

Intervju

ANTONIJA STANIŠIĆ ŠPERANDA

Foto: Dubravka Milićević

- Abeceda Celebrity Party
- Standardi ljetopote
- Beauty novosti
- Gimnastika lica





UVODNA RIJEČ

DRAŽENKA PLEŠKO

Dragi čitatelji,

Izlazak svakog novog broja posebno nas veseli. U ovom broju donosimo puno zanimljivosti jer smo imali niz aktivnosti. Bili smo na prestižnoj nagradi Hrvatskog društva dramskih umjetnika. Imali smo i svoj **blagdanski event u Dugom Selu**, u Kleti obitelji Bunčić družili smo se sa zvijezdama emisije i poslovnim partnerima. Bili smo i u Opatiji kod **dr.Ivonne Žgaljardić** i pitali sve što vas zanima o estetskim tretmanima.O svemu više gledali ste i u našim emisijama a dio donosimo i u magazinu.

Godina je iza nas ,razmišljamo kakva nam je bila, što smo trebali drugačije, jesmo li nešto propustili od planova koje si gotovo svi postavimo na početku svake godine. Abeceda ljepote je ove godine napravila **značajan korak** u svojoj karijeri. Magazin je počeo izlaziti na **strano tržište**, produkcijski tim povećao se za nove osobe sa bogatim produkcijskim iskustvom. Time smo **povećali gledanost** za čak 40%, dobili nove partnere iz estetske industrije ponajprije. Odredili smo i datum idućeg Festivala a to je **10. veljače 2024.** a održati će se sa novim konceptom u jednom danu.

Naslovnicu broja ukrašava **glumica Antonija Stanišić Šperanda**, koju smo gledali u emisiji a sudjelovala je kao članica žirija nagrade hrvatskog glumišta.

Za kraj ove godine, dragi čitatelji, želim Vam puno zdravlja i obilja tijekom 2024.godine. Nije uvijek sve onako kako želimo da bude ili kako smo planirali. U vremenima u kakvima živimo najvažnije je ostati priseban ma što nam se dobro ili loše događalo. Okružite se ljudima koje volite, čuvajte sebe i njih.

Veselite se blagdanima!

Na dobro vam došla Nova 2024. godina !

direktor
Draženka Pleško



Impresum

Uredništvo:

Abeceda estetike - CMO j.d.o.o.

Ruščenica 37

10 000 Zagreb

www.abecedaljepote.hr

info@abecedaljepote.hr

Draženka Pleško

Izdavač i grafička priprema:

Abeceda estetike - CMO j.d.o.o. Zagreb

Broj 18-3-23

ISSN 2787-8015

Omotne fotografije:
Antonija Stanišić Šperadna, glumica



Celebrity Party by Abeceda ljepte

Pod pokroviteljstvom Kleti obitelji Bunčić, održan je Celebrity Party kao event kojim smo obilježili kraj godine, proslavili nove suradnje i družili se sa gostima emisije Celebrity Makeover. Uz odličnu hranu, muziku i društvo plesalo se i zabavljalo do dugo u noć. Dio atmosfere pogledajte na linku emisije.

<https://www.youtube.com/watch?v=gmEa8Rn0UfM&list=PLHtC9C5-dlqSs55MRAQhpvid3vc8mNml&index=9>





abeceda
L J E P O T
FESTIVAL ESTETI

**CELEBRITY
MAKEOVER**

BY ABECEDA LJPOTE

DOJ BREND
VA ZVIJEZDA

abecedaljepote.hr f@#

aljepote.hr f@#

<https://www.youtube.com/watch?v=q04yx3SVQJ0>

abeceda
L J E P O
FESTIVAL ESTE

**CELEBRITY
MAKEOVER**

BY ABECEDA LJEPOTE

TVOJ **BREND**
PRAVA ZVIJEZDA



<https://www.youtube.com/watch?v=8wLWFwUDVZI&t=93s>

abeceda
L J E P O T E
FESTIVAL ESTETIKE

**CELEBRITY
MAKEOVER**

EDA LJEPOTE

abecedaljepote.hr f @ y

f @ y

https://www.youtube.com/watch?v=Dy1_Ww2Ftn4

abeceda

L J E P O T E
FESTIVAL ESTETIKE

CELEBRITY
MAKEOVER

ABECEDA LJEPOTE



abecedaljepote.hr

abecedaljepote.hr



<https://www.youtube.com/watch?v=ioTbQMVYk3c>





BILI SMO; U HRVATSKOM NARODNOM KAZALIŠTU ZAGREB

Glumica Antonija Stanišić Šperanda bila je ponosni član žirija prestižne 31. Nagrade hrvatskog glumišta u kategorijama dramske, radio i televizijske umjetnosti, operete ili mjuzikla te baleta. Nagrade su dodijeljene u Hrvatskom narodnom kazalištu (HNK) u Zagrebu, a najboljom dramskom predstavom proglašen je 'Don Juan' u režiji Dejana Projkovskoga.

Nagrada za svekoliko umjetničko djelovanje u kategoriji drame pripala je Želimiru Mesariću, a u kategoriji opere sopranistica Branka Beretovac - Vondraček. Više o tome tko još je dobitnik nagrada pročitajte u narednim stranicama.

Utemeljitelji nagrade, koja se dodjeljuje od 1992. su Hrvatsko društvo dramskih umjetnika, Hrvatska radiotelevizija i Večernji list, glavni pokrovitelj Hrvatska gospodarska komora.

