

FAMOST

www.famost.ro

august 2014

EXCLUSIV!
INTERVIU
CRISTI
MUNTEANU

DREPTURILE
UNUI MODEL

DESPRE
re RESERVED

DERMOPIGMENTAREA
IN IMAGINI

WWW.FAMOST.RO

august 2014

- 03** **Pasi in Modelling**
TIPS-URI ELEMENTARE PENTRU A AVEA SUCCES
IN MODELLING
- 07** **Achizitionarea unei Rochii**
CAND ITI PLACE O ROCHIE, O CUMPERI
IMEDIAT ?
- 08** **Interviu Cristi Munteanu**
CRISTI MUNTEANU - "FEMEIA TREBUIE
RESPECTATA SI PROTEJATA"
- 13** **Drepturile unui Model**
CA MODEL, ESTI EXPUS MULTOR SITUATII, DAR
AI DREPTURI SI TREBUIE SA TI LE CUNOSTI !
- 18** **Expunerea la Soare**
EFECTELE NEGATIVE ALE EXPUNERII EXCESIVE
LA SOARE
- 25** **Dermopigmentarea**
DERMOPIGMENTAREA IN DETALIU, PE ETAPE,
CU IMAGINI SI EXPLICATII

PASI IMPORTANTI

PENTRU O CARIERA

IN MODELLING



Iti doresti sa fii un model de succes, dar nu stii de unde sa incepi si ce sa faci. Iti doresti sa ai succesul unor nume grele din industria modelling-ului, dar probabil nu stii ca este foarte mult de munca. Te uiti la diverse evenimente dedicate modei, la backstage-ul prezentarilor, in reviste, totul pare perfect, fermecator, stralucitor, parte dintr-un vis frumos.

REALITATEA INSA, ESTE ALTA ! UN MODEL PROFESIONIST TREBUIE SA MUNCEASCA FOARTE MULT, SA FACA MULTE SACRIFICII SI COMPROMISURI CU PROPRIA PERSOANA, SA FIE UN AUTODIDACT PRIN DEFINITIE ! MAI JOS, SUNT O SERIE DE PASI NECESARI PENTRU A AVEA SUCCES IN MODELLING.

Trebuie sa iti placa sa fii in centrul atentiei, trebuie sa iti placa sa fii fotografiata, sa fii inzebrata cu naturale si dezinvoltura cand faci aceste lucruri! Ok, fetelor le place sa fie fotografiate, dar acest lucru nu este suficient: trebuie sa empatizezi cu aparatul de fotografiat si sa poti oferi ceea ce ti se cere ca atitudine, atunci cand esti fotografiata sau cand defilezi.

Trebuie sa stii exact carui tip de modelling apartii! Exista multe tipuri de modelling, iar daca te potrivesti foarte bine unui anumit tip, nu inseamna ca nu trebuie incercat si in alta parte!

Trebuie sa fii o foarte buna actrita! In cadrul unui casting serios, trebuie sa poti exprima prin intermediul chipului tau, o serie de emotii si trairi! Ti se poate cere acum sa fii bucuuroasa si imediat dupa, sa ai o atitudine furioasa: acest lucru trebuie facut perfect! Te poti automotiva? Esti o persoana determinata si dispusa la eforturi mari? Daca raspunsul este DA, inseamna ca ai o mentalitate adecvata unei cariere in modelling.

Atitudinea ta trebuie sa fie una naturala! Fii profesionista, rabdatoare si lucreaza din placere! Anumite activitati din modelling necesita aceste lucruri si nimanui nu-i plac "divele". Mai mult, in modelling, nu exista "NU POT".

Competitivitatea in modelling este una ridicata, iar tu trebuie sa fii receptiva la critici, majoritatea constructive in acest domeniu. Nu te demoraliza in momentul in care vei fi respinsa, pentru ca nu poti fi potrivita pentru toate locurile de munca din modelling!

Dimpotriva, acest lucru trebuie sa te ambicioneze !

Ai nevoie ca alimentatia ta sa fie una sanatoasa, miscarea pentru un tonus bun este iarasi un "must be", iar ingrijirea corpului trebuie sa fie la un inalt nivel.

Participarea, prezenta la cat mai multe castinguri si interesul pentru cat mai multe joburi, sunt necesitati daca esti un model freelancer; o buna organizare a finantelor este iarasi importanta in acest caz.

DE CE SE RUP UNGHIILE

si cum putem preveni degradarea lor ?

Unghiile capata fragilitate cand alimentatia ta nu contine destul fier si/sau cand esti la o dieta pentru scaderea in greutate. Consuma alimente bogate in fier: carne de vita, paine integrala, nuci, salata, varza!

Unghiile devin casante si se rup si datorita vremii reci, uscate si chiar spalatului mainilor prea des. Folosirea ojei poate fi un bun remediu pentru intarirea unghiilor.



Contactul mainilor neprotejate cu diverse substante chimice continute de detergenți și alte produse de casa, duc la "slabirea rezistenței unghiilor și la ruperea lor în final. Ținutul unghiilor în apă prea mult atunci când gătim, iarasi poate fi o cauza a ruperii lor. Folositi in majoritatea cazurilor manusi de cauciu pentru a va proteja si hidratati-va mainile si unghiile cu creme de maini care sa contina glicerina!

Lipsa siliciului din corpul nostru poate fi iarasi o cauza a fragilitatii unghiilor, acesta ajutand la creerea colagenului - "responsabil" pentru cresterea si intarirea unghiilor si a firelor de par. Consumand cereale, vegetale, soia, putem aduce cantitatile necesare de siliciu in organism, care ne va ajuta de asemenea si la intarirea sistemului osos.



ALICIA KEYS prefera sa stea afara mai tot timpul, ii place sa alerge si sa inoate.



JENNIFER HUDSON imbina alergatul zilnic cu plimbarea pe bicicleta. In anumite zile, joaca baschet sau tenis.



KATE WINSLET nu merge la sala de sport, dar la domiciliu practica pilates dupa DVD-uri aproximativ 20 minute pe zi.



JENNIFER GARNER foloseste banda de alergat 10 minute, dar nu zilnic, dupa care se apuca de lucru.

INVATA DIN SECRETELE VEDETELOR (IV)



MILLA JOVOVICH incearca sa manance mereu proaspata, ia si vitamine, iar secretul ei este varza de Bruxelles.



