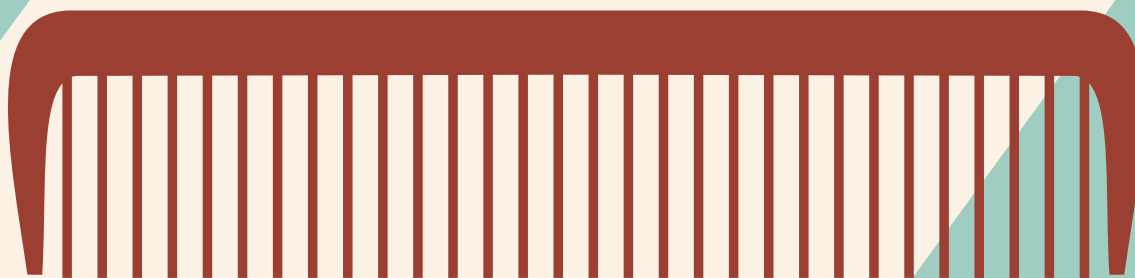


fryzury, makijaż, stylizacja

PORADNIK



Nie ma ludzi brzydkich. Są tylko tacy, którzy nie przeczytali tego poradnika :)

ufryzjerow.pl



@ufryzjerowandersa

u fryzjerów®



@ufryzjerow



@ufryzjerowandersa

Co tu znajdziesz?

Nasz projekt to zebrane w jednym miejscu praktyczne porady, które pomogą Ci dobrze wyglądać. Fryzura dobrana do kształtu twarzy i sylwetki, odpowiednio dopasowane ubranie i makijaż naprawdę czynią cuda. Nasze wskazówki podane są w prostej i dobrze zilustrowanej formie, dlatego łatwo będzie Ci je zastosować. Pamiętaj jednak, że każdy jest inny i nie zawsze da się przyporządkować go jednemu, konkretnemu schematowi. Nasze porady traktuj jako pewne wytyczne, a nie plan, którego trzeba sztywno się trzymać.

Skąd pomysł?

Po co tworzyć e-booka, skoro w Internecie jest mnóstwo różnego rodzaju poradników i artykułów? Właśnie, informacji w sieci jest ogrom, ale często są sprzeczne i, po prostu, nieprawdziwe. Jak więc odróżnić te profesjonalne od tych amatorskich? To praktycznie niemożliwe, dlatego, jako specjaliści z dużym stażem, postanowiliśmy zebrać naszą wiedzę i się nią podzielić.

Dla kogo?

Dla kobiet, które chcą dobrze wyglądać, ale nie wiedzą, jak to osiągnąć :)

Miej lektury!



AUTORZY

u fryzjerów®

Pomysłodawca:	Tomasz Bożek
Fryzury:	Tomasz Bożek
Makijaż:	Karolina Kaja Krajewska
Stylizacje:	Marta Gałka
Ilustracje:	Maria Janczak
Layout:	Paweł Wyrwa
Redakcja:	Magdalena Czeszejko-Sochacka



Okrągłe przyciski przenoszą do odpowiednich rozdziałów

u fryzjerów®



FRYZURY

u fryzjerów[®]





SPIS TREŚCI

FRYZURA A KSZTAŁT TWARZY:

1. Owalna
2. Okrągła
3. Kwadratowa
4. Prostokątna
5. Trójkątna
6. Odwrócony trójkąt
7. W kształcie diamentu

TUSZOWANIE MANKAMENTÓW

FRYZURA A TYP SYLWETKI:

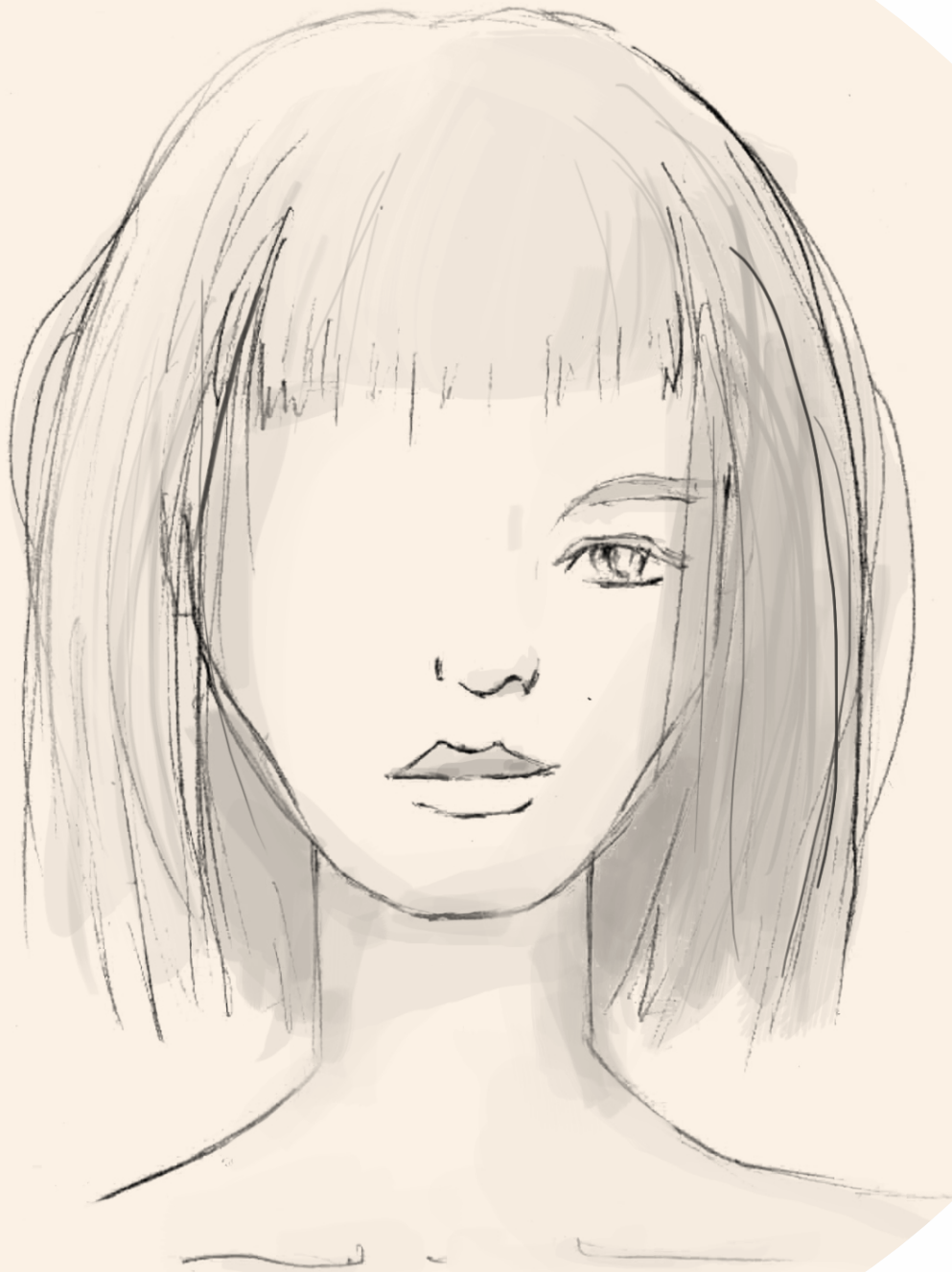
1. Rożek „Y”
2. Klepsydra „X”
3. Gruszka „A”
4. Chtopięca „H”
5. Jabłko „O”
6. Filigranowa „F”
7. Kolumna „I”



Kliknięcie na wybrany rozdział
przenosi na konkretną stronę



u fryzjerów®



1. OWALNA

Szczęściarzy! Pasuje Wam praktycznie każda fryzura. I długa, i krótka - i mocno wycieniowana, i gładka. Skupcie się raczej na innych rzeczach, które chcecie zatuszować, chociażby odstających uszach czy krzywym nosie.



u fryzjerów®

FRYZURA A KSZTAŁT TWARZY

2. OKRĄGŁA

CEL: wydłużenie twarzy.

UNIKAJ: fryzur sięgających do policzków lub krótszych - takich, które poszerzą boki twarzy. Nie upinaj włosów do tyłu.

PROPONOWANA FRYZURA:

długie włosy lub bob - koniecznie wydłużony i wycieniowany z przodu. Chodzi o to, żeby przykryć nieco policzki, ale odstąpić brodę. To wydłuży i wyszczupli twarz. Krótkie grzywki raczej nie są dla Ciebie, chyba że będą bardzo wąskie.

JAK UPINAĆ? Tak, żeby coś opadało na twarz, szczególnie na policzki. Unikaj mocno ściśniętych, ściągniętych do tyłu upięć.



u fryzjerów®

FRYZURA A KSZTAŁT TWARZY

3. KWADRATOWA

CEL: złagodzenie ostrych rysów twarzy, szczególnie na linii żuchwy.

UNIKAJ: geometrycznych, wystrzępionych fryzur, mocnego cieniowania, objętości po bokach (to dodatkowo poszerzy dół twarzy).

PROPONOWANA FRYZURA:

dobrze, żeby sięgała do ramion lub za nie. Sprawdź się włosy pocieniowane na końcach (to nada im lekkości), miękkie fale i loki - bez dużej objętości. Jeśli grzywka, to czesana na bok i delikatna.

JAK UPINAĆ? Dobrze wyglądały będą upięcia zrobione z loków, fal, lekko opadające na twarz, szczególnie w okolicach szczęki, mogą być lekko rozwiane.



u fryzjerów®

4. PROSTOKĄTNA

CEL: wypełnienie twarzy i złagodzenie jej rysów.

UNIKAJ: równej długości włosów do ramion (lub dłuższych), bez grzywki - to dodatkowo wydłuży twarz.

PROPONOWANA FRYZURA:

taka, która trochę skróci i wypełni twarz. Sugerujemy tu fryzurę sięgającą maksymalnie do ramion (najlepiej krótszą) i pocienioną, **KONIECZNIE** z grzywką - powinna być ona miękka, lekka, nieco rozwichrzona, raczej nie prosta czy geometryczna, i mocna. Ważne też, żeby włosy nie były przykłapnięte - objętość po bokach wypełni twarz, a przecież o to chodzi.

JAK UPINAĆ? Proponujemy luźne upięcia nisko nad karkiem, rozwichrzone, z włosów falowanych lub kręconych. Ważne, żeby włosy wystawały po bokach.



5. TRÓJKĄTNA

CEL: poszerzenie linii szczęki.

UNIKAJ: takich fryzur, które budują objętość u góry, a są wygładzone na dole. Nie sprawdzą się również gładkie, wysokie upięcia.

