır desek. Bkz: Bella Hadid...



Mango Düğmeli örgülü hırka
₺ 239.99



Zara Yama cepli triko hırka
₺ 269.95



H&M Lastik örgülü hırka ₺179



Mango kaşmir hırka
₺1299.99



Yargıcı Geniş ponponlu hırka
₺344.49



Network Camel desen hırka ₺399

Bİ KUPLE

EDİTÖR: AYŞECAN İPEK



Pesimizm kelimesinin bir anlamı da kişinin pes etmeye duyduğu yatkınlık olabilir mi acaba? Daha ilk satırdan, böylesi bir yerlerdeyim. Sorguluyorsam ve düşünüyorsam varım. Ne de olsa tüm hareket alanımızı ve yaşam şeklimizi küçülten, sınırlayan, yeniden kurgulayan 2020, tek bir konuda aşırı özgür bıraktı bizi: Düşünmek. “Her şeye rağmen güzel bir yıldır” diyor muyum? Hayır. Umutlu muyum? Evet.

UMUT & PESİMİZM

2020’de...

Herkes eve kapandığı için estetik müdahaleler açısından pek bereketli bir sene geçirdik. Sağlık önlemlerini gerektiği şekilde alan klinikler ve cerrahlar göğüs dikleştirmekten, silikon takmaktan, göz altı torbası almaktan, yüz germekten iki saniye dinlenemedi. Bu senenin alnımızda derin çizgiler bıraktığı malumunuz. Ne kadar arkadaşım varsa ya Dermapen ya Botox ya kimyasal peeling randevularına koştu. Kesinlikle karşı değilim, yeter ki Betül Şengör ve Semih Gök gibi bu işleri hakkıyla yapan, işlemiden ve etiketten önce hastasına değer veren isimler tercih edilsin. Sonra tüm kadınlar birbirinin tıpkısının aynısı olup kafamızı karıştırmasin.

Bu yıl neredeyse hiç ruj süremedik. Maskeli günlerde dudak nemlendiricilerine abandık, ne de olsa koton maske bile çene ve dudak bölgesini kurutuyor. Ben çözümü Roius Naturals SOS Balm’un içine birkaç damlacık çay ağacı yağı ekleyerek (gerçi anti-bakteriyel özellikleri kıvamında ama), onu dudaklarıma, kuruyan ellerime ve tırnaklarıma bocalamakta buldum.



Gözler ve kirpikler en önemli, en anlamlı, tek flörtöz organımızdır karantina boyunca. Eyeliner ve maskara ikilisinin gücüne yeniden tanık oldum. Üst kirpik çizgisinin içine çekilen kalemin, özellikle de koyu renk gözlerde, minik siyah elbise görevini gördüğünü bir kere daha fark ettim. Listemin başı çekenlerinde Chanel Stylo Yeux Waterproof Long Lasting Eyeliner, Givenchy Magic Köhl Eyeliner Pencil ve MAC Cosmetics Pro Longwear Fluidline Eyeliner and Brow Gel var. Tabii sonuncu seçeneği kaş jeli olarak kullanmıyorum Charlie Chaplin’e benzemek istemediğim için...



1. Chanel Stylo Yeux Waterproof Long Lasting Eyeliner
2. Givenchy Magic Köhl Eyeliner Pencil
3. MAC Cosmetics Pro Longwear Fluidline Eyeliner

Eyeliner guru'msa Dior'un mücevher tasarımlarından sorumlu Victoire de Castellane'in kızı Zoe'den başkası değil. Françoise Hardy, kusursuz bir göz makyajıyla 2020'ye ışınlanmış sanki!



Zoe Lenthal

Yalnız geldik bu yıllara, hala göz makyajını bir çırpıda temizleyen o iksiri bulamadım. İsmiyle amacı bir Clinique Take The Day Off Cleansing Balm, tüm yabancı editörlerin pek favorisiydi, ben de kendisinden faydalanmaya devam ediyorum.



Clinique Take The Day Off Cleansing Balm



Bobbi Brown EXTRA Balm Rinse

Bobbi Brown EXTRA Balm Rinse de iyi güzel, ama keşke suyla durulanması gerekmeseydi bu ürünlerin. (Bu paragrafı yazdıktan tam tamına beş gün sonra Homemade Aromaterapi'den avokado yağı aldım ve onunla temizlemeye başladım göz makyajımı, pek memnunum.)

Homemade
Aromaterapi
Avokado YağıJenna
Lyons

J. Crew'ün yıldızını parlattıktan sonra bu yıl, Loveseen isimli markasıyla kozmetiğe de bulaştı Jenna Lyons. Cilt, diş ve saç konusunda ekstra hassas olduğunu her röportajında yenileyip duruyordu, Oprah'a çıkarken makyör Troi Ollivierre, bizim gazinolardan düğünlerden aşına olduğumuz, kebaptan sonraki kültürel aksesuarımız tül kirpikle tanıştırdı onu, bu markayı yaratma fikri doğmuş Lyons'ta. Aynı nar ekşisi gibi, tül kirpiği de dünyaya sunmak neden bize nasip olmadı diye sordum ben tabii yine, bu sorgulama senesinde.



Jenna Lyons'un Loveseen isimli takma kirpik koleksiyonu.



