



Κρικός

των αισθητικών

15ο ΤΕΥΧΟΣ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ
2023

INTERNATIONAL PROFESSIONAL THERAPISTS NEWS

**Φωτορεπορτάζ από το Αποκριάτικο πάρτι που οργάνωσε
η Cidesco Hellas με συνεργασία του
Συλλόγου Φίλων Προσκόπων Ελλήνων Αιγύπτου.
Το Αποκριάτικο πάρτι έγινε το ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2023 στο
φιλόξενο εντευκτήριο του Συνδέσμου Αιγυπτιωτών Ελλήνων.**



Η πρόεδρος Ηρώ Κορωναίου και ο Αντιπρόεδρος Δρ. Πάρις Αμοργινός της Cidesco Hellas



Η Αντιδήμαρχος Καλλιθέας, κα Άννα Πάσχου
πάντα παρούσα στις εκδηλώσεις της Cidesco



Η Νάντια Καραγιάννη αγαπημένη φίλη χάρισε σε όλους μας όμορφες στιγμές με την θαυμάσια φωνή της



Οι αγαπημένοι μας Ελένη Λαζαρίδη με την θαυμάσια φωνή της, ακούραστη, ο μαέστρος και συνθέτης Γιάννης Λαζαρίδης με την κιθάρα του και στα πλήκτρα ο θαυμάσιος μουσικός Παναγιώτης Μουρτίδης. Μαζί τους ο τραγουδιστής Λευτέρης Παπαϊωάννου σε ελληνικά και ξένα τραγούδια που κάνει όλους να σιγοτραγουδούν μαζί του





Το κέφι συνεχίστηκε έως αργά το απόγευμα

**ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ ΟΔΗΓΟΥΝ
ΣΤΟ CROWNE PLAZA ATHENS HOTEL
ΤΟΝ ΝΟΕΜΒΡΙΟ 2023**

**ΣΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΕΤΗΣΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΤΗΣ CIDESCO HELLAS
ΜΕ ΠΡΩΤΟΤΥΠΑ ΘΕΜΑΤΑ ΑΠΟ ΕΚΛΕΚΤΟΥΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ
ΠΟΥ ΘΑ ΠΛΑΙΣΙΩΝΟΥΝ ΤΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ**



**www.cidescHELLas.gr - Cidesco International : www.cidesco.com
info@cidescHELLas.gr - τηλ. 210.9587412 - 6977906057**

Depilonine®



ΝΕΕΣ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΕΣ ΦΟΡΜΟΥΛΕΣ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΣΥΜΒΑΤΑ ΜΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΜΕΘΟΔΟΥΣ ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗΣ



ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ
ΠΟΣΟΤΗΤΑ



ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ
ΕΝΖΥΜΩΝ ΚΑΙ
ΔΡΑΣΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ



ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ
ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΖΩΗΣ ΜΕΤΑ
ΤΟ ΑΝΟΙΓΜΑ





Η λευκαντική θεραπεία της Rejuvi στοχεύει στην ρύθμιση έκκρισης της μελανίνης, αναχαιτίζοντας το ένζυμο τυροσινάσης που λειτουργεί σαν καταλύτης στην παραγωγή της. Μέσω των οξέων και των επαγγελματικών προϊόντων που εφαρμόζονται στην θεραπεία αυτή, ενισχύεται η πρόληψη του ανεπιθύμητου σχηματισμού κηλίδων και πανάδων, φωτίζει το δέρμα εμποδίζοντας την ανομοιόρφη φυσική παραγωγή μελανίνης.



Σιδηροκάστρου 3, 12462
2105320533

info@beautysrvices.gr
www.beautyservices.gr



ΜΕΛΙΝΑ ΣΕΛΑΛΙΜΑ
Σύμβουλος διατροφής και
τροφοδοσίας managing
director Melinas delight
cuisine personal food consulting
services Αγίας Βαρβάρας 47,
Καλανδρι Αθήνα
Melinas delight cuisine @
Facebook τηλ.2106777650

