



BIO jednom *jedan ruž.*



Ako ste se već okušali u izradi prirodnog ulja, sapuna ili kreme za lice, možda je vrijeme da učinite korak više pa da za blagdane darujete mami, prijateljici ili sestri ručno izrađen ruž ili sjenilo. Takav dar bit će prirodan, unikatan i, svakako, od srca!

Poput svake žene, volite lijepo izgledati, ukasiti lice šarenim pigmentima dekorativne kozmetike, no zabrinuti ste zbog štetnih sastojaka koji se u njoj nalaze? Činjenica je da dio šminke koju stavljamo na lice apsorbiramo kroz kožu, a dio čak i pojedemo. Primjerice, vjerojatno ste već čuli podatak da prosječna žena tijekom života pojede i do tri kilograma ruža. Srećom, postoji zdravije, sasvim prirodno rješenje. Jeste li spremni otisnuti se u pustolovinu vlastoručne izrade replike omiljenog ruža? Iz prve ruke tvrdim, nije ni približno zahtjevno ni skupo kao što mislite.

Eksperiment

Koliko je jednostavno s malo materijala i pribora napraviti prirodnu, ručno izradenu šminku uvjerila sam se na radionici dekorativne kozmetike u zagrebačkom centru Anias de Moras. Sa svojim učiteljem, aromaterapeutom Sašom Radulovićem, susrela sam se u njegovu domu. Po kratkom postupku pretvorili smo njegovu dnevnu sobu u kreativnu radionicu koja je prštala šarenim bojama i mirisima.

Ondje su se raspršile moje dotadašnje predodžbe o izradi šminke: velika sterilna tvornička hala ispunjena bučnim strojevima čije metalne miješalice miksa-

ju sastojke dok se među njima vrzmaju radnici koji im samo asistiraju, a mehanički divovi na kraju izbace gotov, zapakiran proizvod. Ni trunaka prirode, ni mrvice ženstvenosti, ni tračak blještavila boja i zavodljivih jarkih nijansi koje inače vežemo uz proizvode za uljepšavanje. No za naš kreativni „laboratorij“, na moje iznenađenje, bio je dovoljan čajni stolić ispred kauča na kojem sam se ugodno smjestila.

Kako to da je jedan muškarac odlučio toliko vremena, volje i truda posvetiti proizvodima za uljepšavanje žena, pitala sam se još i prije našeg susreta. Moj se sugovornik, kako sam saznala, već šest godina bavi primijenjenom aromaterapijom u sklopu koje eterična ulja koristi za rješavanje zdravstvenih tegoba. Osim toga, već godinama izrađuje aromaterapijsku kozmetiku i prirodne sapune pa mu je šminka, kaže Saša, spontano došla na red proučavanja.

Kad je prije dvije godine pokušavao pronaći pravilne omjere i sastojke za izradu dekorativne kozmetike, kaže, to nije bilo jednostavno. „Zamislite da vam dam brašno, jaja, mlijeko i čokoladu da od toga napravite kolač, a vi ne znate ni postupak ni omjere“, približio mi je kuhinjskim rječnikom svoje početničke sate koketiranja sa šminom. „Nakon više od godine dana eksperimentiranja i igranja

s bojama, traženja idealnih omjera, najboljih sastojaka, estetski privlačne ambalaže i mnogo uloženog truda, dodajući malo jedne supstancije, malo druge, malo treće i miješajući ih, uspio sam naći idealnu gustoću i teksturu“, ispričao mi je Saša, koji danas s velikim zadovoljstvom poučava druge izradi prirodne mineralne šminke. Iz njegova dekorativnog laboratorija izlazi sve, od pudera preko tuša za oči do maskare. Pitam ga što mu je i dalje izazov. „Zasigurno olovka za oči jer se smjesa vrlo brzo hladi pa ju je teško u vrlo kratkom roku oblikovati i prebaciti u drvenu olovku.“ A zbog kojeg dekorativnog proizvoda žene najčešće dolaze kod

na sjajnim i mat česticama boja teško sam izdvojila dvije smeđe nijanse.

Boje iz prirode

Zanimalo me kako prirodni pigmenti mogu imati tako intenzivne boje i hoće li ruž na bazi prirodnih sastojaka postojanošću na usnicama moći konkurirati svojim tvorničkim inačicama. Odgovor je uslijedio ubrzo. Iako me Saša na početku radionice upozorio da pažljivo rukujem s pigmentima kako ne bih obojila svoj rukav ili njegov bijeli tepih, prah temeljne boje prosuo mi se po ruci i obojio nekoliko prstiju u krvavocrveno. Iako sam prste odmah prebrisala vaticom natopljenom sredstvom za skidanje

Očekivala sam kompliciran postupak, dugotrajno miješanje sastojaka za štednjakom, sate hlađenja i čekanja, no za izradu jednog dekorativnog proizvoda dovoljno je 20 do 40 minuta

nje? „Definitivno zbog ruža!“ zaključio je Saša pa smo se i mi odlučili na izradu jednog.

