

## TAVAM SKAISTUMAM

Teksts SANDRA PUNTULE

Kā  
izvēlēties  
tonālo  
krēmu?

# Tava seja.



Atbild **UNA BERNATOVIČA**,  
stīliste, grīma meistare,  
imidža skolas, studijas  
Unastyle vadītāja.

# Tava vizītkarte

Labs tonālais krēms ir tavs visuzticamākais noslēpumu glabātājs. Neviens nezina, ko tas slēpj, bet redzēs, cik veselīga un starojoša ir tava āda. Kā izvēlēties pareizo?

### 1 Kāpēc man to vajag?

«Sievietēm vienmēr saku, ka tonālais krēms ir pirmais produkts, ko vajadzētu iegādāties no dekoratīvās kosmētikas klāsta. Laba sejas izskata pamatā ir veselīga un gluda āda. Diez vai tā mums ir tik ideāla? Pat jaunām meitenēm mēdz būt problēmas. Tāpēc jebkurai var noderēt vieglas konsistences tonālais krēms jeb, kā tagad saka, mitrinošs krēms ar toni. Tas ir sens mīts, ka tonālie krēmi nosprosto poras un āda neelpo. Mūsdienų jaunie krēmi satur vērtīgus komponentus, kas kopj un aizsargā ādu. Jebkura sieviete var atrast savam ādas tipam, ādas stāvoklim, vecumam un gaumei vispiemērotāko. Turklāt tonālie krēmi aizkavē ādas novecošanu, tāpēc es esmu par tonālo krēmu.»

### 2 Kā atrast piemērotāko?

«Vispirms ir jāsaprot, kas tieši ādai ir nepieciešams. Precizējot savas individuālās vajadzības, vieglāk nonākt pie istā. Ir svarīgi, vai krēmu lietosim ikdienā vai tas domāts tikai vakaram. Daudzas sievietes tonālo krēmu izvēlas tikai kādiem īpašiem pasākumiem. Dienā tonālais krēms varētu būt ļoti viegls, bet vakarā – mazliet blīvāks, vairāk sedzošs, ar izgaismojošām sastāvdaļām. Noteikti jāņem vērā ādas tips (normāla, sausa vai taukaina āda) un ādas stāvoklis (jutīga vai problemātiska). Sausai ādai vajadzēs kaut ko vieglu un mitrinošu. Savukārt taukainai ādai piemērotāki ir krēmi ar matējošu efektu – parasti tie ir bez eļļām, lai nepadarītu ādu

vēl spīdīgāku. Ja ir sarkanie vaigi, ko rada ādai tuvu esošie asinsvadi, neveselīgs, iedzeltenš ādas tonis, izteiktas poras, nelīdzena āda, tad ieteicams meklēt krēmu, kas palīdz nomaskēt ādas problēmas un izlīdzināt ādas toni. Ja ir manāmas novecošanas pazīmes, labākā izvēle ir krēms ar liftinga efektu. Vajadzētu ņemt vērā arī gadalaiku, jo vasarā sievietes parasti vēlas kaut ko vieglāku ar mitrinošu iedarbību, bet ziemā tonālais varētu būt biezāks, ar vaskiem un eļļām, kas aizsargā seju no aukstuma un vēja. Vasarā var izmantot vienu tonālo krēmu, ziemā – citu. Krēms ir jāpielāgo ādas tonim. Tāpēc tas ir rūpīgi jāizpēta un jāpārbauda uz savas ādas.»

### 3 Kā pareizi testēt tonālo krēmu?

«Toni vajag piemērot tikai sejai – svarīgi, lai žokļa daļā tas nerada kontrastu ar kaklu un dekoltē zonu. Vajadzētu paskatīties vēl pēc kāda brīža, kā tas izskatās, jo itin bieži tonālie krēmi nožūstot maina krāsu. Tas arī var sagādāt pārsteigumu – mājās uzlikt izskatās pavisam citādi un šķiet, ka veikalā bija cits tonis. Nevajadzētu testēt, ja uz ādas jau ir uzklāts kāds cits tonālais krēms. Itin bieži sievietēm, sevišķi gaišādainajām, gribas izvēlēties drusku tumšāku toni, lai viņas neizskatās tik bālas. Tā ir viena no lielākajām kļūdām, jo rodas maskas efekts. Ar tonālā krēma palīdzību nevajadzētu censties iegūt iedeguma toni, tam ir paredzēti citi līdzekļi. Uzklājot krēmu uz rokas, varam iepazīt tā konsistenci – vai tas ir šķidrns vai blīvs. Ir sievietes, kurām patīk klājošāki, blīvāki krēmi, kas uzreiz nomaskē sejas