Iznimna čast bila je sudjelovati na ovom važnom događaju. Hvala dizajnerici Mirsadi Jureši vlasnici butika Mistic Exclusive u Dugom Selu za image direktorice brenda **Abeceda Ijepote, Draženka Pleško.**



BILI SMO; NA PREMIJERI PREDSTAVE TINDERELLA

Prekrasna mlada **glumica Marija Kolb** imala je premijeru predstave o online upoznavanju Tinderella u zagrebačkom kazalištu KNAP, autora i redatelja Igora Bakse. "Predstava u kojoj se spajaju dvoje naoko nespojivih partnera – poznati komičar Goran Vinčić Vinča i **nagrađivana glumica Marija Kolb**, suvremena je bajka za odrasle. Uz pregršt živopisnih likova iz aplikacija za spojeve, iskre strasti koje frcaju između njih zagrijat će svačiju maštu i – srce. Upečatljivu glazbu potpisuje Luka Tralić Shot, a osim pjevanja glumci svoju vatrenu igru plešu pod **koreografskom palicom Almire Osmanović**. Kostimografiju potpisuje Katarina Radošević Galić, a fotografiju Mirna Bartolić. Cjelovečernja zabava za odrasli dio obitelji ja zagarantirana! Vinča kakvog niste vidjeli i glumica kakvu vrijedi gledati svaki dan", podaci su koji su navedeni u opisu predstave.

Gledatelji će nakon što pogledaju predstavu i sami vidjeti da je ovu, ali zaista bajku, vrijedno pogledati. Nakon toga, svi koji još trebaju upoznavanje, lako će sami donijeti odluku o korištenju aplikacija za upoznavanje. Sjajna glumačka postava s lakoćom mijenja scene, karaktere i likove. Predstava koja je i zanimljiva i korisna, publiku je držala koncentriranom cijelo vrijeme trajanja.

Pogledajte slike u nastavku, a predstavu u rasporedu predstava kazališta.







Uvodna riječ	03
Celebrity party	04
Bili smo ...	12
Intervju Antonija Stanišić Šperanda	19
Najbolji parfemi 2023.godine	25
Književnica Rosie Kugli	26
IZDVAJAMO : dr.Ivonne Žgaljardić	32
Aparat HIFU CFU ELIFE	37
Iz frizerskog salona	40
Gimnastika lica by Seka Zebić	41
Najava 8.Festivala estetike	46
Izlog	48

aaktivno beauty estetski ciljano edukativno dostupno aktualno



Foto:Dubravka Milićević @l.infini.photography

Antonija Stanišić - Šperanda

Interview

Naprosto volim primati čestitke



S nama je bila i nagrađivana dramska umjetnica **Antonija Stanešić- Šperanda** poznata iz serije **Zauvijek susjedi**. Iako je serija snimana prije 13 godina i dalje je najrepreziranjima serija na malim ekranima. Na ideju Ljubomira Kerekeša napravljena je kazališna predstava koja se referira na seriju, svi glumci su zadržali svoj uloge iz serije pa Antonija također glumi psihijatricu Nelu. Na pitanje kako tumači takav ogroman uspjeh serije, Antonija je rekla: " Mi glumci nikada ne znamo što nas očekuje kakve budu reakcije publike na ono što radimo. Pretpostavljam da se ljudi prepoznaju u nekim svakodnevnim situacijama, svatko od nas ima takvog susjeda".

Antonija je članica ansambla **Gavella** koje je stradalo potresom pa su glumci od tada posvuda u koprodukcijama, koriste zamjenske scene, gostuju, a ona igra u predstavama Tesla, Hotel Zagorje, u tunelu Grič igra Legendu. Trenutno se priprema nova predstava Moji tužni monstrumi s kojom se planira otvorenje velike scene Gavelle i to 15. studenog, što svi očekujemo s nestrpljenjem. Moji tužni monstrumi je tekst Mate Matešića kao nastavak predstave Ljudi od voska, a opisuje gorko slatki život.

Monodrama

Antonija često voli pobjeći u dječji svijet pa je igrala niz lutkarskih predstava od kojih je svakako za izdvojiti monodrama **Ribar**

Palunko i njegova žena. Dramaturgija je napravljena iz rekursa Palunkove žene. " Izazov je igrati monodramu s obzirom na količinu teksta ali nama glumcima je tekst najlakši dio. Svaki dan smo na probama, tijelo pamti, um pamti. Ali što s likom koje geste taj lik koristi, kao se taj lik nosi to je glumačka kreacija. Nisam se nadala monodrami za djecu ali bili smo vođeni činjenicom da je 150 godina od rođenja Ivane Brlić Mažuranić pa smo htjeli oživjeti njezin tekst u monodrami ".

U očekivanju nagrade glumaca

Najprestižnija nagrada HDDU je nagrada hrvatskog glumišta a priprema se za 24. studeni u HNK. Sudjelovati u žiriju mogu samo nagrađivani glumci, a biti član žirija je zahtjevan zadatak. Glumica Antonija dobila je **dvije svoje nagrade** kada joj je to bilo važno za karijeru. Sada se pozivu da sudjeluje u žiriju ponosno odazvala. Njezin posao je da kao **član žirija** pregleda svih 87 prijavljenih profesionalnih produkcija. Zbog toga vrlo često putuje po kazalištima, ali jako uživa puno uči i otkriva nove mlade ljude.

Glumica sasvim osobno

Svoje slobodno vrijeme, atraktivna glumica voli provoditi sa svojom djevojčicom koja trenira jahanje. Voli prirodu, trčanje, bavi se jogom. Veliki je ljubitelj umjetnosti voli otici pogledati svoje kolege. " Vegetarijanka sam 30 godina, našla sam svoj stil, moji obroci su brzo gotovi namirnice su minimalno obrađene. Ta vrsta prehrane mi odgovara ne osjećam težinu u obroku nakon predstave". Na pitanje kakva joj je beauty rutina jer izgleda prekrasno glumica kaže " Volim prirodno. Starenje je normalna pojавa i ne boljim ga se.

Pokušavam dati koži sve što je potrebno, vrlo rano sam naučila da u mom poslu na licu ne treba štedjeti jer smo često pod teškom šminkom. Lice redovito čistim. Nedavno sam upoznala gđu. Seku Zebić koja mi je otkrila svoju prirodnu kozmetiku i gimnastiku lica koju prakticiram i jako sam zadovoljna".