KIM CATTRALL se ambitioneaza sa faca minim 30 minute miscare zilnic, lucru care o mentine in forma.



KATE BECKINSALE tine foarte mult la orele de somn, cele care iti ofera energie sa duci la bun sfarsit toate activitatile incepute.



MADONNA consuma doar ecologic, pestele, orezul, legumele, fiind parte din mancarea zilnica a cantaretei.

TOP MODEL PENTRU VIITOR

JENEIL WILLIAMS

Cunoscuta pentru buzele si picioarele sale, JENEIL WILLIAMS s-a nascut in 1990 pe data de 25 februarie in Kingstone - Jamaica. Si-a inceput cariera de model in cadrul agentiei Pulse Models. In 2005, castiga "Caribbean Model Search", un an mai tarziu semneaza cu New York Models si apare in catalogul Bloomingdale's.

- Indiferent de programul sau, Jeneil practica fitness in fiecare zi
- Este o persoana foarte increzatoare, dar timida in acelasi timp, ii place sa se distreze si are multi prieteni
- Adora sa calatoreasca si sa cunoasca noi oameni
- Culoarea preferata este rosul, cu toate acestea, a fotografiat cel mai mult in negru
- Ii plac filmele horror
- Se considera spontana si este o persoana deschisa
- Oriunde s-ar afla, in fiecare dimineata ii place sa isi prepare suc proaspat din fructe



In 2008 apare in Vogue-Italia ca o noua speranta in modelling-ul profesionist, in februarie 2009 deschide spectacolul de prezentare a colectiei de toamna Diesel in New York, in martie 2009 participa la show-ul Lanvin din Paris, in septembrie 2009 deschide spectacolul prezentarii colectiei de primavara Paul Smith din Londra.



A mai aparut de asemenea, pe coperta si in editorialele unor publicatii ca Teen Vogue, i-D, Harper's Bazaar, Elle, W, Vogue, Love. A prezentat pentru designeri in toate orasele mari ale modei.

Inaltime : 177
Piept : 83
Talie : 61
Solduri : 87
Culoare ochi : caprui
Culoare par : negru

LOUIS VUITTON

PRÊT-À-PORTER TOAMNA 2014

In cadrul PARIS FASHION WEEK, Louis Vuitton a 2014, caracterizata de multe articole de avandu-l in prim plan pe designerul francez,



prezentat colectia toamna *prêt-à-porter* imbracaminte din piele, corsaje, tricouri, NICOLAS GHESQUIERE.



Culorile diferite au reprezentat o particularitate a acestei prezentari, nuante ca visiniu, bleumarin, maro, bej, alb, negru, regasindu-se in vestimentatiile prezentate in cadrul spectacolului.

Blazerele incheiate in trei nasturi, jeansii luciosi din piele, cardiganurile rosii, gulerele albe, sacourile negre, fustele din lana, au caracterizat colectia *prêt-à-porter* 2014 by Louis Vuitton. S-a pus de asemenea accentul (*pastrand tendintele 2014*) pe talia inalta la fuste, rochiile si gecile.

CE TREBUIE SA STII CAND ACHIZITIOANEZI O ROCHIE !



Cand iti cumperi o rochie, trebuie sa tii cont de asemenea de culoarea tenului, a parului si a ochilor! Daca ai tenul palid, evita culorile pastelate! Ai parul roscat? Fii atenta la nuantele roz, fuchsia, violet! Rochia neagra in schimb, merge mai mereu si in orice ocazie, de departe preferata majoritatii femeilor.



Fiecare femeie isi doreste sa arate foarte bine, sa fie eleganta, chiar daca unele dintre noi recunoastem mai putin. In sprijinul acestei "dorinte", vin alegerea pieselor vestimentare, accesoriile si ingrijirea personala. Cea mai spectaculoasa vestimentatie este de departe rochia - simbol al frumusetii si elegantei feminine.

In primul rand, trebuie sa tii cont de forma corpului, daca rochia respectiva te avantajeaza sau dimpotriva. Daca esti o femeie subtire, rochiile stranse sunt cele mai potrivite, iar pentru o femeie mai corpulenta, este potrivita o rochie care de la talie in jos sa fie mai larga, mai voluminoasa. Rochiile lungi sunt potrivite pentru femeile inalte, iar pentru femeile mici de statura, sunt indicate rochiile mini sau pana la genunchi.

Ascundeti-va defectele si evidentiati-va avantajele! - aceasta ar trebui sa fie o regula importanta! Daca esti o femeie inestrata cu un piept generos, decolteul ar trebui sa fie mai deschis! Daca aveti o talie subtire, scoateti acest lucru in evidenta, purtand o rochie mai larguta si voluminoasa, stransa in talie de o curea.



Foarte importante in vestimentatia per ansamblu sunt si accesoriile, indiferent ca vorbim de genti de mana, bijuterii, ochelari de soare! De la culoare la ocazia la care trebuiesc purtate, accesoriile sunt un "must have" astazi! Daca iubesti bijuteriile mari si/sau accesoriile exotice, rochia trebuie sa fie simpla, sa aiba taieturi curate. In schimb, daca esti in partea opusa, vestimentatia se poate compensa printr-o rochie mai "plina", cu elemente decorative sau diverse imprimeuri.

INTERVIU CRISTI MUNTEANU

CRISTI MUNTEANU - un nume care nu are nevoie de prea multe prezentari. Dar, inainte de a fi fotbalist, CRISTI MUNTEANU este un om sensibil, deschis, care-si iubeste familia si pe cei din jur, gata oricand sa le sara in ajutor. Un om care se remarcă prin modestie, naturalete, un om cu pasiuni si care isi iubeste tara.





REVISTA NOASTRA FIIND DEDICATA IN SPECIAL FEMEILOR, SPUNE-NE TE ROG, CE REPREZINTA PENTRU TINE FEMEIA?

In primul rand, FEMEIA este mama, e fiica, e iubita, e creatia lui Dumnezeu si pentru acest cumul de motive, femeia trebuie respectata si protejata.

FIIND SPORTIV DE PERFORMANTA, CASTIGAND CUPE SI MEDALII, CU SIGURANTA AI AVUT PARTE DE FOARTE MULTE ADMIRATOARE...
Este adevarat, au fost multe admiratoare - multe fiind dornice de afirmare in media, apoi suporterile echipei la care evoluam si altele - pe care nu reuseam de cele mai multe ori, sa le cunosc.

