

37 trikov & nasvetov za ličenje

Vizažistka Maja Vučina razkriva svojo zgodbo in 37 preprostih, a učinkovitih trikov za lepotičenje.



PRIPOROČA

NINA
PUŠLAR

nasvet #1

Prepusti se in uživaj!

V službi, na kavi s prijateljicami, na večerji s partnerjem ali pa kar tako. Ker uživaš v svoji lepoti.



Ličenje je z dobrimi ličili in majhnimi triki lahko tako zelo preprosto in zabavno!

Vedno in povsod si lahko še bolj samozavestna - s pomočjo izjemno preprostih lepotnih zvižac lahko v nekaj minutkah zablestiš še bolj, kot si sama misliš.

Moj poklic je, da zanetim iskrice v očeh in poudarim prednosti tvojega obraza. Želim si, da to doseževa že danes.

Greva skupaj na pot spoznavanja ličil?

Maja Vučina,

make up mojstrica in avtorica e-knjige

P. S.: Za še več nasvetov in unikatno ponudbo ličil, kozmetike ter pripomočkov za ličenje in lepotičenje obišči [spletno trgovino Ličila.si](http://spletno.trgovino.Ličila.si). ;)

nasvet #2

Kako zagovarjati uporabo ličil?

Tvoj obraz je kot prazno platno. Tvoja odločitev je, s kakšno umetnino boš danes navdušila svet okrog sebe.



V restavraciji ti lahko prinesejo jed na čudovitem krožniku, s preišljeno dekoracijo in okusno pijačo. Seveda ti lahko isto jed postrežejo tudi na plastičnem krožniku.

Zagotovo boš prvi obrok pojedla z največjim užitkom, kar pa še ne pomeni, da v drugi restavraciji hrana ni užitna.

Podobno je pri make up-u. Seveda si čudovita brez njega, **a z njim lahko prižgeš iskrice v očeh in poiščeš vir dodatne samozavesti**, ki jo v današnjem svetu še kako potrebuješ. Občutek, da si na obrazu poudarila prednosti in skrila napake, je osvobajajoč.

Ne pozabi, ženske smo umetnice, make up pa naša muza. Če ne verjameš, poskusi! 😊

nasvet #3

Kako biti še lepša od Egipčanke in Rimljanke?

Kozmetiko so poznale že v prazgodovini. Namreč, takoj, ko se je ženska začela zavedati svoje čarobnosti, je začela z različnimi metodami lišpanja.

Morda se ne strinjaš, a dejstvo je, da ima vsaka ženska estetski čut. Vedno želimo poudariti svoje prednosti in skriti pomankljivosti.

Ni družbe, ki ne bi uporabljala kozmetike. Že v samih plemenih na drugem koncu sveta lahko najdemo pripomočke iz različnih sestavin (oglje, kamniti minerali, rože, zelišča), ki jih ženske s veseljem uporabljajo.

Rimljani in stari Egipčani so verjeli, da z naličenimi očmi odvrčajo zle duhove in tako izboljšajo vid, pogled. Še tako revni ljudje so takrat uporabljali ličila. V starem Rimu so ličila izdelovale ženske sužnje, ki so jih imenovali »Cosmetae«.

Ličili so se predvsem v pripravah na boje. Vsaka barva je imela svoj pomen in vsaka črta je nakazovala neko pripadnost. Zato pravim: »Ličila so kul«. V nekaj minutah se lahko preleviš v divo. Poudariš barvo svojih oči. Poudariš svoje lepe ustnice. Lička. Luškan nosek. Res noro!



Ne sprašuj se več: »Zakaj?«. Raje si reci: »Zakaj pa ne?«. Ne boj se uporabljati ličil! Nimaš se česa bati. Igraj se, raziskuj sebe in svoje poglede na svet! ;)

Predvsem pa bodi pogumna in si kdaj privošči lepotni trik starih ljustev. Si vedela, da so takrat uporabljale mineralna ličila? Ta za razliko od večine ne vsebujejo škodljivih snovi in so primerna za vsak tip kože.

Na oči nanesi črno ali zeleno črtalo za oči, s temnejšim črtalom za obrvi ali pa kar z mineralno senčko pa poudari obrvi. Ne pozabi na lička, v starih časih so jih poudarjali predvsem z rdečimi odtenki.

V tistem času so prisegali predvsem na naraven make up, ki ga najlažje dosežeš prav z minerali. Mineralna senčila so načeloma sicer dražja, a na Ličila.si so na voljo odlični minerali Everyday Minerals, ki stanejo toliko kot običajna kozmetika, kakovost pa konkurira mnogo dražjim ličilom.



4. trik

Kako je vsak začetek ~~tezak~~ lahek?

Ne ustraši se žensk, ki imajo doma na tone ličil, ti pa si do sedaj kupila le kakšen glos, nevtralno šminko in puder, ki ga ne znaš nanesti.

Vse smo bile nekoč v podobni situaciji. Naj te potolažim, da pri make up-u ni napačnih potez. Vedno moraš preizkušati svoje meje in okus. Sicer obstajajo določeni napotki, ki jih boš mogoče spoznala prav danes, v tej knjigi. **Hkrati pa ne pozabi prebuditi ženske v sebi in eksperimentirati. Takrat se zabava šele prične.**

Za začetek imej pri sebi:

- **najljubšo kremo za obraz**, ki jo boš nanesla pred nanosom pudra

Predlog: Anatomicals dnevna krema.



- **tekočo podlago (puder)**, s katero boš izenačila svojo kožo na obrazu in vratu

Predlog: Barry M kremni puder.



- puder v prahu, s katerim boš zamatirala svojo podlago, da se obraz ne bo svetil

Predlog: Barry M puder v prahu.



- podlago za obstojnost senčk, drugače boš na koncu dneva imela popolnoma uničen očesni make up

Predlog: Izjemno dobra je BH podlaga za nanos senčil, ki je uporabna tudi za nanos na ustnice.



- kakšno senčko ali dve

Predlog: Odlične so paletke senčil, v katerih lahko za ugodno ceno dobiš več odtenkov. Na sliki je Sleek paleta senčil.



- črtalo

Predlog: Če se tvoji oči rade solzijo ali pa mora make up "obstati" tudi ob ekstremnih dogodivščinah, potem se odloči za vodoodporno črtalo.