Glumicu smo odveli gdje. Seki Zebić da nam uživo pokaže **gimnastiku lica**.

* * *

Nekoliko tjedana nakon emisije glumicu smo još jednom pozvali na kavu, da pitamo kako je bilo na projektima koje je najavljivala a i kako misli provesti predstojeće blagdane.

Kakvi su dojmovi Vaši i gledatelja nakon premijere u Gavelli Moji tužni monstrum?

Premijera predstave "Moji tužni monstrumi" koja je održana 15.studenog u kazalištu Gavella ujedno je bila i otvorenje naše velike scene, nakon gotovo četiri godine izbivanja i igranja po različitim zamjenskim scenama i gostovanjima. Predstava je odlično primljena, premijerna publika inače zna biti malo hladna i rezervirana, ovaj put je bilo potpuno suprotno bili su topli, puno su se smijali i sam izlazak na poklon na kraju od pet puta govorili koliko se predstava ljudima svidjela.

Tko su nagrađeni u najboljim kategorijama prestižne nagrade HDDU ?

Nagradu hrvatskog glumišta za najbolju predstavu dobila je predstava "**Don Juan**" zagrebačkog HNK, najboljim redateljem ove godine proglašen je Ivan Leo Lemo, najbolja glumica je Anita Matić Delić, a najbolji glumac Vedran Dakić. Mnoštvo je još kategorija, navela sam samo neke.



Koje su sada aktualne predstave i vaši radni zadaci u kazalištu?

Moji radni zadaci u kazalištu se nastavljaju. Ovaj mjesec igram puno predstava od "Mojih tužnih monstruma", "Našeg razreda" do "Hotela Zagorje". Obnavljamo dosta naslova koje nismo mogli igrati, neke čak i više od dvije godine, jer nam privremene scene nisu bile adekvatne za velike ansambl predstave.

Kako provodite blagdane?

Budući da imam predstave i 23., i 27. i 30. prosinca nemam baš puno prostora za neka putovanja tako da ću blagdane provesti kod kuće, što me jako raduje nakon skoro tri mjeseca brzog tempa rada s puno putovanja, biti malo na miru i opustiti se s obitelji.

Što biste voljeli dobiti kao poklon za Božić?

Poklon za Božić? Jako volim poklone i volim poklanjati. Volim sav taj šušur ukrasnih papira i mašnica. Što si želim ove godine, možda jednu lijepu porculansku šalicu za kavu ili nekakav miris, i ono najvažnije puno čestitki. Starinski sam tip koji još uvijek voli pisati i primati čestitke. Naprsto volim.

Planirate li zimski odmor negdje na tropskoj destinaciji ili na skijanju?

Moj suprug je instruktor skijanja, a i ja skijam od ranog djetinjstva, kćer također, tako da zimi kad god možemo uhvatimo par dana skijanja i pobegnemo u planine. Nadam se da ćemo tako i ove godine iako još datume i destinaciju ne znamo, često je to kod nas last minute, kad se pojavi slobodan vikend u autu smo.

Što mislite o navali gledateljstva na kupnju karata za baletnu predstavu Orašar?

Predstava "Orašar" ruši sve rekorde! Nije to samo kod nas i u ostalim europskim gradovima je slična situacija. Samo što vani i za ostale predstave, balete, opere ulaznicu moraš kupiti par mjeseci unaprijed. Kod nas baš i ne. Svaki razlog za dolazak u kazalište važan je i razvija nekakvu potrebu ljudi za kulturom. Voljela bih da dožive uistinu ljepotu tog baleta i da im ona ne promakne u hrpi selfija koji se moraju objaviti na društvenim mrežama da se zna da su bili na Orašaru. Predivno je vidjeti redove u kojima ljudi čekaju da kupe kartu ispred kazališta.

Poruka čitateljima za kraj godine

Poruka Vašim čitateljima za kraj ove godine je da u ovom suludom ritmu života i konzumerizma koji nas pritiče pronađu mjesto i vrijeme za sebe, okruže se ljudima, stvarima i sadržajima koji ih vesele, da ponekad svrnu pogled na one malo manje sretne i uspješne koji se u svemu ovome i ne snalaže najbolje, da pokažu empatiju i ljudskost i budu radost i blagoslov svakome koga sretnu.

Cijelu emisiju sa glumicom Antonijom pogledajte na linku:

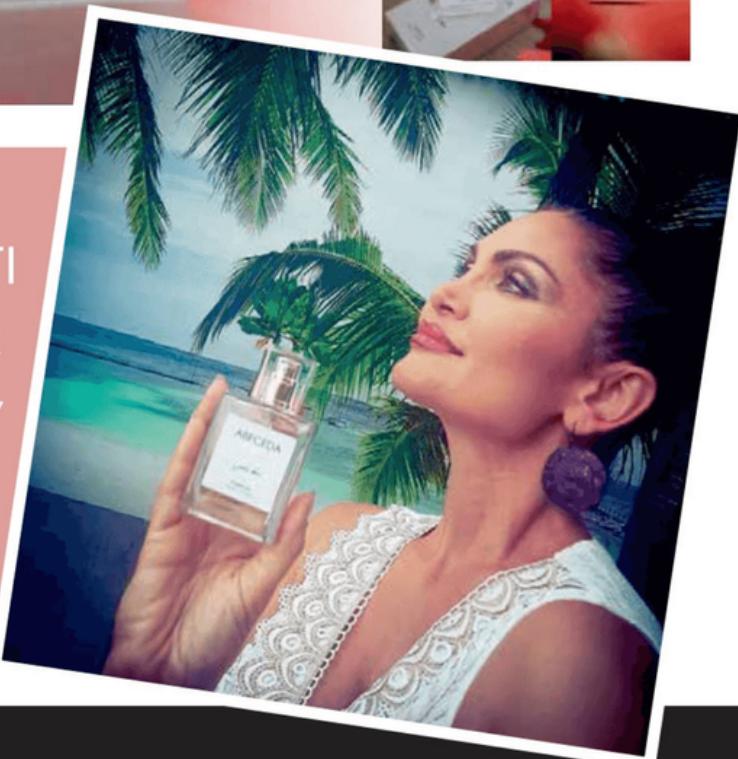
<https://www.youtube.com/watch?v=AmrwuUqXMZI&list=PLHtC9C5-dlqSs55MRAQh-pvid3vc8mNml&index=3>

