



Petra Uzan

# 5 jednoduchých rad, jak poznat přírodní kosmetiku

Naučte se poznat, jestli je kosmetika, kterou kupujete přírodní. Nenechte se oklamat prodejci. Sestavila jsem pro Vás 5 jednoduchých rad, které Vám v tom pomohou.



Budu ráda, když mi napíšete, jak se Vám eBook líbil a v čem Vám pomohl.  
Můj email: [info@kosmetikahb.cz](mailto:info@kosmetikahb.cz)

# 5 jednoduchých rad, jak poznat přírodní kosmetiku

napsala **Petra Uzan**

Zakladatelka a majitelka značky Kosmetika HB. Již 7 let vede úspěšnou firmu, která má mnoho spokojených zákazníků, kterým kosmetika, dovážená z Izraele, pomáhá s různými kožními a zdravotními problémy. Je také lektorka hebrejštiny a maminka 18-ti měsíčního syna. Je to žena, která věří svým snům.



## Pár slov úvodem

Děkuji, že jste si stáhli tento eBook. Ukážu Vám v něm, z čeho se kosmetika vyrábí, jak poznat kvalitní kosmetiku, vhodnou pro Vás. Naučím Vás, jak se nenechat obelhat neseříznými prodejci, kteří si myslí, že jim zákazník uvěří vše, co mu řeknou.

**Snažíme se žít zdravě, jíst zdravě a také chceme mít zdravou pokožku.** Nechceme sebe a své děti zbytečně zatěžovat chemickými látkami, když máme všude kolem sebe k dispozici bylinky, ovoce a jiné přírodní produkty, které mají pozitivní vliv na naše zdraví a psychickou pohodu.

Pokud si chceme pořídit něco opravdu kvalitního, většinou se rozhodneme jít do lékárny. Ovšem i tam musíme věnovat pozornost složení výrobků. **My sami jsme zodpovědní za své zdraví, nikdo jiný.**

Mou velikou vášní je již několik let podnikání a prodej kosmetiky. Za ty roky jsem si všimla zvláštního fenoménu, který je společný pro většinu mých nových zákazníků. Proto jsem se rozhodla napsat tento eBook.

**Často se setkávám se zákazníky, kteří si chtějí koupit kvalitní přírodní kosmetiku, ale když se jich zeptám na to, co konkrétně hledají a co jim na složení vadí, tak to neví.**

Zákazníci hledají výrobky, které by jim zajistily krásnou pleť, vyhlazení vrásek. Řeší problémy se suchou a popraskanou pokožkou, problémy s vlasy. **Investují do kosmetiky obrovské sumy, ale stejně mají stále vrásky, suchou pokožku, řídké vlasy nebo ekzém.**

Jak to tedy je? Platí, že levná kosmetika není dobrá a drahá kosmetika je určitě dobrá a kvalitní? Když mi řekne prodejce, že výrobek, který nabízí je přírodní, mohu mu věřit? Jak to opravdu zjistím? Mohu věřit tomu, co je napsáno na etiketě výrobku?

### Prohlášení:

Jakékoli šíření eBooku jako celku nebo jeho částí je zakázáno a chráněno autorským zákonem.

Pokud chcete eBook sdílet, přepošlete svým kamarádům či kolegům odkaz na stránky [www.kosmetikahb.cz](http://www.kosmetikahb.cz), kde si jej mohou zdarma stáhnout.

Zároveň chci upozornit, že veškeré informace obsažené v eBooku jsou postaveny na mých znalostech a zkušenostech a jakékoli úspěchy či neúspěchy plynoucí z toho, jak tyto poznatky využijete Vy, je plně ve Vašich rukou.

Děkuji za pochopení 😊



## Jak jsem se dostala ke kosmetice z Mrtvého moře

Od svých patnácti let jsem trpěla na akné. Dělal jsem vše pro to, aby se mi pleť zlepšila. Čistila jsem ji, kupovala různé přípravky, chodila jsem na laser, ale výsledky byly chabé. Chtěla jsem mít krásnou pleť, nebo alespoň „normální“ pleť bez červených pupínek a jizev.