Deneyip hayran kalacağımı tahmin ettiğim bir ürün: Comfort Zone Hydramemory Cream. Daha ismiyle aldı götürdü beni zaten. Özellikle soğuk havada kurumaya meyilli cildi makro hiyalüronik asit ve Moringa yağıyla nemlendiren bu maviş kremin dokusunun kaymaktan kaymak, yüzümü ikinci bir deri gibi saracak kıvamda olduğunu hayal ediyorum.



Comfort Zone Hydramemory Cream nemlendirici

Deneyip burun kıvrıcağımı tahmin ettiğim bir ürün: Pharrell Williams'ın cilt bakımına merhaba dediği, tüm insanlığı cinsiyet ve yaş ayırımı yapmadan kucakladığı yeni markası Humanrace'ten Rice Powder Cleanser. Williams'ın müthiş güzel bir cildi olduğu doğru ama güzel evladım, tatlı prodüktörüm, Dermalogica'nın en çok satan ürünlerinden birini (Daily Microfoliant) taklit edip, yeni bir şey keşfetmiş gibi kasılmayaydın...



Pharrell Williams



Prenses
Diana ve
koyunlu
kazak

2020'nin son demlerinde Prenses Diana'nın stokta kalan son kıvrımlarını da tükettik yine. Netflix'te takvimler 15 Kasım'ı ve The Crown'u gösterince, kocaman gözleriyle aşağı aşağı bakan mazlum prenses, ister komik kazaklar olsun (hani Kraliçe Elizabeth Balmoral'da örüvermiş gibi duran bir kırmızı kazak var ya, koyunlu) ister sokaklara dökülen kısa taytlar olsun, moda ve güzellik dünyasına bir kere daha giriverdi. 2021'de kendisinin tombikspor döneminden kalma saç modelini yine sokaklarda görmeyi bekliyorum. Anlamadıysanız hala, itiraf edeyim, ben Charles ve Camilla'nın takımındayım.



The Crown 4. Sezonunda Diana'nın gençlik halini canlandıran oyuncu Emma Corin sağda ise Diana Spencer, dünyanın onu ilk tanıdığı saç kesimiyle...



Kavlak
Zeytin
sütü

Yüzüme de Darphin Vetiver Aromatic Care Stress Relief Detox Oil Mask sürüyorum bu sırada. İş stresten arınmaya geldiğinde bu sene umut, fakirin ekmeğiydi ama bu maske cidden çok iyi.

Bu sene herkes gibi ben de çok dizi ve film izledim. Çok kitap da okudum. Bu durağan aktiviteler boyunca yüz ve saç maskelerimi ihmal etmedim. Kendimi ihmal etmemek, bana iyi geldi. Buraya doğal bir saç maskesi tarifi de atırayım: Trendyol'da da bulabileceğiniz Kavlak Zeytin'den zeytin sütü alıyorsunuz. Ondan üç çorba kaşığına, bir avokado, Hint yağı, bal ve hindistancevizi yağıyla karıştırıp saçınıza bir güzel sürüyorsunuz. Başınıza streç filmi sarıyorsunuz, sanki en şık baloya davet edilmiş gibi kasım kasım kasılarak bir köşede bekliyorsunuz en az bir saat. Sonrası ılık suyla yıkama, durulama...

2020'de yaş bir de güzel güzel, kemaliyle 40'a ermesin mi? Güle güle mat makyaj, hoş geldiniz ışıltılar, pırıltılar, kaygan dokular... Fondöten ve ojeye iki sene önce veda etmiştim, ama hani olur da cildimin kusursuz görünmesini isteyeceğim bir gün gelirse o zaman kullanacağım tek bir ürün var: Dior Backstage Airflash Spray Foundation. Adı fondöten ama kendi değil. Onu adeta bir kokteyl gibi sallayıp sallayıp sonra da yüzüme püskürtmeye bayılıyorum. Hissi güzel, etkisi kalıcı. Her cilt tonuna uyan bir renk, illa ki var.



Dior Backstage Airflash Spray Foundation püskürtmeli fondöten



Dermoskin BB Cream SPF 50 ise günlük kahramanım. Cilde kıvamında bir ışıltı da veriyor...

Şakaklarımdan yanaklarıma doğru hafif bir Soleil Tan de Chanel darbesi, biraz da göz kapaklarıma...



Chanel Cream-Gel Bronzer krem bronzlaştırıcı

Güldüğümde yanaklarımda şişen yerlerine ve dudak üçgeninin hemen üstüne, parmak darbeleriyle pıt pıt pıt Charlotte Tilbury Glowgasm Beauty Light Wand'ın Goldgasm rengi ya da Benefit Cosmetics High Beam aydınlatıcı... İşlem tamam. Canlı, sağlıklı, nispeten daha genç görünen bir cilt, buyrunuz.



Charlotte Tilbury Glowgasm Beauty Light Wand'ın Goldgasm altın renkli aydınlatıcı



Benefit Cosmetics High Beam aydınlatıcı.

2021'de...

Bakın beklentilerim demiyorum... Çünkü en büyük beklentim hiç beklentim olmaması. Bu konuda terbiye ediliyoruz bence.