ABECEDA Ljepote



PARFEM KOJEM NEĆETE ODOLJETI

Note: list i pupoljak
ribizle, bijela frezija,
ruža, vanilija,
pačuli, ambroxyn,
drvene note



Na tržište stavlja: Abeceda Ljepote j.d.o.o., Ruščenica 37, Zagreb
Mob: +385 (0)98 929 6897, info@abecedaljepote.hr

Parfemske priče



NAJBOLJI PARFEMI 2023. GODINE

Znate li da i parfumeri imaju svoju dodjelu nagrada Fragrance Foundation Awards 2023., i Oscare za parfeme? Svake godine ceremonija odaje počast najboljim mirisnim igračima u industriji parfema, uključujući mirise koji se ističu, parfumere, kampanje i izglede boca.

Univerzalni luksuzni miris godine 2023. je Guccijev Tears From the Moon

The Alchemist's Garden: Tears From the Moon by Gucci odnio je nagradu za univerzalni luksuzni miris godine. Pobjeda je to Alberta Morillasa, parfumera koji stoji iza mirisa.

Maison Margiela Replica osvojila je miris godine u kategoriji univerzalni prestiž s When The Rain Stops, koju je formulirala parfumerka Fanny Bal.



Ženski luksuzni miris godine je Chanelov Gabrielle Chanel Parfum Spray, a muški Tom Fordov Noir Extreme dok je ženski prestižni miris godine Pradin Paradoxe. Tom Fordov Noir Extreme osvojio je titulu muškog luksuznog mirisa godine, a Hermèsov Terre d'Hermès Eau Givrée osvojio je titulu muškog prestižnog mirisa godine.

Potrošači su izabrali No. 2 Billie Eilish i Polo Blue Ralph Lauren.

KNJIŽEVNICA

Rosie Kugli



S nama u emisiji Abeceda ljepote bila je i književnica koja, iako dolazi iz poznate zagrebačke obitelji sa tradicionalnim kultnim statusom, Rosie Kugli moderno progovara o problemima suvremenog društva.

Koja je povijest prezimena Kugli?

Kugli je naziv kultne knjižare u Zagrebu. Svatko tko se bavi hrvatskom književnošću zna da je knjižara imala kulturni i kulturni značaj, to je bilo kao vrsta kulturno dnevnog boravka grada Zagreba. Cijelo vrijeme me je pratilo pitanje tko je Stjepan Kugli, tako da mi je došla misao da ispričam priču o Stjepanu Kugliu začetniku kultne knjižare Kugli.

Kako je počela Vaša karijera ?

Karijera mi je počela čudnovato. Pravnica sam po struci ali sam kratko vrijeme radila na sudu za maloljetnike. Usljedio je brak, raspad braka, pa sam ostala sama sa djecom i morala si naći novi posao. Pisanje sam počela od pisanja o muško ženskim odnosima. Te su kolumnе bile jako prihvaćene i proglašena sam hrvatskom Cary Bradshaw. Pisanje mi je išla glatko, kolumnе su pisane jednim britkim jezikom koji se kasnije ustalilo kao moj stil pisanja. .

Najoriginalniji ciklus knjiga je onaj u kojem progovarate o problemima mlađih. Posljednji naslov je Izgubljena generacija.

To je bilo iskreno progovaranje o gorućim temama koje su tabu, a tište i okupiraju mlađe ljudi. Zahvalna forma jer je poruka koju sam željela odaslati došla do mlađih ljudi, a kako sam ponosna i na ostale knjige o mlađima a to su:

Nisam ti rekla, koja govori o problemima alkohola

Hod po rubu, govori o problemima nasilja

Dvije vrte plavo, govori o maloljetničkoj trudnoći

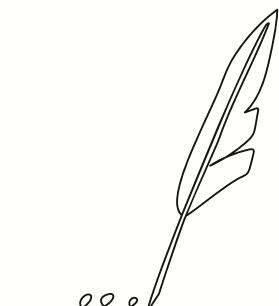
I zadnja knjiga Izgubljena generacija kao posveta mlađima koji su podnijeli najveći teret u potresu i pandemiji.

Pišete i biografije o sportašima trenutno o braći Sinković.

Kroz primjere naših vrhunskih sportaša, željela sam djeci prenijeti da ništa nije nemoguće da iza svakog uspjeha treba puno rada, upornosti i vjere u sebe. Knjige tako imaju edukativnu svrhu i zasnivaju se na prisnoj suradnji sa sportašima i pomno izučavanoj njihovoј biografiji.

Pišete o različitim književnim izričajima. Od kuda Vam dolaze ideje?

Jednostavno život! Okrenem se oko sebe i inspiracije su mi na svakom koraku. Dovoljno je hodati širom otvorenih očiju i promatrati svijet oko sebe i tema za pisanje koliko hoćeš!



Poznato je da književnici puno sjede. Kako održavate svoju vitku liniju?

Ljeti sam jako aktivna, plivam, hodam. Da puno sjedim, pišem po noći, nedovoljno spavam i svjesna sam toga da moram uvesti neke sportske aktivnosti i zimi.

Što radite u slobodno vrijeme?