- gloss

- šminko

Predlog: Če obožuješ šminke, potem poskusi s paletko 32 ali 66-ih šmink.



- osnovni čopič za obraz, saj boš z njim nanašala puder v prahu in pa rdečila za lička

Predlog: Barry M ali Konad čopiča sta odlična izbira.



- čopič za nanašanje senčil, saj boš z njim nanesla senčko na celotno veko.

- čopič za zabrisovanje senčil, da boš lahko različne odtenke med seboj zabrisala

Predlog: Odlična izbira so BH seti čopičev, v katerih za ugodno ceno dobiš čisto vse čopiče, ki jih nujno potrebuješ za nanos ličil.



- rdečilo za lička

Predlog: Če iščeš zelo pigmentirane, poskusi z Barry M rdečili, za naraven videz pa preizkusi Everyday Minerals ali Beauty UK rdečila.



- veliiiiik nasmeh

Seveda lahko za začetek tudi spustiš kakšen pripomoček ali dva, pomembno je le, da ne pozabiš na zadnjega ... ☺

5. trik

Kako zagotoviti pravilno nego obraza?

Čeprav imaš fanta, moža, punco ali nič od naštetega, vsaka ima svojega tipčka. Govoriva o tipu kože, ti, ti ... :)

In z upoštevanjem tipa kože boš lažje ugotovila, kako negovati kožo in jo tako pripraviti na ličila. Pozor, še tako dober make up ne bo rešil ali izbrisal težav s kožo, zato se vse prične pri negi kože.

Če želiš izvedeti, kako pravilno negovati kožo, moraš najprej ugotoviti svoj tip kože. Glede nanj lahko potem poiščeš izdelke, ki ti bodo ustrezali. Če je določena krema odlična za tvojo prijateljico, to nikakor ne pomeni, da bo ustrezala tudi tebi.

Običajno govorimo o petih osnovnih tipih kože: o **normalni, suhi, mastni, mešani in občutljivi koži**.

6. trik

Kako ugotoviti tip kože?

Vsak tip kože ima svoje specifične lastnosti, ki zahtevajo posebno nego in skrb. Predlagam, da narediš čisto preprost test.

Zjutraj, ko se zbudiš, vzemi navaden bel papirnat robec (tudi navaden bel papir pride v poštev), pritisni del robca na izbran del obraza in sledi spodnjim napotkom.

7. trik

Kako negovati svojo kožo glede na tip kože?

NORMALNA KOŽA

Če spadaš v skupino z normalnim tipom kože, na robcu ne bo maščobnih sledi.

Tvoja koža je na otip elastična, prožna in sijoča.

Normalna koža je najmanj problematična vrsta kože. Deluje čisto in gladko. Tudi z minimalno nego bo koža v zrelejših letih videti dobro.

Kljub občasnim mozoljčkom pred menstrualno dobo (zaradi povečane dejavnosti hormonov) je koža lepa.

OSKRBA NORMALNE KOŽE

Edina oskrba te vrste kože je čiščenje dvakrat na dan z nežnim čistilnim sredstvom za obraz.

Tudi voda, prepojena s cvetovi vrtnic, je odlična nega za ta tip kože. V vodo namoči šop cvetov rdeče vrtnice in pusti stati 24 ur. Voda bo tako obogatena z vsemi potrebnimi minerali in sestavinami, ki jih vsebujejo vrtnice, da bo kožo dobro nahranila.



Zvečer, preden greš spat, si kožo narahlo namaži s kakšno kremo za obraz, ki ne vsebuje olj, konzervansov in drugih nepotrebnih sestavin. Takšne kreme se hitreje uničijo, zato jih hrani v hladilniku.

Izogibaj se preveliki vročini in izdelkom, ki vsebujejo SPF (zaščitni faktor proti soncu), ker, če ni potrebe, kožo samo dodatno obremenjuješ. Enkrat ali dvakrat na teden si privošči domačo masko, ki spodbudi cirkulacijo, čisti obraz in nahrani kožo.

SUHA KOŽA

Če spadaš v skupino s suhim tipom kože, bo robec prav tako čist, vendar je koža na otip rahlo luskasta, suha in zelo napeta.

Barva suhe kože lahko hitro preide v bledikast ton, hitreje se pojavijo gube in pore, prav tako je koža nagnjena k prekomernemu staranju in razdražljivosti.

Izogibaj se izdelkom, ki vsebujejo **mineralna olja** in kameno olje (nafto).

OSKRBA SUHE KOŽE

Po tuširanju uporabi kokosovo olje ali karitejevo maslo. Te snovi vsebujejo naravne hranljive snovi, kot so naravna olja, vitamini A, C, D in E ter proteine.

Izogibaj se vodi iz pipe. Vem, da zveni smešno in skorajda nemogoče, ampak takšna voda vsebuje klor, florid in še marsikatero druge sestavine, ki niso zaželjene pri suhi koži.

Najboljša voda za čiščenje obraza je mineralna voda (ali led narejen iz mineralne vode), lahko pa seveda poskusiš z losjonom za suho kožo.

Pri suhi koži je zelo priporočljivo, da se ne tuširaš več kot pet minut. Uporabljaljaj nežno organsko milo, najboljšo milo za suho kožo je milo iz ovsene kaše. Po tuširanju kože ne drgni, ampak nežno popivnaj z brisačo. Namaži jo s kremo, ki je posebej prilagojena suhi koži.

Uporabljaljaj vlažilec zraka, sploh jeseni in pozimi.



MASTNA KOŽA IN NEGA

Pri mastni koži se bodo na robcu poznali oljnati madeži, najbolj na predelu lic, nosa in čela. Mastna koža je dokaj problematična – videti je mastno, oteklo in se nenaravno sveti. Taka koža ima tudi povečane pore in teži k povečanem nastajanju aken.

Paziti moraš tudi pri prehrani. Pri tej vrsti kože je pomembno, da v svoje telo vnašaš čim manj ogljikovih hidratov.

Izogibaj se bogatim kremam, namenjenim negi suhe kože. Zelo dobra maska za ta tip kože pa vsebuje naslednje sestavine:

- med
- domači jabolčni kis
- bio jajce

Priprava:

Skupaj zmešaj čajno žličko medu, 4-5 kapljic kisa in rumenjaka. Dobro premešaj. Iz polovice beljaka naredi sneg, ki bo služil kot lepilo za masko na obrazu. Beljak zmešaj z ostalimi sestavinami in počasi z žličko namaži po obrazu. Pusti delovati 15 do 20 minut. Potem sperij s toplo vodo. Koža bo sijoča, čista, nahranjena in gladka! (Zaradi beljaka se bo maska strdila – ne ustraši se tega, to je dobro in mora biti tako, da pride do pravega učinka).