PROPONOWANA FRYZURA:

stawiaj na fryzury, które są gładkie na górze, a budują objętość przy linii szczęki i brody. Miękkie fale, włosy podcieniowane poniżej policzków, opadające na szyję lub bob. Sprawdzą się także asymetryczne grzywki albo przedziątek na środku. Czyli, tak w skrócie - mało u góry, dużo na dole. Czasami dobrym rozwiązaniem jest też grzywka.

JAK UPINAĆ? Tak, żeby przy linii szczęki i brody zawsze zostawiać włosy po bokach - to stworzy objętość w pożądanym miejscu.

A jeśli masz twarz w kształcie serca i charakterystyczny "dzióbek" z włosów na środku, noś długie grzywki na bok albo bardzo ciężkie, proste grzywki czesane od tyłu głowy, które pod ciężarem włosów ukryją wicherek.



u fryzjerów®



FRYZURA A KSZTAŁT TWARZY

6. ODWRÓCONY TRÓJKĄT

CEL: złagodzenie szerszego dołu twarzy.

UNIKAJ: przedziatków na środku i oklapniętych uczesań.

PROPONOWANA FRYZURA:

cieniowana od samej góry, z rozwichrzoną grzywką. Postaw na boba albo w ogóle fryzurę do linii szczęki czy asymetryczną. Trzymaj się zasady: dużo u góry, mniej na dole.

JAK UPINAĆ? Zawsze zostawiaj grzywkę - ale nie wygładzoną, tylko "rozwianą". Poza tym postaw na objętość u góry i gładkie lub pofalowane, lekko nachodzące na policzki, włosy na dole



u fryzjerów®

FRYZURA A KSZTAŁT TWARZY

7. W KSZTAŁCIE DIAMENTU

CEL: złagodzenie wystających kości policzkowych.

UNIKAJ: tak naprawdę wystające kości policzkowe często uznawane są za atut. Jeśli jednak chcesz je przykryć, bo wystają za bardzo, zrezygnuj z prostych grzywek oraz prostych, gładkich włosów.

PROPONOWANA FRYZURA:

taka, która odstani czoło i brodę, a lekko przykryje policzki. Mogą to być delikatne - do ramion lub dłuższe - fale.

JAK UPINAĆ? Zależy od tego czy chcesz eksponować kości policzkowe - jeśli nie, to postaw na upięcia, w których kosmyki włosów lekko będą na nie opadały. A jeśli tak - masz duuużę dowolność.



u fryzjerów®

TUSZOWANIE MANKAMENTÓW



ODSTAJĄCE USZY:

fryzura dłuższa po bokach i pełna objętości to dobry strzał - przystoni wtedy uszy. Może skusisz się na boba? Albo loki lub fale? Jeśli wolisz krótkie fryzury, to pamiętaj o objętości po bokach i, najlepiej, przykryciu uszu.



MAŁY NOS:

odstoń twarz, upinaj włosy, ale noś grzywkę.



DUŻY / KRZYWY NOS:

wyberz grzywkę zaczesaną na bok, asymetryczną, miękką, lekko opadającą na twarz. Proste, ciężkie grzywki odpadają - tylko uwydatnij to, co chcesz zakryć.



WYSOKIE CZOŁO:

powinnaś polubić się z grzywkami - masz tu duże pole do popisu.



NISKIE CZOŁO:

I znowu sprzymierzeńcem jest grzywka - tyle, że taka zaczesana od tyłu głowy. Wtedy czoło wyda się wyższe. Ale! Nie każdemu dobrze będzie w takiej grzywce, więc radzimy skonsultować się z dobrym fryzjerem, ponieważ ważna jest cała twarz.



u fryzjerów®

TUSZOWANIE MANKAMENTÓW



MAŁA GŁOWA:

powiększaj ją fryzurami z dużą objętością, lokami – szczególnie jeśli do tego masz dużą sylwetkę. Przy drobnej budowie wybieraj raczej krótkie fryzury.



DUŻA GŁOWA:

wybieraj krótkie, raczej płaskie i przygładzone fryzury. Chyba, że cała sylwetka jest duża, wtedy możesz pozwolić sobie np. na loki – to stworzy harmonijną całość.



MAŁE / GŁĘBOKO OSADZONE OCZY:

optycznie powiększy je prosta, geometryczna, ostra grzywka. Musi być mocna – delikatna dodatkowo przytłumi oczy.



DUŻE OCZY:

lekka, miękka, delikatna grzywka. Może być postrzępiona. Na pewno nie prosta i ostra, chyba że chcesz jeszcze bardziej uwydatnić swoje duże oczy – wtedy będzie to dobre rozwiązanie.



SZEROKA / KRÓTKA SZYJA:

bob z bardzo mocnym wycięciem w trójkąt, trochę zakrywający szyję – to ją wydłuży.



WĄSKA / DŁUGA SZYJA:

tutaj też sprawdzi się bob – ale wycięty w łuk, odstaniający szyję. Chyba, że bardzo nie lubisz swojej szyi – wtedy zakryj ją długimi włosami.



u fryzjerów®

FRYZURA A TYP SYLWETKI

ROŻEK - Y

CEL: optycznie pomniejszyć barki.

UNIKAJ: krótkich fryzur.

PROPONOWANA FRYZURA:

taka, która opadała będzie na barki - np. duże loki, pukle - ale nie zastoni ich całkowicie. Postaw na dużą objętość. A jeśli nie lubisz loków, ewentualnie możesz nosić proste włosy, ale sięgające co najmniej za obojczyki.



u fryzjerów®

Y

FRYZURA A TYP SYLWETKI



KLEPSYDRA - X

CEL: zachowanie harmonii, którą już masz.

UNIKAJ: jeśli masz duży biust i (z jakichś powodów) chcesz go trochę zamaskować, nie noś krótkich fryzur.

PROPONOWANA FRYZURA:

zależy od tego czy chcesz eksponować biust, czy go ukryć. W pierwszym wypadku sprawdzą się krótkie fryzury lub dłuższe i gładkie, a w drugim - długie loki lub włosy bardzo długie i proste. Zresztą, wszystkie fryzury będą do Ciebie pasowały.



u fryzjerów®

X

FRYZURA A TYP SYLWETKI

GRUSZKA - A

CEL: stworzenie harmonii pomiędzy biodrami a ramionami.

UNIKAJ: zakrywania ramion, przylizanych włosów blisko głowy.

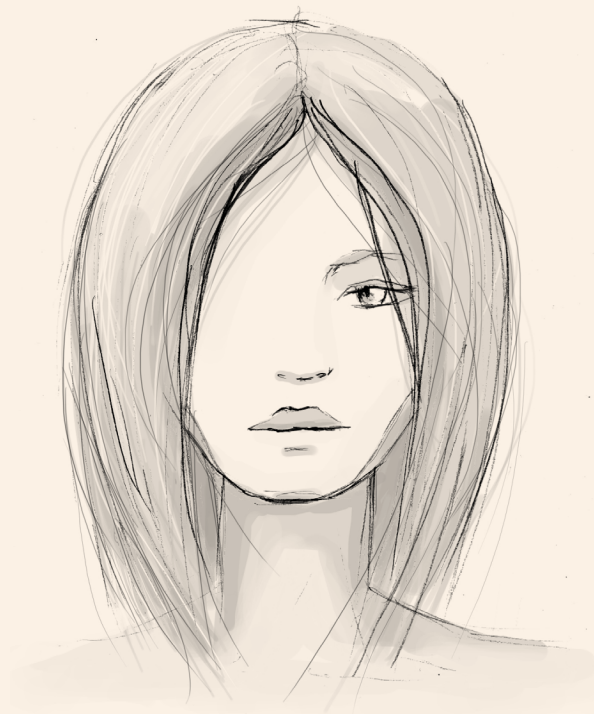
PROPONOWANA FRYZURA: duże loki opadające na ramiona.



u fryzjerów®

A

FRYZURA A TYP SYLWETKI



CHŁOPIĘCA - H

CEL: wydobyć kobiecych kształtów.

UNIKAJ: krótkich, ostrych fryzur.

PROPONOWANA FRYZURA:
raczej dłuższe włosy - np. przedłużony bob



u fryzjerów®

H

FRYZURA A TYP SYLWETKI



JABŁKO - O

CEL: optyczne wysmuklenie talii.

UNIKAJ: geometrycznych grzywek, włosów do linii brody.

PROPONOWANA FRYZURA:

burza loków! Albo przedłużony bob - prosty lub pofalowany. Tylko nie zastaniaj szyi.



u fryzjerów®



FRYZURA A TYP SYLWETKI

FILIGRANOWA - F

CEL: optyczne wydłużenie sylwetki.

UNIKAJ: wygładzonych fryzur, loków, długich włosów.

PROPONOWANA FRYZURA:

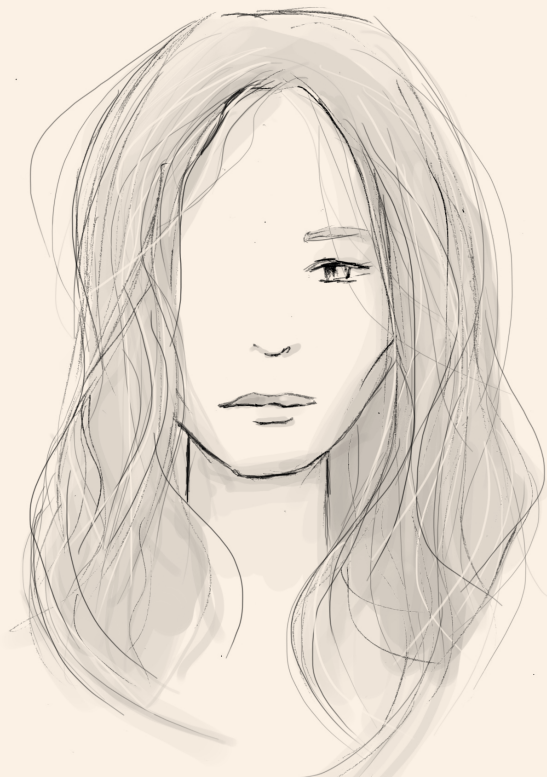
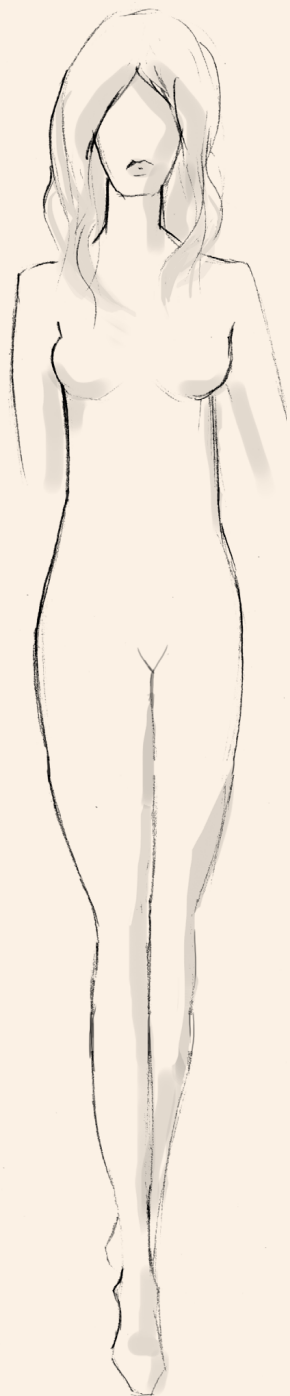
krótkie, postawione do góry włosy. A jeśli bardzo zależy Ci na długich, to zwiążuj je np. w wysokiego kucyka.



u fryzjerów®

F

FRYZURA A TYP SYLWETKI



KOLUMNA - I

CEL: optyczne skrócenie sylwetki

UNIKAJ: gładkich, prostych włosów, krótkich i postawionych do góry.