Nastojim što više biti u prirodi, boravak u šumi i prirodi me jako relaksira, tu smišljam zaplete za svoje nove knjige.

Imate li uzor u književnim krugovima?

Hrvatski autori su malo zapostavljeni jer ih ima jako puno. Ne bi se trebali stidjeli hrvatskih autora i smatram da bi ljudi trebali malo više posegnuti za našim piscima.

Za kraj razgovora književnica Rosie Kugli poručila je gledateljima da u svemu pokušaju pronaći nešto lijepo, pozitivno i da pokušaju biti ispunjeni dobrim osjećajima.

Poznatu književnicu, nekoliko dana nakon snimanja emisije posjetili smo na promociji njezine knjige, koju je najavila u emisiji. **Mali noćni razgovori naziv je nove knjige nagrađivane književnice Rosie Kugli.** Ova britka autorica usudila se pisati o nasilju nad ženama, o fizičkom, psihičkom, ali i institucionalnom nasilju prema ženama koje preživljavaju maltretiranje svojih partnera ali i sustava.. Knjiga dolazi kao suptilno ali i snažno svjedočanstvo o nasilju nad ženama, ujedno otvara vrata za edukaciju i prevenciju, čineći knjigu živim podsjetnikom na stvarne živote i borbe žena.

U vremenima kada svi govorimo prešutno, preferiramo velike junake i grandiozne priče, književnici Kugli čestitamo na ovom dijelu!

Cijelu emisiju pogledajte na linku:

<https://www.youtube.com/watch?v=OnqTFJgSSxw&list=PLHtC9C5-dlqSs55MRAQh-pvid3vc8mNml&index=5>





<https://www.youtube.com/watch?v=q2j1GR3Jbug&t=7s>
dizajnerica Mirsada Jureša, Mistic Exclusive





Izdvajamo !!!

DR.IVONNE ŽGALJARDIĆ

**POSEBNE MINUTE EMISIJE
EKSKLUZIVNO!!!**



Centar estetske kirurgije dr. Ivonne Žgaljardić u Opatiji, posjetili smo nakon povratka sa svjetskog kongresa estetskih kirurga u Bangkoku. Pitali smo doktoricu kakvi su dojmovi sa kongresa.

" Veliki svjetski kongresi su uvijek događaj i prilika za izmijeniti iskustva s kolegama. Taj dio Azije je predviđen za regenerativnu medicinu koje zbog nekih regulativnih stvari nešto kasnije dolaze do Europe. Tako da je bilo interesantno čuti od ljudi koji nešto dugo koriste a kod nas se još ne primjenjuje ili je tek od nedavno".

Zanimalo nas je koji su standardi ljepote a koje trendovi. Doktorica se osvrnula na Azijate koji iznimno cijene svoju blijedu put za razliku od nas koji se volimo sunčati. Upravo veliki dio kongresa, ističe doktorica, bio je posvećen hiperpigmentacijama, ozljedama kože nakon sunčanja.

" Standardi ljepote su poznati od starih Grka i nije se tu puno mijenjalo. U posljednje vrijeme imamo trendove koji su isforsirani društvenim mrežama. Za trendovima se ne treba povoditi. Ono što je prolazno ne treba raditi na sebi trajno, jer što kada trend ode. Trendovima ponekad treba pristupiti i kritički, pa klijentu reći ovo nema smisla, kada je to potrebno. Svaki tretman nije rješenje za sve, postoje indikacije kad se nešto radi. Uvijek nastojim svojim klijentima objasniti što se očekuje a što se može dobiti od tretmana. Povjerenje klijenta je neophodno kao i dobar odnos sa klijentom".

Pitali smo za njezino mišljenje o trendu velikog povećanja usana. " Za povećanje usana danas se koriste materijali koji su isključivo na bazi hijaluronske kiseline, što je reverzibilno i može se vratiti u prvobitno stanje. Moj savjet je za klijente koji žele imati povećane usne da to rade u nekoliko tretmana, nikako ne u jednom".

Statistika pokazuje da sve veći broj mladih traži estetske usluge, stoga nam je doktorica Ivonne objasnila; " Popularizacijom ovih zahvata neke stvari su postale beauty rutina. Tu odvajam estetsku medicinu i kirurgiju. Mladi su puno ranije osvijestili potrebu za njegom. Žene puno ranije dolaze i traže tretmane u smislu prevencije (radiofrekvenciju, mezoterapiju, kolagenizaciju kože...). Dugoročni rad na sebi i ulaganje u prevenciju je karakteristično za mlađe".

Uvijek postoje i nezadovoljni klijenti, koje želimo izbjegići upravo prvim razgovorom. Objektivno nezadovoljstvo može nastati kada nastanu komplikacije nakon operacije. Vodimo klijenta kroz cijeli postoperativni postupak dajući mu kvalitetne upute, dobro objasnimo čega se mora pridržavati i zašto se nešto događa. Kada to kvalitetno riješimo svi su klijenti zadovoljni".

U opuštenom dijelu razgovora doktoricu smo pitali kako se nalazi u Opatiji nakon života u Zagrebu, kakva joj je podrška obitelji, kako provodi slobodno vrijeme, jesu li žene same sebi nametnule neke životne norme.