Odlična odločitev so tudi matirni lističi, ki jih položiš na mastne predele obraza. Lističi vsrkajo maščobo.

MEŠANA KOŽA IN NEGA

Največ žensk ima mešan tip kože. Na robcu se bo poznalo nekaj lis maščobe, predvsem iz predela čela, nosu in brade (predel T). Na ličkah pa bo koža zdrava in normalna. Zaradi mešanice mastne in normalne/suhe kože, je potrebna posebna nega, ki pokrije vse dele po svojih najboljših močeh in učinkih na določenih mestih obraza.

Suha območja na obrazu se najpogosteje pojavljajo na licih in okoli oči. Na teh predelih uporabljaj bogate, mastne kreme, ki dobro oskrbijo suho kožo. Na mastnih področjih, kot so čelo, nos in brada, uporabljaj drugo kremo. Ne pozabi tudi na redno čiščenje obraza. Odlična odločitev so tudi matirni lističi, ki jih položiš na mastne predele obraza in vsrkajo maščobo.



OBČUTLJIVA KOŽA IN NEGA

Občutljiva koža je navadno zelo suha, na otip pa napeta. Velikokrat se pojavijo rdečice in luskavost, ki so lahko tudi srbeče. Občutljiva koža je nagnjena k različnim obraznim madežem.

Ta tip kože je najbolj problematičen in krhek tip kože, zato potrebuje posebno nego. Ker se bolj nagiba k suhosti, so izdelki, ki so namenjeni suhim tipom kože, prav tako dobri. Vendar se raje posvetuj z dermatologom, ki ti bo strokovno svetoval pri negi obraza.

Za čisto vsak tip kože pa velja še eno pravilo – ne pretiravaj in ne vztrajaj pri izdelku, ki ne prinaša rezultatov. Ne glede na ceno ali na znamko. Resnično pomembno je, da je koža tista, ki sije, ki je lepa, šele nato bodo ličila samo poudarila to lepoto.

8. trik

Kako najti pravi puder?

Puder je najbolj popularna kozmetika na svetu. Je enostavna za nanos, hitro prekrije razne nepravilnosti na koži, zapolni pore, obraz pa je po nanosu lep in svež.

Puder uravnava polt kože in je osnova za ličenje. Ima funkcijo vlaženja in hranjenja kože. Dobra podlaga pomaga zaščititi kožo pred umazanijo in vremenskimi pojavi.

Prednosti podlage:

- prekrije nepravilnosti
- daje videz popolne kože
- izenači polt kože
- prekrije odprte pore
- skrije majhne mozoljčke in madeže na koži
- ščiti pred UV žarki in okoljsko nesnago
- prekrije temne podočnjake



Na tržišču je ogromno vrst podlag. Imamo tekoče podlage, podlage v prahu (minerali), kremne podlage (mousse), podlage v paličici (stick foundation), kremne podlage,

Če s kožo nimaš težav ali pa je suha, izberi vlažilne kremne ali tekoče podlage (*predlog: Sleek ali Barry M tekoča podlaga*).

Če paziš, kaj daš na kožo in je tvoja koža obenem tudi zelo občutljiva, preizkusi Everyday Minerals podlago. Mineralna podlaga ne vsebuje škodljivih snovi, obenem pa je na voljo v treh verzijah:

- Original Glo (za normalno in suho kožo, polprekrivna podlaga)
- IT (mat podlaga, zelo prekrivna in primerna za normalno in mastno kožo)
- Semi-Matte (svilnato satenasta podlaga, ki zelo dobro prekriva in je primerna za vse tipe kože)



9. trik

Kako poiskati pravi odtenek pudra?

Ampak preden sploh nanesemo podlago na obraz, je treba vedeti naslednje.

- Potrebuješ puder, ki odgovarja tvoji koži.
- Barva pudra se mora ujemati **z barvo vratu**, in ne obraza.
- Pudra **NE nanašaj na roko**, kadar izbiraš pravi odtenek. Velikokrat nam prodajalke napačno predstavijo podlago že s tem, da nam dajejo puder na zgornjo stran roke ali pa na zapestje. Napaka! Puder nanesi na VRAT, LIČNICO in pa ČELO. Samo tako boš našla pravilni odtenek.

Kako pa je pri nakupih preko spleta? Pri nas ti ponujamo mini pudre za zelo ugodno ceno. Tako lahko preveriš teksturo in odtenek še pred nakupom velike verzije pudra.



10. trik

Kako nanašati tekoči puder?

Ko najdeš popolen odtenek, začni z nanosom. Najprej nujno očisti kožo.

Z bombažnimi krpicami očisti obraz in vrat. Š čim? Odvisno od želje – ene prisegajo na mila, druge na čistilno mleko.

Naj bo čiščenje učinkovito. Ko je koža čista, vzemi svojo dnevno kremo za obraz. Obvezno jo nanesi pred podlago. To pa zato, da:

- dodatno zaščitiš kožo pred vsemi prej naštetimi težavicami
- kožo še dodatno nahraniš
- porabiš manj pudra, kar pomeni, da koža tudi lažje diha, videz kože pa je lepši zaradi manjšega nanosa pudra

Podlago sicer lahko nanašáš s prsti, a bo debelejša. Predlagam, da si kupiš poseben čopič za podlago ali gobice. Z gobicami ali čopičem nanesemo manj podlage, videz pa je lepši.



11. trik

Kateri korektor je pravi zame?

Na trgu je veliko korektorjev. Nekateri so tekoči, drugi v sticku, kremni, v prahu, ...

Največkrat opaziš bež korektorje. Pa se ti je že zgodilo, da z njimi nikakor nisi mogla prekriti nepravilnost na obrazu? Pomemben je namreč tudi odtenek. Beri naprej!

Kateri korektor je torej pravi zate?

Zeleni korektorji nevtralizirajo rdečico, akne, kapilare in razdraženo kožo. Pinky korektorji prekrivajo temne kolobarje pod očmi in modre vene. Rumeni korektorji poživijo izjemno svetlo kožo, prekrivajo rdečico in prekrijejo vijolične podočnjake.