Oči mi otevřela paní, kterou jsem potkala v jednom malém obchodě s kosmetikou v Tel Avivu, v Izraeli. Tato žena neprodávala produkty jiného výrobce, vyráběla si svoji vlastní kosmetiku. **Vysvětlila mi z čeho se kosmetika většinou vyrábí a poté se mě zeptala, jestli si myslím, že takové ingredience mohou pleť prospívat.**

Vysvětlila mi, proč mám problémy s pleť. Koupila jsem si její výrobky a po několika dnech jsem viděla markantní rozdíl. **KONEČNĚ mi něco pomohlo!**

Od té doby jsem se začala více zajímat o složení kosmetiky. A jelikož jsem byla v Izraeli začala jsem používat kosmetiku z Mrtvého moře. Firem, které ji vyrábí je v Izraeli asi dvacet. Vyzkoušela jsem skoro všechny značky. **Nejvíce mi vyhovovala kosmetika Health & Beauty.**

V té době jsem neměla ani ponětí o tom, že ji někdy budu do České republiky dovážet.

*Několik let jsem trpěla na akné. Chodila jsem dokonce i na lasery, ale nic mi nepomáhalo. Byla jsem zoufalá.*

Pleť jsem konečně začala mít pěknou. Vděčím za ni bahennímu mýdlu, bahenní masce, pleťovým krémům z Mrtvého moře a k tomu jsem dlouhodobě pila syrovátku a dělala si z ní také masku.

**Z Izraele jsem vozila mamince a svým sestřám Kosmetiku HB z Mrtvého moře.** Byly z ní nadšené, své nadšení sdílely se svými kamarádkami a postupem času mě hodně známých prosilo, abych jim tuto kosmetiku přivezla. Ovšem vozit kosmetiku v kufru se nedá. Brzo mi nestačil kufr. 😊

**Před sedmi lety jsme se s manželem rozhodli, že začneme podnikat.** Založili jsme si firmu na obchodní poradenství Izrael – Česká republika a napadlo nás, že bychom také mohli začít dovážet kosmetiku Health & Beauty jako výhradní dovozce do ČR.

**A tak to všechno začalo.**



## ŘEŠÍTE PODOBNÝ PROBLÉM?

- Máte problém s pleť, investujete mnoho peněz do kosmetických přípravků a přesto nevidíte výsledky?
- **Není Vám jasné, co to vlastně přírodní kosmetika je a proč byste ji měli používat?**
- **Vadí Vám, že prodejci záměrně překrucují informace, abyste si koupili jejich výrobek?**
- **Jak si tedy informaci, kterou Vám sdělí prodejce, můžete ověřit?**
- Už jste přesyceni reklamou a proto radši nepoužíváte nic nebo jen starou dobrou Indulonu? 😊

**TENTO EBOOK JSEM NAPSALA PŘÁVĚ PRO VÁS!**

# 1. RADA – Ropa v kosmetice

Co dělá ropa v kosmetice, proč se do ní přidává a jak působí na pleť?

Představte si, že naprostá většina kosmetických výrobků obsahuje ropu! Věděli jste to?

**ROPA se používá v kosmetice jako velmi levný základ výrobku kvůli promaštění.**

**Pokud se nad tím logicky zamyslíte, proč by se ropa měla vstřebat do Vaší pokožky a jakým způsobem?**

Všimli jste si, že se Vám třeba většina krémů na ruce nebo na tělo do pokožky vůbec nevstřebají, kloužou Vám ruce, musíte si je utřít, protože jsou velmi mastné a v konečném důsledku cítíte, že máte pokožku stejně pořád suchou, jako byste se vlastně ani nenamazali?

**ROPA v kosmetice ucpává póry, vytváří vodotěsnou vrstvu a zabraňuje dýchání pokožky, může pokožku dráždit, podporuje tvorbu vrásek, vysušuje pokožku a dokonce se může hromadit v ledvinách, játrech a lymfatických uzlinách.**



## Jak poznám ropu v kosmetice?

Pojďme se tedy podívat na praktickou stránku věci. Jak poznáte, že kosmetika, kterou máte doma obsahuje ropu? Schválně podívejte se po přečtení tohoto textu na všechny výrobky, které máte doma. Zajímalo by mě, v kolika z nich najdete ropu. Na konci e-booku je praktický pracovní list, kde si můžete přehledně zaznamenat, co všechno jste doma našli...