MATCHA

πολύ συχνά τώρα τελευταία ίσως ακούτε η διαβάζετε την λέξη μάτσα...και ίσως έχετε αναρωτηθεί τι ακριβώς είναι αυτό το μάτσα Το matcha είναι εκείνη η λεπτώς αλεσμένη σκόνη από ειδικά καλλιεργημένα και επεξεργασμένα φύλλα πράσινου τσαγιού, που καταναλώνεται παραδοσιακά στην Ανατολική Ασία, αλλά εδώ και αρκετά χρόνια έχει κάνει μία εισβολή και στην Ευρώπη.. Τα φυτά πράσινου τσαγιού που χρησιμοποιούνται για το matcha καλλιεργούνται στη σκιά για τρεις έως τέσσερις εβδομάδες πριν από τη συγκομιδή. Τα στελέχη και οι φλέβες αφαιρούνται κατά την επεξεργασία.... και κατά τη διάρκεια της σκιερής ανάπτυξης, το φυτό *Camellia sinensis* παράγει περισσότερη θεανίνη και καφεΐνη . Η κονιοποιημένη μορφή του matcha καταναλώνεται διαφορετικά από τα φύλλα τσαγιού ή τα φακελάκια τσαγιού, καθώς αιωρείται σε υγρό, συνήθως νερό ή γάλα.



Οι Ιάπωνες με την παραδοσιακή τελετή παρασκευής αυτού του τσαγιού θεωρούν το ρόφημα matcha σαν ένα εξαιρετικό βοήθημα για την σωματική και πνευματική υγεία ...και κατ επέκταση την ομορφιά. Η σύγχρονη εποχή, βρίσκει το matcha να χρησιμοποιείται επίσης για τον αρωματισμό και τη βαφή τροφίμων, όπως τα hoodles mochi και soba , παγωτό πράσινο τσάι , matcha lattes Αξίζει να το δοκιμάσετε για να έχετε την δική σας γνώμη ...