Odgovore doktorice Ivonne Žgaljardić na sva pitanja pogledajte u emisiji na linku:

<https://www.youtube.com/watch?v=P3sZbH8UM0w>

Kontakt: CENTAR ZA ESTETSKU KIRURGIJU DR. IVONNE ŽGALJARDIĆ

Nova Cesta 46/B, 51410 Opatija

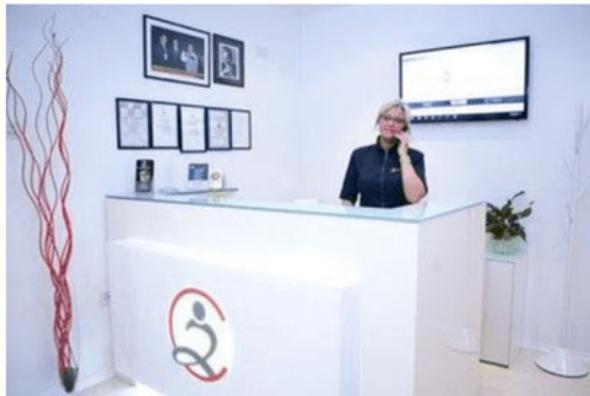
@dr.ivonne_zgaljardic

@zgaljardic_clinic





Opatija klinika Villa Elite, Nova cesta 46b



lijevo: ulaz u kliniku
gore : prijem



by
Emmy DE



HIFU CFU - ELIFE

NEKIRURŠKA ESTETSKA PROCEDURA

U Kliniku Dentalsan stigao je HIFU CFU- Elife Biotec - najnovija generacija aparata. Pitali smo dr.Vivian Jurković detalje o aparatu:

O kakov se točno aparatu radi?

Radi se o medicinskom aparatu koji za tretmane koristi visoko fokusirani ultrazvuk s inovativnom metodom aplikacije, a takav terapeutski pristup omogućava simulaciju prirodnog staničnog mehanizma sa zadaćom regeneracijе.

U čemu se ova procedura razlikuje od tradicionalne HIFU procedure?

HIFU- Elife značajno reducira vrijeme trajanja tretmana zahvaljujući novoj EASYFLOW aplikacijskoj metodi i prilagodbom emisije ultrazvuka na 10 Hz.

Što to znači za rad s aparatom?

Medicinsko osoblje koje izvodi tretman ima mogućnost personaliziranja tretmana izborom različite jačine i emisije ultrazvuka.

Koje rezultate postižemo sa aparatom?

Rezultati su: zategnutost i rejuvenacija kože, poticanje stvaranja novih kolagenih niti, neinvazivni lifting efekt na licu i vratu, poboljšanje elasticiteta kože na licu, vratu i dekolteu, smanjenje periokularnih, maksilarnih i nazolabijalnih bora, poboljšanje vidljivih ožiljaka od akni, reduciranje akumuliranog masnog tkiva, terapija hiperhidroze.....

Kako izgleda tretman lica ?

Tretmani se izvode samo u jednoj posjeti i nakon toga taj tretman možemo ponoviti tek za 7, 8 mjeseci. Na licu i vratu koristimo nekoliko dubina emitiranja ultrazučne zrake i to na 1,5 mm, 3,0 mm i 4,5 mm. U području podbratka HIFU Elife koristimo uspješno za smanjenje vidljivih masnih naslaga, ali i zatezanje kože te možemo izvoditi do 3 tretmana u razmaku od 20 dana

Da li je potrebno koristiti i neke druge tretmane ili aparate koje imate da bi se dobio najbolji rezultat?

Da tretmane bi trebalo kombinirati s HydraFacial tretmanom da se dobije zategnutost, sjajna, blistava i hidratizirana koža.

Kakva kozmetika se koristi uz tretman aparatom?

Tokom tretmana apliciramo razne skinboostere kojima se dodatno hidratizira koža, potiče jače stvaranje novih kolagen niti, jača barijera kože.

Njegujete individualni tretman za svakog klijenta?

Svaka problematika lica je drugačija i treba joj pristupati kompleksno, kombinirati tretmane da bi rezultati eksponencijalno rasli te bili zadovoljavajući. Kod nekog je naglasak na hidrataciji, a kod nekog na boosteriranju kože i slično.

A što je sa kućnom njegom?

Kućna njega je vrlo važna za održavanje dobrih rezultata nakon terapije i svakome preporučujemo posebno prema problematici koju ima.

Kako aparat djeluje na tretmane tijela, mršavljenje , smanjenje masnih naslaga ?

Ultrazvuk apliciramo i po 13 mm (6 mm, 9 mm, 11 mm, 13 mm), što omogućava rješavanje tvrdoglavih nakupina na nadlaktici, natkoljenici, trbuhi, stražnjici, bedrima. Postiže se i zategnutost kože.

Preporučujemo i terapiju hladnim laserom i aplikaciju lipolitičkih koktela kod onih klijenta koji imaju veliku nakupinu masnih naslaga.

Koji se još tretman može raditi ovim aparatom?

Bitnu indikaciju HIFU ELIFE terapije, je hiperhidroza (prekomjerno znojenje) gdje rezultate dobivamo i bez aplikacije botoxa.

"Uz sve ove benefite HIFU Elife tehnologije važno je napomenuti da su tretmani ovim aparatom potpuno bezbolni zbog naprednog sistema hlađenja unutar aparata te isto tako ne izazivaju jako crvenilo nakon tretmana" , za kraj razgovora rekla nam je dr.Jurković.

Za dodatne informacije:

web stranica

www.drivianestetskamedicina.com

broj telefona 098253307 te

Instagram profil: @drvivian_esteticmedicine





Iz frizerskog salona



Posjetili smo Frizerski salon Elvita u Velikoj Mlaci. U razgovoru sa vlasnicom Elvitom Škorić saznali smo više o njezi kose tijekom zimskog perioda a i koje su trendovi u frizurama.

U svom razgovoru gđa. Elvita ističe da je frizer važna osoba u životu svake žene; "klijenti se puno povezuju u salonima se prepričavaju svakodnevni događaji ali i stvori se povjerenje jer često je frizer baš ta osoba kojoj se govore one stvari koje se " inače ne govore nikome".

U trendu je ponajprije zdrava kosa." U hladne dane trebamo detoksikaciju vlasišta dobar piling na tjemenu, kosu treba dobro njegovati prvo u salonu a nastaviti u kućnoj njezi sa preporučenim preparatima visoke kvalitete. Smatra se da ako stavimo više proizvoda na kosu da će se prije zamastiti i da ćemo time postići loš efekt. No to nije točno. Kad je kosa suha ona iz atmosfere povuče sve loše i zato joj trebaju kvalitetni proizvodi da bi dobro izgledala", objasnila je gđa. Elvita.