### Kde na výrobku najdu jeho složení?

Složení se nachází většinou na zadní straně výrobků a začíná slovem **Ingredients** – anglicky „složení“ (přísady).

Složení je napsáno podle tzv. **INCI, což je mezinárodní nomenklatura kosmetických přísad**. Je to systém názvů složek, které jsou vytvořeny na základě vědeckého názvosloví a latinských a anglických slov. Firmy jsou povinny na výrobcích uvádět přesné informace o kosmetickém výrobku právě podle názvosloví INCI v sekci Ingredients.

**POZOR** tedy: Mnoho zákazníků věří tomu, co výrobci či prodejci uvádějí na české etiketě. Je to pouze popis, na který si **výrobce či distributor může napsat CO CHCE**.

**Vy buďte ostražití a pokud Vám prodejce nějakou informaci sdělí, tak si ji v sekci Ingredients zkontrolujte!**

**Ropu poznáte podle názvu:**

**PARAFFINUM LIQUIDUM, MINERAL OIL, PETROLATUM, VASELINA**

## PŘÍBĚH Z PRAXE:

### Moje kamarádka a vrásky

Má kamarádka Lucka má **velmi suchou pleť**. Může se mazat pořád i několikrát denně a její pleť je stále suchá.

Jednoho dne mi zavolala a nadšeně mi vyprávěla o tom, že jí oslovili z nějaké kosmetické firmy, která prodává přírodní kosmetiku vyráběnou z kozího mléka. **To zní samozřejmě fantasticky a navíc Lucka s manželem pěstují bylinky a chovají domácí zvířata na malé farmě, tak ji tato nabídka oslovila.**

A ještě nadšeněji mi do telefonu říkala, že pleťový krém u nich stojí pouze 80 Kč, což je úplně skvělé.

Zeptala jsem se jí tedy, jestli jí to nepřipadá trochu podezřelé, že by **pleťový krém z kozího mléka stál tak málo peněz**. A ona mi na to řekla, že jí to trochu podezřelé připadá, ale nevdí to, nic to nemění na tom, že to může být dobrá kosmetika. Já jsem souhlasila s tím, že to určitě dobrá kosmetika být může, ale moc mě zajímalo složení, protože si myslím, že to bude určitě kosmetika z ropy s malým přídavkem kozího mléka.

**Lucka si tedy vzala krém do ruky a začala číst: Aqua (voda), paraffinum liquidum (ropa). Ihned jsem ji zastavila a řekla jí: Vidiš, vždyť jsem ti to říkala. Vůbec to nepoužívej a hlavně si to nemaž na pleť. Můžeš si tím mazat tak možná kožené boty.**

Ona mi na to řekla, že už se s ním několikrát mazala, vyhovuje jí na její hodně suchou pleť, že to je v pohodě. Já jsem jí ale upozornila, že pleť bude mít ještě sušší a hlavně plnou vrásek. A Lucka na to, že **to nevdí, jí to přece nic udělat nemůže...**





Za dva týdny mi Lucka volala, že má úplně **hroznou pleť a že má strašně moc vrásek**, že to je divné, že je asi hodně unavená, vystresovaná a to se projevuje na její pleti.

A já na to: Luci, používáš pořád tu kozí kosmetiku?  
A ona na to: Jo. A proč? A já na to: **Vždyť přece ropa způsobuje vysoušení pleti a tvorbu vrásek.**

**Lucka byla v šoku.**

Vůbec si to s tím nespojila. Řekla mi, že krém ihned vyhazuje a že doufá, že jí ty vrásky nezůstanou. Byla z toho hodně špatná. A že zase začne používat pleťový krém a kolagenovou masku z naší kosmetiky.