PROPONOWANA FRYZURA:
włosy sięgające do piersi, lekkie fale, loki.



u fryzjerów®



MAKIJAZ

u fryzjerów®



SPIS TREŚCI

MAKIAŻ - 10 OBOWIĄZKOWYCH KROKÓW

KSZTAŁT BRWI A KSZTAŁT TWARZY:

1. Twarz podłużna
2. Twarz okrągła
3. Twarz kwadratowa
4. Twarz trójkątna / w kształcie serca

MAKIAŻ OCZU:

1. Oczy migdałowe
2. Oczy z opadającymi zewnętrznymi kącikami
3. Oczy duże
4. Oczy małe
5. Oczy z opadającą dolną powieką
6. Oczy kocie - wąskie i podłużne
9. Oczy głęboko osadzone
8. Oczy daleko osadzone
9. Oczy blisko osadzone

JAK DOBIERAĆ KOLORY?

NAKŁADANIE RÓŻU:

1. Twarz owalna
2. Twarz podłużna
3. Twarz o kształcie serca
4. Twarz kwadratowa
5. Twarz okrągła

NAKŁADANIE BRONZERA:

1. Twarz okrągła oraz owalna
2. Twarz podłużna
3. Twarz o kształcie serca
4. Twarz kwadratowa



Kliknięcie na wybrany rozdział
przenosi na konkretną stronę



MAKIJĄŻ - 10 OBOWIĄZKOWYCH KROKÓW

1. Zrób peeling twarzy.

Domowy sposób – peeling z fusów po kawie:

zaparz kawę. Oddziel fusy i dodaj do nich małą łyżkę miodu i dwie łyżki oleju lnianego lub oliwy z oliwek. Wymieszaj, natóż na twarz i masuj. Jeśli nie wykorzystasz całości, zrób peeling całego ciała – skóra będzie miękka, nawilżona, gładka.

2. Umyj buzię delikatnym żelem przeznaczonym do mycia twarzy.

3. Osusz twarz i natóż krem nawilżający – najlepiej wklep opuszkami palców.

4. Natóż bazę pod podkład – jeśli robisz makijaż wieczorowy.

5. Za pomocą pędzla lub gąbeczki natóż podkład – wybierz odpowiedni, nie za ciemny. Sprawdź jego odcień na linii żuchwy (nie na nadgarstku!) – jeśli stapia się z kolorem skóry, to znaczy, że jest dobry.

6. Opuszkami palców wklep płynny korektor pod oczy – o ton jaśniejszy od koloru skóry.

7. Twarz omieć sypkim pudrem – dobierając odcień, kieruj się taką samą zasadą jak przy podkładzie.

8. Modeluj twarz bronzerm – nakładaj go w tych miejscach, które chcesz ukryć (np. pod linią włosów przy dużym czole).

9. Nad kością policzkową natóż róż – rozetrzyj granice pomiędzy różem a bronzerm.

10. Wymodeluj brwi – wąski, ścięty pędzelek "wybrudź" w kredce do oczu lub brwi i delikatnie podkreśl linię brwi, korygując asymetrię.



u fryzjerów®

KSZTAŁT BRWI A KSZTAŁT TWARZY

KWESTIA BRWI CZĘSTO JEST PRZEZ KOBIETY LEKCEWAŻONA, A TO WŁAŚNIE ONE NADAJĄ TWARZY ODPOWIEDNIEGO WYRAZU. TUTAJ ABSOLUTNIE NIE SPRAWDZA SIĘ ZASADA "MNIJ ZNACZY LEPIJ" – WRĘCZ PRZECIWNIE. MODA NA CIENKIE, "WYSKUBANE" BRWI NA SZCZĘŚCIE ODCHODZI DO LAMUSA.

A JAK DOPASOWAĆ KOLOR?

SCHEMAT JEST BARDZO PROSTY:

Blondynki - jasne brązy, beże, szarości, grafity.

Rudowłose, szatynki - ciemny brąz.

Ciemne brunetki - czarny. UWAGA: tak naprawdę czarne brwi pasują bardzo nielicznym Europejkom, lepiej postawić na ciemny brąz.



u fryzjerów®

— KSZTAŁT BRWI A KSZTAŁT TWARZY —

1. TWARZ PODŁUŻNA

Linia brwi powinna być prosta. Usuń włoski znajdujące się przy nasadzie nosa - początek brwi powinien być nieco od niej oddalony.



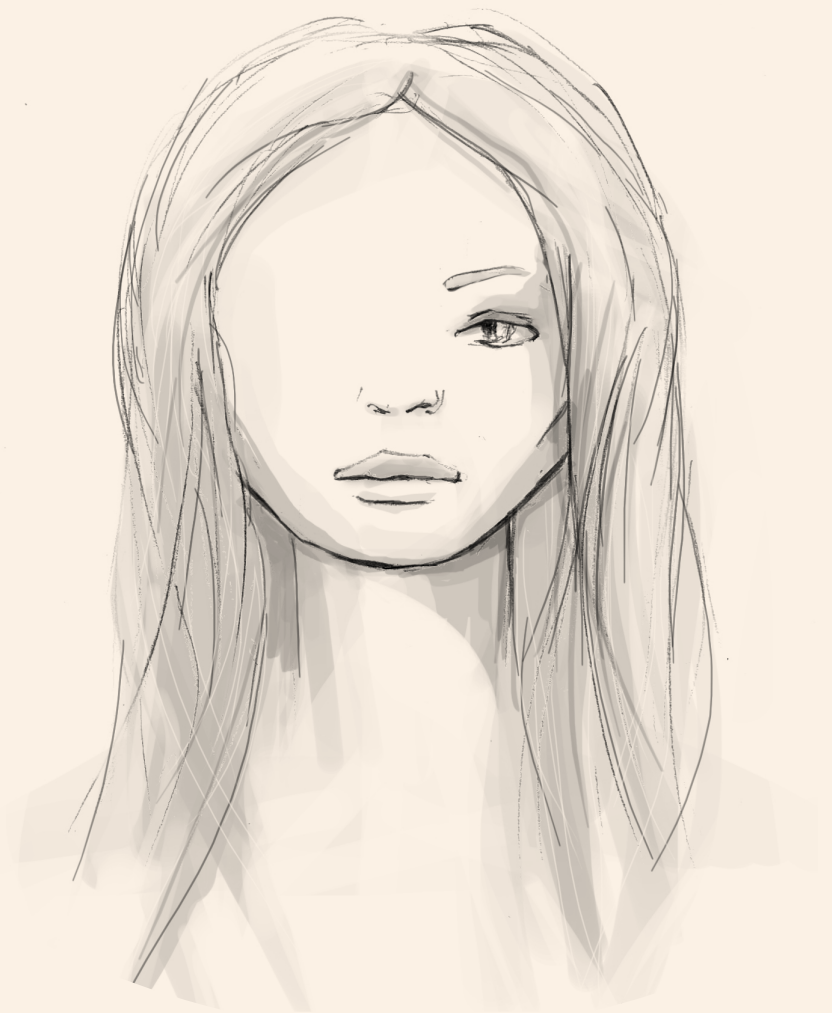
1



u fryzjerów®

2. TWARZ OKRĄGŁA

Postaw na brwi lekko uniesione, zaokrąglone nad zewnętrznym kąciem oka.



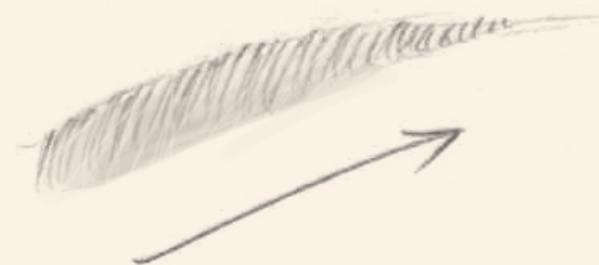
3. TWARZ KWADRATOWA

Twoje brwi powinny być długie, w kształcie łuku. Jeśli masz za krótkie - dorysuj włoski.



4. TWARZ TRÓJKĄTNA

Brwi o skośnej linii to dobry wybór. Zaczesz brwi do dołu i dorysuj, np. kredką, włoski nad górną linią naturalnego łuku. A potem zaczesz brwi do góry.



MAKIAŻ OCZU

W MAKIAŻU OCZU SPRAWĄ KLUCZOWĄ JEST OKREŚLENIE KSZTAŁTU OKA – WTEDY MOŻESZ UKRYĆ MANKAMENTY, A WYDOBYĆ ZALETY.

WAŻNA ZASADA:

Ciemne kolory pomniejszą oko, jasne kolory je powiększą.