2021'de yapmaya devam edeceğim:

- Deodorant olarak İngiliz karbonatı, yüz toniği olarak elma sirkesi kullanmaya tam gaz devam.
- Çay ağacı yağını neredeyse içecek kadar (yok şaka bu, sakın içmeyin) sahiplenmeye devam.
- Oruç diyeti, nam-ı diğer Intermittent Fasting, aile arasındaki ismiyle "16 saat"e devam.
- Coca Cola Orijinal Tat'ı canım çektiğçe bol buzla içmeye devam. (Kusura bakmayın, bu kötü alışkanlığa ara ara da olsa düşeceğim.)
- Samimi ve dürüst olmaya, sevilmemeye pahasına da olsa kendime sahip çıkmaya devam. (Bunu da bir manevi oruç olarak düşünün.)
- Yargı, etiketleme, şikayet etme konularında kendimi sınırlandırmaya devam. Özellikle kendimi kendime şikayet etmek kesinlikle yasak.
- Diş ipi kullanmaya devam. Oral B Pro-Expert Hassas Dişler İçin Diş İpi, çok iyi.
- Kısacık saçlı olduğum halde saçlarımı her akşam fırçalamaya ve kan dolaşımımı hızlandırarak saç derimi canlandırmaya devam.

2021'de yapmak istediklerim:

- Dik durmak. Yani bir değişiklik olarak iki büküm takılmamak, şöyle kuğu gibi uzanmak göğe doğru... Ama tabii "baleyi üç gün önce bıraktım" hissi vermek de istemiyorum karşımdakine, neyse bir orta yol bulacağız...
- Robert Piguet'nin yıllardır zevkle kullandığım parfümü Oud'u ve Tiziana Terenzi'nin Ursa'sını yine Piguet'nin yeni parfümü Atomica'yla aldatmak.
- Canım istediğinde, hiçbir sebep yokken, salt kendim için en olmayacak kıyafeti giymek. (Bu, hayatımda uyguladığım bir kural aslında ama karantınada hiç yapmadım, lastik ayakkabı, mom jean, sweatshirt kurbanıyım gönüllü.)
- Koşmaya başlamak. (Bakın spora başlamak demiyorum...)
- Hamama daha sık gitmek, aynı jinekoloğa gider gibi düzenli gitmek, gereğini ve önemini fark etmek.
- Kuru fırçalanmaya geri dönmek.
- Tek başıma bir güzellik ya da sağlık merkezinde en az bir hafta geçirmek.
- Ahtapot yemeyi bırakmak? (My Octopus Teacher belgeselini izledikten sonra, ancak bir soru işareti koyabiliyorum bu maddenin yanına...)



Ahu Karaduman

AYIN MEKANI: D-PLUS

Şöyle Anadolu yakasında cilt bakımı yaptırabilecek bir mekan arıyorum diyenler, Kilo verme konusunda destek teknikler arayanlar, diyetisyenden psikoloğa, cilt bakımından estetik cerraha tek bir yere gidip tüm hizmetlerden yararlanmak isteyenler... D -Plus'a bayılacaksınız.

Bağdat Caddesi üzerinde bulunan D Plus, zayıflama, cilt ve medikal uygulamaların bir arada bulunduğu bir güzellik merkezi. Kurucusu Ahu Karaduman güzellik sektöründeki tecrübesini kendi işini kurarak geliştirmeyi başarmış bir isim. Tam tamına 11 yıl önce çalışmaya başlayan merkez, bugün 2 katlı 20 personelle çalışan bir işletme haline gelmiş. D Plus'ın en büyük farkı, konusunda uzman pek çok ismi bünyesinde barındırması. Yani içeriye bir giriyorsunuz komple yenilenip çıkıyorsunuz.



D Plus'ı diğer yerlerden ayıran en önemli özelliği nedir sizce?

Güven... Benim için bu işin en mutlu eden yanı 11 yıldır eski danışanlarımın halen bana geliyor ve güveniyor olması.



Bünyenizde birçok uygulamalar mevcut sizin için ilk 5 hangileri? Merkezine gelenlere, mutlaka denemeden ayrılmayın, diyeceğiniz...

Medikal cilt bakımlarımız, Biofrekans uygulamamız ve kişiye özel hazırladığımız vitamin uygulamaları diyebilirim.

Biorezonans ve Andüstasyon teknikleri oldukça enteresan uygulamalar, biraz anlatabilir misiniz?

Biorezonans ve Andüstasyon kilo verme, ödem atma ve metabolizma hızlandırmada başarılarımızı arttıran en değerli uygulamalarımız. Biorezonans sayesinde gıdalara karşı olan hassasiyetimiz ve zaafımız kontrol altına alınıyor ve kilo verme direnci olduğunda bize hızlı bir yol aldırıyor. Andüstasyon ise 30 dakika da 2 saatlik yürüyüşe denk gelen bir uygulama. Hem ödem atma hem de metabolizmayı hızlandırmada bize çok büyük bir yardımcı sistem.

Merkezinizde klasik cilt bakımı da mevcut mu?

Evet. Biz merkez olarak klasik cilt bakımı değil 'Medikal Cilt Bakımı' yapıyoruz çünkü kullandığımız ürünler medikal ürünler. Zo Skin Health , Obagi gibi medikal bakımlarımız bulunuyor. İlaç statüsünde ürünler olduğu için yapılan bakımlar da tedaviye yönelik.

Anti-aging konusunda en iyi sonuçları aldığınız uygulama hangisi?