IN CELE DIN URMA, IUBITA TA ESTE UNA DIN ADMIRATOARELE TALE?

Sincer, va spun ca NU! NU a fost pasionata de fotbal si cand m-a vazut pentru prima oara, nu stia cine sunt si nici ce reprezinta Dinamo. Chiar m-a atras acest lucru si m-am bucurat. Ma simteam un om normal si simteam ca pot cuceri inima unei femei, fara emblema lui Dinamo pe piept.

AI FOST UN CUCERITOR SAU TI-A PLACUT SA FII CUCERIT?

Daca a fost chimie, atunci totul s-a intamplat de la sine.

CE TREBUIE SA FACA O FEMEIE PENTRU A TE TINE LANGA EA?

Sa ma iubeasca! Si...atat!



CRISTI, STIU CA FOTBALISTII STAU FOARTE MULT IN CANTONAMENTE... CUM AI REUSIT SA-TI MENTII RELATIA DE CUPLU?

Aici depinde de caracterul femeii, de ceea ce isi doreste ea de la o relatie. Ca sportiv de performanta, trebuie sa faci multe sacrificii si cel mai mare sacrificiu, este acela ca stai departe de casa, mai mult prin hoteluri, autocare, avioane. Pe saptamana, reuseam sa ajung sa-mi petrec cel mult 2 zile pe saptamana alaturi de familie.

IN CONCLUZIE CRISTI, VIATA DE SPORTIV, NU ESTE DOAR CE SE VEDE LA TELEVIZOR...NU?

Da, asa este. In spate, este foarte multa munca, sacrificiu si fara prea multe distractii. Viata de sportiv de performanta este ca un regim spartan.

LEGAT DE FOTBAL, TE ROG SPUNE-NE MAI MULTE, CE REPREZINTA ACEST FENOMEN?

Fotbalul este cel mai important fenomen social din lume, unde se invart si se investesc miliarde de euro si aduna pe stadioane 70-80 de mii de oameni. Este un sport iubit, cu multi fani patimasi, pregatiti sa urmeze echipa favorita pana la capatul lumii. Partea cea mai frumoasa din sport, este atingerea obiectivului urmarit: castigarea cupei, a campionatului. Asta iti ofera satisfactii de neimaginat!

CARE A FOST CEL MAI GREU MOMENT AL CARIEREI? DAR CEL MAI FRUMOS?

Cel mai greu moment al vietii de fotbalist a fost cand a trebuit sa plec de langa parinti la varsta de 12 ani...practic, nu am avut copilarie. Momente frumoase au fost mai multe, incepand cu titlul de campion al Romaniei castigat cu Dinamo si cand am imbracat tricoul echipei nationale a Romaniei.



CRISTI, CUM SE FACE CA DE LA FOTBAL, AI TRECUT LA DESIGN VESTIMENTAR?

Intotdeauna mi-a placut sa ma imbrac frumos, sa fiu in trend, sa imi cumpar tot ce apare nou. Am fost mereu in atentia mass-media, care nu te iarta si iti taxeaza orice greseala, pornind de la vestimentatie, pana la comportament. Design-ul vestimentar este o pasiune mai veche, dar care a iesit la suprafata prin impulsul si sustinerea iubitei mele.

PE LANGA FOTBAL SI DESIGN VESTIMENTAR, STIM CA ESTI SI CO-PREZENTATOR INTR-O EMISIUNE DE SPORT. CE NE POTI SPUNE DESPRE ACEASTA MESERIE?

Nu este o meserie, este un hobby pentru mine, iubesc ceea ce fac, sunt foarte relaxat in fata camerelor de televiziune, imi place echipa cu care lucrez si fiecare emisiune ma binedispune. De fapt, aceasta emisiune sportiva ma tine legat de fotbal-un motiv important pentru care ma duc cu placere.



CE ALTE HOBBY-URI MAI AI?

Imi place sa merg la vanatoare, dar sa stiti ca nu vanez caprioare! Imi place sa pescuiesc, merg des in Delta - unde ma relaxez si imi incarc bateriile de cate ori sunt stresat. Locul meu preferat din Delta Dunarii este **Pensiunea Stanca Dunarii** la **Nufaru**. Este un loc linistit, retras, care iti ofera posibilitatea sa fugi de agitatia orasului. Iubesc natura si tara noastra, prefer sa calatoresc pe meleagurile noastre si mai putin sa calatoresc in afara tarii.

CUM POT LUA FANII TAI LEGATURA CU TINE?

Am un cont de socializare **Cristian Munteanu**-pentru fani. Aici primesc des mesaje de sustinere si felicitari. Tot aici, multi pot vedea exact hobby-urile mele, locurile pe care le vizitez si emisiunile in care urmeaza sa apar.

***Cristi Munteanu** a avut amabilitatea sa ne acorde un interviu si sa ne ofere amanunte mai putin cunoscute din viata personala, din pasiunile sale, impresii generale despre viata. Interviul si sedinta foto s-au desfasurat in cadrul **Restaurantului Royal** din **Galati**, intr-o atmosfera calda si relaxanta, unde am fost intampinati de oameni primitori, avand tot timpul zambetul pe buze.*

MULTUMIM ECHIPEI MANAGERIALE A RESTAURANTULUI ROYAL, PENTRU OSPITALITATE SI AMABILITATE PE TOATA PERIOADA DESFASURARII INTERVIULUI SI A SEDINTEI FOTO.

DREPTURILE UNUI MODEL



È FOARTE IMPORTANT PENTRU UN MODEL SĂ ÎȘI ÎNTELEAGĂ DREPTURILE, PENTRU A ȘTI SĂ GESTIONEZE ANUMITE SITUAȚII, UNELE DE NATURA FINANCIARĂ (PLATA UNUI JOB DE EXEMPLU), ALTELE PRIVITOARE LA IMAGINEA SA, ORI SITUAȚII ÎN CARE ESTE AGRESATĂ. UN MODEL - PROFESIONIST SAU ASPIRANT, POATE ÎNTAMPINA MULTE OBSTACOLE, ASA CA ESTE BINE SĂ VA CUNOȘTEȚI DREPTURILE ȘI SĂ PREVENIȚI SITUAȚIILE NEPLĂCUTE.