Dwa pierwsze kroki do wykonania makijażu każdego kształtu oka:

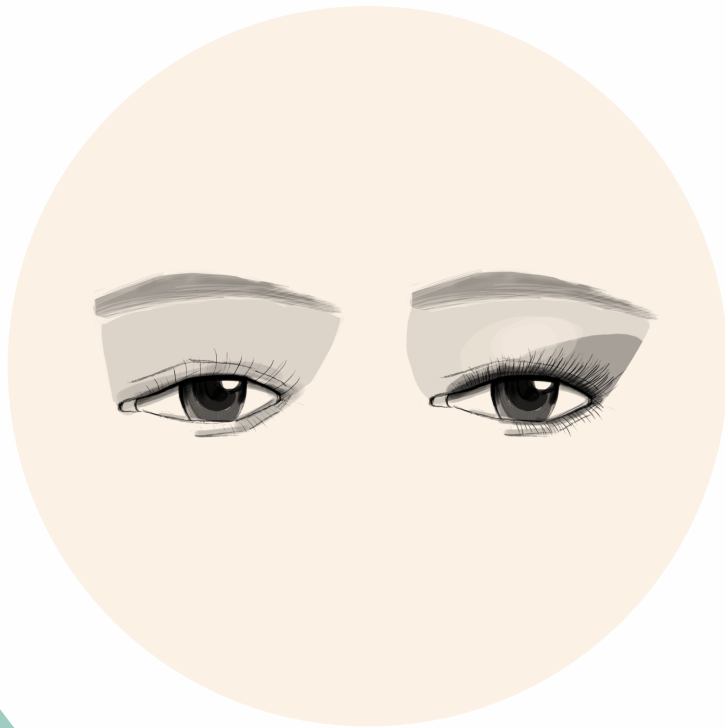
zawsze nakładaj bazę pod cień do powiek i jasny cień - od rzęs do brwi!



u fryzjerów®

1. OCZY MIGDAŁOWE

W miejscu zagięcia powieki nałóż ciemniejszy cień (w kierunku brwi). Środek powieki muśnij jasnym cieniem. Obrysuj dolną i górną linię rzęs kredką - dolną bardzo delikatnie, a górną mocniej. Wytuszuj rzęsy dwukrotnie.



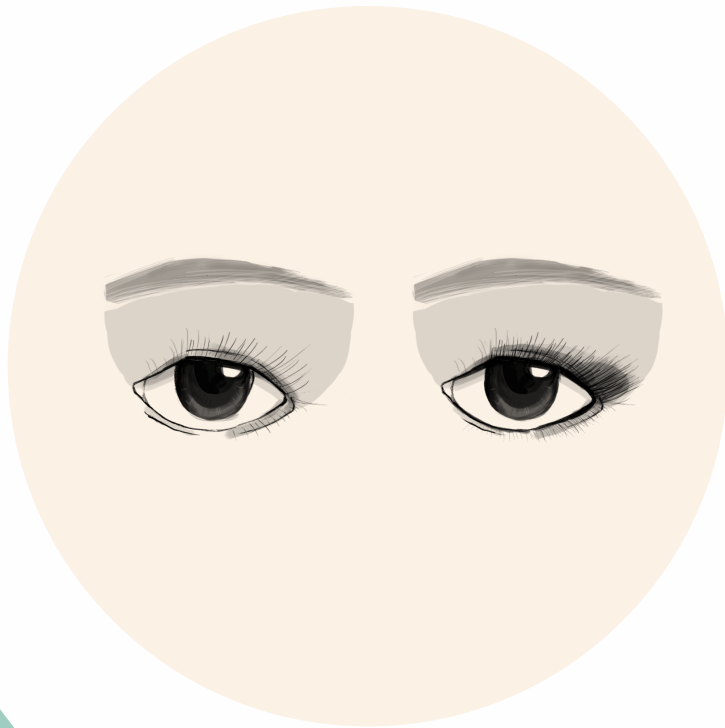
2. OCZY Z OPADAJĄCYMI ZEWNĘTRZNYMI KĄCIKAMI

Obrysuj górną i dolną linię rzęs, z tym że górną wyprowadź poza rzęsy i skieruj ku górze - od tego właśnie miejsca zacznij nakładanie ciemniejszego cienia. Poprowadź go w kierunku do środka, w zgięciu powieki i aż do 3/4 jej długości. Wytuszuj rzęsy, a przy zewnętrznym kącie oka zrób to dwukrotnie. Nie maluj dolnych rzęs. Wyczesz brwi do góry od 1/3 długości.



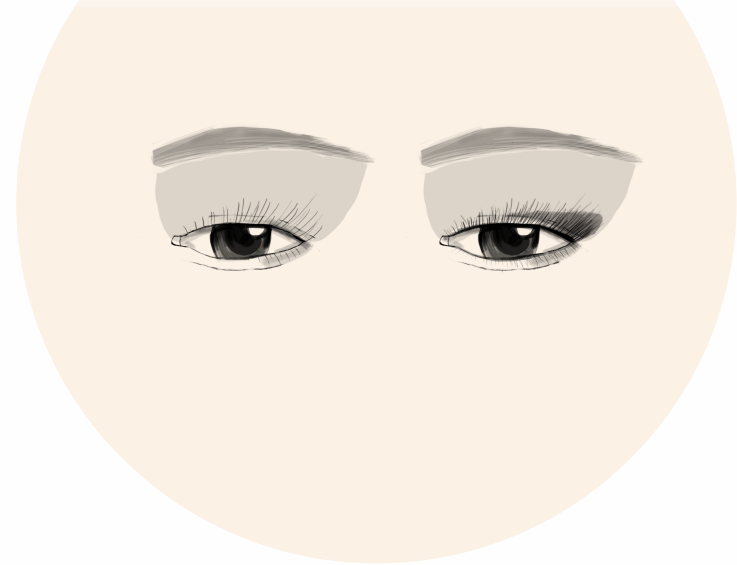
3. OCZY DUŻE

Na powiekę, wychodząc lekko poza zewnętrzny kącik, nałóż ciemny cień (najlepiej matowy). Rozetrzyj troszeczkę do góry. Obrysuj ciemną kredką zarówno górną, jak i dolną linię rzęs. Wytuszuji rzęsy, a przy zewnętrznym kącie oka zrób to dwukrotnie.



4. OCZY MAŁE

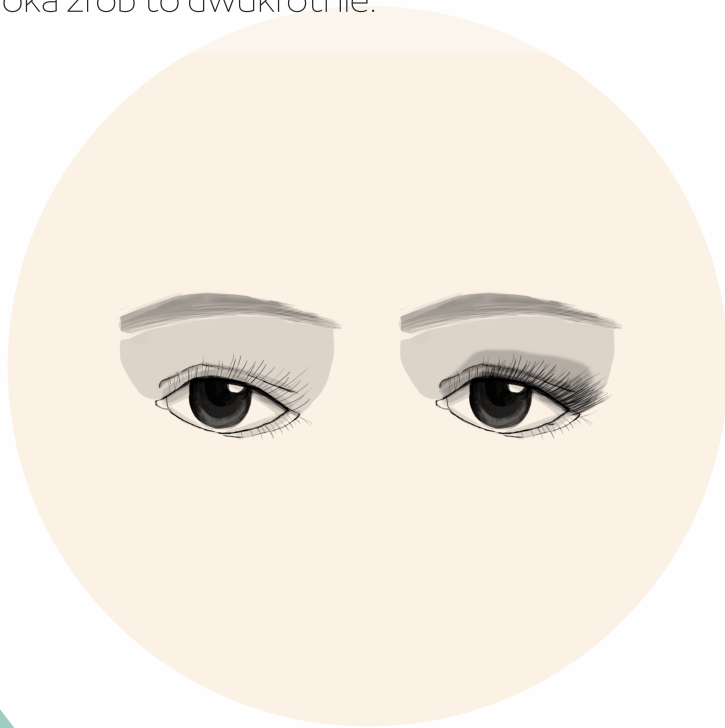
Cień, który nakładasz, najpierw powinien być jaśniejszy niż naturalny odcień skóry i kontrastujący z kolorem tęczówek. W zgięciu powieki nałóż cień pośredni i rozprowadź go w kierunku brwi oraz na zewnątrz. Obrysuj oko wzdłuż górnej linii rzęs, wychodząc poza jego granice. Obrysuj lekko dolną powiekę kredką w niezbyt ciemnym kolorze. Wytuszuji rzęsy dwukrotnie i obrysuj dolną powiekę, nad linią rzęs, jasną kredką o cielistym odcieniu.



5. OCZY Z OPADAJĄCĄ DOLNĄ POWIEKĄ

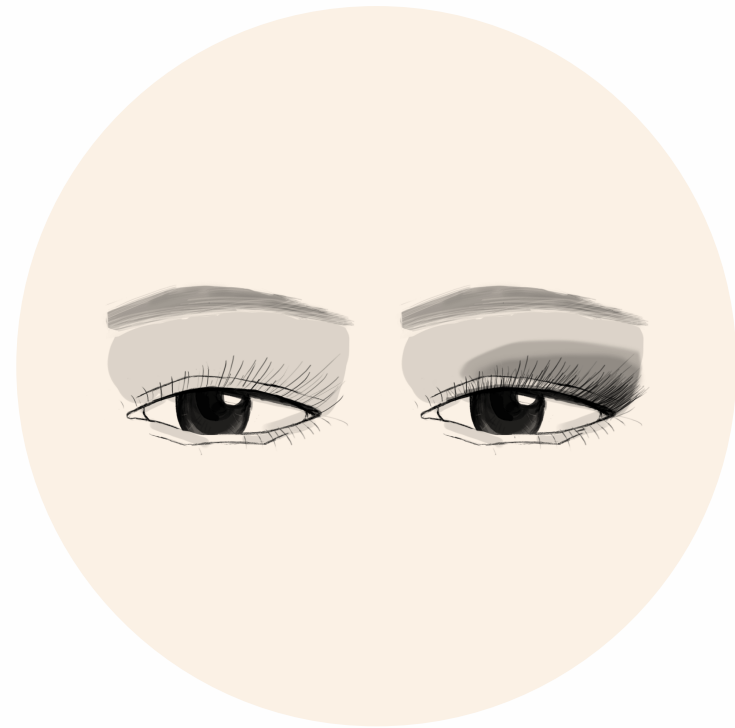
Natóż pośredni cień na całą powiekę, a - następnie - nieco ciemniejszym namaluj linię od środka górnej powieki, kierując się ku zewnętrznemu łukowi brwi..

Niezbyt ciemną kredką obrysuj dolną powiekę. Wytuszuj rzęsy, a przy zewnętrznym kącie oka zrób to dwukrotnie.