Bež korektorji pa so primerni za različne polti za prekrivanje podočnjakov, manjših in večjih nepravilnosti in so načeloma najbolj nevtralna izbira.

Namig: Everyday Minerals korektorji v prahu so na voljo v različnih odtenkih in zagotovo je tudi kakšen za rešitev tvojih težav.



12. trik

Kako nanašati puder v prahu?

Na koncu dodaj še puder v prahu/kamnu. Najboljši so pudri, ki so brezbarvni (translucent), ker ne spreminjajo barve podlage.

Zakaj nanos pudra v kamnu/prahu? Ker sama tekoča podlaga ne more dolgo obstati, če ni dobro fiksirana. Predstavlja si tekočo maso, kateri dodaš prah. Masa postane debelejša oziroma težja za mešanje. Dlje časa ostane na mestu oziroma težje se premika. Enako je s tekočim pudrom v kombinaciji s pudrom v prahu/kamnu.

Vzemi velik čopič in ga pomoči v puder v prahu, otresi ter prični nanašati po obrazu. Če se odločiš za puder v kamnu, ga nanašaj s priloženo gobico.

Predlog: Dame so izjemno zadovoljne s Sleek in Barry M zaključnim pudrom.



13. trik

Kateri odtenki senčil so popolni zame?

Danes ni več možnosti, da ne bi našla »the one« senčke. Že zaradi možnosti internetna nakupovanja se je ponudba toliko povečala, da so tvoje najljubše senčke le še klik stran.

Kako torej izbrati odtenek?

Za zapeljivke z zelenimi očmi so pravi odtenki:

- vijolične barve
- rjave (čokoladne) barve, zlati odtenki
- rdečkasti odtenki (marelične barve, bakrenasti odtenki)

Odtenki za lepotice z modrimi očmi:

- rjavi (vseh odtenkov)
- zlati odtenki, bakrene barve
- vijolični odtenki (marelični, koralni)



Za **rjave oči** velja na izi pravilo:

Rjavi barvi ustrezajo skoraj vse barve. Raziskuj odtenke in kmalu boš ugotovila, katera ti najbolj ustreza. Ne pozabi na ten kože, ker tudi le-ta pomaga pri izbiri »prave« barve.

Seveda obstajajo oči, katerih barva ni le rjava, zelena ali modra. V teh primerih imaš še večjo možnost izbire barv. Edino pravilo je polna mera samozavesti!

Vredno si je vzeti čas in malo raziskovati, ker ko boš odkrila »svoje« barve, ti bo tudi kasneje veliko lažje izbrati pravi odtenek.

Zapomni pa si še eno »pravilo« - ne uporablaj make up-a, ki je ali bo enak barvi tvojih oblačil. Seveda obstajajo izjeme, ampak načeloma velja neko pravilo, da naj bo tvoj barvni izbor make up-a drugačen od oblečenega. Zakaj? Ker potem določene barve prevladujejo in je vsega skupaj enostavno preveč.



14. trik

Kako bodo senčila bolj obstojna?

Včasih se mogoče popolnoma neupravičeno razjeziš nad kakovostjo določenih senčil. Kakovost je sicer zelo pomembna, a še tako drage senčke ne bodo naredile čudežev, če ne boš pred nanosom pripravila veke.

Po nanosu pudra na veko nanesi podlago, "primer". Na voljo so v tekoči, kremni obliki ali v svinčniku.

Ko ga naneseš na veko, nanesi še malenkost pudra v prahu, šele nato prični z nanosom senčil.

Tako bo make up obstojen cel dan. Pomembno je le, da najdeš pravi "primer" zase. Nekaterim bo lahko določen izdelek fiksiral make up za cel dan, pri drugih ne bo tako. Zato ne pozabi - testiraj, testiraj, testiraj!

Predlog: Ličila.si ekipa prisega na BH "primer", ki odlično deluje v kombinaciji z vsemi senčili.



15. trik

Kako nanašati senčila?

Tudi pri nanašanju senčil obstajajo različne tehnike. Veliko žensk uporablja kar prste, vatirane palčke in seveda čopiče. Vseeno pa s prsti ali z vatiranimi palčkami ne moreš ustvariti videza, ki ga lahko pričaraš s čopičem. Zato menim, da so čopiči še najboljša izbira, ker imajo številne prednosti:

- kupljen čopič lahko uporabljaš leta in leta (ob pravilni uporabi in negi),
- vatirane palčke mečeš stran ob vsaki uporabi – s tem nisi ekološka,
- umazani prsti od senčil in posledično senčke se hitro znajdejo še kje drugje na obrazu.

Res je, da so čopiči malenkost dražji, ampak ta denar se zelo hitro povrne.



16. trik

Katero črtalo je pravo zame?

Črtala so lahko »prebrisana« in občasno težje obvladljiva. Tehnik nanašanja je kar nekaj, vsaka, ki bolj ali manj obvlada nanašanje črtala, si ustvari svojo tehniko, ki ji najbolj ustreza.

Ko sem sama začela s črtalom, je bila moja črta vse prej kot na pravem mestu. Črta sploh ni bila ravna, tekle so solze, ker je tekoče črtalo prišlo v stik s sluznico. Ni bilo ravno prijetno ☺

Ampak po več poskusih in vztrajanju sem dobila mirno roko in želen rezultat. V bistvu sploh ni nek bav-bav, prisežem.

Za začetek bo mogoče najlažje, da poskusiš z nanosom klasičnih črtal. Ne skrbi, črte ni treba nanesti mikroskopsko natančno, ker greš lahko po nanosu prek črte s kakšim tankim čopičem in zabrišeš meje.

Ko boš že prava strokovnjakinja, poskusi tudi s tuši za oči, ki so zelo obstojni.

Če se ti oči solzijo, potem poskusi z vodoodpornimi črtali, sicer uporablaj običajna.

17. trik

Kako najlažje nanašati črtala?

Nanašaj ga tako, da roko, v kateri držiš črtalo, nasloniš na ličnico. Ker bo roka naslonjena, ne bo tresenja in premikanja. Roka bo namreč lepo počivala in premikali se bodo samo prsti.