DACA VA CUNOȘTEȚI DREPTURILE ELEMENTARE, PUTETI EVITA SĂ FIȚI PACALITI ȘI ABUZATI, PUTETI LUCRA ÎNTR-UN MOD LEGAL, VA FORMATI CA UN MODEL PROFESIONIST ȘI ÎMPUNETI RESPECT COLABORATORILOR.

AVEȚI DREPTUL SĂ LUCRAȚI ÎN CONDIȚII AGREABILE ȘI NORMALE ȘI SĂ VA SIMȚIȚI BINE ÎN TIMP CE FACETI ACESTE LUCRURI. NIMENI NU TREBUIE SĂ VA ÎNCALCE DREPTURILE FUNDAMENTALE PE CARE LE AVEȚI CA OM ȘI NIMENI NU ARE DREPTURI ASUPRA VOASTRA! DACA CEVA NU ESTE BINE PENTRU VOI, SPUNETI NU!

FIȚI DE ACORD CU TERMENII DE PLATA, CARE POT UNEORI ÎNTARZIA, COMPARATIV CU MOMENTUL ÎN CARE EFECTUAȚI JOBUL, DAR ACEST LUCRU TREBUIE SĂ FIE MENTIONAT CONCRET ÎN CADRUL CONTRACTULUI SEMNAT. TOATE ACORDURILE DE ACEST GEN, TREBUIE SĂ FIE SCRISE!

DIN OCTOMBRIE 2010, ESTE ILEGAL PENTRU O AGENTIE SĂ PERCEAPA VREO TAXĂ ÎN AVANS, LEGE APLICABILĂ ÎN SPECIAL, MODELELOR FASHION. DACA NU FACI PARTE DIN ACEASTĂ CATEGORIE, O AGENTIE POATE SĂ-ȚI CEARĂ O TAXĂ - FIE EA ȘI SIMBOLICĂ, PENTRU A TE ÎNSCRIE ÎN BAZA LOR DE DATE SAU PE SITE-UL LOR DE PREZENTARE.

NU TREBUIE DATI BANI ȘCOLILOR SAU AGENȚIILOR DE MODELLING, PANA NU SEMNATI UN CONTRACT FERM. NU TREBUIE SĂ EXISTE O CONDIȚIE GEN "ÎNȚAI PLATITI, APOI SEMNAM". DACA REPREZENTANȚII AGENȚIEI RESPECTIVE ÎNSISTA, MAI BINE ABANDONAȚI ȘI VA REORIENTAȚI SPRE ALȚA ȘCOALA SAU AGENTIE DE PROFIL.

CA ȘI ÎN CAZUL AGENȚIILOR DE MODELLING PENTRU ADULȚI, EXISTA AGENȚII CARE REPREZINTĂ ȘI COPII! NICI ÎN ACEST CAZ, NU TREBUIESC PLATITE NICIUN FEL DE TAXE DE "REPREZENTARE", DECAT ÎN CAZUL UNOR CONTRACTE FERME.

NICIODATA NU SEMNATI UN CONTRACT PANA CAND NU IL CITITI ȘI NU ÎNTELEGETI ÎN TOTALITATE TERMENII ȘI CONDIȚIILE! DACA E UN CONTRACT TRANSPARENT, NU AR TREBUI SĂ FIE NICIO PROBLEMA SĂ ÎL LUATI ACASA ȘI SĂ ÎL ANALIZAȚI ÎNAINTE DE A-ȚI SEMNA.

PASTRATI-VA FOTOGRAFIILE ȘI TOATE MATERIALELE ÎNTR-UN MOD CONȘTIINȚIOS ȘI RETINEȚI PENTRU CINE AȚI FOTOGRAFIAT ȘI ÎN CE SCOP, ASTFEL ÎNCAT, SĂ NU EXISTE ABUZURI ȘI SĂ NU VA FIE FOLOSITA IMAGINEA ÎN ALTE SCOPURI DECAT CELE PE CARE LE ȘTIȚI.

ASIGURATI-VA DE FIECARE DATA CA ȘTIȚI EXACT CE PRESUPUNE JOB-UL RESPECTIV ÎNAINTE DE A SEMNA UN CONTRACT ȘI ÎN CE SCOP VA FI FOLOSITA IMAGINEA VOASTRA ȘI DE CATRE CINE! ÎN MOD NORMAL, IMAGINEA VOASTRA TREBUIE SĂ FIE FOLOSITA DOAR DE FOTOGRAF SAU ANGAJATOR ÎN SCOPUL MENTIONAT.

ASIGURATI-VA CUNOSTINȚELE ELEMENTARE PRIVITOARE LA LEGISLATIA FISCALA, PENTRU A LUCRA ÎN MOD LEGAL ȘI A VA PLATI TAXELE LA TIMP, EVITAND ASTFEL, AMENZI SAU ALTE SITUAȚII STANJENITOARE.

PIELE USCATA SAU

DESHIDRATATA?

Aproximativ 70 - 80% dintre femei afirma ca au pielea uscata. Cu siguranta multe dintre ele au dreptate, dar aici pot exista confuzii: *poate ca pielea lor nu este uscata, ci deshidratata!* De fapt, pielii nu ii lipseste apa, ci uleiul natural produs de piele.

Cum imi dau seama ca pielea este deshidratata?

Pielea este uscata, mata si da impresia ca este mai batrana decat varsta persoanei respective. Pielea nu are vitalitate, nu are aspectul pielii sanatoase si nu este la un nivel de hidratare elementar. Apasa usor cu degetul pe pielea de pe obraz in sus: daca vezi linii orizontale (*cute mici, fine*), atunci acesta poate fi un semn ca ai pielea deshidratata!

De ce am pielea deshidratata?

Deshidratarea poate afecta orice tip de piele (*chiar si cel gras*) si ne poate afecta atat pe termen scurt, cat si pe termen lung. Un factor destul de important in deshidratarea pielii, este mediul in care stam si ne petrecem majoritatea timpului, existenta unui aparat cu aer conditionat fiind un factor care poate duce la deshidratare. Fumatul si consumul de alcool duc iarasi la deshidratare, lucru vizibil in mod deosebit dupa o noapte de party sau in club. Dieta nesanoasa duce la o dereglare hormonala, implicit la o scadere a nivelului de hidratare a pielii. Daca deshidratarea ajunge la un nivel de sub 10 - 15%, acest lucru va fi aratat in primul rand de piele, iar ridurile si cutele pielii vor fi mult mai vizibile decat de obicei.