Anti aging uygulamalarında kullandığımız birçok yöntem var. Ameliyatsız cilt germe RF uygulaması en çok tercih edilenlerden. Anti aging uygulamalarında tek bir cihaz ve bakım yerine kombine bakımları tercih ediyoruz.



Forma Plus , radyofrekans enerjisi ile kolajen liflerini uyatarak uzun vadeli bir cilt iyileşmesi vaat ediyor.

Hydrfacial ve normal cilt bakımı farkı nedir? Siz kime hangisini öneriyorsunuz?

Hydrfacial en çok tercih edilen bakımlardan birtanesi. Ancak cilt tipine göre yapılabilmemesine doğru karar vererek yapmak gerekiyor. Bazı cilt problemlerinde kullanmamak gerekebiliyor o zaman medical bakım tercih ediyoruz.

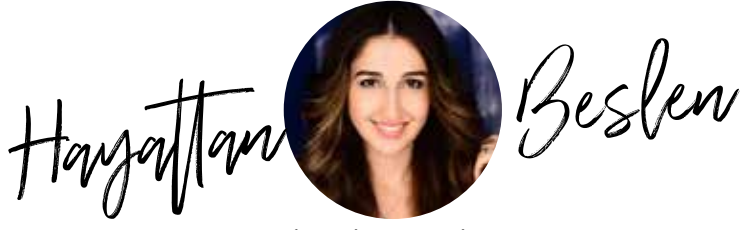


Hydrfacial, FDA onaylı, etkili bir cilt yenileme sağlayan işlemdir. Siyah noktaları, komedon ve ölü hücreleri cildinizden uzaklaştıran 4 aşamalı bir cilt bakımıdır.

Online satışını yaptığınız markaları da biraz anlatabilir misiniz?

Çalıştığımız Zo Skin Health markası medikal ürün olduğu için direkt online 'dan satamıyoruz. Ancak Türkiye'nin her yerinden bize whats app üzerinden ulaşarak cilt resimlerini ve sorularını gönderen hastalarımıza ürün protokollerini belirliyoruz ve kargo ile evlerine ürünlerini gönderip sonrasında haftalık takip ediyoruz.

Adres: D Plus: Bağdat Caddesi NO: 374 D: 2 Şaşkınbakkal/Kadıköy
@dekolteplus_slim • www.dekolteplus.com



UZMAN DİYETİSYEN NİL YURTBAY



Değişen biz, değişen alışkanlıklar

2020 hepimiz için farklı bir yıld. Yıprandık, kaygılandık, üzüldük, zorlandık, kayıplar yaşadık. Yılın zorluğu değişimleri de peşi sıra getirdi. Özellikle direkt psikolojimizle ilgili olan beslenme düzenimizde ve mutfak rutinimizde.

ONLINE MARKET ALİŞVERİŞİNE ALIŞTIK

Elleye elleye aldığımız her meyve ve sebzenin bize gelene kadar kaç kişi tarafından ellendiğini düşünürsek gerçekten alıcıdan çok bakıcısı vardı sebze ve meyvelerin. Neyseki bu durum ortadan kalktı. Artık her şey online. Sepete atıp, teslim saatini seçiyorsun. Büyük bir kolaylık hem de güvenli.



EVDE EKMEK YAPTIK

Her karantinayla birlikte canımız sıkılınca kendimizi mutfakta bulduk. Eskilerin öğretileri, babaannelerimizin yaptığı doğal ekşi mayalarla ekmeğin yapıldı, turşular

kuruldu, ev yoğurduna geçildi. Hamur işini abartanlar için sonuç kötü olsa da bilinçli yapanlar için yeni bir hobi kazanma dönemi gibi oldu diyebiliriz.



YEMEK YEMİYOR, ATIŞTIRIYORUZ!

Aslında yeme davranışımızın iş düzenimizle ne kadar alakalı olduğunu anladık. Evde çoğumuz çalışırken yemek molası vermiyoruz. Masa başına pijamayla geçip, canımız sıkılınca masadan kalkıp dolap kapağı açabiliyoruz. Yemek yerken saate dikkat etmek, öğünü yaparken tüm ekranları kapatmak, öğünün hakkını vermek yeteri kadar yemek, 3-4 saat su, çay kahve dışında atıştırmamak önemli.



KARANTİNA KİLOLARI ALDIK

Karantina, hiç birimizin bilmediği bir dönem ve düzen oldu. Üstelik bu düzene bir anda girmemiz istendi. Böyle olunca hiç aşına olmadığımız şeyleri yaptık ve kimilerimiz zaten 1-2 olan fazla kilolarına 4-5 kilo daha eklemiş bulundu.



EVDE YEMEK YAPMAYA BAŞLADIK

Dışarıda içinde ne olduğunu bilmediğimiz bir sürü yiyecek tüketiyorduk. Paketli ürünler çok fazla hayatımızın içindeydi. Şimdi daha çok evimizdeyiz, yemek yapıyoruz, şeker bile tüketsek paketli ürünlerdeki katkı maddelerini almıyoruz. İçinde hangi yağın olduğunu biliyoruz, çünkü kendimiz yapıyoruz.

KENDİ YOĞURDUMUZU, KEFİRİMİZİ ÜRETTİK

Yoğurt, peynir, kefir hatta bazılarımız kombucha bile yapmaya başladı. İstenince yapıyor, zor olan başlamak, başlayınca bir düzene giriyor ve hızlanıyor, temizlik düzeni gibi, çamaşır yıkama rutini gibi. Sınırlar beynimizde. Kolay olarak algıyorsak ve kodlarsak, kolay geliyor.