Bylo mi jí líto, mít v jejím věku tolik vrásek je nepříjemné a myslela jsem si, že si na pleti tou ropou napáchala takovou škodu, že už to je **nevratné.**

Za dva týdny mi volala nadšená a vyprávěla mi, že je to neuvěřitelné, ale že ta naše kosmetika jí ty vrásky vyhladila a že má zpět svoji pleť. **Že tomu nikdy nevěřila, že by mohla mít kosmetika takový vliv na pleť a že se už nikdy nedotkne výrobků s ropou 😊.**



Já se jen zasmála, oddechla jsem si kvůli ní, ale hlavně jsem byla překvapená z toho, že **kvalitní kosmetika**, nemusí být drahá, myslím tím s kvalitním složením, **může opravdu vyhladit vrásky.**

Od té doby, když mi nějaká zákaznice řekne: „Mě už nic nepomůže, já mám vrásky, mně stačí krém z drogerie.“ **Tak je mi to opravdu líto, protože vím, že by mohla mít mnohem krásnější pleť a nemusela by mít tolik vrásek.** Mou milou prací je trpělivě vysvětlovat a dokazovat, že takový problém se dá řešit.

## 2. RADA – Parabeny v kosmetice

Upřímně řečeno dokud jsem nezačala dovážet Kosmetiku HB z Mrtvého moře, tak jsem vůbec nevěděla, co to parabeny jsou. Pojďme si tedy o nich něco povědět. Nezatěžujte si pokožku zbytečnou chemií.

**Parabeny jsou chemické látky, které se používají jako konzervační činidla v kosmetických přípravcích, zubních pastách a v léčivech.**

Mají velmi dobrou schopnost ničit bakterie, a proto se používají ve všech výrobcích, které obsahují vodu, aby se **zabránilo množení bakterií a následnému zkažení výrobku.**

Parabeny se rychle vstřebávají přes kůži do těla. **Mohou být pro kůži dráždivé a v mnoha případech způsobují podráždění kůže a kožní alergie.**

Pokud jsou parabeny ve výrobcích, které z těla smýváme (sprchové gely, šampony atd.), tak to tolik nevadí, protože nebudou mít čas se přes pokožku dostat do těla. **Ale pokud jsou parabeny v krémech nebo v deodorantu, tak to není dobré, jelikož kůže v podpaží je obzvláště po holení poraněná a tak usnadňuje průnik škodlivých látek do těla.**

**Existují výzkumy, které dokazují spojitost mezi rakovinou prsu a každodenním používáním deodorantů a antiperspirantů.**

Dnes si však můžete pořídit krémy, deodoranty a kosmetické přípravky bez parabenů. **Tak proč pokožku zbytečně zatěžovat a riskovat případné zdravotní problémy?**



# Jak poznám parabeny v kosmetice?

## Parabeny poznáte podle názvu: ETYL- PROPYL- BUTYL- nebo METYL- PARABEN

Parabeny se dají nahradit například solí, éterickými oleji, vitamíny a bylinkami, což jsou přírodní konzervanty, které ničí bakterie. Jako 100% přírodní konzervant se také používá benzoát sodný, který se nachází v ovoci (brusinky, jablka) a nemá žádné vedlejší účinky.

### PŘÍBĚH Z PRAXE:

Jednou jsem byla na **kosmetickém ošetření** u paní, která prodávala celkem drahou kosmetiku. Už si ani nevzpomínám její název. Kamarádka dostala poukaz na toto ošetření pro dvě osoby, tak mě vzala s sebou.

Paní nám celou dobu značku vychvalovala a hlavně nám povídala o tom, že je ta **jejich kosmetika přírodní**. Řekla jsem jí tedy, že mám **alergii na parabeny** a jestli mají nějaké výrobky, které parabeny neobsahují. Zajímala mě totiž její reakce.

Paní byla překvapena mým dotazem a řekla mi, že se parabeny v žádném jejich výrobku samozřejmě nenacházejí. Chtěla jsem si tedy něco u ní koupit. První výrobek, který jsem vzala do ruky, **parabeny obsahoval**.

Řekla jsem to té paní, ta **se na mě zatvářila divně, uraženě a hlavně naštvane** a nic mi na to neřekla. Nečekala, že zákazník bude něco vědět o složení výrobků a bude si to schopna sama na výrobku zjistit.



## 3. RADA – Aluminium v deodorantech

Informace o škodlivosti aluminia v antiperspirantech je už dnes naštěstí celkem rozšířená. Ovšem když si chcete deodorant bez aluminia koupit v drogerii nebo v lékárně, není to tak jednoduché.