Cum pot preveni deshidratarea?

In primul rand, hidrateaza-te consumand cei doi litri de apa zilnic, pentru a-ti da pielii stralucirea naturala! Dar, nu astepta sa iti fie sete pentru a te hidrata! - acest lucru, inseamna deja ca organismul este deshidratat, dar nici nu face abuz de lichide! Consumul a aproximativ 5 litri de apa intr-un interval scurt de timp, duce la o intoxicare, fatala de altfel!

Foloseste creme de corp speciale pentru hidratare si incearca sa folosesti produse care contin ingrediente cu capacitatea de a absorbi umezeala din aer (*mierea este un bun ingredient in acest sens*).

Este mult mai sanatos sa folosesti produse de curatare a pielii comparativ cu spalatul clasic cu apa, pentru ca multe dintre aceste produse contin ingrediente care ajuta la hidratarea pielii si la restabilirea echilibrului.

SFATURI MODELLING (II)

TYRA BANKS

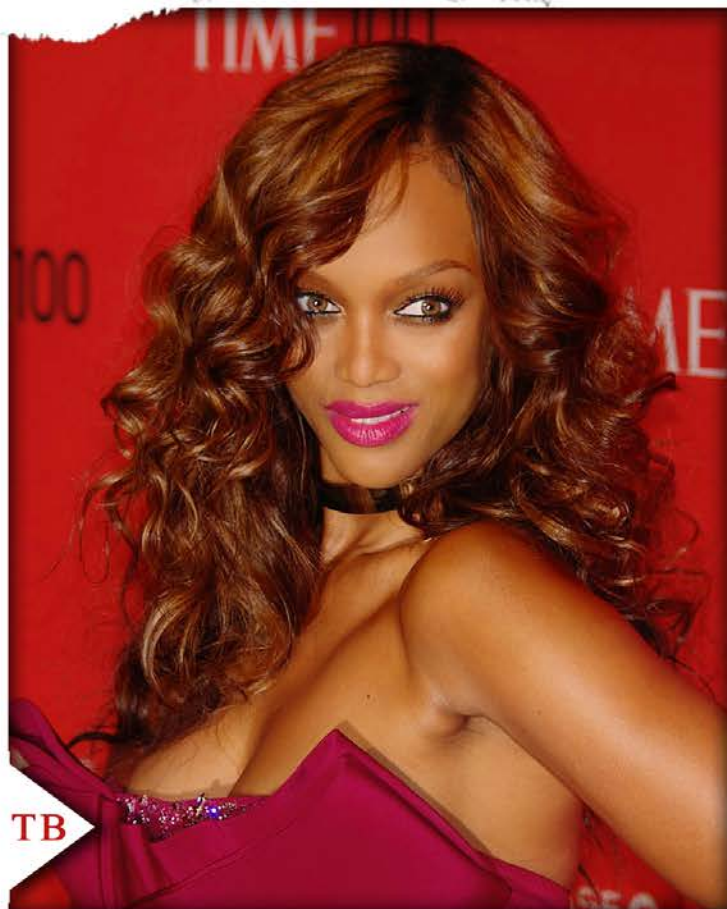


- De fiecare data cand pozati, incercati sa va alungiti gatul pentru mai multa atitudine si gratie!
- Cand pozati, nu trebuie sa "atarnati"! Imprimati corpului o anumita tensiune - din cap pana in picioare - pentru fermitate!
- Nu stati mereu in aceeasi pozitie! Inventati, combinati vechile pozitii cu ipostaze noi! Cea mai "salbatica" pozitie, poate fi cea mai buna!
- Nu mergeti la o sedinta foto neingrijite! Parul, chipul, pielea, trebuie sa arate impecabil!
- Nu va uitati fara tinta cand pozati! Incercati sa exprimati ceva, creati intensitate, "radeti cu ochii" (*Smize!* - *Smile with eyes!*)
- Cand defilati, imaginati-va ca aveti un fir prin coloana vertebrala, care va trage in sus!
- Fiti de neuitat! Faceti o buna impresie care sa va exprime personalitatea distincta!
- Cand sunteti fotografiate, cereti - daca exista posibilitatea, sa aveti un fundal sonor cu melodiile care va plac! Vetii fi mult mai expresive si increzatoare, iar aceste lucruri se vor vedea in fotografiile!

TYRA LYNNE BANKS - personalitate si producator TV, actrita si fost model, s-a nascut in data de 4 decembrie 1973 in California. A devenit celebra ca model in urma aparitiei de doua ori pe coperta *Sports Illustrated* si este considerata una din cele mai influente personalitati afro-americane conform *Time Magazine*.

TYRA BANKS a fost prima femeie afro-americana care a aparut pe coperta *GQ* si *Sports Illustrated Swimsuit Issue*; a mai aparut pe copertile *Elle*, *Vogue*, *Teen Vogue*. A defilat pentru *Chanel*, *Fendi*, *Valentino* si a aparut in campanii publicitare pentru *D&G*, *YSL*, *Ralph Lauren*, *Nike*. A fost "Ingeras" pentru *Victoria's Secret* intre 1997 si 2005, iar in primul an al acestei colaborari, a aparut pe coperta catalogului, fiind prima afro-americana care a realizat acest lucru.

TYRA a publicat in septembrie 2011 romanul "Modelland", bazat pe experienta sa din modelling si care a devenit o luna mai tarziu - "The New York Times Best Seller". A aparut in videoclipuri ca "Black or White" - Michael Jackson, "Love Thing" - Tina Turner, "Too Funky" - George Michael.

