

SKIN  
FOOD



WELEDA  
Že od 1921

WELEDA SKIN FOOD - nahranite telo in obraz  
Iz narave na vašo kožo.



Weleda. Grow together.



NOVO

## SKIN FOOD za obraz

### Negovalna dnevna krema za obraz

Dnevna negovalna krema, ki kožo navlaži in pomaga pri objavljanju. Formulacija je polna botaničnih ekstraktov, ki podpirajo kožno bariero in kožo naredijo svilnato mehko in sijočo. Idealna je tudi za podlago pod ličili.

### Negovalna nočna krema za obraz

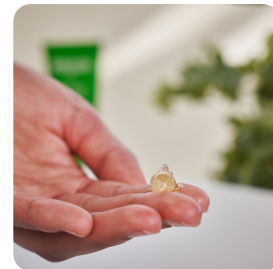
Nočna negovalna krema bo kožo intenzivno nahranila in globinsko negovala. Pomaga okrepiti kožno bariero in koži zagotoviti sijaj.

### Negovalni čistilni balzam

Formulacija čistilnega balzama na oljni osnovi zagotovi nežno čiščenje, ob katerem se koža ne izsuši in ne izgublja vlage. Ob stiku z vodo balzam dobi kremasto, mlečno strukturo.

Naravna botanična  
formulacija za optimalno  
podporo naše kože.

- ✓ globinsko navlaži
- ✓ intenzivno neguje
- ✓ zagotavlja sijaj
- ✓ pomaga pri suhi koži
- ✓ zaščiti kožno bariero
- ✓ spodbuja regeneracijo



WELEDA  
Se od 1921

Since 1926

skin food  
FACE CARE

Nourishing  
Cleansing Balm  
CLEANSE & REPLENISH  
ORGANIC SUNFLOWER SEED OIL

WELEDA

26.08.1921

## Negovalna rutina iz 3 korakov je vse, kar potrebujete

### Čiščenje z negovalnim čistilnim balzomom

Na prvem mestu je zmeraj čiščenje kože. Z negovalnim čistilnim balzomom temeljito očistimo kožo na obrazu, ob tem pa je ne spravimo v stres, saj ji ne odvzamemo vlage. Ob stiku z vodo se transformativna tekstura spremeni v mlečno, ki na koži za seboj pusti žametno mehak in svež občutek.

### Dnevna negovalna krema z ali brez ličil

Vselej ob jutranju rutini po čiščenju na kožo naneseemo dnevno negovalno kremo, ki je primerna tudi za podlago ličil. Krema že ob prvem nanosu ustvari občutek svežine in navlaženosti, ob tem pa se izjemno hitro vpije v kožo.

### Nočna negovalna krema za globinsko nego

Zvečer po čiščenju naneseemo nočno negovalno kremo za obraz, ki bo intenzivno negovala in nahranila našo kožo. Skozi noč bo spodbujala obnavljanje kožnih celic in poskrbela za močnejšo kožno bariero in spočit videz, ko zjutraj vstanemo.

# WELEDA SKIN FOOD

prva pomoč pri suhi koži

Skin Food linija poskrbi za:

- ✓ suho kožo
- ✓ regeneracijo
- ✓ globinsko nego

Milijone ljudi po vsem svetu zaupa originalni Weleda liniji Skin food. Je bogata s hranilnimi olji, voskom in rastlinskimi izvlečki, ki se tradicionalno uporabljajo za pomirjanje, regeneracijo in vlaženje.

ZAKAJ JE TAKO EDINSTVENA:

- nekateri izdelki iz linije so tradicionalni in ostajajo z enako formulacijo že od leta 1926
- sestavljena je iz naravnih sestavin, ki že vrsto generacij veljajo za optimalno naravno podporo naši koži

# IKONA V NARAVNI KOZMETIKI



**Edinstvena in nespremenjena naravna formulacija že od leta 1926** 100% in Naturel Authentique

Negovalna krema Skin Food original je ena izjemno uporabna večnamenska krema, ki je zaradi svoje naravne formulacije primerna za nanašanje tako na obraz, kot telo, pa tudi lase.

Ker nudi bogato globinsko nego za suho kožo, je primerna za nanašanje na različne predele po telesu, kjer potrebujete dodatno podporo z nego - pozimi so to pogosto suhe roke, poleti stopala, pa tudi komolci in po potrebi lasje. Če bi morali na zapuščen otok vzeti s seboj samo en izdelek, je to zagotovo prava izbira.

**SUHA  
KOŽA**



**Za suho kožo je potrebno  
skrbeti s pravnimi izdelki  
in na pravi način.**

## **Kako skrbeti za suho kožo:**

- izogibajte se pogostemu in dolgemu kopanju ali prhanju
- v kopalnici dodajte brizg hranljivega naravnega olja
- izbirajte negovalne izdelke z visoko kvalitetnimi, naravnimi sestavinami - idealna so hranljiva rastlinska olja
- izberite vlažilno nego, ki najbolj ustreza vašemu tipu kože
- olja in masla za telo so odlična za bolj intenzivno nego
- losjone za telo lahko obogatite z nekaj kapljicami olja za telo

## Kako si lahko s prehrano pomagate pri suhi koži?

Vsake težave s kožo se je dobro lotiti celostno - od zunaj z nego in od znotraj s tem, kar dajemo v svoje telo.

### Pijte dovolj vode!

Več kot 70% našega telesa sestavlja voda - tudi našo kožo, ki je naš največji organ. Da bo naš metabolizem deloval pravilno, mu moramo zagotoviti dovolj tekočine - med dva do tri litre na dan.

### Zaužijte pravilne maščobe.

Nenasičene omega-3 maščobne kisline, ki se skrivajo v mastnih ribah, kot je losos, pa tudi v semenih koprive, chia semenih in lanenem olju, lahko napolnijo lipidne rezerve kože od znotraj in stabilizirajo njeno naravno zaščitno bariero.

### Oranžno obravnano sadje in zelenjava.

Svetla barva živil, kot so marelice, rakitovec, korenje ter rumena in rdeča paprika, kaže na visoko vsebnost beta-karotena, predhodnika vitamina A. Kot antioksidant je beta-karoten zelo učinkovit pri preprečevanju suhe kože in procesov staranja.

### Sveža živila, bogata z biotinom

Biotin, znan tudi kot vitamin B7 ali preprosto vitamin H, velja za vitamin kože 'par excellence'. Dobri viri le-tega so jajčni rumenjaki, ovseni kosmiči, losos in sled, paradižnik in špinača, mlečni izdelki, banane in orehi. Oreščki in semena nasploh so bogati tudi z vitaminom E, ki dodatno podpira lipidni sloj kože in zagotavlja boljšo navlaženost kože.

### Živila s cinkom

Suha in razpokana koža, ki je napeta ali srbeča, lahko kaže na pomanjkanje cinka v našem telesu. V pomoč so rženi in pšenični kalčki, bučna in sončnična semena, trdi siri, ribe in meso, pa tudi ovseni kosmiči in leča.

### Živila, ki se jim je priporočljivo izogibati

V primeru suhe kože se je dobro izogibati vsemu, kar odvaja vlago iz telesa - na primer alkoholu, kofeinu v kavi in čaju ter pretirani količini soli. Transmaščobe v cvrti in pečeni hrani pa lahko zožijo žile in tako ovirajo prekrvavitev globljih plasti kože.

WELEDA

2e od 1921

Ni pomembno le kaj damo  
v svoje telo, temveč tudi  
kaj damo na svoje telo.

Weleda. Grow together.