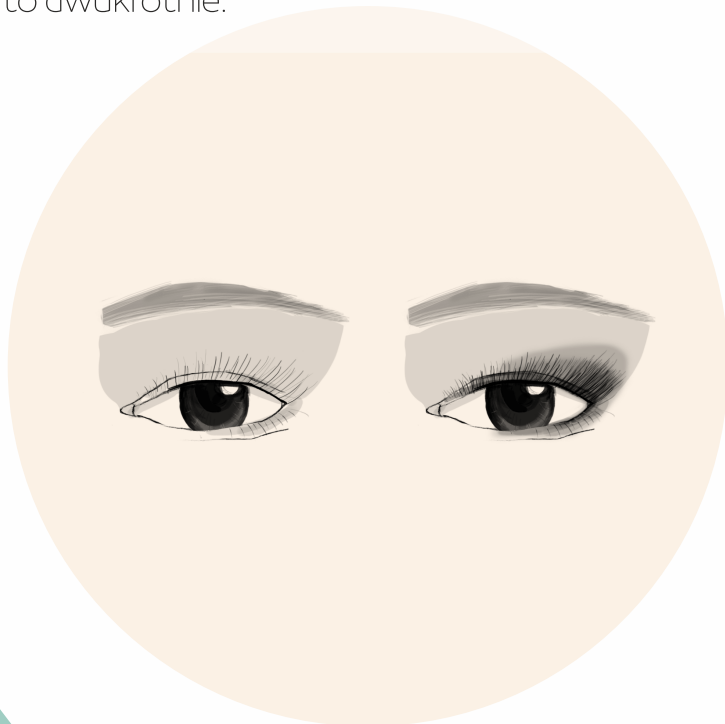
6. OCZY KOCIE - WĄSKIE I PODŁUŻNE

Wewnętrzny kącik górnej powieki pomaluj ciemnym cieniem i rozetrzyj go w kierunku wewnętrznego łuku brwiowego. Nie wychodź cieniami poza zewnętrzny kontur oka, nie wydłużaj go. Wytuszuj rzęsy dwukrotnie.



7. OCZY GŁĘBOKO OSADZONE

Natóż pośredni cień na całą powiekę, a - następnie - nieco ciemniejszym cieniem namaluj linię od środka górnej powieki, kierując się ku zewnętrznemu łukowi brwi. Niezbyt ciemną kredką obrysuj dolną powiekę. Wytuszuj rzęsy, a przy zewnętrznym kątku oka zrób to dwukrotnie.



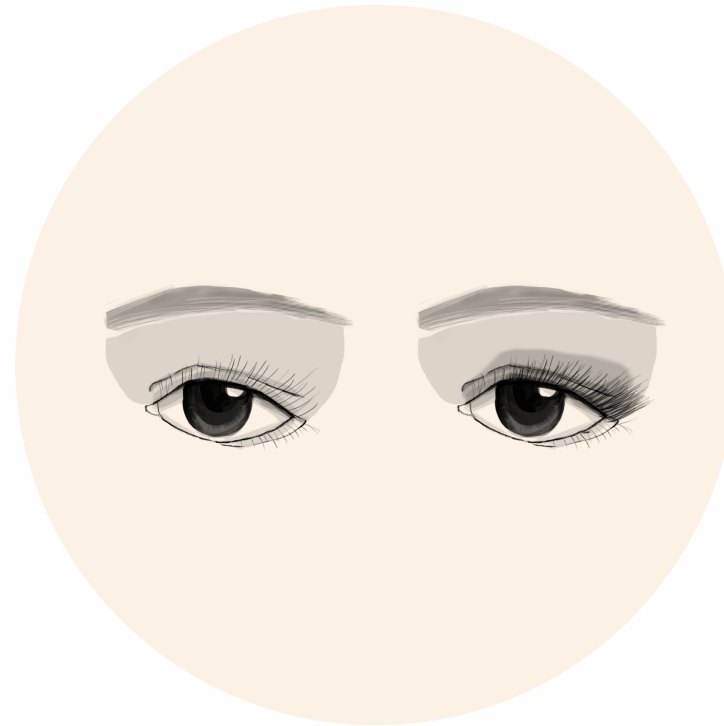
8. OCZY DALEKO OSADZONE

Gdy oczy są zbyt oddalone od nasady nosa ich wewnętrzne kąciki należy pomalować nieco ciemniej niż zwykle. Tym sposobem optycznie zbliżymy je do siebie. Efekt będzie najbardziej zadowalający, jeśli będziemy się postugiwać cieniami z tej samej gamy kolorystycznej (np. beże i brązy). Warto też pociągnąć eyelinerem cieniutkie kreski od wewnętrznych kącików do końca krawędzi powiek. Starannie tuszujemy rzęsy.



**9. OCZY BLISKO OSADZONE
- ODLEGŁOŚĆ MIĘDZY OCZAMI MNIEJSZA
NIŻ DŁUGOŚĆ OKA**

Na górnej powiece, przy wewnętrznym kącie oka, połóż jasny cień. Przy zewnętrznym ciemniejszy, a przy rzęsach najciemniejszy (niech traci intensywność w kierunku brwi). Przy dolnej linii rzęs, jak najbliżej zewnętrznej części oka, namaluj ciemniejszą linię, rozetrzyj i połącz z górną linią. Kredką obrysuj kontury oka (2/3 długości, nie całe), a - przy zewnętrznych kącikach - skieruj ją do góry. Wyrwij troszkę włosów z brwi od środka czoła. Wytuszuj rzęsy, a przy zewnętrznym kącie oka zrób to dwukrotnie (możesz tu nawet dokleić pojedyncze kępki rzęs, ale tylko na górną linię).



JAK DOBIERAĆ KOLORY?

JAK DOBIERAĆ KOLORY?

Jasne cienie otworzą oko, natomiast ciemne uwydatnią jego kształt.

KOLOR CIENI A KOLOR TĘCZÓWKI:

Wybieraj takie, które będą kontrastowały z kolorem oczu.

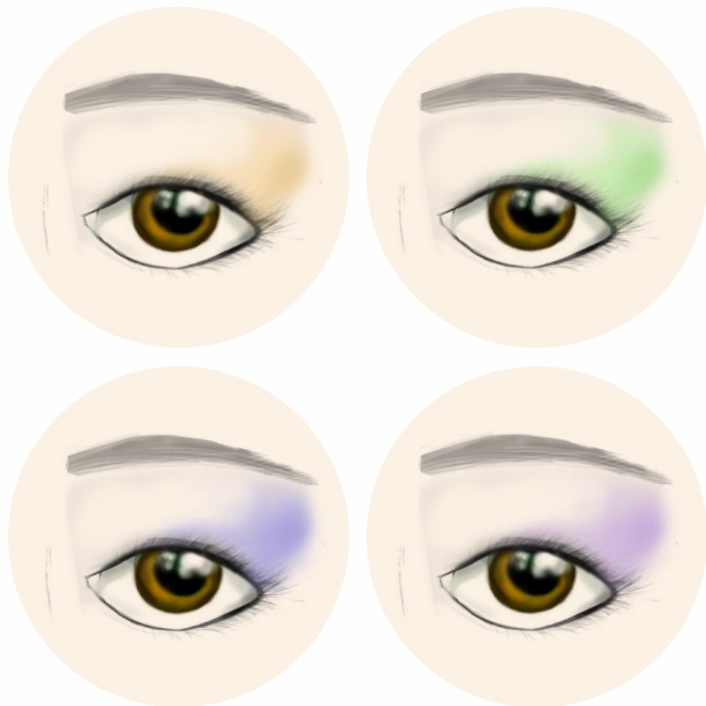


u fryzjerów®

JAK DOBIERAĆ KOLORY?

OCZY BRĄZOWE

Cienie jasne, białe, w kolorze szampana, czerní, szary, granatowy, brązowy, śliwka, zieleń, wrzos, lawenda.



OCZY BŁĘKITNE I SZARE

Cienie brązowe, szare, grafitowe, różowe, pomarańczowe, fioletowe, złote.

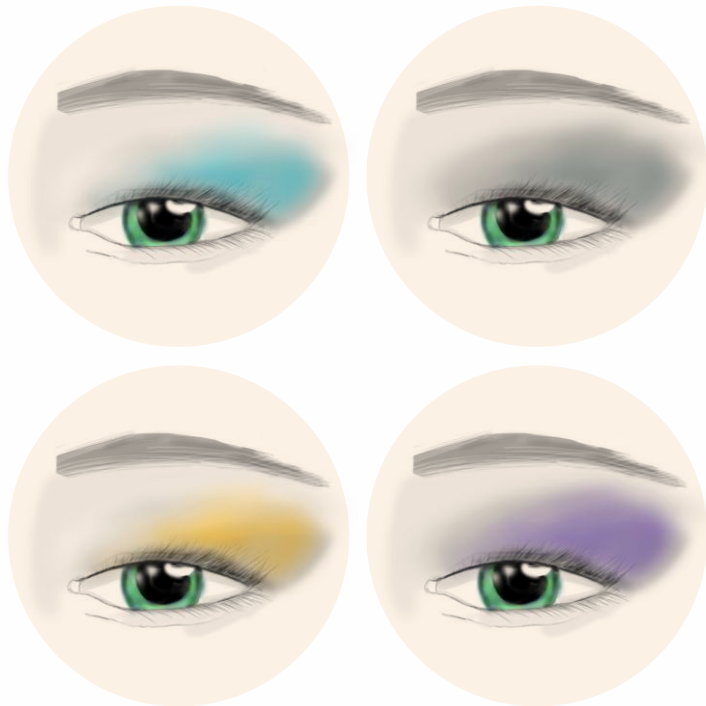


u fryzjerów®

JAK DOBIERAĆ KOLORY?

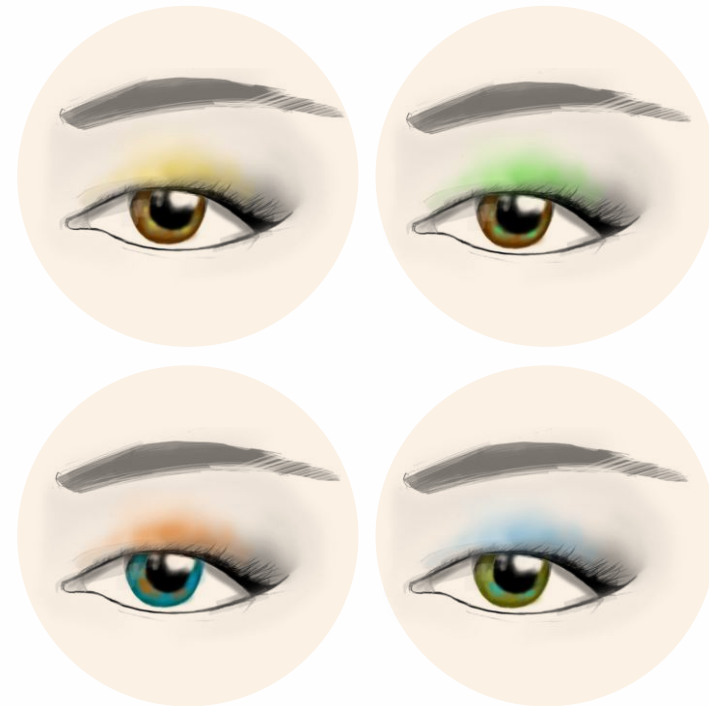
OCZY ZIELONE

Fiolet, wrzos, niebieski, złoty, szarości



OCZY RÓŻNOBARWNE - Z PLAMKAMI

Na środku powieki, nad samą tęczówką, muśnij cieniem w kolorze plamki na oku.



u fryzjerów®

NAKŁADANIE RÓŻU

MAŁA LEGENDA: JABŁUSZKA, CZYLI SZCZYT POLICZKÓW,
KTÓRY UWYDATNIA SIĘ W TRAKCIE UŚMIECHU.