U svega nekoliko staklenih i plastičnih posudica smiješali smo smjesu za ruž od gotovo jestivih sastojaka: maslaca manga, macerata mahune vanilije, hidrolata bosiljka i pigmentata u nekoliko crvenih nijansi. „Osim boje, ruž može imati i pomlađujuće sastojke te aromu koju vi želite“, napomenuo je Saša. Moj ruž već tijekom izrade odisao je aromom štapića vanilije. Očekivala sam kompliciran postupak, dugotrajno miješanje sastojaka za štednjakom, sate hlađenja i čekanja, a bilo je dovoljno 20 do 40 minuta za izradu jednog proizvoda. Potom sam se okušala, uz Sašinu pomoć, i u izradi sjenila za oči. Okuže-

šminke, pigment je bio postojan i potpuno je izbljedio tek nakon što sam nekoliko puta oprala ruke.

„Svi proizvodi za šminkanje dobivaju se od samo osam temeljnih pigmentata, koji međusobnim miješanjem tvore cijelu paletu nijansi“, objasnio je Saša. U odabiru i miješanju boja, dakle, granica je samo vaša mašta.

Boje, odnosno pigmenti koji čine okosnicu dekorativne kozmetike, sačinjene su od oksida, prirodnih spojeva koji nastaju kao produkt oksidacije metala ili minerala te biljnih pigmentata. Jedni i drugi pod svoje podrijetlo upisuju prirodu. „Temelj pigmentata dobiva se iz 100 posto biljnog podrijetla (klorofil, sokovi biljaka, kora stabala...) i 100

Crveni ruž za usne

- 2 g** MANGOVA MASLACA
- 0,5 g** KARNAUBA VOSKA
- 1,5 g** CRVENOG PIGMENTA ZA TEMELJ
- 1,2 g** NARANČASTOG PIGMENTA ZA TEMELJ
- 0,3 g** BIJELOG PIGMENTA ZA TEMELJ
- 1,9 ml** HIDROLATA BOSILJKA (KEMOTIP LINALOL)
- 1,8 g** CRVENOG PIGMENTA ZA SJAJ
- 0,8 g** RUŽIČASTOG PIGMENTA ZA SJAJ

Mangov maslac i karnauba vosak stavite u malu staklenku pa ih lagano zagrijte na pari. Kad se sastojci otope, dodajte pigmente za temelj (crveni, narančasti i bijeli) te hidrolat bosiljka. Nakon 2-3 minute miješanja postupno dodajte pigmente za sjaj (crveni i ružičasti) dok ne postignete željeni intenzitet, odnosno sjaj.

Ulje za skidanje šminke

- 1 dl** HLADNO PREŠANOG SUNCOKRETOVA ULJA
- 1 dl** HIDROLATA RIMSKE KAMILICE

Pomiješajte ulje i hidrolat i dobili ste prirodan proizvod za skidanje šminke bogat vitaminom E.

posto mineralnog (oksidi, gline...)“, dodao je Saša.

Izrada šminke od „šarenih prahova“ dobivenih iz prirode nije novotarija. Njihovo korištenje datira još od pretpovijesnog vremena. Drevne civilizacije Egipćana, Indijanaca, Grka, Asteka, Rimljana i Kineza koristile su se njima za prve špiljske crteže te za ukrašavanje lica muškaraca i žena. Pritom su najčešće upotrebljavali pigment crvenog okera. Ta se crvena boja, kojom sam se koristila i ja, dobiva od željeznih oksida kristala hematita ili zemlje crvenice. Mineralne pigmente koji se koriste za izradu šminke možete nabaviti u brojnim

nafte i sintetičke mirise. „Biljna ulja i maslaci koji se koriste na radionici hladno su prešani i nerafinirani, hidrolati su bez etanola i konzervansa, a eterična ulja su kemotipizirana (jasno kemijski i botanički definirana) i kontroliranog certificiranog podrijetla. Prednost takve prirodne, mineralne kozmetike u tome je što ona ne sadrži konzervanse, aditive, umjetne mirise i emolijente koji zajedno mogu potaknuti začepljenje pora i nastanak akni, rozaceju ili isušivanje kože. Mineralni pigmenti, koji su sastavni dio ruževa i ostalih proizvoda, otporni su na temperaturne promjene i stabilni na izvanjske utjecaje poput

Ruž na bazi prirodnih sastojaka postojanošću može ozbiljno konkurirati svojim tvorničkim sestrama, a pritom se ističe i prirodnim certifikatom

web shopovima, primjerice za nekoliko funti na e-Bayu ili u domaćim internetskim trgovinama koje prodaju nanopigmente po cijeni od 30-ak kuna.

