



ALEKSANDRA SZAJEWSKA
REDAKTOR PROWADZĄCA

Są osoby, które nie lubią słońca, upałów i leżenia na plaży, ale ja ich nie znam ;). My, we „Fleszu Urodzie”, cieszymy się wakacjami jak dzieci! Bawimy się makijażem [ale wybieramy kosmetyki waterproof], nosimy fale surferki, przyklejamy sztuczne tatuaże i malujemy paznokcie na wszystkie kolory tęczy. A poważnie – testujemy 50 kosmetyków słonecznych, rozmawiamy z dermatologiem o czerniaku i polecamy zabiegi, które możesz zrobić w środku lata.

Na okładce

- 6 **SESJA WSZYSTKIE NASTROJE LATA** Tętniące kolorami i życiem czy wyciszone i bliskie naturze? Zaskakujące makijaże prezentuje Natasza Urbańska!

Makijaż

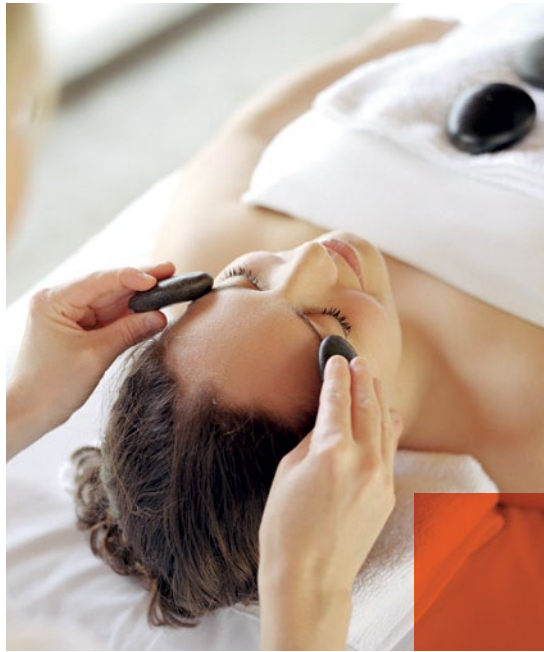
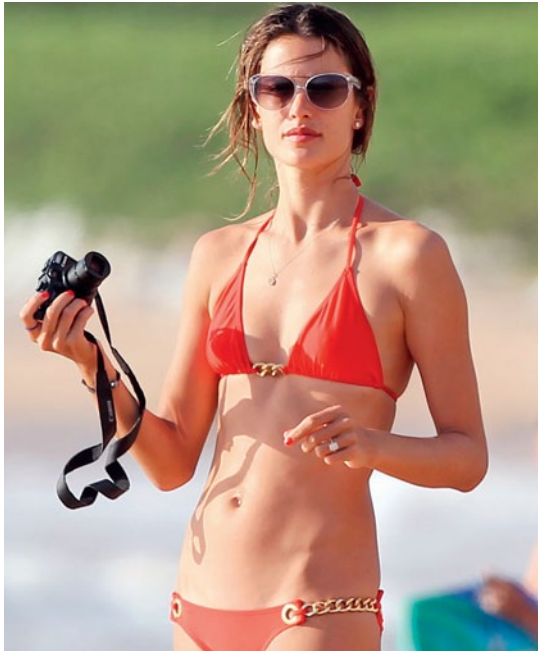
- 18 **LATO MIŁOŚCI** Lekcja uwodzenia (oczywiście make-upem) à la włoska bella signora, wyzwolona hipiska lub elegantka z Saint-Tropez.
- 22 **TEST REDAKCJI AGENCJI INCOGNITO** Sprawdzamy, które korektory są najlepsze. Nie tylko na oko ;)
- 24 **LAKIERKI JAK CUKIERKI** Odżywki, lakiery, topy... Czyli perfekcyjne „mani” i „pedi” na urlopie.
- 30 **UTRWAL TO SOBIE!** Kosmetyki wodoodporne sprawią, że nawet na plaży będziesz wyglądała jak gwiazda.
- 32 **INSTRUKTAŻ NIEBIESKIE MIGDAŁY** Z błękitnym cieniem do powiek Jennifer Lopez wygląda jak... marzenie. Teraz i ty możesz!
- 34 **INSTRUKTAŻ RÓŻOWA LANDRYNKA** Paulina Sykut - Jeżyna udowadnia, że w różu na ustach można wyglądać nie tylko sexy, ale i z klasą!