Veliko žensk se trudi narediti lepo, črno črto v eni sami potezi. Ampak hej, zakaj? Še po toliko letih ga nanašam v kratkih potezah, dobesedno po črticah, ki jih povezujem. Poskusi!



18. trik

Kako izbrati odtenek blusherja?

Katero barvo izbrati? Naredi test. ☺ Ko boš telovadila ali pa te bo malenkost zeblo, se ti bodo lička obarvala. Zapomni si **to** barvo, ker je idealna pri iskanju odtenka.

Lahko pa poskusiš naslednje. Z rokami narahlo udari po licih, ki se bodo hitro obarvala. Predlagam, da to narediš doma, ko si sama. ☺ Če se bodo obarvala vijolično ali modro, potem si nekaj naredila narobe. ☺

Spet tretja možnost je iskanje odtenka glede na barvo tvojih ustnic. Svetlejšim tipom kože ustrezajo odtenki v rožnati, olivni in breskovi barvi. Temnejšim tipom kože pa marelične barve, tudi rdeča.

Namig: Če imaš rada nežne in naravne odtenke, potem poskusi Everyday Minerals ali Beauty UK blusherje. Če prisegaš na močno pigmentacijo, potem so zate super Barry M rdečila ali bronzerji.



19. trik

Kako nanašati blusher?

Rdečilo se nanaša na ličnice. Nasmehni se in jabolko, ki se pri tem izbokli, je mesto, kamor naneseš izdelek.

Sama vedno nanašam rdečilo tako, da čopič **vrtim v majhnih krogih** navzgor proti očem/čelu. Tako rdečilo vedno ostane na mestu in še malo preide na zgornje linije lic.

Namig: Za nanos blusherjev uporabljam veliki čopič, ki ti bo prišel prav tudi pri nanosu pudra v prahu. Lahko pa preizkusiš čopič s poševnimi ščetinami.



20. trik

Kako izbrati maskaro?

Naj ti zaupam skrivnost. Čisto vsaka maskara na tem svetu avtomatsko podaljša trepalnice in jim da volumen. Ampak pozor, trik ni toliko v maskari kot v glavničku in tehniki.



Glavniček 1: ovalna glava, ki da predvsem volumen trepalnicam.

Glavniček 2: sintetična ovalna glava, ki se dotakne čisto vsake trepalnice, jim da volumen in jih ne zlepi skupaj.

Glavniček 3: glava z dvojnim učinkom. En del lepo razčese trepalnice in jih zravna, drugi del pa jih podaljša in odebeli.

Glavniček 4: podobno kot maskara št. 2.; ima manjše ščetine, zato tudi bolj precizen nanos.

Glavniček 5: miniaturni glavniček, ki razčese trepalnice, jih ukroti in podaljša. Včasih se zatakne pri nanosu, ker so ščetine zelo majhne in sintetične.

Glavniček 6: glava, ki predvsem podaljša trepalnice, ponavadi ti glavnički vsebujejo še dodatna vlakna za volumen.

Glavniček 7: sintetične ščetine, ozka in dolga glava. Doseže še tako skrite trepalnice, jih umesti v linijo in podaljša.

Obstajajo pa tudi maskare, ki se imenujejo »**primer mascara**«, kar v slovenščini nekako pomeni »podlaga«. So v beli barvi, z njimi dodatno povečaš trepalnice in poudariš barvo maskare. Imajo predvsem negovalni učinek.

21. trik

Kako nanašati maskaro?

Za dober nanos maskare je potrebna predpriprava trepalnic. Če tvoje trepalnice niso dovolj privihane, jih zavihaj z vihalcem.

A pazi! To stori pred nanosom maskare! Če jih vihaš potem, ko si že nanesla maskaro, se bodo trepalnice zlepile, nekatere se bodo tudi izpulile iz kože in izpadle. Nič kaj prijeten občutek.

Nato izberi pravo maskaro. Na voljo je mnogo barvnih odtenkov. Če želiš naraven videz oči, potem izbrana maskara naj ne bo temnejša od dveh odtenkov barve tvojih naravnih trepalnic.



Maskaro nanesi na zgornje trepalnice v plasteh. Pazi, da jo naneseš od korenine do konice trepalnice. To počni »ravno« in ne »vijugaj« trepalnic iz ene strani na drugo, ker se ti lahko zlepijo.

Koliko plasti maskare boš nanesla, je odvisno od tebe in učinka, ki ga želiš doseči. Spodnje trepalnice ne vihaj, nanje pa po zgornji strani trepalnic nanesi eno plast maskare vse od korenine do konice. Sledi naravni rasti trepalnic.

22. trik

Kako podaljšati trepalnice?

Si tudi ti želiš imeti daljše trepalnice? Dobrodošla v našem klubu – večina deklet je v njem. A le nekaj je tistih srečnic, ki imajo zares doooooolge naravne trepalnice. Če te moti dolžina trepalnic, obstaja veliko načinov, kako jih podaljšati.

Največ žensk si trepalnice namaže z maskaro za podaljševanje trepalnic in s tem ustvari učinek daljših in polnejših trepalnic. Če imaš svetle lase, imate verjetno tudi svetlejše trepalnice. Nanos temnejše maskare bo prav tako ustvaril podaljšanje trepalnic.

Vse bolj popularna pa je postala metoda, s katero ti majhne šopke umetnih trepalnic ali trepalnice v celem loku s pomočjo posebnega lepila prilepijo na rob veke in s tem ustvarijo polnejši učinek. Poznamo nešteto umetnih trepalnic: dolge, kratke, privihane, gostejše, redkejše, različnih barv, z biseri in take s perjem. Res je, da za lepljenje umetnih trepalnic potrebuješ mirno roko, a z nekaj vaje se hitro naučiš tudi to. 😊

Zadnja modna muha v svetu trepalnic pa so vsekakor naravni serumi za hitrejšo rast trepalnic. Serum s pomočjo čopiča natančno naneseš na spodnji in zgornji rob veke, od notranjega kotička očesa do zunanjega. To počneš enkrat dnevno, prvi rezultati pa so vidni v roku enega meseca.

Namig: Ličila.si ekipa prisega na Line'n'Grow serume za rast trepalnic. Če ti ne bodo pomagali, vrnemo denar!



23. trik

Kako nanašati umetne trepalnice?

Ob nanosu umetnih trepalnic je treba vedeti, za katero priložnost jih bomo uporabili in kako jih bomo nanesli. Na izbiro je veliko umetnih trepalnic.

