

Viva

-50%
6,60 3,30

ELÄMYKSIÄ
PUUTARHA-
MATKOILTA

DIGI-
Kuvaus
TUTUKSI

SAAMELAISET
MAHTIHÄÄT

Arja Tuomarila ja Kai Lind

SUSIPARI LÖYSI KESTÄVÄN ONNEN

HOITAJA

Kihti ei kiussa vain miehiä
Parantavat ääniaallot

Omega-3 mukana aamupuurossa

Pirkko Mannola testasi pehmeät keuhkot
Kauneusleikkausman veistä

& Pirkko Mannola IKÄÄNTYVÄN IHON TEHOHOIT

Suojaa aina huulet auringolta, sillä auringon vanhentava vaikutus näkyy niissä helposti.

TEKSTI Satu Varjonen • KUVAT Arto Wiikari

Kesän urheilulajien parissa voi olla haastavaa suojautua auringon ja elementtien vaikutuksilta. Tässä kokeiltuja vinkkejä paahteessa hikoiluun.

Uimarille vedenkestävää

• Vedenkestävä suoja on tässä tapauksessa ehdoton. Mikään ei vedessä kuitenkaan kauan suojaa, joten voidetta on lisättävä heti ihon kuivuttua. Kynnet pehmenevät ja kuivuvat vedessä, joten niille on hyvä levittää kovettava lakka ennen vesileikkejä. Hoida hiukset tasapainoon auringonoton jälkeen tarkoitetulla shampooilla ja hoidolla uintipäivän päätteeksi.

Lenkkeilijälle kestävyttä

• Hikoileva ja punoittava naama on varmaan tuttu kaikille kesäisin juokseville. Kasvojen suojaksi sopii erinomaisesti puuterimainen mineraalituote, joka pysyy hyvin ja toimii samalla punoitusta peittävänä ihoystävällisenä meikkinä. Aurinkosuojan on oltava pitkäkestoinen, hankauksen ja hienkestävä.

Ihon kaunistava **Jane Iredale Powder Me UVA/UVB SPF 30** -mineraalipuuterisuoja pysyy loistavasti myös hikoilevalla iholla. Sopii koko vartalolle. Sävy Tanned. 72 e.



Ultrason Medium Sports Clear Gel Formula 20 SPF kestää hyvin hankausta ja hikoilua. Rasvaton tuote antaa oikein annosteltuna suojan koko päiväksi. Saatavana Sokoksissa ja Emotioneissa. 125 ml 22,50 e.



Avon Anew Nuorentava huulipuna silottaa huulten juonteita ja suojaa auringon vanhentavalta vaikutukselta SPF 15, sävy Glaced Almond. 14 e.



Tyylikästä golfaajalle

• Golfatessa kuluu tunteja auringonpaisteessa. Hattu on paras pääsuoja, mutta hiukset kannattaa silti suojata UV-suojan sisältävällä suihkeella. Golf on tyylijaji, niinpä suojakertoimen sisältävä huulipuna on ehdoton! Golfareiden hanskakäsi on usein suojassa auringolta, mutta hanskaton käsi jää hieman huomaamatta auringon armoille. Suojaava käsivoide onkin golfarin paras ystävä.

Revebel DNA Suncare SPF 40 kiinteä aurinkovoide on kätevässä taskurasiassa, josta tuotetta voi lisäillä kasvoille sienellä päivän mittaan. Antaa tehosuojan pigmenttiläiskä vastaan. 26,90 e (tiedustelut: Riimin Oy / Liisa Söderholm, p. 020 7401830).



Biolactive on-Oil osuoja-suoja aurin-eriveden hau- i vaiku- rastaan. 17 e.

Vedenkes- tävä **Garnier Ambre So- laire Light & Silky SPF 30** on todella ke- vyyt, helpos- ti levittyvä ja tahraamaton aurinkosuoja- kosumute. 150 ml 11,90 e.

Aurinkosuo- jan sisältävä aurinkopuu- teri hehkuttaa ihon altaaseen. **L'Oréal Glam Bronze SPF 10**, sävy 01 Gold. 16,20 e.

Suojaudu urheillessa

Sai Cellu- Performance sivoide sisäl- suojakerto- i 8 ja run- sti käsien ihoa avia aineita i pigmentti- iä ehkäise- a vaalentavia öitä. 100 ml



alolle tarkoit- **ancôme Génifique** il SPF 30 sisältää äin laaja-alaisen au- osuojan, joka suojaa "nuoruusproteiine- a jättää ihon he- uuniin hehkuvaksi. /tyy ja pysyy hyvin. ml 45 e.