Na pitanje koji su trendovi u bojanju kose gđa. Elvita kaže da su cimet, zlato sa bakrom, bež nijanse dosta tražene, no da je odabir boja za klijenta individualan. Ovisi o željama klijenta ali i preporuci frizera s obzirom na ten, oblik lica, oči.

Muškarci su sve zahtjevniji, traže ozbiljnije promjene u frizurama, izbjeljivanje, bojanje, isCRTavanje sa britvom, njegu brade. Frizer za muškarce treba biti educiran jer su zahtjevi svaki dan veći.



Frizerski salon Elvita
Ivana Lackovića 36 a, Velika Mlaka
091 526 3464

Cijelu emisiju pogledajte na:
<https://www.youtube.com/watch?v=2RFuRqCWk1k&t=425s>



Gimnastika lica by Seka Zebić

Snimajući emisiju sa glumicom Antonijom Stanišić Šperandu posjetili smo mr.ph. Seku Zebić i upoznali se sa gimnastikom lica.

Seka Zebić diplomirala je na Farmaceutskom fakultetu u Zagrebu 1973. godine. Kozmetički salon otvara 1977. godine. Svoju aktivnost u kozmetici i kozmetologiji širi na proizvodnju kozmetičkih proizvoda, a osim u praktičnom radu istovremeno svoje znanje koristi za edukaciju kozmetičarki. Cijela njena djelatnost bila je usmjerenja prirodi, istraživanju djelovanja prirodnih supstanci i metoda. To potvrđuje njezin dugogodišnji rad i knjiga "Kako zaustaviti starenje" koja ima za cilj pokazati kako na prirodan način, gimnastikom, postići lifting lica i usporiti starenje, a jednostavnim ali ciljanim programom vježbanja tijelu osigurati dugovječnu vitalnost i mladost.

U emisiji Abeceda ljepote gđa. Seka Zebić otkrila nam je kako je uspjela uspostaviti sklad između prolaznosti vremena, zdravlja, izgleda i optimizma.

Glumica Antonija rekla je da redovito koristi kozmetičku liniju koju je osmisnila mr. ph. Seka Zebić a koja se sastoji od tri proizvoda:



Imuno Derm ulje za suhu, zrelu i dehidriranu kožu, sastoji se od hladnoprešanih ulja ploda divlje ruže, koštice marelice i makadamije te vitamina F forte, ekstrakta borovnice i ružmarina. Dubinski njeguje suhu, zrelu i osjetljivu kožu lica, vrata i dekoltea vraćajući joj elastičnost i potrebnu otpornost na vanjske utjecaje. Brzo se upija u kožu a zbog idealnog omjera omega - 3 i omega - 6 masnih kiselina , vitamina A i E ovo ulje je moćan saveznik u borbi protiv izraženih bora na licu, vratu i dekolteu.



- **Imuno Derm serum** za modeliranje lica obnavlja, zaglađuje, regenerira i jača imunitet. Zbog vrhunskih aktivnih sastojaka rješava probleme od mladenačke, masne aknaste i osjetljive do zrele kože. Serum obnavlja lipidnu barijeru suhe i ispucale kože, zadržava vlagu te osigurava fiziološku interakciju.Sadrži i vitamin D za liječenje nepravilnosti, upalnih procesa, akni,dermatitisa i alergijskih procesa. Preporučuje se bez obzira na starosnu dob i vrstu kože za svakodnevnu njegu.



- **Imuno Derm krema** za lice, vrat i dekolte od kvalitetnih sastojaka poput hladno prešanih ulja argana i koštice marelice, CO2 pulpe pasjeg trna, D vitamina, hijaluronske kiseline, ceramida, kolagena, elastina i hidrolata bušina. Koži pruža 24 satnu zaštitu i njegu suhe, dehidrirane, osjetljive i zrele kože koja u kombinaciji sa uljem i serumom iz iste linije postaje vidno glatka i hidratizirana boljeg tonusa i čvrstoće.



U kratkom druženju mr. Seka nam je otkrila da problemi kože kreću od mladosti: " Sve počinje u mladosti. Sve dobro ili loše što smo u mladosti radili u srednjim se godinama odražava na našem tijelu. Ako ste u mladosti živjeli užurbano, ne poštjući mogućnosti i ograničenja svoga tijela, ono će vam to vratiti ubrzano stareći."

Gimnastika lica djeluje kao lifting lica bez kirurškog zahvata,a kod nastajanja bora mr. Seka kaže: " Velika sreća je da bore ne nastaju preko noći nego nastaju postupno, najprije kao da se najavljuju tankim linijama na pojedinim dijelovima. To nam daje naslutiti da će se na tom mjestu jednog dana pojavit dublja brazda. I tako ih možemo spriječiti jer znamo gdje i kako nastaju".

U svom tretmanu lica i gimnastici lica glumica Antonija je uživala i dobila još praktičnih znanja koja može svakodnevno primjenjivati u svojoj dnevnoj rutini. Antonija ima divnu kožu i mimiku lica iako kaže da je već u ranoj mladosti morala naučiti brinuti se o svojoj koži zbog preteške kazališne šminke. Prirodnu kozmetiku i gimnastiku lica glumica preporučuje svakome.

Cijelu emisiju o gimnastici lica pogledajte na linku :

<https://www.youtube.com/watch?v=fHnIY3DZ2R8&t=90s>

Na predstojećem Festivalu estetike mr. Seka Zebić na predavanju će objasniti sve o tome kako na prirodan način zaustaviti starenje.