Pred samim nanosom umetnih trepalnic zariši črto s črtalom za oči tik nad zgornjim robom trepalnic in jo rahlo zabriši s čopičem. Tako zabrišeš rob, ki z nanosom ne bo tako močno opazen.

Nežno in pazljivo vzemi iz embalaže trepalnice ter jih prepogni.

V vsakem kompletu umetnih trepalnic je tudi lepilo. Dobro je prebrati sestavine lepila in ga preizkusiti na majhnem delčku kože, da se morda ne pojavi kakšna alergijska reakcija.

Lepilo najprej nanesi na prst, čezenj potegni trepalnice in jih takoj zatem hitro in natančno nalepi na veko. Še lažje pa bo, če lepilo nanesesh kar neposredno na rob trepalnic. Počakaj nekaj sekund da se lepilo malenkost posuši in jih nanesi.



Umetne trepalnice je treba nalepiti čim bližje svojim. Viden rob trepalnic namreč ne deluje privlačno!

Po nanosu umetnih trepalnic jih skupaj s tvojimi trepalnicami zavijaj z vihalcem trepalnic in nanesi še maskaro.

24. trik

Kako oblikovati obrvi?

Zagotovo si že slišala, da so obrvi okvir obraza. Drži! Pretirano populjene ali napačno oblikovane obrvi pokvarijo še tako lep in pravilen obraz. Prav tako pretirano zaraščene obrvi ne poudarjajo tvoje naravne lepote, ampak ji dajejo pridih neurejenosti in zanemarjenosti. Tudi profesionalni make up ne more prikriti takšnih obrvi.

Glavni namen oblikovanja obrvi je namreč odpreti oko, narediti obrvi bolj prefinjene ter področje okoli oči bolj čisto in jasno. Zato si zapomni: pretirano poseganje v naravno obliko obrvi je prepovedano!

Mati narava ti je namreč dala obliko obrvi, ki najbolj ustreza tvojemu obrazu. Vse, kar moraš storiti za pravilno nego obrvi, je to, da populiš dlačice, ki rastejo izven linije ali pa rastejo nad korenem nosu in dajejo vtis »Frida obrvi«. Če želiš, lahko obrvi poudariš s črno ali rjavo barvico, a ne pretiravaj! V prodaji so tudi krtačke, s katerimi obrvi počeseš in vse dlačice usmeriš v eno smer. Med nanosom ličil jih poudari s kakšno senčko ali paletkami za obrvi. Ne pozabi na poševni čopič!



25. trik

Kako bo tudi tebi nanos šminke kul?

Velikokrat pa se znajdemo pred vprašanjem, katero šminke izbrati in seveda najti pogum, da nosimo prav tisto rdečo, kot so jo nosile Marilyn Monroe, Coco Chanel in ostale ženske, ki so tako ali drugače spremenile svet. Dandanes najdemo šminke v vseh možnih odtenkih – od čisto naravnih barv do zelo dramatičnih, črnih. Večina žensk bi z veseljem nosila šminke čisto vsak dan, če bi le vedele, kateri odtenek jim pristoji.

Najverjetneje pa ugotavljaš, da tvoja šminke ni preveč obstojna. Sicer je možno, da ni najbolj kakovostna. A vendarle je možno, da jo zagode pH tvojih ustnic. Zato pred nanosom šminke nanesi BH »primer«, ki je primeren tudi kot podlaga za nanašanje senčil.



26. trik

Kako izbrati odtenek šminke?

Če so tvoje ustnice bolj blede, svetle, barve, so odlični odtenki v bež, peščenski ali bledikasti rožnati barvi.

Srednje obarvanim ustnicam, torej malo temnejšim, bi zelo ustrezale šminke v rjavih in rožnatih barvah.

Če si temne polti in imaš ustnice v vijolični ali rjavkasti barvi, potem poišči idealen odtenek med šminkami v barvi čokolade ali črnega ribeza.

27. trik

Kako optično povečati ustnice?

Prvo in nujno pravilo nege ustnice je nanos balzama! Ta bo ustnice navlažil in jih nahranil s potrebnimi vitamini in minerali. Šele po nanosu balzama ustnice naličimo glede na želeni učinek.

Učinek večjih oziroma polnejših ustnic boš dosegla, če naneseš nevtralna rdečila in taka, ki dajejo moker videz ali vsebujejo svetleče delce. Optično povečamo ustnice tudi z obrobljanjem in niansiranjem. Za polnejše ustnice jih v kotičkih obrobimo s temnejšo, na sredini pa s svetlejšo barvico.

Če so naše ustnice že po naravi polne, jih nikakor ne mažimo s svetlečimi lip glossi.



28. trik

Zakaj se splača kupiti dober čopič?

Čopiči so danes nujen pripomoček vsake ženske, ki se tako ali drugače ukvarja s kozmetiko. Dobri čopiči so na prvi pogled cenovno dokaj nedostopni, ampak verjemi, investicija se zelo hitro povrne. Če imaš dober čopič in z njim delaš pravilno, ga imaš lahko leta in leta.

Trik je ravno v tem, da imaš lahko odlična senčila, a le s pravim čopičem boš dosegla hollywoodski izgled. Da ne omenim lahkote nanašanja senčil. Z nekakovostnimi čopiči tega ne boš mogla storiti, in tudi ne uživati v ličenju.



29. trik

Katere čopiče potrebujem za make up obraza?



Čopič za obraz (all-over brush) – to je vsestransko uporaben čopič, ki ga lahko uporabljaš za rdečila, osvetljevalce, zaključne pudre, pudre v prahu, bronzerje in ostale svetlikajoče se izdelke.



Čopič za zaključni puder (powder brush) – čopič, ki je namenjen predvsem zaključnim pudrom in tudi pudrom v prahu. Lahko pa ga uporabiš tudi z bronzerjem, ki daje poletni pridih.



Čopič za podlago (deluxe foundation brush) – čopič, ki je namenjen samo nanašanju podlage. Njegove sintetične ščetine ti omogočajo, da podlago odlično naneseš na kožo, končni rezultat pa je brezhiben. Uporabiš ga lahko tudi za tekoče korektorje.



Mali korekturni čopič (small concealer brush) – čopič, ki ti pomaga zelo natančno nanesti korektor.