**Sloučeniny na bázi hliníku (aluminium) se používají jako aktivní složky v antiperspirantech, protože mají schopnost dočasně zablokovat potní žlázy a díky tomu se pot nedostane na povrch pokožky.**

Některé výzkumy naznačují, že sloučeniny na bázi hliníku, které se používají pravidelně a nechají se na pokožce v blízkosti prsou, mohou být kůží absorbovány a způsobit tak **estrogenní (hormonální) změny**.

Vzhledem k tomu, že estrogen má schopnost podporovat růst buněk rakoviny prsu, se někteří vědci domnívají, že sloučeniny na bázi hliníku v antiperspirantech **mohou přispět ke vzniku rakoviny prsu**.

Již několik let probíhají studie a výzkumy týkající se také **spojitosti Alzheimerovy choroby s výskytem aluminia v krvi**. Světová zdravotnická organizace (WHO) mluví o spojitosti Alzheimerovy choroby a vystavení se působení hliníku. Existují průzkumy, které dokázaly nadměrné koncentrace hliníku v mozku pacientů s Alzheimerem.

**Do deodorantů a antiperspirantů se také přidávají parabeny**. Používají se jako konzervanty. Mohou způsobovat alergie, podráždění a mluví se o nich také v souvislosti s vyšším rizikem vzniku rakoviny prsu.

**Doporučuji Vám vyhnout se u deodorantů oběma těmito složkám.**

### Deodorant

Nezabraňuje pocení, pouze překrývá zápach potu. Deodoranty ničí bakterie, které způsobují zápach potu.

### Antiperspirant

Zabraňuje pocení díky aluminu, pot se proto nedostane na povrch pokožky.

# Jak poznám aluminium v kosmetice?

## Aluminium poznáte podle názvu: ALUMINIUM

### PŘÍBĚH Z PRAXE:

*Jelikož izraelský výrobce Kosmetiky HB z Mrtvého moře přestal před rokem vyrábět deodoranty, musela jsem si pro vlastní potřebu sehnat deodorant, který by neobsahoval aluminium ani parabeny.*

***V drogerii ROSSMANN jsem našla deodoranty bez aluminia a parabenů pouze dva:***

***Minerální deodorant DEO KRYSTAL*** – 100% přírodní deodorant na bázi antibakteriální minerální soli, který stačí namočit do vody a poté natřít do podpaží. Díky svému antibakteriálnímu působení rozkládá bakterie a zamezuje tak vzniku nepříjemného pachu. Byla jsem s ním spokojená, ale po určité době mi připadalo, že si na něho mé tělo zvyklo a už nebyl tak účinný.

***BOROTALCO*** – v rámci složení jsem aluminium ani parabeny nenašla, proto jsem si tento deodorant koupila a byla jsem s ním spokojená.

*My už znovu deodoranty do ČR dovážíme. Tentokrát jsou 100% přírodní. Toto je jejich složení: kokosový olej, bambucké máslo, slunečnicový olej, jedlá soda, chrpa, olej z citronové trávy, pomerančový olej, citronový olej, máťový olej. Sami určitě poznáte, že jejich složení je opravdu skvělé. 😊*



## 4. RADA – Silikony v kosmetice

Silikony jsou složky, které jsou v kosmetice užívány velmi často. Používají se v pleťových krémech, sérech, tělových krémech, šamponech a přípravcích na vlasy. Najdete je opravdu skoro ve všem.

**Silikony se v kosmetice užívají pro svůj vyhlazující a změkčující efekt. Vlasy jsou lesklejší a hebké, mnohem snáze se rozčesávají.** Silikony vlasy pokrývají ochranným pláštěm, chrání je před vlhkostí okolního prostředí a dodávají jim tvar a objem.

**Pokožka je po nich hebká a jemná,** chrání ji před škodlivými vnějšími vlivy jako je znečištění, fungují jako „druhá kůže“.

**Ovšem problémem silikonů je to, že se vrství a tak mohou ucpat póry.** Naštěstí však nepronikají hluboko do pórů, protože jsou to těžké látky a jejich hustá textura se rychle vypařuje. Pravidelné odličování pleti je kvůli nim velice důležité.