EVDE SPOR YAPMAYA BAŞLADIK

Herkesin online bir eğitmeni var. Olmasa da online grup dersleri var. Özellikle ulaşımda çok fazla zaman kaybeden İstanbullular için bu kayıp zamanlar artık spor zamanı.



ONLINE DİYETE BAŞLADIK

Online diyet çok fazla moda oldu. Kinikte olmakla evinizde olmak arasında hiçbir fark yok. Başarı oranını etkilemiyor. Ben de danışanlarımla sık sık online görüşmeler yapıyorum. Sonuçlar çok güzel. Dünyanın istediğiniz yerde diyet yapabiliyorsunuz. Ölçümlerinizi kendi evdeki tartınızla aç karnına alıp, mezura ile çevresel ölçümler yapmanız yeterli oluyor. Sonrasının diğer görüşmelerden hiç bir farkı yok.

PİŞMANLIK YARATMAYAN YILBAŞI MENÜSÜ

Diyet yapanlara, form tutanlara, abartmak istemeyenlere özel bir yılbaşı menüsüne ne dersiniz? Hem de çerezinden tatlısına, alkolden ara sıcakına herşeyin olduğu...



BAŞLANGIÇ

- Yoğurtlu havuçlu tarator
- Siyez ekmeği ile labne ve sebzeli kanepeler
- Ekşili mercimek köftesi



ARA SICAK

- Fırında sigara böreği



ANA YEMEK

- Fırında Hindi
- Perde pilavı (isterseniz dışındaki hamurlu kısmı yapmanın içi özellikle kuş üzümü ve baharatları harika)



TATLI

- Avokadolu puding



Tarifine ne dersiniz? 3 olgun avokado ve 3 olgun muz blenderdan geçirim, üzerine 1 yemek kaşığı kakao, 2 yemek kaşığı chia tohumu, arzuunuza göre bal ve sıvılaştırmak için biraz süt ekleyin. 6 porsiyona bölerek bir gün dolapta bekletin. Servis edersen üzerine donmuş kırmızı meyveler ve hindistan cevizi de koyabilirsiniz.

ÇEREZ

- Ceviz, Antep fıstığı, Badem, Kaju, Fındık ve leblebi den oluşan çerez kaseleri

ALKOL

- **1.seçenek:** Sade soda ile miktarı artırılmış şarap
- **2.seçenek:** Sodalı veya tonikli cin

My beautiful cook book

SERCAN KARABULUT

MİS KOKULU KURABİYELER

Yılbaşı havasına girmeye, evinizin vanilya, tarçın, zencefil ve türlü baharatlar kokmasına, bu güzellikleri sevdiklerinizle birlikte paylaşmaya hazır mısınız?



Yabancı ülkelerde bir gelenektir, yılbaşı zamanı çeşit çeşit kurabiyeler yapmak, onları özenle süslemek, renkli kutularda sevdiklerine hediye etmek. Hadi gelin, aynı ruhu biz kendi evimize taşıyalım; mutfığımızı renklendirelim, misler gibi kokutalım. Çeşit çeşit kurabiyeler yapalım. Hatta koşullar nedeniyle görüşemediğimiz yakınlarımızın kapısına bırakalım, bir tatlılık yaratalım. Size tek bir hamur tarifi vereceğim. Hem de geleneksel bir tarifi modern bir halini. Ona eklemeler yaparak farklı kurabiyeler yapabileceksiniz. Gerisi de sizin hayal gücünüze kalmış.

ANA HAMUR



İÇİNDEKİLER: 40-60 kurabiye için malzemeler: 300 g buğday unu 100 g şeker Bir tutam tuz 2 yumurta sarısı 200 g soğuk tereyağı

YAPILIŞI: Ana hamura 100 gr ince öğütülmüş fındık ya da badem ekleyin ve yoğurun. Hamuru 30 dakika buzdolabında soğutun. 4 mm kalınlığında açın. Dalgalı kenarlı (çapı 4 cm) yuvarlak bir kesici ile daireler kesin. Dairelerin yarısını daha da küçük yuvarlak bir kesici (çapı 1-1,5 cm) kullanarak kesin. Kurabiyeleri fırın kağıdı serilmiş tepsiye yerleştirin ve önceden ısıtılmış 175 derecede (fanlı fırın: 155 derece) 8-10 dakika pişirin (çok kızarmamalı). Tamamen soğumaya bırakın. Deliksiz yuvarlak kurabiyelerin üzerine bir parça reçel koyun ve hafifçe yayın. Şimdi üzerinde delik olan bir kurabiye kapağı koyun ve hafifçe bastırın. Diğer tüm kurabiyeleri bu şekilde hazırlayın. Servis yapmadan önce pudra şekeri serpin.



Ana hamuru hazırlayın, 30 dakika buzdolabında bekletin. 5 mm kalınlığında hamuru açın. Yıldız/ay şeklindeki bir kalıpla kesin. Fırın kağıdı serdiğiniz tepsiye yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derecede (fanlı fırın: 160 derece) 7-10 dakika pişirin (tepsi başına). Tamamen soğumaya bırakın. 2 yemek kaşığı limon suyu ve 6 yemek kaşığı pudra şekerini karıştırıp bir çay kaşığı ile kurabiyelerin üzerine yayın. Son olarak renkli süslemeler ile süsleyin.