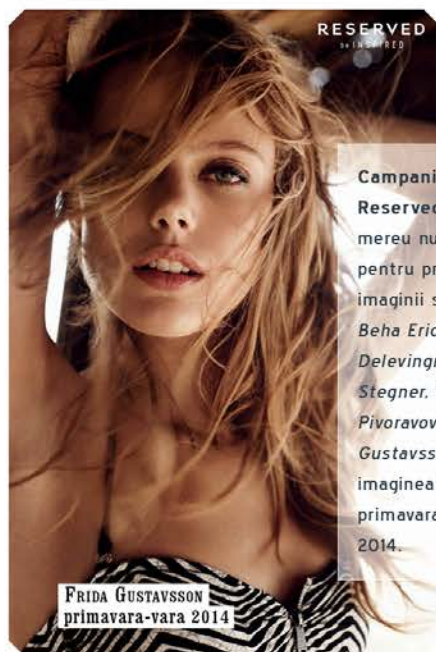


TB

re RESERVED



Luna Iulle a marcat pentru retailer-ul Reserved, deschiderea celui mai mare lanț de magazine în Germania. Cunoscut în special pentru îmbrăcămintea feminină și implementarea celor mai noi tendințe în creațiile proprii, brandul din Polonia a folosit pentru campania toamnă-iarnă 2014 imaginea modelului Georgia May Jagger - fiica legendarului Mick Jagger (Rolling Stones). Georgia este imaginea perfectă a ceea ce caracterizează această colecție: *femininitate, eleganță și senzualitate*. Campania Reserved toamnă - iarnă 2014 intitulată "Let's Fashion". Incurajează mult jocul stilurilor în modă, mixul tendințelor și formelor, toate acestea - menite să încurajeze apropierea de modă și tinutele de zi cu zi.



Campaniile Reserved au folosit mereu nume mari pentru promovarea imaginii sale: Freja Beha Erichsen, Cara Delevingne, Julia Stegner, Sasha Pivovarova și Frida Gustavsson - imaginea Reserved primăvara-vară 2014.

FRIDA GUSTAVSSON
primăvara-vară 2014

PENTRU SEZONUL TOAMNĂ-IARNA 2014, RESERVED A PREGĂTIT TREI LINII DE ÎMBRĂCĂMINTE PENTRU BARBAȚI ȘI FEMEI

"STREET FASHION" este caracterizată de tendințe casual progresiv, un amestec al elementelor sexy și sportive; această linie este plină de viață și se adresează în special tinerilor activi și interesați de modă.

"MODERN LINE" este caracterizată de linii curate și minimaliste elegante, vestimentatiile feminine având structuri și forme subtile, în timp ce la bărbați, găsim un mix între elemente clasice și eleganță modernă.

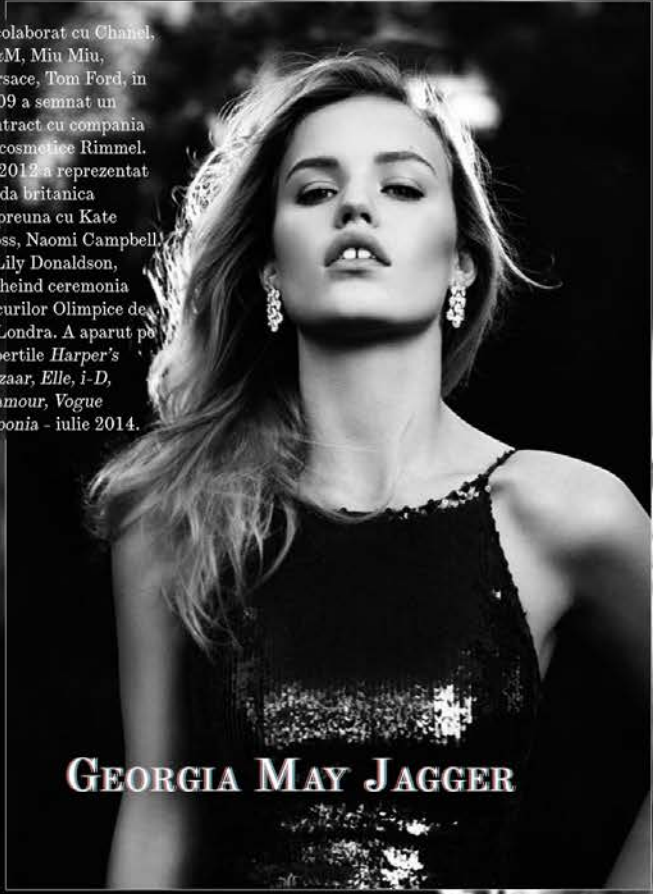
Colecția "YFL" se adresează tinerilor și promovează un stil urban, invitând adepții să se joace cu modă, colecție în care se îmbină "look"-ul feminin și sportiv pentru fete și stilul activ și confortabil pentru băieți.



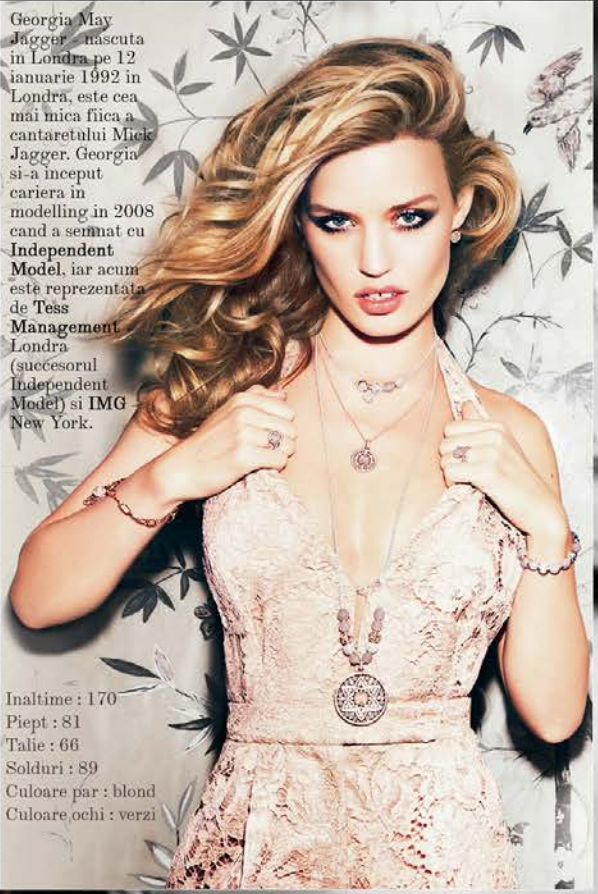
Primul magazin Reserved a fost deschis la mijlocul anilor '90, astăzi existând peste 110 magazine în Polonia și peste 120 în afara granițelor în țări precum Slovacia, Estonia, Cehia, Rusia, Bulgaria, Ucraina, România. Pe măsura ce a crescut ca brand, Reserved a început să lucreze foarte mult la imaginea proprie, atât prin intermediul campaniilor TV, radio, internet și printate, cât și prin alegerea atentă a modelelor care să le fie imagine.