**Vrstvení silikonů na Vašich vlasech může vést ke snížení jejich objemu.** Vlasy mohou zadržovat tuky, zrychlí se sekrece kožního mazu a my si **musíme mýt hlavu častěji.**

**Silikony se mezi sebou liší tím, jestli jsou vodou rozpustné nebo ne.** Nejčastěji používaný silikon dimethicone vodou rozpustný není. Naopak druhý nejpoužívanější silikon cyclopentasiloxane vodou rozpustný je a proto se nekumuluje.



## Jak poznám silikony v kosmetice?

Silikony poznáte podle koncovky:  
**-CONE nebo -SILOXANE**

### PRAKTICKÉ TIPY:

- *Pleť si po celém dni pečlivě vyčistěte a na noc použijte pokud možno krém bez silikonů, tak aby byla Vaše pleť „chráněna“ přes den a v noci mohla dýchat.*
- *Pokud máte pocit, že máte kvůli silikonům těžké vlasy a ztrácejí tak na objemu, jednou za čas použijte šampon bez silikonů.*
- *Pokud máte mastné vlasy, používejte spíše šampony bez silikonů.*



## 5. RADA – Přírodní oleje v kosmetice

Co tedy dělat, když se rozhodujete mezi dvěma výrobky, ani na jednom z nich nevidíte ropu, parabeny, aluminium a případně další složky, které Vám vadí? Já se řídím množstvím přírodních olejů, přírodních látek a případně vitamínů, které se ve výrobku nachází. Pamatujte na to, že čím výše ve výčtu se určitá složka nachází tím je jí ve výrobku více. Složení vždy začíná složkami, které jsou ve výrobku obsaženy v největším množství a poté jejich množství klesá.

Oleje jsou na etiketách většinou uvedeny v angličtině. I když neumíte anglicky, vůbec to nevadí. Oleje v naprosté většině případů končí slovem **OIL – olej**. A zbytek si také většinou odvodíte.

**OLIVE OIL (olivový olej) AVOCADO OIL (avokádový olej) COCONUT OIL (kokosový olej)**

**LAVENDER OIL (levandulový olej), TEA TREE OIL (tea tree olej)**

Některé jsou pro neangličtináře těžší:

**OBLIPHICHA OIL (rakytníkový olej) SUNFLOWER OIL (slunečnicový olej), CARROT OIL (mrkvový olej)**

**CALENDULA OIL (olej z měsíčku lékařského)**

Navíc mohou být v kosmetice také další přírodní složky:

**DEAD SEA SALT – sůl z Mrtvého moře**

**SHEA BUTTER – bambucké máslo**

**HONEY, MEL - med**

**DEAD SEA MUD – bahno z Mrtvého moře**

**CHAMOMILE EXTRACT – heřmánek**

**ASCORBIC ACID – vitamin C**

**A co dělat pokud uvidíte pouze samé latinské názvy složek? Přípravek asi moc přírodní nebude. ☺**



# 100% přírodní kosmetika

V poslední době je velmi moderní kupovat vše bio, eko, 100% přírodní, 100% organické, veganské, raw. Tyto myšlenky jsou určitě velmi dobré, ale ne vždy se jimi můžeme řídit. Ať už z důvodů finančních (tyto výrobky jsou většinou velmi drahé) nebo z důvodů jiných. Často se setkávám s tím, že mi zákaznice řekne, že nechce žádný výrobek na vlasy se silikony. Já se jí však poté zeptám, jestli používá lak na vlasy, vlasové tužidlo, barvu na vlasy atd. A ona mi sdělí, že ano, že si kupuje „něco“ v drogerii. Anebo mi zákaznice řekne, že by chtěla 100% přírodní pleťový krém a já se jí na to zeptám, jestli používá make-up, tvářenku, pudr, řasenku atd. A ona mi řekne, že ano, že si tyto výrobky kupuje v drogerii. Ale nezná jejich složení...



**Pokud by tedy někdo chtěl používat vše 100% přírodní, tak by nesměl používat řasenku, rtěnku a další dekorativní kosmetiku.** Určitě existují firmy, které tvrdí, že přírodní dekorativní kosmetiku vyrábějí (např. Alverde z Drogerie DM), ale já jejich složení nikdy neviděla. Dekorativní kosmetika má většinou tak malé balení, že se na něm složení NENACHÁZÍ.