TWARZ OWALNA

Skup się na jabłuszkach, a następnie przesunij pędzel w kierunku ucha.



TWARZ PODŁUŻNA

Pędzlem przejdź poniżej kości jarzmowej. Ważne, żeby linia była delikatna, ale z zauważalną linią i granicą.

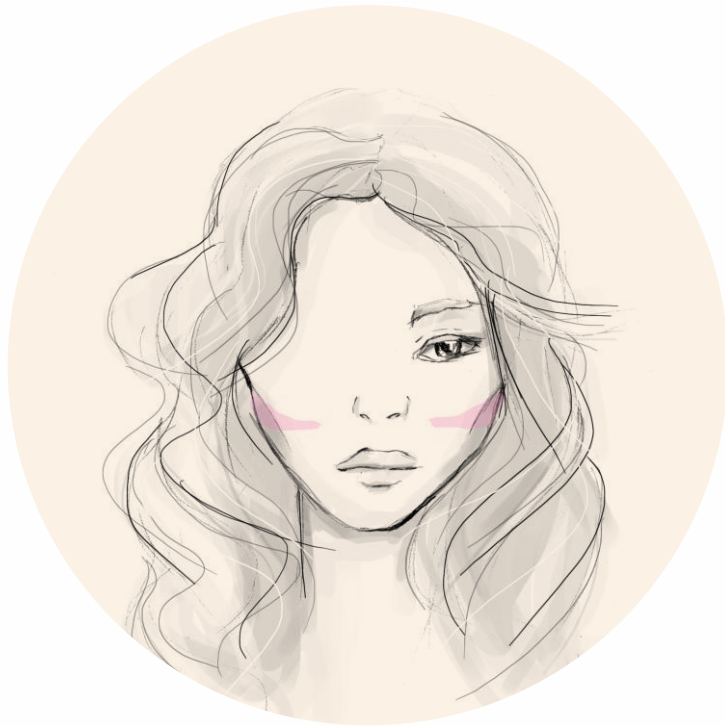


u fryzjerów®

NAKŁADANIE RÓŻU

TWARZ O KSZTAŁCIE SERCA

Natóż róż pod jabłuszkami - następnie, ruchem wymiatającym, przesunij pędzel w kierunku ucha."



TWARZ KWADRATOWA

Złagodź ostre rysy nakładając kolor na jabłuszkach.



u fryzjerów®

NAKŁADANIE RÓŻU

TWARZ OKRĄGŁA

Natóż róż wzdłuż kości policzkowej aż do samego ucha. Unikaj nakładania bezpośrednio na jabłuszka.



u fryzjerów®

NAKŁADANIE BRONZERA

NAKŁADAJ GO W TE MIEJSCA, KTÓRE CHCESZ UKRYĆ. BYĆ MOŻE NIE OD RAZU CI TO WYJDZIE, ALE SZTUKĘ MODELOWANIA TWARZY NALEŻY TRENOWAĆ.

WAŻNA ZASADA: UŻYWAJ BRONZERA MATOWEGO – TE Z DROBINKAMI SPRAWIA, ŻE ZAMIAST COŚ UKRYĆ, DODATKOWO TO UWYPUKLISZ. ISTOTNE TEŻ, BY NIE ZAWIERAŁ PODTONÓW CEGLASTYCH, ZBYT POMARAŃCZOWYCH I SZARYCH, PONIEWAŻ PODKREŚLĄ ONE NIEDOSKONAŁOŚCI CERY.

A GDY NIE LUBIMY KSZTAŁTU NASZEGO NOSA

Jeśli uważasz, że masz zbyt szeroki lub krótki nos, nałóż bronzer po jego bokach. Tylko zrób to symetrycznie! A od szczytu nosa po jego koniec wklep jasny korektor lub rozprowadźcie rozświetlacz.

A jeśli uważasz, że Twój nos jest za długi zaznacz bronzerem jego czubek i dolną część.



u fryzjerów®

NAKŁADANIE BRONZERA

TWARZ OKRĄGŁA ORAZ OWALNA

Modeluj przestrzeń od kości policzkowej w dół - musisz mieć wrażenie, że twarz zaostrzyła Ci się ku dołowi. Delikatnie muśnij kontur szczęki, a także szyję. Na środek brody, nosa i czoło natóż rozświetlacz.



TWARZ PODŁUŻNA

Użyj bronzera dokładnie na linii kości policzkowej, wzdłuż linii włosów, szczęki i brody. Rozświetl okolice oczu oraz skronie.

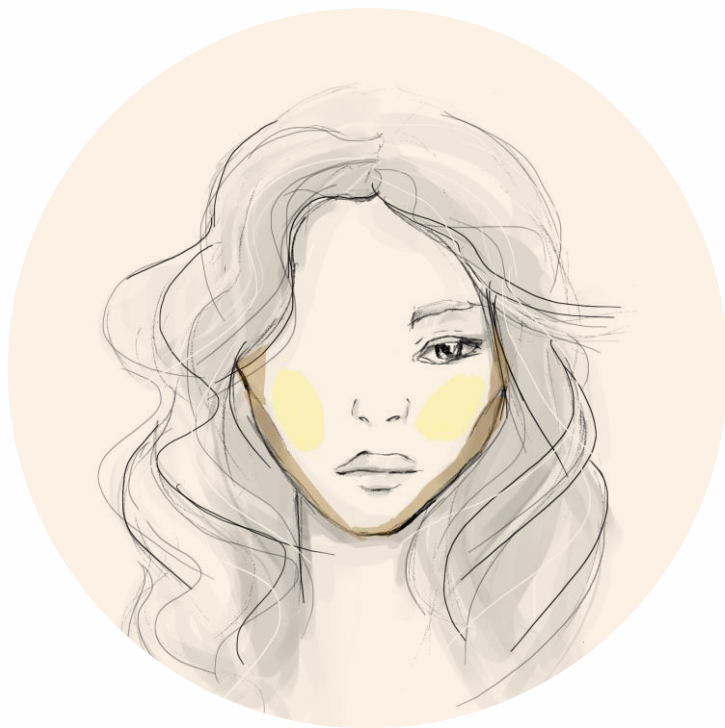


u fryzjerów®

NAKŁADANIE BRONZERA

TWARZ W KSZTAŁCIE SERCA

Natóż bronzer na boki twarzy, przy linii włosów oraz na dole brody. Rozjaśnij kąty żuchwy.



TWARZ KWADRATOWA

Natóż bronzer od linii włosów do środka twarzy - skończ na jabłuskach. Rozświetl środek nosa i brody.



u fryzjerów®



STYLIZACJE

u fryzjerów[®]





SPIS TREŚCI

TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA:

1. Sylwetka typu A
2. Sylwetka typu O
3. Sylwetka typu X
4. Sylwetka typu Y
5. Sylwetka typu H
6. Sylwetka typu F
7. Sylwetka typu I

TYP URODY A DOBÓR KOLORÓW:

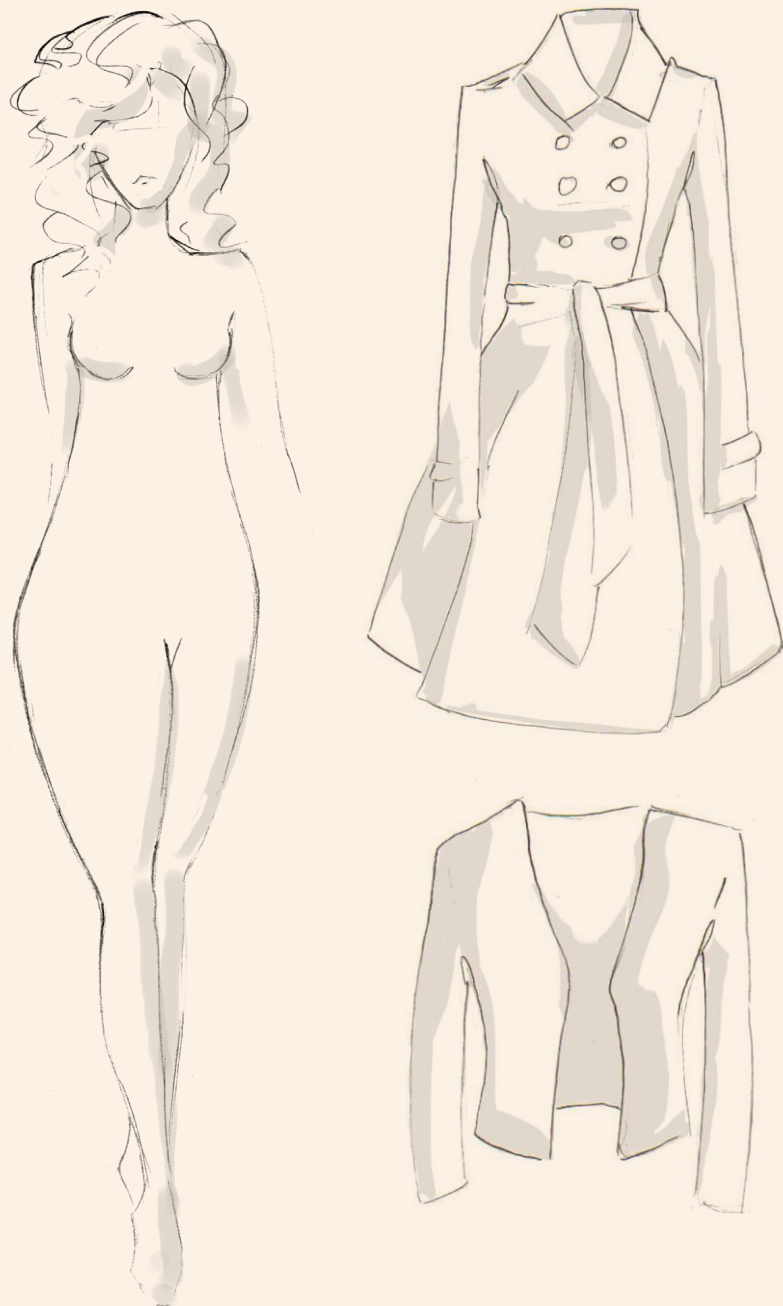
1. Typ ciepły, stonowany, bez kontrastów.
2. Typ ciepły, kontrastowy
3. Typ zimny, stonowany, bez kontrastów
4. Typ zimny, kontrastowy



Kliknięcie na wybrany rozdział
przenosi na konkretną stronę



u fryzjerów®



TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA

SYLWETKA TYPU A - CZYLI "GRUSZKA"

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU A, TO:

posiadasz jedną z najbardziej kobiecych sylwetek! Góra jest szczupła (nawet jeśli masz spory biust, to ramiona są wąskie i spadziste). Z kolei dół - biodra i uda - to najtęższy punkt ciała.