RESERVED face parte din Compania LPP SA cu sediul în Gdnask - Polonia și este unul din numele care se bate de la egal la egal cu branduri de aceeași categorie, ca H&M sau Zara. LPP SA mai deține branduri ca House, Mohito, Esotiq, Rene Vilard, Promo Stars, dar de departe Reserved este cel mai de succes.

A colaborat cu Chanel, H&M, Miu Miu, Versace, Tom Ford, în 2009 a semnat un contract cu compania de cosmetice Rimmel. În 2012 a reprezentat moda britanică împreună cu Kate Moss, Naomi Campbell și Lily Donaldson, încheind ceremonia Jocurilor Olimpice de la Londra. A apărut pe copertile Harper's Bazaar, Elle, i-D, Glamour, Vogue Japonia - iulie 2014.



GEORGIA MAY JAGGER



Georgia May Jagger - născută în Londra pe 12 ianuarie 1992 în Londra, este cea mai mică fiică a cântărețului Mick Jagger. Georgia și-a început cariera în modelling în 2008 când a semnat cu Independent Model, iar acum este reprezentată de Tess Management Londra (succesorul Independent Model) și IMG - New York.

Inaltime : 170
Piept : 81
Talie : 66
Solduri : 89
Culoare par : blond
Culoare ochi : verzi

EFECTELE NEGATIVE ALE EXPUNERII EXCESIVE LA SOARE



Pielea bronzata arata bine, dar din pacate, **culoarea bronzului este rezultatul unor leziuni** la nivelul epidermei, razele ultraviolete accentuand efectele imbatranirii si riscul aparitiei cancerului de piele. Pentru a preveni aceste efecte negative, folositi crema de protectie solara cu factor de protectie solara mai mare de 30.

Razele solare fac pielea sa arate mai batrana si degradata inainte de vreme.

Peste 80% din semnele imbatranirii pielii la adulti, sunt rezultatul expunerii razelor solare inainte de varsta de 18 ani; acestea dauneaza fibrelor din piele numite *elastine*. Cand aceste fibre sunt lezate, pielea se deformeaza, se intinde si isi pierde capacitatea de a-si reveni dupa intindere.

Prea mult soare provoaca o colorare neregulata a pielii, unele zone fiind mai intunecate, altele mai deschise. De asemenea, pot aparea modificari permanente ale vaselor de sange, care ofera pielii un aspect rosietic.

Arsurile solare pot fi de *gradul intai*, cand sunt afectate straturile superioare ale pielii si se manifesta prin inrosirea pielii, durere la atingere si o temperatura ridicata a pielii. Dureaza cateva zile sau saptamani, iar reducerea senzatiei de durere se poate face cu ajutorul aspirinei, compreselor reci, cremelor hidratante (*in special cu aloe*). Arsurile de *gradul al doilea* deterioreaza straturile profunde ale pielii si terminatiile nervoase si dureaza mai mult pana se vindeca. Pielea se inroieste, iti apar umflaturi si vezicule. Nu rupeti veziculele, deoarece ele sunt o sursa de protectie si umiditate, iar degradarea lor poate provoca infectii.

Petele de piele - maronii sau gri, sunt cauzate de imbatranire, dar o expunere excesiva la soare poate favoriza extinderea lor si accentuarea aspectului; apar in mod deosebit pe piept, fata, maini. Zonele de culoare rosie, maro sau petele solzoase, apar frecvent pe cap, gat sau maini, dar pot aparea si in alte zone ale corpului. Aceste pete se numesc **keratoza actibica sau solara**, reprezinta rezultatul expunerii excesive la soare si reprezinta primele semne ale aparitiei cancerului de piele. Apare de obicei dupa varsta de 40 de ani, dar pot aparea si mai devreme.

Preveniti aparitia **cataractei** purtand ochelari de soare si palarie de soare cand sunteti expusi razelor solare! Nu exista nicio durere, semnele aparitiei cataractei fiind senzatie de orbire la lumina, vedere incetosata, vedere dubla cu un singur ochi.

Preveniti aceste probleme neplacute printr-o expunere la soare pana in orele 10-11 dimineata si dupa ora 17 dupa-amiaza, folositi creme hidratante cu factor de protectie solara mai mare de 30 (nu uitati de buze si urechi!), purtati palarie si ochelari de soare!

Scaldatul in razele soarelui ne face sa ne simtim bine, ne alimenteaza optimismul, ne ajuta sa avem o piele frumoasa, dar din pacate, aceste lucruri sunt pe termen scurt. La polul opus, exista efecte negative, excesul expunerii la soare predispanandu-ne diverselor leziuni celulare, aparitiilor ridurilor mai devreme si mai grav - a cancerului de piele.



RECOMANDARI

TRUE DETECTIVE

Difuzat in premiera de HBO la inceputul acestui an, "True Detective" este de departe unul din seriile care merita vazute. Serialul se inscrie in categoriile crima, drama, mister, politist si se intinde pe parcursul a 8 episoade de aproximativ 60 de minute.

Este un serial analitic, fara clișeuri, care te tine in priza, toate dovezile pentru prinderea criminalului si amanuntele picante din viata fiecarui politist, fiind foarte bine puse in scena de regizorul Cary Fukunaga.



Actiunea se petrece in statul Louisiana (in sudul statului au avut loc filmarile) si ii are in prim plan pe doi politisti : Martin "Marty" Hart (Woody Harrelson) si Rustin "Rust" Cohle (Matthew McConaughey). Cei doi, incearca sa prinda un criminal in serie care actioneaza conform unor ritualuri, cercetarile intinzandu-se pe parcursul a 17 ani. Relatia dintre Marty si Rust este una tensionata, fiind caractere diferite, avand situatii familiale diferite, aceste lucruri adaugand sare si piper desfasurarii actiunii.

WOODY HARRELSON



Fiecare noua serie va aduce un nou caz si alti actori; pentru cea de-a doua serie, se pare ca vor fi in prim plan Colin Farrell si Taylor Kitsch. Filmarile si actiunea se vor desfasura in California in zone mai putin cunoscute, pentru a oferi mai multa credibilitate si originalitate serialului.

MATTHEW McCONAUGHEY



"True Detective" a primit 12 nominalizari Emmy din partea Academy of Television Arts and Sciences. Decernarea premiilor Emmy din acest an, va avea loc pe data de 25 august si va fi gazduita de Nokia Theatre din Los Angeles. "True Detective" este unul din seriile noi HBO cu cele mai mari audiente, alaturi de "Six Feet Under".