**Pokud chcete používat jen 100% přírodní výrobky na vlasy, tak se musíte vzdát tužidla, laku na vlasy a klasických barev. Přírodní barvy na vlasy existují, ale tužidlo a lak na vlasy si dovolím tvrdit, že opravdu neexistuje.**

Pokud už tedy chceme žít zdravě, tak bychom měli začít ne tím, co na tělo mažeme, ale tím, co do něho dáváme. Stravou, vzduchem, který dýcháme, vodou, kterou pijeme. Žijeme v době, kdy naše strava nemá dostatek výživných látek, žijeme ve znečištěném ovzduší i když chceme nebo ne. V tomto případě mi připadá, že kosmetika už je jen takový bonus.

# MODRÁ PLANETA

Výrobky kosmetiky, kterou do ČR z Izraele dovážím neobsahují parabeny, neobsahují ropu (kromě jednoho výrobku), některé obsahují silikony, obsahují léčivou sůl z Mrtvého moře, bahno z Mrtvého moře, vitamíny, Omega 3 a 6 a velké množství přírodních olejů. Složení výrobků máme uvedeno na stránkách. Máme také několik výrobků, které jsou 100% přírodní a které získaly ocenění MODRÁ PLANETA na kosmetickém veletrhu Interbeauty Praha. Soutěž je pod patronátem Ministerstva zdravotnictví ČR.

Když jsem výrobky do soutěže Modrá planeta registrovala, toto byly podmínky, které výrobek musel splňovat.

**Výrobky NESMÍ obsahovat:**

- Ropu a její deriváty (paraffinum liquidum, mineral oil, vazelína)
- PEG deriváty
- SLS (sodium laureth sulfate)
- Parabeny
- Silikony (-cone, -thicone, -thiconol, -siloxane, -silane)
- Syntetická parfemace (parfum)
- Těžké kovy (olovo, kadmium, rtuť a jiné)
- Hliník (aluminium)
- Nesmí být testovány na zvířatech.



Z našich výrobků jsou 100% přírodní tyto: Rakytníkové mýdlo, Léčivé bylinkové mýdlo, Aromatický tělový peeling, Aromatické máslo na bolest, Máslo na popraskané nohy s měsíčkem lékařským, Mýdlo na lupénku

INCHEBA EXPO PRAHA

**INTERBEAUTY PRAGUE**  
VELETRH KOSMETIKY A KADERNICTVÍ

4. – 5. 4. 2014





**MODRÁ PLANETA**

Obchodní ředitelka  
Incheba Expo Praha  
uděluje

**Ocenění MODRÁ PLANETA**  
veletrhu Interbeauty Prague 2014

společnosti  
**CONBIZ s.r.o. Kosmetika H&B**

(výhradní zastoupení pro ČR)

\*za přírodní  
kosmetický produkt



*Léčivé bylinkové mýdlo /100g/  
Rakytníkové mýdlo /125g/*

*Vynikající 100% přírodní mýdla jsou prospěšná při  
prevenci a ošetření problematické pokožky, intimní  
hygienu, velmi vhodná pro těhotné ženy a děti  
a k běžnému užití pro péči o celé tělo.*

  
Mgr. Zuzana Broťánková  
Předsedkyně poroty

  
Ing. Marcela Benešová  
Obchodní ředitelka Incheba Expo Praha

INCHEBA EXPO PRAHA

**INTERBEAUTY PRAGUE**  
VELETRH KOSMETIKY A KADERNICTVÍ

10. – 11. 4. 2015




MAKE-UP INSTITUTE  
Andrea Vrešková



Obchodní ředitelka  
INCHEBA EXPO PRAHA

UDĚLUJE

**MODRÁ PLANETA**  
veletrhu Interbeauty Prague 2015  
za ekologicky čistý produkt

společnosti  
**Kosmetika HB s.r.o.**

(výhradní zastoupení pro ČR)

*Aromatické máslo na uvolnění svalů a bolesti*



  
Mgr. Zuzana Broťánková  
Předsedkyně poroty

  
Ing. Marcela Benešová  
Obchodní ředitelka INCHEBA EXPO PRAHA

# RADY A TIPY NA ZÁVĚR

Pojďme si tedy všechny informace, které jsem v tomto eBooku napsala shrnout do několika bodů.