PROPONOWANE FASONY:

na dole noś spódnice w kształcie litery A oraz spodnie z prostymi, niezbyt opinającymi, nogawkami. Poszerzaj ramiona na wszystkie możliwe sposoby! Bufki, kotnierze, pagony - to Twoi sprzymierzeńcy.



u fryzjerów®

A

TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA

SYLWETKA TYPU O - CZYLI "JABŁKO"

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU O, TO:

gdyby nie brzuch, byłabyś idealna - ładne nogi, średni biust, szczupłe ręce. No właśnie... Nawet, jeśli jesteś szczupła, Twój brzuch żyje własnym życiem, zmieniając kształt po każdym posiłku. Kiedy tyjesz, zaczynasz wyglądać, jakbyś była w ciąży.

PROPONOWANE FASONY:

dla Ciebie wymyślono oversize - pod warunkiem, że odстанią nogi. Fasony odcinane pod biustem sprawdzą się równie dobrze, ale "odcięcie" nie może być zbyt wyraźne.



u fryzjerów®



TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA

SYLWETKA TYPU X - CZYLI "KLEPSYDRA"

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU X, TO:

niezależnie od tego czy jesteś szczupłą, czy nie, Twoja talia jest mocno zaznaczona, a biodra ładnie zarysowane. Sylwetkę X mogą mieć zarówno "biuściaste" panie w stylu Nigelli Lawson, jak i bardzo szczupłe dziewczyny. Idealnie kobiecy X ma ramiona i biodra mniej więcej równe, a talię wciętą.

PROPONOWANE FASONY:

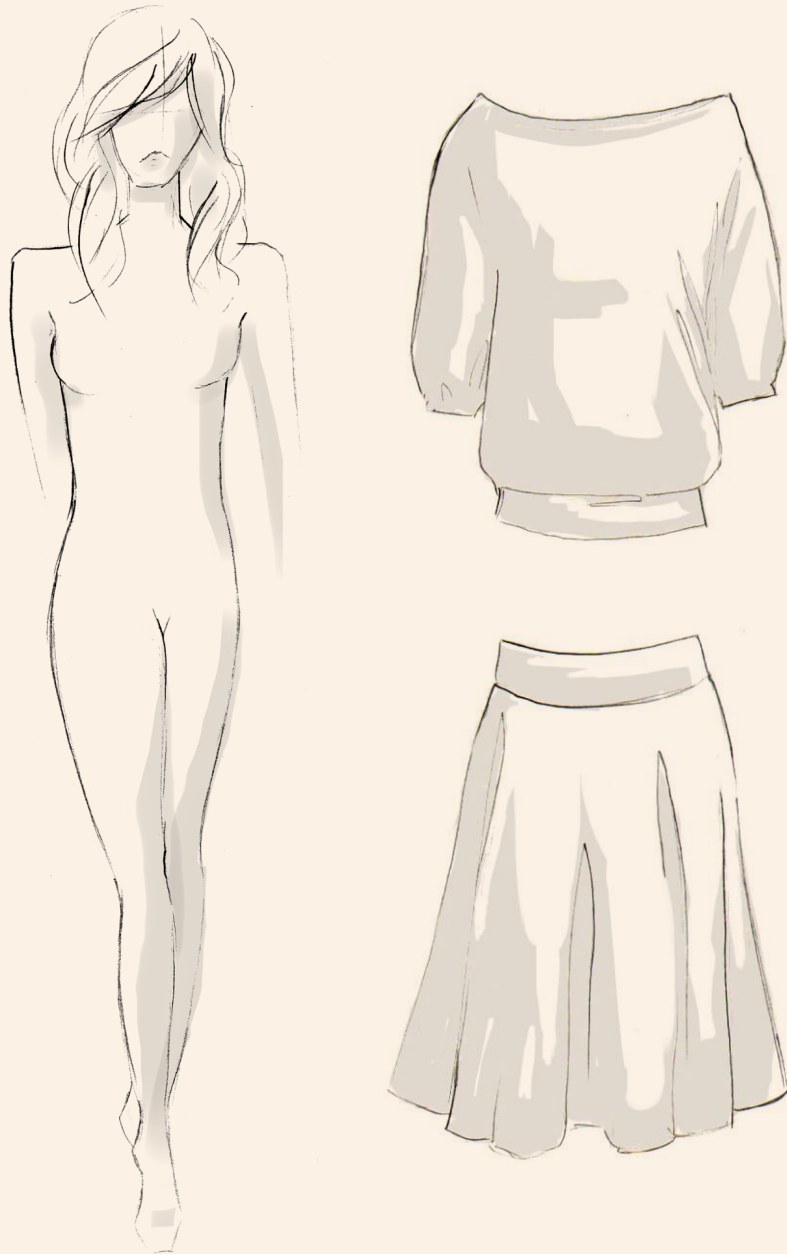
Pamiętaj, żeby ZAWSZE, niezależnie od okoliczności, zaznaczać talię - bez tego przybędzie Ci optycznie kilka kilogramów. Noś fasony w stylu lat pięćdziesiątych, kopertowe sukienki i swetry w serek.



u fryzjerów®

X

TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA



SYLWETKA TYPU Y - CZYLI "ROŻEK"

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU Y, TO:

masz ładne, szczupłe nogi, wąskie biodra i sporo od nich szersze ramiona. Niezależnie od tego czy twój biust i brzuch są małe, czy duże (a tyjesz właśnie w tych punktach) - poszerzaj ramiona.

PROPONOWANE FASONY:

ubrania z zaszewkami, kieszeniami, marszczeniami. Dla Ciebie są spódnice z koła, bojówki, szalowe kotnierze i duże dekolty. Pamiętaj tylko, że przy małym biuście nie sprawdzi się dekolt w szpic.



u fryzjerów®

Y



TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA

SYLWETKA TYPU H - CZYLI CHŁOPIĘCA

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU H, TO:

Wszystko jest z Tobą w najlepszym porządku, poza jednym, małym szczegółem - nie masz wcięcia w talii. Musisz więc oszukać widza i uzyskać je za pomocą ubrań.

PROPONOWANE FASONY:

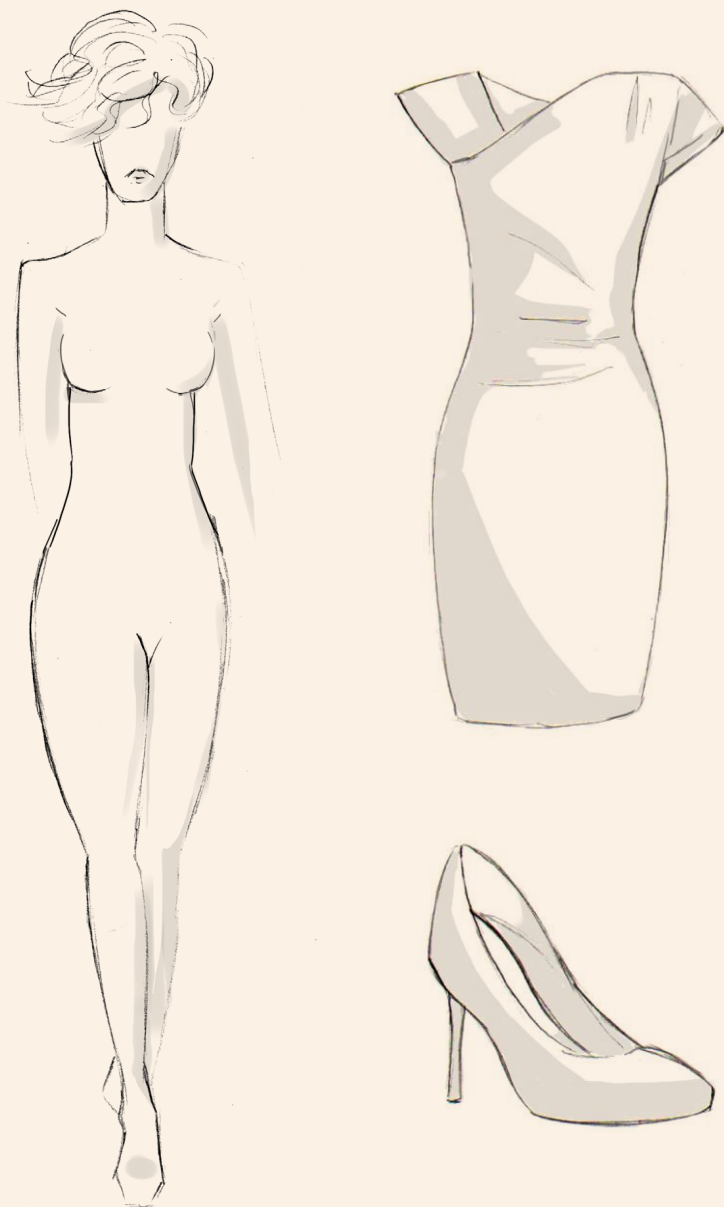
Noś wszystko co asymetryczne (wprowadzisz w ten sposób linie załamania i krągłości, którymi nie obdarzyła Cię natura) i odcięte pod biustem - stworzysz iluzję długich nóg, i talii.



u fryzjerów®

H

TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA



SYLWETKA TYPU F - CZYLI FILIGRANOWA

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU F, TO:

Jesteś niska i szczupła, za nic w świecie nie potrafisz przytyć, a w niektórych ubraniach czujesz się jak "po starszej siostrze". Rękawy i nogawki przeważnie są za długie.