Włosy

- 40 **LUZ KONTROLOWANY** Poznaj triki, dzięki którym wakacyjne fryzury będą jeszcze prostsze do zrobienia.
- 44 **TEST REDAKCJI SKRÓTEM NA PLAŻĘ** Sprawdzamy, która sól morską spełnia obietnicę o fryzurze surferki.
- 46 **W STRONĘ SŁOŃCA** Twoje włosy są tak samo narażone na działanie promieni UV, wiatru i słonej wody jak skóra. Latem dbaj o nie podwójnie.
- 48 **INSTRUKTAŻ STARANNIE DOBRANE** Zainspiruj się futurystycznymi warkoczami Amandy Seyfried.
- 50 **INSTRUKTAŻ WOLNY ZWIĄZEK** Miłość do lat 70. możesz zmanifestować fryzurą w stylu hippie. Tak jak Kate Bosworth.

Pielęgnacja

- 56 **(PRZETRWAJ) LATO W MIEŚCIE** Twoja skóra nie lubi słońca, upałów, kurzu ani spalin. Oto kosmetyki, które ją przed nimi ochronią.



- 58 **BĘDZIE GORĄCO...** Twoje ciało – wspaniałe! Sprawdzone sposoby na uwodzenie.
- 62 **CZY LECI Z NAMI KOSMETYCZKA?** Miniaturowe produkty 2 w 1 i wielofunkcyjne.
- 64 **BLIŻEJ ORIENTU** Masaże, po których poczujesz się jak w raju. A nawet lepiej ;)
- 66 **TEST REDAKCJI DOBRANOC, PIĘKNA!** Testujemy maseczki, które działają, kiedy ty smacznie śpisz!
- 68 **SZLAKIEM ZAPACHU** W podróż życia zabierz nowe perfumy. Albo niech to one przeniosą cię na drugi koniec świata!

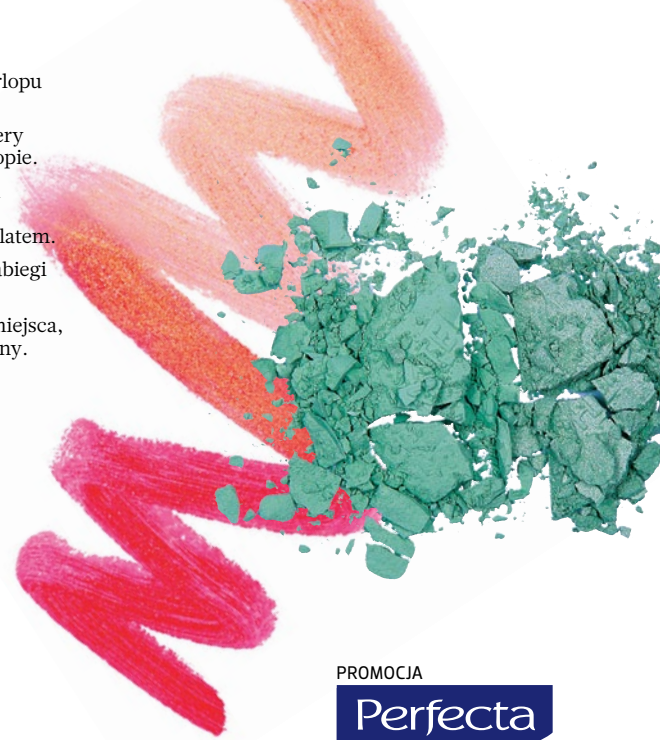
Wellness

- 76 **FLIRTUJ Z FILTRAMI** Tylko taki wakacyjny romans zakończy się piękną (i zdrową) opalenizną.
- 80 **SŁONECZNY PATROL POWRACA** Dermatolog radzi, jak bezpiecznie cieszyć się słońcem.
- 84 **BOGINI SŁOŃCA** Niech żyją balsamy, olejki i pudry z linii brązujących!
- 86 **ZESTAW RATUNKOWY** Kosmetyki, które przyniosą ulgę, kiedy przesadzisz ze słońcem.

- 88 **PSYCHOLOGIA TRUDNA SZTUKA ODPoczyWANIA** Co zrobić, żeby z urlopu nie wracać zmęczonym.
- 94 **ZDROWIE DETOKS NA SZCZĘŚCIE** Cztery sposoby na relaks – nie tylko na urlopie.
- 96 **Z LATEM TWARZĄ W TWARZ** Eksperci podpowiadają, jakie zabiegi można (a nawet trzeba!) zafundować sobie latem.
- 100 **CIAŁO NA POKAZ** Trzy ekspresowe zabiegi wyszczuplające.
- 102 **SPA RELAKS EKSTRAKLASA** Poznaj miejsca, w których relaks to stan permanentny.