**Gimnastika lica by Seka Zebić
Petrovaradinska 91
tel: 01 3881 811**

<https://gimnastikalica.com/hr/>



Dobro došli na imanje obitelji Bunčić !



Od 1994. godine kada je otvoreno obiteljsko imanje, svojim gostima nudi toplu dobrodošlicu, a gosti će svojom posjetom imanju otkriti jedinstven ugođaj i mjesto na kojem mogu prekrasno provesti vrijeme, uživati u jednostavnosti darova prirode i opuštati se u mirnoj atmosferi a sve daleko od gradske vreve. Imanje je smješteno na prekrasnom mjestu usred **Martin brega**.

U **Kleti obitelji Bunčić** naći ćete idealno mjesto za organizaciju raznih proslava kao što su rođendani, krštenja, pričestvi, krizme, vjenčanja...

Imanje raspolaže sa 40 komfornih soba opremljenih TV-om, mini barom, klimom i kupaonicom u kojima možete produžiti svoj boravak.

Velika Klet obitelji Bunčić nadaleko je poznata po **bogatoj gastronomskoj ponudi** koja se sastoji od probranih jela po domaćim recepturama.

Imanje obitelji Bunčić biti će s nama u emisijama, na ekranu ćemo vam pokazati njihove vrhunske delicije na njihovim lokacijama;

Klet obitelji Bunčić, Šaškovečka 182 i Ribarskoj Kolibi, Rugvička ulica 217 u Dugom Selu.

Svoju **rezervaciju** napravite i pozivom na tel: +385 1 2781-133 ili e-mail: info@buncic.hr





8. FESTIVAL ESTETIKE ABECEDA LJEPOTE - NAJAVA !!!

S ponosom najavljujemo 8. Festival estetike koji će se **održati 10.veljače 2024. u Zagrebu**. Ove godine imamo novi koncept u trajanju od jednog dana. Festival će okupiti najveća imena hrvatske estetike. Sudionici će se okupiti na jednom mjestu, te će se kroz razgovore sa posjetiteljima moći predstaviti i objasniti sve o izabranim tretmanima. Moći će sudjelovati samo osam **predstavnika poliklinika** te na najbolji način predstaviti sebe i svoj rad. U edukacijskom dijelu posjetitelji će čuti o najvećim trendovima estetike kroz zanimljiva predavanja.

Družiti ćemo se sa **zvijezdama hrvatske estradne scene** kroz panel raspravu na kojem će poznate osobe govoriti o estetskim tretmanima koje koriste.

Ulaz za posjetitelje je uz akreditacije. Sve detalje pronađite **uskoro** na našoj web stranici www.abecedaljepote.hr



*Mašnica
pokloni*



Mašnicapokloni.com je internet trgovina tvrtke Mašnica poklon dućan d.o.o. a osim internet trgovine imamo i poslovcu u centru Dugog Sela - 20 min od centra Zagreba.

Želite li kvalitetan hrvatski proizvod personaliziran i napravljen s ljubavlju, posjeti nas i naruči najljepši poklon paket.

Kod nas te očekuje bogata raznovrsna ponuda poklona i poklon paketa za one sa nafinijim ukusom i za sve prigode.

Daruj s MAŠNICOM!



Mašnica poklon dućan d.o.o., Kolodvorska 8, Dugo Selo,

masnicapokloni

f masnicapoklonducان

masnicapokloni.com,

goli

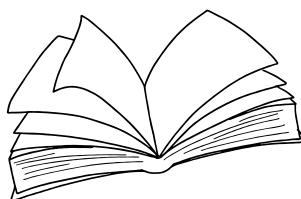


Svjež i senzualan mirisni izričaj inspiriran cvjetnim notama najboljih svjetskih parfema.

Proizvod: PARFEM

Abeceda ljestvica 50 ml

50 Eur
376,70 kn



2.00 Eur
15.07 kn

Magazin Abeceda ljestvica izlazi mjesечно kao online izdanje sa zanimljivim temama o estetici, modi, ljestvici i poznatim osobama. Dostupan online na www.abecedaljestvica.hr i na platformi Magster.

**Proizvod: ONLINE MAGAZIN ABECEDA
LJESTVICA jedan BROJ**



Serum za modeliranje lica obnavlja, zaglađuje, regenerira i jača imunitet. Zbog vrhunskih aktivnih sastojaka rješava probleme od mladenačke, masne aknaste i osjetljive do zrele kože.

Proizvod: ImunoD3erm serum by Seka Zebić 30ml

47,00 Eur
354,12 kn



Dubinski njeguje suhu, zrelu i osjetljivu kožu lica, vrata i dekoltea vraćajući joj elastičnost i potrebnu otpornost na vanjske utjecaje. Brzo se upija u kožu a zbog idealnog omjera omega - 3 i omega - 6 masnih kiselina , vitamina A i E ovo ulje je moćan saveznik u borbi protiv izraženih bora na licu, vratu i dekolteu.

Proizvod: ImunoDerm ulje 30ml

44,00 Eur
331,52kn



Koži pruža 24 satnu zaštitu i njegu suhe, dehidrirane, osjetljive i zrele kože koja u kombinaciji sa uljem i serumom iz iste linije postaje vidno glatka i hidratizirana boljeg tonusa i čvrstocene.

Proizvod: ImunoD3erm krema 50ml

41,00 Eur
308,91 kn



KREMA ZA TIJELO NAMIJENJENA KOŽI SKLONOJ MASNIM NASLAGAMA, CELULITU, ZADRŽAVANJU VODE TE MLITAVOSTI.

Nježna emulzija za tijelo namijenjena tretiranju područja stražnjice, trbuha, struka, bedara i listova kroz inovativnu formulu na bazi smeđih i crvenih algi

Proizvod: KREMA ZA TIJELO – Dr. Vivian's Silhouette

45,05 Eur
339,43 kn



IDUĆI BROJ IZLAZI 08.01.2024.