Dostojna zamjena

Baveći se prirodnom kozmetikom već niz godina, moj se sugovornik susreo i s brojnim poražavajućim podacima. „Istraživanje provedeno u 2004. godini pokazalo je kako 28 posto analiziranih ruževa sadrži kancerogene tvari. Prosječan ruž sadrži i do nekoliko stotina kemikalija, a unatoč brojnim zdravstvenim deklaracijama, nisu uvijek sve kemikalije sigurne.“ Taj negativni „pečat“ nije samo obilježje ruževa nego svih dekorativnih proizvoda. Stoga kao pobornik zdrave, a ujedno i funkcionalne kozmetike Saša za izradu šminke koristi dodatke i boje koje ne sadrže sintetičke materijale, krom, nikal i druge teške metale, ftalate, parabene, derivate

znoja, vode ili suza“, zaključio je Saša.

Njegove sam tvrdnje odlučila testirati iste večeri. Iako su rijetki ruževi, fiksirani olovkom za usne, koji mogu izdržati na mojim usnama tri do četiri sata, ovaj se pokazao ozbiljnim kandidatom da zamijeni moj omiljeni „tvornički“ ruž. A ništa se nije moglo mjeriti s mojim ponosom kad sam svima otkrila da, osim što sam ga sama „smiješala“, iza lijepe boje i intenzivnog sjaja ne skriva nikakve štetne kemijske spojeve.

Kako sve više žena vodi računa o tome da se radi njihove ljepote i uljepšavanja ne narušava priroda, ne eksploatiraju radnici te da se proizvodi koje koriste ne testiraju na životinjama, nego da se ističu certifikatima prirodnog, organskog i *fair trade*, centar Anias de Moras idealno je mjesto na kojem pomoću svoje mašte i vrijednih ruku možete izraditi prirodan i unikatan dar za sebe i svoje savjesne prijateljice. **S**



Sjenilo za prirodni izgled

- 0,2 g** SHEA MASLACA
- 0,2 g** BILJNOG ULJA MACERATA ALOE VERE
- 9,3 g** TALKA
- 8,1 g** RIŽINOG PUDERA
- 1,3 g** CINKOVA OKSIDA
- 9 g** SMEDEG PIGMENTA ZA TEMELJ
- 7 g** SMEDEG PIGMENTA ZA SJAJ

U staklenci zagrijte shea maslac i biljno ulje macerata Aloe vere pa zatim dodajte talk, rižin puder i cinkov oksid (prethodno usitnjen u fini prah da se izbjegnu grudice). Postupno dodajte pigment za temelj (smeđi) i pigment za sjaj (smeđi). Naravno, boje tj. pigmente možete izabrati po svom ukusu.

Kopriva *Urtica dioica L.*



IMATE MASNU KOSU?

Pročišćavajuća svojstva korijena

Poznata po bolnom peckanju koje uzrokuje, kopriva je još uvijek žrtva svoje loše reputacije. Međutim, ova je biljka poznata i po brojnim ljekovitim svojstvima te se koristi još od antike. Korijen koprive posebno je bogat skopoletinom, molekulom koja djeluje na aktivnost žlijezda lojnica. Laboratoriji KLORANE odlučili su iskoristiti to izvanredno svojstvo i osigurati učinkovito i dugotrajno rješenje za kosu sklonu mašćenju. Pažljivo razvijen i proizveden u skladu s načelima Phytofilière® standarda kvalitete Laboratorija KLORANE, čisti ekstrakt koprive koristi se u formuliranju šampona za uspostavljanje ravnoteže u radu žlijezda lojnica (Klorane šampon s ekstraktom koprive 200 ml; Klorane šampon za suho pranje kose s ekstraktom koprive 150 ml). Ovaj komplementarni dvojac učinkovito regulira lučenje sebuma i kosi sklonoj mašćenju vraća čistoću i volumen.

DARUJEMO 5 RUŽEVA

Pet najbržih čitateljica koje na stranicama magazina *Sensa* na Facebooku opišu svoj omiljeni prirodni recept za uljepšavanje centar Anias de Moras darovat će ručno rađeni, prirodni ruž za usne. Više o centru pročitajte na www.anias-de-moras.com