## IEVAS izvēle

- 1 **Dr. HAUSCHKA** tonālais krēms – kopjoša bāze un dabīgs mirdzums jebkurai ādai. Viegli sedzošs krēms veido dabīgu un vienmērīgu ādas toni. Minerālpigmenti, granātābola ekstrakts, makadamijas un kokosriekstu eļļa saglabā ādas mitruma līmeni un aizsargā no vides ietekmes. Pieejami pieci toņi. 23,95 € Stockmann, Biotēka
- 2 **THE BODY SHOP** matējošs, intensīvi maskējošs tonālais krēms ar Marokas māliem un attīrošo tējaskoka eļļu. Redzami uzlabo ādas izskatu, 24 stundu noturība, nenosprosto poras, ļauj ādai elpot. Piemērots jutīgai ādai. 100% vegānisks sastāvs. 16,90 € The Body Shop
- 3 **MAX FACTOR Healthy Skin Harmony Miracle** tonālais krēms ar SPF 20, kas ļauj ādai izskatīties un justies labāk nekā bez grīma. 24 stundas mitrina un aizsargā, kontrolē spīdumu, palīdz ādai cīnīties pret stresu, noturīgs visas dienas garumā. 4 toņi. 17,54 € Stockmann, Douglas Alfa, Douglas Spice
- 4 **GUINOT** tonālais krēms sejai **Youth Time**. Minerālpigmenti izgaismo ādu un piešķir tai nepieciešamo toni, hialuronskābes filleri aizpilda krunciņas un izlīdzina ādu, lai tā izskatītos jaunāka un gludāka. Ērts lietošanai ikdienā. Pieejami četri toņi. 53 € Kolonna
- 5 **M.A.C Studio Fix Fluid** tonālais krēms. Sniezd matētu izskatu un nodrošina SPF 15/PA++ aizsardzību. 24 stundu noturība. Mitrina un maskē ādas nepilnības. Piemērots visu tipu ādai, sevišķi taukainai. Izcils līdzeklis fotosesijai. Pieejami 43 toņi. 31 € Stockmann, Douglas
- 6 **SANTE Matte Matt Evermat™** matējošs minerālu tonālais krēms *Natural*. Lietojot ikdienā, uz minerālu bāzes veidotais tonālais krēms samazina poras. Īpaši nosedzoša un noturīgā formula nodrošina matētu rezultātu, neradot maskas efektu! 9,10 € Biotēka
- 7 **L'ORÉAL Paris True Match Minerals** minerālais pūderis viegli pielāgojas ādas tonim. Piemērots arī jutīgai un problemātiskai ādai, nesausina to, sniedz matētu efektu visas dienas garumā arī taukainai ādai. Pieci toņi. 15,99 € veikalos
- 8 **SENSAI Flawless Satin Foundation** krēmīgs tonālais krēms ar Koišīmaru zīda ekstraktu. Veicina hialuronskābes sintēzi epidermas un dermas šūnās un mitrina ādu visas dienas garumā. Veido ideālu klājumu, āda izskatās veselīga un mirdzoša. SPF 15 aizsargfiltrs. 53 € kosmētikas veikalos
- 9 **SENSAI Luminous Sheer Foundation** – izcili viegls, šķidrns tonālais krēms ar Koišīmaru zīda ekstraktu un pigmentu *Auro* (oranžs + zaļš). Veido dabiski mirdzošu, zīdainu klājumu, piešķir veselīgu izskatu. Saskan ar jebkura toņa ādu, tā izskatās perfekti izgaismota. Mitrina, SPF 15 aizsargfiltrs. 53 € kosmētikas veikalos
- 10 **GOSH Foundation Plus+** ļoti sedzošs tonālais līdzeklis un konsilers – divi vienā. Rada dabīgu satīna efektu un turas visu dienu. Satur jūras aļģes, minerālus un E vitamīnu, kas kopj un mitrina. SPF 15 aizsargā arī no saules. Pieejami pieci toņi. 18,70 € Stockmann
- 11 **BELLAPIERRE** minerālu pūderis *Cinnamon* ar gaismu atstarojošu efektu. Profesionālas kosmētikas cienīga kvalitāte, noturība un pieci līdzekļi vienā: grīma bāze, korektors, SPF 15, matējošais pūderis, fiksējošais pūderis. 30 € Biotēka
- 12 **BEAUTY BLENDER Swirl** klasiskais sūklīša aplikators divās priecīgās krāsās *BB* krēmu, *CC* krēmu, šķidro tonālo krēmu un citu produktu uzklāšanai. Nesatur lateksu, bez smaržas. Roku darbs. 18,90 € Stockmann, Douglas