- Když si budu kupovat nějaký výrobek, podívám se na jeho složení, které najdu za slovem **INGREDIENTS** (anglicky „složení“)
- **POZOR** na tyto složky:  
**PARAFFINUM LIQUIDUM, PETROLATUM, MINERAL OIL (ropa)**  
**VASELINA (ropa), -PARABEN, ALUMINIUM (hliník)**
- Samozřejmě existuje mnoho dalších složek, které nejsou přírodní, ale ty nemají tak výrazné škodlivé účinky
- Pokud tedy nenajdu ve složení nic z výše uvedených názvů zaměřím se na **množství přírodních olejů a látek**, které se ve výrobku nachází:  
**AVOCADO OIL, OLIVE OIL, ARGAN OIL, OBLIPHICHA OIL,**  
**COCONUT OIL, VITAMIN C, DEAD SEA SALT, HONEY (MEL)**
- Zjistím si, která **bylinka pomáhá na můj kožní problém** a poté zkusím najít kosmetiku, která ji obsahuje
- Pokud si nějakou složkou nejste jisti, podívejte se na stránky **[www.slozenikosmetiky.cz](http://www.slozenikosmetiky.cz)**. Je tam vše jednoduše vysvětleno a popsáno.
- Ale **HLAVNĚ, berte vše s nadhledem**. Nežijeme v čistém prostředí, nejíme kvalitní výživné jídlo, tak se nám nic nestane, pokud si jednou za čas koupíme něco, co není přírodní. 😊



# PRACOVNÍ SEŠIT

Dejte si na stůl veškerou kosmetiku, kterou používáte – mýdla, sprchové gely, šampony, pleťové krémy, tělové krémy, make-up, dekorativní kosmetiku, zubní pastu, dětskou kosmetiku, prostě vše, co máte doma. Na všech výrobcích si najděte slovo **INGREDIENTS** a složení si přečtěte. Vyplňte si tento pracovní list.

**ROPU (paraffinum liquidum, petrolatum, mineral oil, vazelina)** jsem našla v těchto výrobcích:

---

**PARABENY (všechna slova s koncovkou -PARABEN)** jsem našla v těchto výrobcích:

---

**SILIKONY (koncovka -CONE, -SILOXANE)** jsem našla v těchto výrobcích:

---

**ALUMINIUM (hliník)** jsem našla v těchto výrobcích:

---

**Přírodní oleje, vitamíny, přírodní složky** jsem našla v těchto výrobcích:

---



A teď popřemýšlejte nad tím, na jaké části těla Vás něco trápí, a ve kterém řádku se výrobek, který na tuto část těla používáte nachází. Je možné, že složka, která je ve výrobku obsažena, může Váš problém způsobovat nebo ho zhoršovat?

**Příklad: Mám mastné vlasy. – Můj šampon obsahuje silikon. – Zkusím vyzkoušet šampon bez silikonu.**

**Mám hodně vrásek. – Můj pleťový krém obsahuje ropu. – Potřebuji pleťový krém bez ropy.**

**Mám ekzém na ruce. – Mýdlo, které používám je plné chemických látek. – Ruce si budu mýt 100% přírodním mýdlem.**

**Děkuji Vám, že jste tento eBook dočetl/dočetla až do konce.**

**Doufám, že byl pro Vás přínosem.**

**Připravuji pro Vás další eBooky:**

7 důvodů, proč se nebát jet do Izraele

10 rad pro začínající kosmetičky

Jak si správně vybrat pleťový krém

10 praktických rad, jak vést úspěšnou firmu

Hebrejšťina pro začátečníky

Zaujal Vás můj eBook? Inspiroval Vás? Zajímá Vás ještě nějaké jiné téma? Potřebujete poradit?

Napište mi na email: [info@kosmetikahb.cz](mailto:info@kosmetikahb.cz)

Za jakoukoli zpětnou vazbu Vám budu velice vděčná.