Zawsze u nas

- 36 **MAKIAŻ NOWOŚCI**
- 52 **WŁOSY NOWOŚCI**
- 60 **WYBÓR REDAKTORA**
- 70 **PIELĘGNACJA NOWOŚCI**
- 72 **NOWOŚCI Z GABINETÓW**
- 92 **PRZEPISY**
- 106 **SEKRETY GWIAZD**



PROMOCJA

Perfecta

Adres redakcji: ul. Wiejska 19, 00-480 Warszawa, tel. 22 584 25 78, e-mail: flesz@edipresse.pl Redaktor naczelna: Aneta Wikariak Dyrektor artystyczna (makieta): Magdalena Byczewska Zastępca red. nac. i redaktor odpowiedzialna za wydanie: Sylwia Olech Redaktor prowadząca: Aleksandra Szajewska Redakcja: Ewa Bakota, Dorota Gepert, Anna Kondratowicz Studio graficzne: Melania Luczak, Adam Nowiński, Martyna Synkiewicz, Lukasz Walendziuk Fotoedycja: Agnieszka Stolarska (szefowa działu), Agnieszka Dąbrowska, Magdalena Pałkus, Małgorzata Pietruszka, Mateusz Straszewski, Rafał Witewski, Ewa Zębrowska Projekt logotypu: Dorota Pawłowska Korekta: Ewa Mościcka, Katarzyna Rycko Sekretariat: Ewa Pankiewicz Produkcja: Małgorzata Juszt, Marcin Kudajczyk, Jarosław Stępin, Wiesława Wieczorkowska Druk: RR Donnelley Europe



Wydawca: EDIPRESSE POLSKA ul. Wiejska 19, 00-480 Warszawa, tel. 22 584 22 00, faks 22 584 22 01 Prezes Wydawnictwa: Zbigniew Napierata Członek Zarządu – Dyrektor Zarządzająca: Alicja Modzelewska Członek Zarządu: Izabela Bochenek-Strauss Członek Zarządu: Ewa Redel-Bydlowska Dyrektor Finansowy: Paweł Satkowski Dyrektor Wydawnicza: Magdalena Modrzevska Z-ca Dyrektor Wydawniczej: Agnieszka Wicher-Szczesna Dyrektorzy Artystyczni Wydawnictwa: Elżbieta Żochowska i Marek Knap Dyrektor Wydawnicza Kolekcji i Projektów Specjalnych: Małgorzata Franke Dyrektor Biura Reklam: Agnieszka Bieniek Z-ca Dyrektor Biura Reklam: Mariola Chlebicka-Zienkiewicz Dyrektor Sprzedaży Korporacyjnej: Małgorzata Perzanowska Promocja: Marcin Komarzewski (dyrektor), tel. 22 584 22 99; Małgorzata Gawryszczak tel. 22 584 21 25, Agnieszka Krzemińska, tel. 22 584 22 44; Emilia Szmidt, tel. 22 584 25 84 Biuro Reklam FLESZ URODA: Małgorzata Szumigaj (dyrektor), tel. 22 584 25 76; Beata Przybylińska, tel. 22 584 22 49 (manager projektu); Katarzyna Szylter (zastępca dyrektora), tel. 22 584 23 06; Jacek Dębski (zastępca dyrektora), tel. 22 584 22 66; Katarzyna Kornuda, tel. 22 584 23 14; Kinga Socha, tel. 22 584 24 89; Agnieszka Zielak, tel. 584 22 68; Anna Rek (koordynator), tel. 22 584 25 45 Dyrektor Dystrybucji: Piotr Lech Dyrektor Produkcji: Danuta Kamińska Redakcja techniczna: Wiesława Wieczorkowska Biuro obsługi klienta oraz prenumerata: tel. (22) 584 22 22 (pon.-pt., godz. 8-17), e-mail: bok@edipresse.pl, fax: (22) 584 22 32



Okladka:

Zdjęcie: Maciej Nowak
Stylizacja: Bartłomiej Indyka
Makijaż: Beata Milczarek
Fryzura: Rafał Żurek
Produkcja: Bartłomiej Indyka
Sukienka: Bartek Janusz
Pierścionki: La Marquise