Ana hamurda kullanacağınız tereyağını eritin ve içine bir dal biberiye koyun. Oda sıcaklığına gelince buzdolabına koyun ve iyice katılaşana kadar bekleyin. Ana hamuru bu tereyağ ile yapın, içine ayrıca yarım limon kabuğu rendesi ekleyin. 30 dakika buzdolabında bekletin. Fırını 180 derecede ısıtın (Fanlı fırın: 160 derece). Hamuru açın ve 8 mm çapında yuvarlak bir kalıpla kesin. 12-14 dakika pişirin.



Ana hamura ince öğütülmüş ceviz ekleyin, yoğurun. Buzdolabında 30 dakika bekleyin. Fırını önceden 180 derece ısıtın (Fanlı fırın: 160 derece). Hamuru 4-5 cm çapında toplar haline getirin, her birinin üzerine cevizin yarısını bastırın ve önceden ısıtılmış fırında yaklaşık 12 dakika pişirin. İyice soğuduktan sonra eritilmiş çikolata ile şeritler şeklinde süsleyin.



Ana hamura, 80 g Nutella ekleyin. Hamur çok yumuşak olursa 1-2 çorba kaşığı un da ekleyebilirsiniz. Bu hazırlanan hamuru 30 dakika buzdolabında bekletin. Küçük toplar yapın ve fırın kağıdı serili tepsiye yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece (Fanlı fırın: 160 derece) fırında yaklaşık 10 dakika pişirin. Tamamen soğumaya bırakın. Çikolatayı eritin ve kurabiyelerin bir yüzüne batırın. Pişirme kağıdıyla kaplı bir fırın tepsisine yerleştirin ve çikolatanın tamamen soğumasını bekleyin.



Ana hamura, 100 gr öğütülmüş fındık ekleyin. Hamuru 3-4 cm çapında rulo haline getirin ve en az 30 dakika buzdolabında bekletin. Dilimleyip elinizde ince uzun hale getirin ve kruvasan şekli verin. Fırın kağıdı serili bir tepsiye yerleştirin. Fırını önceden 180 derece ısıtın (Fanlı fırın: 160 derece) ve yaklaşık 10 dakika pişirin. Soğuduktan sonra üzerine pudra şekeri serpebilirsiniz.



Elizabeth Arden

NEW YORK

VITAMIN C CERAMIDE CAPSULES RADIANCE RENEWAL SERUM

DAHA PARLAK VE DAHA EŞİT TONLU BİR CİLT İÇİN GELENEKSEL C
VİTAMİNİNDEN 178 KAT DAHA GÜÇLÜ

VİTAMIN C + SERAMİD

Bu kuru yağ serumu iki güçlü bileşeni tek bir üründe birleştiriyor: Süper parlaklık verme gücüyle Vitamin C ve cildin gençlik ışığının ömrünü uzatan Seramidler.

PH Tamponu:

Bu yeni kapsül, ultra dengeli ve ultra güçlü Vitamin C ve Seramidler sayesinde yalnızca ciltte optimum parlaklığı yakalamla kalmaz aynı zamanda cildin doğal nem bariyerlerini besleyerek cildi güçlendirir ve pürüzsüz bir görünüme kavuşturur. Bu iki bileşenin birarada kullanıldığı bu teknoloji, cildi gözle görülür derecede aydınlatır, hiper-pigmentasyona karşı savaşır ve cildi serbest radikallerin sebep olacağı hasardan korur.

TASARIMIN GÜCÜ

Her kapsül, normal sürecinde 3 saat içinde kaybolan geleneksel C vitaminlerinden 178 kat daha güçlü ve performanslı Vitamin C içeriğiyle güçlendirilmiştir. Bu ultra dengeli Vitamin C içeriğinin kullanımı dış etkilere karşı maksimum koruma sağlar. Kapsüller, cildin doğal nem bariyerini koruyup güçlendirmek için suda çözünen C Vitamini yerine yağda çözünen C Vitamini ile formüle edilmiştir. Bu formülasyon, ürünün cilt yüzeyine optimum derecede nüfuz etmesini sağlar ve faydasını maksimize eder.

Tazelik için kapsüllenmiş, güçlendirmek için formüle edilmiş biyolojik olarak parçalanabilen bu kapsül, cildi anında aydınlatır, mat görünümü gözle görülür derecede azaltır.

FAYDALARI

- Gözle görülür aydınlanma sağlar ve matlığı azaltır, parlaklığı ve ışıltıyı artırır
- Koyu lekelerin görünümünü minimize eder ve renk farklılıklarına yoğunlaşarak cilt tonunu dengeler
- Cildi, yaşlanmayı hızlandıran serbest radikallere karşı korur
- Daha sıkı bir cilt için cildin doğal kolajen ve elastin matriksini destekler

ANA İÇERİKLER

- Vitamin C: Cildi aydınlatır ve yaşlanmayı hızlandıran serbest radikallerle gözle görülür derecede savaşır
- Ceramide 2 & 3: Cildin nem kaybını engeller ve cildin parlaklığını artırır
- Adaçayı: Cildi çevresel etkilerin sonuçlarından arındırır
- Vitamin E: Vitamin C ile birlikte çalışarak cildi çevresel etkilere ve serbest radikallere karşı korur
- Avokado, Ayçiçeği Çekirdeği ve Zeytinyağı: Cildi nemlendirir ve nemin korunmasına yardımcı olur

SÜPER PARLAKLIK VERME GÜCÜYLE VİTAMİN C VE CİLDİN GENÇLİK IŞIĞININ ÖMRÜNÜ UZATAN SERAMİDLER.