WWW.FAMOST.RO

“Carpe Diem”





Ziua si luna nasterii.

25 noiembrie.

Ce iti place sa faci?

Am o pasiune pentru handmade: papioane, coliere si designer rochii.

Care sunt calitatile/atuurile tale?

Setea de cunoastere, simtul umorului, incapatanarea (care poate fi totodata o calitate, dar si un defect).

Ce calitati ti-ai adauga?

Calitati nu as mai adauga, ci defecte pentru ca noi, oamenii, ne caracterizam si prin defecte, nu doar prin calitati.

Ce tip de fotografie preferi?

Street/urban, pentru ca imi plac lucrurile complicate si sofisticate. Intotdeauna mi-a placut sa fac poze si, mai ales, sa vad rezultatul.

Care ar fi vacanta ideala pentru tine?

Momentele frumoase le faci oriunde: la mare, la munte, in ploaie, in desert.

Un motto sau un principiu dupa care te calauzesti.

Carpe Diem.



Ce experienta ai in modelling?

8 ani in modelling in care am colaborat cu mai multe agentii din Galati si din Bucuresti.

Cea mai interesanta experienta din viata?

Anul trecut am avut ocazia sa merg in Franta, la Festivalul de Film de la Cannes, cu ajutorul unei colaborari cu o agentie de modelling. Aceasta experienta a avut amprente asupra mea, cu bune si rele.

Ce ai vrea sa profesezi in viitor?

In societatea romaneasca, e cam greu sa profesezi in domeniul in care ai terminat facultatea. Consider ca trebuie sa fii cel mai bun intr-un domeniu sau sa stii din toate cate putin. As alege sa profez ca inginer sau ca designer.

Care sunt calitatile partenerului ideal?

Pentru mine, partenerul ideal trebuie sa intruneasca o serie de trasaturi: sa fie afectiv, sincer, sa dea dovada de maturitate in diferite ocazii, dar si cu simtul umorului.



Unde ti-ar placea sa locuiesti?

Nu conteaza unde, daca esti cu persoana potrivita.

Ti-ar placea sa practici profesia dorita si modelling-ul? Pe care ai alege-o?

Daca profesia dorita este modelling-ul, se poate sa le impaci pe amandoua, dar pot spune ca prefer sa pun cariera pe primul loc.

Cand ai avut prima sedinta foto profesionista?

Nu imi amintesc prima sedinta profesionista, dar pe parcursul timpului am avut parte si de poze obisnuite, dar si de poze profesioniste. Am foarte multi prieteni pasionati de fotografie care mi-au facut poze.

Care este sacrificiul maxim pe care l-ai face pentru persoana iubita?

Eu cred ca nu trebuie sa faci sacrificii pentru o persoana pe care o iubesti, ci doar vrei sa multumesti, facand tot ce poti pentru ea.



Care crezi ca sunt calitatile unei fete pentru a reusi in viata?

As putea spune ce calitati ar trebui sa aiba o persoana, pentru a avea succes in viata: sa fie ea insasi, sa aiba incredere in ea, sa stie cand sa spuna „Nu”.

Ce tip de vestimentatie preferi?

Casual (*tricotu, jeansi*), pentru ca ma simt cel mai bine.

Inteligenta sau frumusetea pentru o fata?

De ce?

Inteligenta, istetimea si apoi frumusetea, deoarece daca esti inteligenta, poti fi si isteata si frumoasa in acelasi timp.

Cum descrii experienta foto pentru pictorial ?

Avand experienta in spate, sedinta foto a fost foarte placuta si usoara, pentru ca nu mi s-au impus anumite pozitii de pozat si am fost naturala in miscari.



FOTO : FAMOST.RO/ MAKE UP : MIGOTO SPA

MODEL : IONELA C
www.famost.ro/ionela



DERMOPIGMENTAREA PAS CU PAS

DERMOPIGMENTAREA SAU MACHIAJUL SEMIPERMANENT ESTE O PROCEDURA DE INFRUMUSETARE ADRESATA DOAMNELOR SI DOMNISOARELOR, EVIDENTIIND IN MOD DEOSEBIT FRUMUSETEA SPRANCENELOR SI A BUZELOR.

IN DERMOPIGMENTARE SUNT FOLOSITI PIGMENTI NATURALI/MEDICINALI. ACESTIA SUNT GARANTATI STERIL SI CONTIN ELEMENTE CARE SE REGASESC SI IN ORGANISMUL UMAN: MINERALE, ELASTINA, COLAGEN, FOARTE BINE TOLERATE DE CATRE ORGANISM.

DERMOPIGMENTAREA A FOST INVENTATA DE UN MEDIC ESTETICIAN, CU SCOPUL DE A CORECTA ANUMITE PROBLEME MEDICALE DE NATURA ESTETICA.

TOTUL DESPRE DERMOPIGMENTARE - ATI CITIT IN EDITIA TRECUTA A REVISTEI FAMOST - IULIE 2014. IN ACEST NUMAR, VA VOM PREZENTA DERMOPIGMENTAREA PAS CU PAS - IN IMAGINI, CU EXPLICATIILE AFERENTE.



1



Analizam forma naturala a clientei si stabilim ce "probleme" are.



3



Se incepe procedura de microdermopigmentare. Cu grija si rabdare, se imita firele de par cu ajutorul dermopigmentarii pentru ca rezultatul sa fie unul cat mai natural.



Se aplica local crema anestezica, in asa fel incat clienta, sa nu resimta niciun discomfort.

2

DERMOPIGMENTAREA IN IMAGINI

Clienta se bucura de procedura.



4



5



Procedura a luat sfarsit si se aplica o crema de ingrijire. Aceeasi crema, ii va fi oferita clientei cadou pentru acasa.



FOTO :
Famost.Ro

Adresam multumiri clientei pentru amabilitatea si intelegerea de care a dat dovada in timpul fotografierii si managerului Migoto Spa - Claudia Paise, pentru ca a facut acest lucru posibil.

epilare definitiva IPL, solar, bronzare organica, endermologie, cavitatie, electrostimulare, impachetari corporale

locul unde se intalnesc,
frumusetea, relaxarea si sanatatea!



MIGOTO SPA

Str. Melodiei, Bl. Paltin 1, Mazepa I, 0336 114 983 / 0744 604 400