Pahljačasti čopič (the deluxe fan brush) – vsestransko uporaben čopič, ki ti omogoča, da z zamahi počistiš ostanke zaključnega pudra, padle svetleče se delce in ostale produkte, ki so prišle na ne pravo mesto. Je tvoj osebni čistilec obraza.

30. trik

Kateri čopiči za oči so pravi zame?



Klasični čopič za razmazovanje (classic smudge brush) – čopič z rjavimi ščetinami nudi največji nadzor uporabe senčila. Ustvarja visoki glamur razmazanosti. Je nujen pripomoček za dive. 😊



Črtalni čopič (precision eyeliner brush) – zelo fin tanek čopič, ki se uporablja za nanašanja črtala. Je super tako za suha kot mokra črtala, prah (izdelki v prahu) ali izdelke, ki so v tekoči obliki. Naredi neverjetne precizne detajle, z njimi pa lahko ustvarjamo tudi tanjše in debelejše učinke.



Čopič za razmazovanje (smudge brush) – čopič, ki pomaga ustvariti neverjetne poglede, tisti pravi zadimljeni pogled, in sicer z odličnimi prekrivnimi linijami in razmazanostjo senčil.



Čopič za natančno definiranje (angled definer brush) – čopič, ki ima zelo poševne in prožne ščetine, ki ti omogočajo neverjetno popolnost. Uporabljaš ga lahko pravzaprav kjerkoli želiš res ostro linijo – v očesni gubi, na obrveh, na malih očesnih kotičkih ali celo po celi vekci. Zelo spreten čopič, ki še posebej dobro definira obrvi.



Čopič za razmazovanje (blending brush) – klasika! Čopič, ki omogoča neverjetno prelivnost barv, saj so njegove ščetine zelo puhaste in močno stisnjene skupaj, tako da se pri uporabi barve prelivajo ravno prav. Uporabljaš ga lahko za oči, lica in arkadno kost (pod obrvmi). Rezultat? Odličen!



Čopič za ustnice (lip liner brush) – tvoje ustnice bodo popolne po uporabi tega čopiča. Narejen je tako, da njegove ščetine z lahkoto drsijo po vseh oblikah ustnic in ustvarijo uleganten in negovan videz. Ustnice bodo natančno definirane, drzne in enostavno ... vredne poljuba. 😊

31. trik

Kako umivati in negovati čopiče?

Čopiči za ličenje potrebujejo skrbno nego. In niti niso doživljenjski, ampak imajo določen rok uporabe. S čiščenjem jim ga lahko podaljšamo, nanos s čistimi čopiči pa je tudi bolj natančen in predvsem bolj higienski.

Zakaj čistiti čopiče? Pomisli. V ščetinah čopiča ostaja odvečen puder, senčilo, rdečilo, tudi odmrle kožne celice, vlažilna krema in dlake. Prisotne so tudi bakterije, ki si naredijo »veselico« in se pričnejo pridno razmnoževati. Verjemi, tega si res ne želiš ponovno nanesti na obraz! Zato vsaj tedensko ali dvakrat tedensko očisti vse svoje čopiče za ličenje.

Gel za čiščenje čopičev si lahko narediš kar doma. Potrebuješ čistilo za obraz v peni (brez alkohola), papirnate brisače, toplo vodo in čopiče. Ščetine čopiča navlažiš s toplo vodo, nato nanje dodaš malo pene za čiščenje obraza in ščetine speniš. Na koncu jih spereš s tekočo toplo vodo, dokler ta ni bistra. Čopiče nato položiš na papirnato brisačo in počakaš, da se posušijo. Enostavno! ☺

Če nisi za »packarije«, obstaja enostavnejša rešitev – BH čistilo za čiščenje čopičev v spreju. Čistilo trikrat razpršiš točno na ščetine čopiča in ga nato s potegi gor in dol po papirnatem robčku čistiš, dokler čopič ni čist, njegove ščetine pa nežno mehke.



32. trik

Kako negovati nohte?

Če nimaš časa za obisk kozmetičnega salona, imaš pa minutko ali dve, potem beri naprej.

Preden se lotiš manikure, roke namoči v toplo vodo, ki si ji dodala nekaj kapljic eteričnega, mandljevega ali drugega olja.

Počakaj, da se nohti in kožica zmehčajo. Kožice ob nohtih nikar ne odstranjuj z navadnimi škarjicami, če že, uporabi profesionalni Konad odstranjevalec obnohtne kožice.

Še bolje pa je, da nanjo naneseš kremo z olji ali Konad odstranjevalec obnohtne kožice, ki jo zmehča. Nato jo z manikirno paličico potisni nazaj.

Če se nohti lomijo in cepijo, jih spili še pred odstranjevanjem laka. Kasneje obliko nohta oblikuj v zaobljeno, koničasto ali oglato obliko.

Nohti si zaslužijo tudi primeren sijaj, kar dosežeš s poliranjem s polirno pilico. Polirna pilica je veliko mehkejša od navadne, ravno zato, da ne poškoduje zunanje strukture nohta. Dobra izbira za poliranje so tudi polirni blokci.

Za čiščenje nohta ali obnohtne kožice uporabi mehko krtačko ali leseno paličico, ki pa ne sme biti preostra. Nikoli ne odstranjuj umazanije s škarjicami, ker tako le poškoduješ noht.

Nohti so navidez trdi in močni, a so v resnici izredno občutljivi in potrebujejo skrbno nego. Potrudi se zanje.

33. trik

Kako lakirati nohte?



Preden se lotiš lakiranja nohtov, jih moraš temeljito očistiti in spliti, šele nato se lahko lotiš nanašanja podlakov, lakov in nadlakov. Če misliš, da ne najdeš primerne barve laka zase, ti povem, da jih je na trgu »mali milijon« in ni vrag, da ne bi našla pravega zase! 😊

Prvi korak k lepim in zapeljivo okrašenim nohtom je čiščenje. Potrebno je odstraniti predhodni lak in z ustreznimi olji negovati obnohtno kožico, ki jo nato z leseno paličico »potisneš nazaj«.

Nato noht namaži z vlažilnim lakom, ki ga bo nahranil z ustreznimi vitamini in minerali. Čezenj nanesi podlak in počakaj, da se posuši.