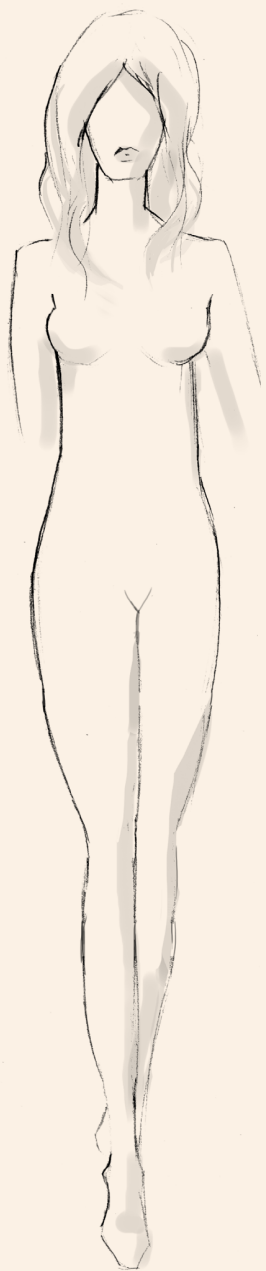
PROPONOWANE FASONY:

Musisz zwracać uwagę na to, żeby się nie poszerzać i nie skracać. Noś fasony blisko ciała, zawsze kończące się powyżej kolan. Świetnie sprawdzi się styl a'la Audrey Hepburn - trapezowe mini, princeski, cygaretki, małe sweterki, płaszcze do kolan.



u fryzjerów®

F



TYP SYLWETKI A DOBÓR UBRANIA

SYLWETKA TYPU I - NAJWYŻSZA ZE WSZYSTKICH

JEŚLI MASZ SYLWETKĘ TYPU I, TO:

Masz powyżej 173 cm wzrostu, jesteś szczupła i masz delikatne krągłości. Ubrania przeważnie są za krótkie, ale jak znajdziesz coś dla siebie, to wyglądasz zjawiskowo. I nic w tym dziwnego, bo masz figurę modelki. Pamiętaj tylko, żeby niepotrzebnie nie wydłużać sylwetki.

PROPONOWANE FASONY:

Musisz zwracać uwagę na to, żeby się nie poszerzać i nie skracać. Noś fasony blisko ciała, zawsze kończące się powyżej kolan. Świetnie sprawdzi się styl a'la Audrey Hepburn - trapezowe mini, princeski, cygaretki, małe sweterki, płaszcze do kolan.



u fryzjerów®

TYP URODY A DOBÓR KOLORÓW:

DOBIERAJĄC FRYZURĘ WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ NA SWÓJ TYP KOLORYSTYCZNY. OCZYWIŚCIE JEST TO BARDZO ZŁOŻONY TEMAT, ALE MUSISZ WIEDZIEĆ PODSTAWOWĄ RZECZ, BEZ KTÓREJ CIĘŻKO OSIĄGNAĆ KOLORYZACYJNY SUKCES, A MIANOWICIE:

CZY JEST CI LEPIEJ W CIEPŁYCH, CZY ZIMNYCH BARWACH?

To już 80% sukcesu. Teraz zostaje doprecyzowane czy wewnątrz tych zimnych lub ciepłych jesteście wiosną czy jesienią, zimą czy latem. Jest to jednak dość powierzchowna ocena i raczej odchodzi się już od nazywania typów kolorystycznych porami roku. Dlatego, aby mieć pewność, najlepiej udać się do specjalisty.

Jest to bardzo ważny etap podczas dobierania koloru włosów. Jeśli odcień będzie nieodpowiedni, cera nabierze szarego odcienia, twarz stanie się zmęczona, a makijaż nie będzie pasował do całej reszty.

Kiedy już wiesz czy jesteś ciepłym czy zimnym typem kolorystycznym, popatrz na oprawę i kolor oczu, cerę. Zadaj sobie pytania: Czy kolory przechodzą harmonijnie jeden w drugi (śniada cera, brązowe oczy, brązowe brwi i rzęsy)? Czy może raczej są kontrastowe (jasna cera, czarne brwi i rzęsy, lodowato niebieskie oczy)?

**TERAZ SPRÓBUJ PRZYDZIELIĆ SIĘ DO KTÓREJŚ Z GRUP
I ZASTANÓW SIĘ NAD KOLEM WŁOSÓW.**



u fryzjerów®

TYP URODY A DOBÓR KOLORÓW:

TYP CIEPŁY, STONOWANY, BEZ KONTRASTÓW.

JAKI KOLOR WŁOSÓW?

Od blondów po rudości. Ważne są tu odcienie - powinny być delikatne i łagodnie przeplatać jeden w drugi (np. słoneczne refleksy).



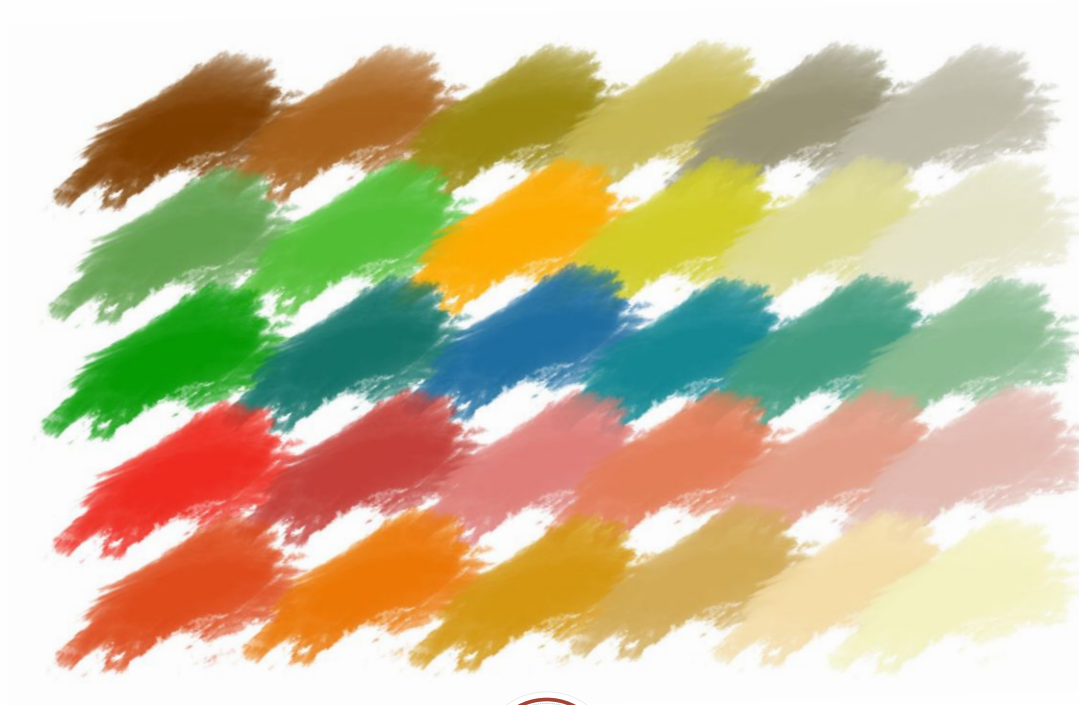
u fryzjerów®

TYP URODY A DOBÓR KOLORÓW:

TYP CIEPŁY, KONTRASTOWY

JAKI KOLOR WŁOSÓW?

Ważne, żeby był odważny, ale utrzymany w ciepłej tonacji. Może zdecydujesz się na miedź?



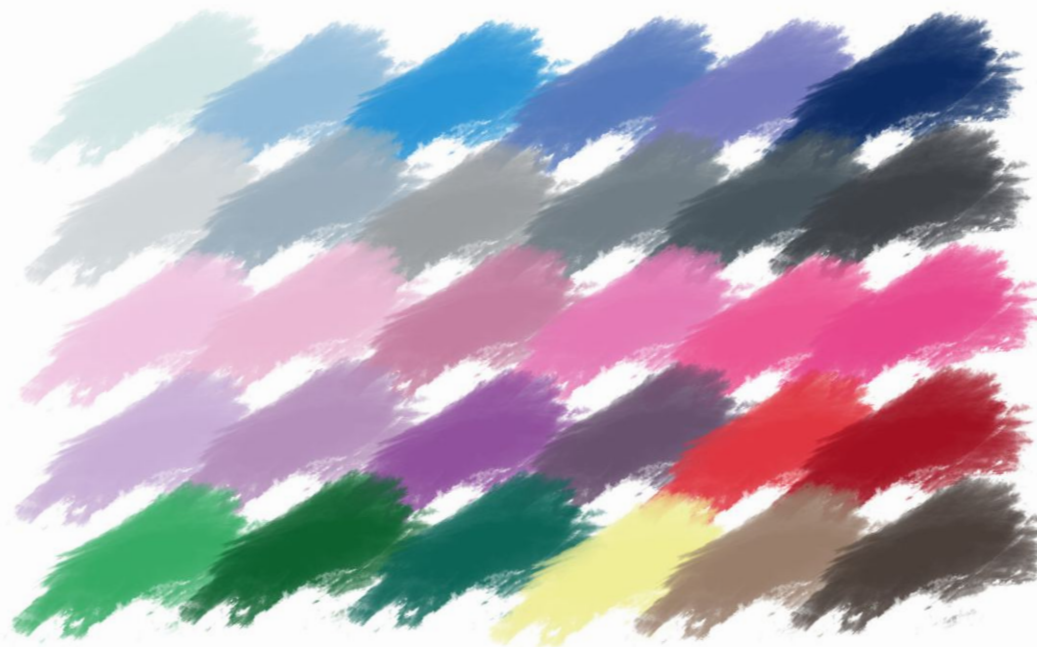
u fryzjerów®

TYP URODY A DOBÓR KOLORÓW:

TYP ZIMNY, STONOWANY, BEZ KONTRASTÓW

JAKI KOLOR WŁOSÓW?

Zawsze chłodne odcienie, blisko naturalnego koloru włosów. Jeśli masz ciemną oprawę oczu, wybieraj te ciemniejsze, a jeśli jasne, to... jasne. Nie dla Ciebie są eksperymenty z kolorami na głowie.



u fryzjerów®

TYP URODY A DOBÓR KOLORÓW:

TYP ZIMNY, KONTRASTOWY

JAKI KOLOR WŁOSÓW?

Możesz mieć ciemne włosy, a jeśli jesteś naturalną brunetką, to nawet czarne. Dla Ciebie są zarówno modne, ekstrawaganckie fiolety i zielenie, jak i naturalne chłodne brązy czy wspomniana czerń.



u fryzjerów®

u fryzjerów[®]

Więcej praktycznych porad, inspiracji,
niesamowitych metamorfoz, zdjęć gwiazd
i newsów z życia salonu znajdziecie tutaj:



ufryzjerow.pl

DZIĘKUJEMY ZA WSPARCIE PROJEKTU:

KEVIN.MURPHY

BaByliss
PARIS

la MODE.INFO

RADIO103FM
kolor!

polki.pl