KULLANIM

Kapsülü yavaşça açın ve avucunuza 3 damla sıkın. Sabah ve/veya akşam yüzünüze uygulayın Kapsülde kalan ürünü gerek duyduğunuzda boyun ve dekolte bölgenize uygulayın.



Ahi Evran Caddesi 42 Maslak No.6 / A Blok Kat : 12 Daire 8 Maslak - Sarıyer / İstanbul
Tel. +90 850 259 29 00 Fax +90 850 259 29 01
www.beautycaregroup.com.tr

REESE WITHERSPOON



Elizabeth Arden
NEW YORK

NEW

**VITAMIN C
CERAMIDE
CAPSULES
RADIANCE
RENEWAL SERUM**

Brightening power
in every dose

x Reese



Ahi Evran Caddesi 42 Maslak No.6 / A Blok Kat : 12 Daire 8 Maslak - Sarıyer / İstanbul
Tel. +90 850 259 29 00 Fax +90 850 259 29 01
www.beautycaregroup.com.tr

BYE-BYE
2020

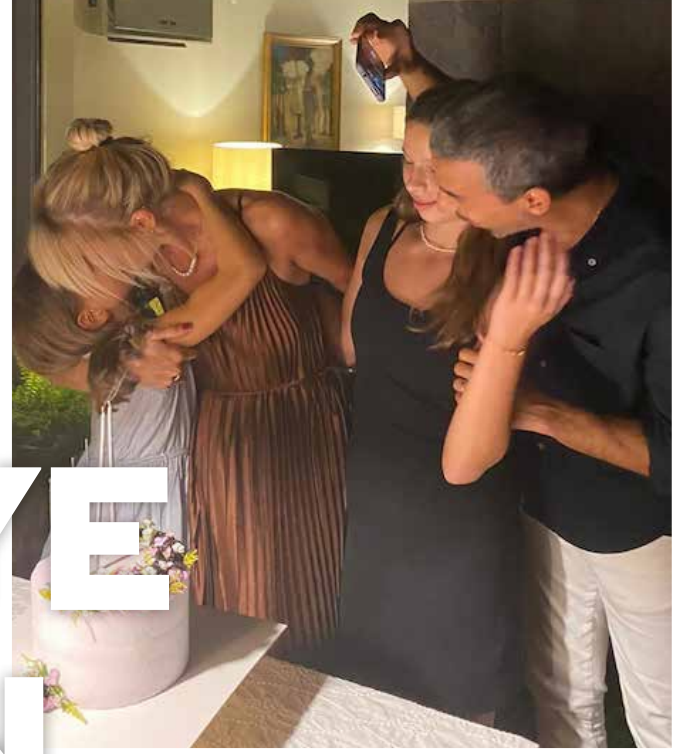
HER ŞEYE RAĞMEN GÜZELDİ

Öyle bir yıldız ki ölümcül bir virüs tüm dünyayı sardı, insanlar sevdiklerine hasret kaldı, sarılmak , öpüşmek, görüşmek bildiğin silaha dönüştü, tokalaşamadık bile, selamlarımız havada asılı kaldı. Evlere hapis olduk, maskesiz dışarı çıkamaz, dezenfektansız alışverişi eve sokamaz olduk. 2020'de kayıplarımız çok oldu. Endişemiz tavan yaptı, evhamla geçti koca bir sene , olduk mu, olacak mıyız, ya bir daha olursam'larla... Anlatınca bildiğin bir bilim kurgu hikayesi, peki hiç mi iyi bir şey olmadı bu yıl, biz Güzellik Yayında editörleri herşeye rağmen güzel bir tarafını bulup öyle vedalaşalım dedik 2020'yle. Öğrendiklerimizi yanımıza alarak 2021'i umutla karşılayalım...

LİAN PENSO BENBASAT

Bu yıl büyük hayallerle başladı. Sonra neler oldu neler! Yıkıldık yeniden inşa olduk yeniden yıkıldık sanki. İşte tam da bunları öğretti bu yıl. Uyum sağlamayı, gerektiğinde esnemeyi, hayallerin peşinde savaşmayı, koşullara direnmemeyi, kabul etmeyi olduğu gibi hatta o koşulda kendine güvenli bir yer bulmayı, en iyisini aramayı. Savaşın sonunda yorgun da olsa sağlık olduğu sürece güler yüzle bakmayı öğretti. Ondan ders niteliğinde bir yıl oldu!

Benim için en heyecanlı anlardan biri Köklere Dönüş projemin büyüüp bir radyo altında yayınlanması oldu. İnandığım ve her adımı için çabaladığım bir şeyin filizlendiğini görmek öyle güzel ki!



GÖZDE ATAĞÖĞÜ

2020'nin nasıl bir sene olacağını ocak ayında gittiğim Feng Shui seminerinden anlamalıydım. Öyle bir yıl ki dediler; metal ve fare yılı. Doğal afetler, akciğeri vuran durumlar, ekonominin sönüşü, dünya genelinde dalgalanmalar... Neler neler anlattılar... Öküz amblemi taşıyın diye de uyardılar çıkışta, korkudan bir dolu minik öküzçükler alıp taktım, takıştırdım. İyi ki de yapmışım.