Nato izberi lak, ki ti najbolj barvno ustreza in ga počasi in natančno nanesi od začetka do konca nohta, prav tako po celi širini nohta. Seveda bodo nastale nepotrebne packe, ki pa jih najlažje odstraniš z vatirno paličico, na katero si kapnila odstranjevalec laka. Ko se lak dobro posuši, ga premaži ali s hitrosuščim nadlakom ali pa s hranilnim nadlakom, ki bo lepo zaključil nego tvojih nohtov.

Lepo je, če so nohti okrašeni. Tukaj vedno in povsod zmagajo revolucionarne Konad šablone in Konad laki za nohte, s katerimi lahko na nohtih res fantastično ustvarjaš! Za piko na i lahko prilepiš še kakšen dragocen kamenček in s tem še bolj poudariš izjemno umetnino, ki si jo pravkar ustvarila na svojih nohtih! ☺

34. trik

Kako prenehati gristi nohte?

Grizenje nohtov je razvada. In to precej grda razvada, ki jo hitro pridobimo, a se je zelo težko znebimo.

Številni si nohte grizejo nezavedno. Zalotijo se le takrat, ko je bolečina pogrizljanih nohtov in obnohtne kože premočna.

Najuspešnejši način proti grizenju nohtov je zagotovo nanos posebnih lakov za nohte. Takšni laki imajo dolgotrajno delovanje, tvojim nohtom pa dajejo priskuten okus, kar bi te RES moralo odvrniti od grizenja.

35. trik

Kako se znebimo podočnjakov?

Ker podočnjaki pašejo le pandam, sledi spodnjim točkam.

1. korak izvedi v postelji

Čeprav je zlata vreden, za izvedbo prvega nasveta potrebuješ natančno 0 €. Potrebuješ le dovolj spanca.

Se ti zdi, da zelo slabo spiš in si budna cele noči? Pojdi vsaj za eno uro na zrak, seveda pa ne pozabi na gibanje.

Če partner smrči, mu namigni, da zofa ni samo za gledanje nogometa, ampak učinkovito sredstvo za zabijanje knockوتا podočnjakom. Ampak to si privošči le občasno. ☺

2. KORAK: Podočnjaki ne marajo nezdravega načina življenja

Čez dan popij ogromno vode. Res je, da babica velikokrat omeni, da kozarček rdečega na dan prežene vse skrbi stran. Skrbi že, podočnjakov pa ne! Enako velja za kofein, cigarete, in tudi, kdo bi si mislil, droge.

3. KORAK: Podočnjaki in zdrava prehrana

Kaj pa, če za nekaj časa iz jedilnika črtaš razne hamburgerje in ostalo prehrano, ki jo z lahkoto utopiš v masti in olju? Zdrava prehrana lahko resnično pomaga pri odpravljanju podočnjakov.

4. KORAK: Gremo v napad!

Vsako jutro hitro v kuhinjo in nareži dva tanka kolobarja kumaric, lahko tudi krompirja. Vmes spij kakšen lonček čaja in ohladi čajne filtre. Nato si jih prav tako položi na oči.

5. KORAK: Umij obraz

S hladno vodo si umij obraz, seveda pa lahko uporabiš tudi nežno milo. Hihi, podočnjaki že izginjajo, kajne?

Namig: Proti podočnjakom pomagajo tudi kreme, geli, kreme. Najbolj učinkovita je Frownies gel maska.



36. trik, ki to ni

Jaz ljubim ličila, jaz sem Maja Vučina ☺

Če pravkar bereš te besede, potem sem napisala dovolj dobro knjigo. ☺

Ker si mi zaupala svoj dragoceni čas, je sedaj odličen trenutek, da ti zaupam, zakaj sem prav zate napisala to knjigo.

Ko sem bila še skorajda dojenček, sem najprej osvojila besedo »mama«, kmalu zatem pa »minkala«. Ne farbam te, očitno sem se že rodila s šminko na ustnicah. ☺

Od takrat naprej nobena ženska ni več varna pred menoj. Vedno sem jih namreč spraševala, če imajo morda kakšno šminko ali dve in če se lahko našminkam. Tako se je moja pot začela.

Od malih pobarvanih obrazkov, do odrasle dobe, ko živim za svoje sanje – ličenje, dajanje tistega občutka, da je čisto vsaka ženska vredna vsega.

S svojim pristopom in delom želim ustvariti miselnost nove dobe, značilno za žensko odprtega duha, ki si želi vsaj malo spremembe. Zakaj sprememba? Ker je potrebna, da se v življenju kot zrela oseba razvijamo. Naj poudarim, da sama ličila ne morejo popolnoma preoblikovati človeka.

Imeti moraš nekaj čisto drugega – »tisto«, kar čisto vsakega človeka naredi posebnega. In »TU« želim začeti. Pri tem občutku, da je dovolj, da si, kar si. Ko se ta občutek vzpostavi, greš lahko s pridihom barvne igrivosti naprej. Šele nato pride tista resnično pozitivna sprememba, nekaj, kar človeku jemlje sapo.

Resnično želim, da začneš živeti življenje tako, kot si želiš. Pogum, pogum, pogum! Tu se potem začnejo svetlikajoče se očke, obraz poln sijaja in barvna paleta je le še odličen dodatek za iskricice v očeh. Razum uporabljaj s srcem, srce pa z razumom ... in pomežik! ;)

Barvni poljubčki ***



Nasvet #37

Kje so vsa ličila in pripomočki?

Največja in sladka skrivnost pa za konec, kajne? Vse izdelke, pripomočke, pomoč in koš dobre volje najdeš na spletni strani www.licila.si. Vedno se bomo vsi potrudili, da boš izbrala prave izdelke in boš tako zasijala kot še nikoli prej.

Kako do brezplačnega svetovanja?

Medtem ko lahko svetovanje glede ličenja stane celo premoženje, je zate vedno brezplačno. Kot ta knjiga, kajne? ☺

Piši mi na maja.vucina@licila.si in z veseljem ti bom odgovorila na vsa vprašanja, ki te že dlje časa mučijo ali pa žulijo le kratek čas. ☺ Ostani še naprej – lepa.



Spletna trgovina Ličila.si je v lasti podjetja Konverzija d.o.o.

Fotomaterial: Mimi Antolovič, Ličila.si, osebni arhiv

Avtor: Maja Vučina

Leto izdaje: 2011

Prepovedano je objavlanje tekstov brez predhodnega dovoljenja.