2020 nasıldı? diye soracak olursanız, film gibiydi diyebilirim. Bizler rol aldık, tanıklık ettik, torunlarımıza anlatacak bir dolu yeni hikayemiz oldu. Ben bu yıl olduğu kadarla ve azla yetinmeyi, spontan olanın güzelliğini tekrar keşfettim. Bu yüzden de en güzel tatil ve en keyifli doğum günleri bu yıl gerçekleşti. Teslim olmayı öğrendim sanırım, o eski evhamlı düşüncelerimi ömrümde ilk defa kontrol etmeyi, olacaksa olacak demeyi, bunu olduğunda düşünürüm, şimdi değil demeyi... (Elbette yılın sonunda böyle konuşuyorum, siz bir de beni Mart'ta görecektiniz!)





DENİZ KONUK ALTINBAŞAK

2020 bolca sırandığımız bir yıl olmasına rağmen güzeldi çünkü ben hayatımda ilk defa anne oldum. Canım, biricik kızım dünyaya geldiği için ben bu yıl şükran doluyum. Herşeye rağmen "iyi ki 2020" diyorum!

BEGÜM EGELİ BURSALIGİL

"Toprağa, denize, kuma bu denli değdiğim bir yıl uzun zamandır olmamıştı! Hatta sanıyorum sonuncusu çocukluğuma ait. Tabiat bizi tüm iyileştirici enerjisiyle kucakladı. İyi ki kumsal, orman, bahçe, dağlar, denizde sığılıklar vardı. Bu seneyi her şeye rağmen güzel yaptı"



İLKNUR AYDOĞAN

2020'nin bana kattığı en güzel şeylerden biri zaman algımı biraz değiştirmesi oldu. Her şeyin kendi içinde bir ritmi olduğunu, durmanın da ilerlemek için en büyük yardımcı olduğunu gördüm. En güzel tatillerimden birini bu yıl plansız bir şekilde yaptım! Kendimle aramı açan bir düzenin bana hiç de düzen getirmediğini fark ettim. 2020 bir şeyleri bozdu diyemem, bence o "bak, bunlar bozuk" dediği için bu kadar değişik bir yıl oldu. Bana iyi gelmeyen şeylerden vazgeçme ve bittiği yerden yeniden başlama cesareti verdi.



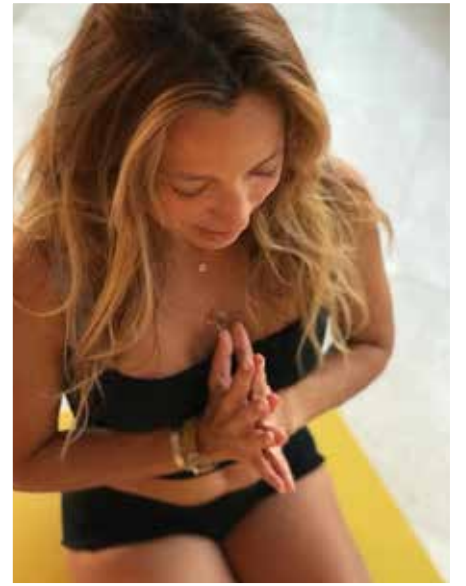
NİL YURTBAY

2020 herşeye rağmen güzeldi
Bir yerden kırılan dal yeniden filiz veriyor
İnsan da bir yerden kırılınca yine oradan çok güçleniyor
Hayat, kapanan kapılardan sonra yeni kapılar açıyor
Bu sene hayatıma yeni bir ekip girdi
11 Athletic ailesi
Galiba yolun en güzel kesişimi
Yılın en güzel karesi



BERİL YILMAZ

Elimde olsa Control- Alt - Delete yaparak tarihten sileceğim bir yıldızı diyebilirim 2020 senin için! Yeni yaşama, yeni bir eve geçtiğim günlerde Covid-19 ile mücadele ettim. Hep zamanın bir tık ötesinde yaşıyorken artık zamanla, anla yaşamayı öğrendim. Her şeye rağmen nefes almanın kıymetinin farkına daha çok vardım... Şimdi ise tüm ümidim 2021'den değil nefes aldığım her andan...



AYŞE DEMİR

Her şeye rağmen güzeldi çünkü az şeyle yetinebileceğimizi, hatta daha büyük keyifler alabileceğimizi, nefesin kıymetini ve yaşadığımız her an'ın bize bir hediye olduğunu hatırlattı. Değer bilmeyi ve sevgiyi önce içimizde besleyip, büyütüp sonra etrafımıza yaymayı benim için vazgeçilmez kıldı. Kaldığımız yerden devam...Durmadan, yılmadan, güvenerek...



TÜLİN KERMEN

2020 her şeye rağmen çok eğitici geçti benim için öyle ki vakit bulup yapmadığım üşendiğim her şeyi hayata geçirebildim. Kulağa çok basit ve klişe gelecek ama inanır mısınız sabah yürüyüşleri, hobi olarak kolaj kumaş boyama online eğitimlere hiç zaman ayıramıyordum 2020 bana bu zamanı sundu.