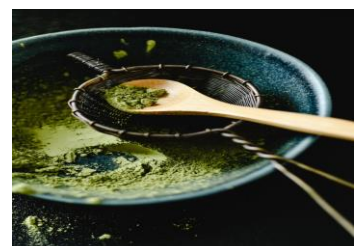


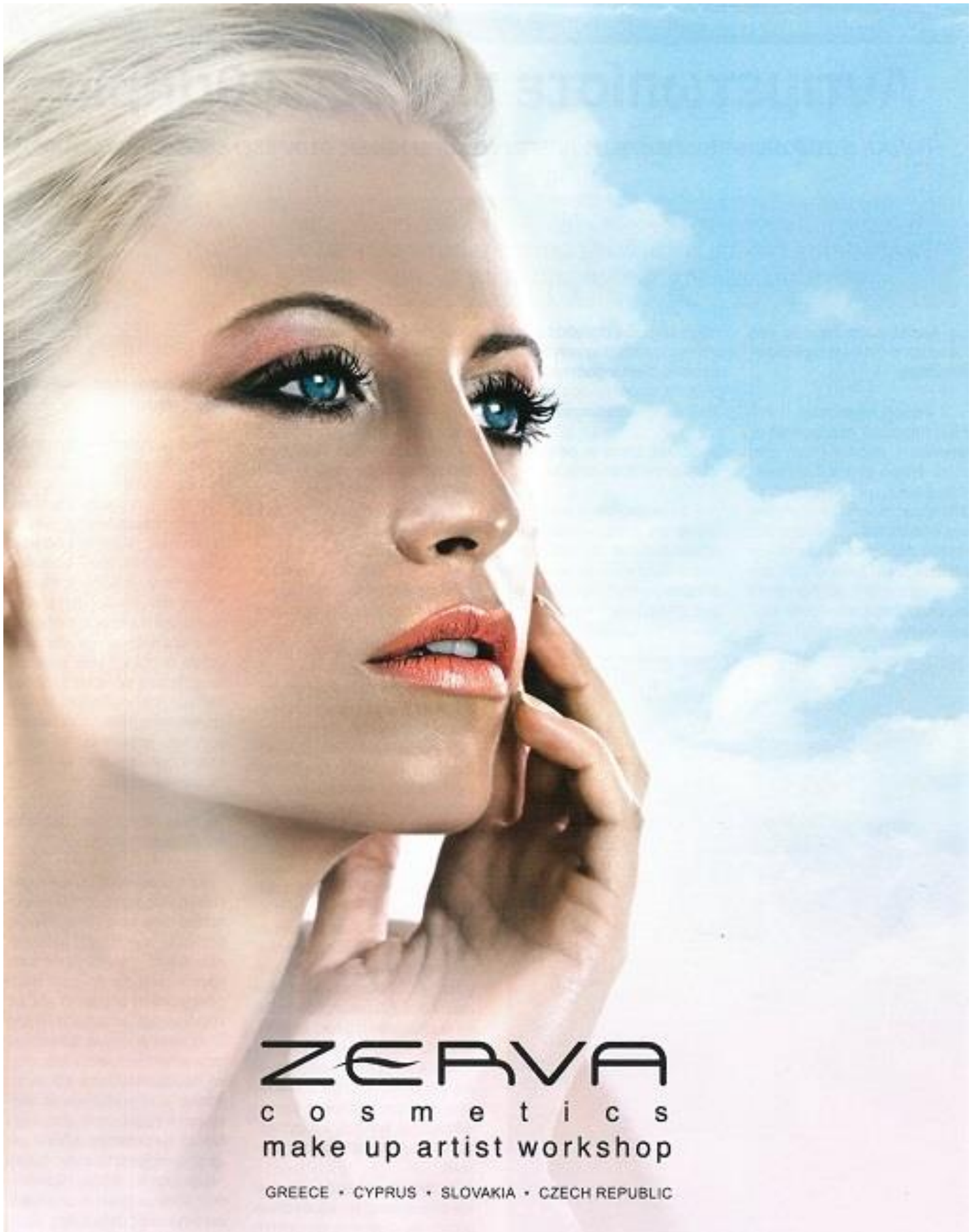
ΠΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΖΕΤΑΙ ΣΩΣΤΑ ΤΟ ΜΑΤΣΑ matcha τσάι Το κανονικό πράσινο τσάι διαφημίζεται ήδη ως αντιοξειδωτική δύναμη, αλλά το matcha έχει ακόμη περισσότερα οφέλη.... γιατί: όταν φτιάχνετε άλλες μορφές πράσινου τσαγιού, βάζετε τα φύλλα σε ζεστό νερό και μετά τα πετάτε, ενώ όταν φτιάχνετε matcha, χτυπάτε τη σκόνη να διαλυθεί σε ζεστό νερό 80 βαθμούς C ως αποτέλεσμα, καταναλώνετε πραγματικά ολόκληρο το φύλλο τσαγιού όταν το πίνετε....τα αντιοξειδωτικά που περιέχει μπορεί να μειώσουν την αρτηριακή πίεση, να μειώσουν τον κίνδυνο καρδιακών παθήσεων και ακόμη και να ενισχύσουν το μεταβολισμό σας η σωστή διαδικασία παραγωγής του με 4 βήματα ...

1. τοποθετείτε ένα μικρό κουταλάκι σκόνης τσαγιού matcha επάνω σε ένα συρμάτινο μικρό σουρωτήρι, κοσκινίστε το γιατί σβολιάζει εύκολα ...**2.** βράστε νερό στους 80 βαθμούς κελσίου, και με την βοήθεια μιας μικρής βούρτσας μπαμπού η οποιαδήποτε άλλη μικρή βούρτσα της κουζίνας σας ανακατέψτε λίγο νεράκι με την σκόνη και συνεχίστε να ανακατεύετε καλά μέχρι να διαλυθεί εντελώς η σκόνη ...το ανακάτεμα πρέπει να γίνεται

υπό μορφή ζικ ζακ και όχι κύπημα ομελέτας, αυτό έχει πολύ μεγάλη σημασία για την επιτυχία της γεύσης και την ευκολία της διαδικασίας **3.** γρήγορες κινήσεις για να αφρίσει το τσάι, γιατί αν δεν γίνει αφρός στην επιφάνεια η διαδικασία δεν έχει πετύχει **4.** επιλέξτε αν θα προσθέσετε γάλα η μόνον νερό και ανάλογα βάλτε το γάλα να γίνει αφρός , ίδιο αφρό που κάνουμε για το καπουτσίνο με την χρήση ενός σε κατάλληλου σκεύους (πχ μούλτι ή blender) η ακόμα και με το δυνατό χτύπημα με το χέρι, επιλέξτε το είδος γάλακτος που επιθυμείτε, του πάνε πολύ εκείνα τα φυτικά "γάλατα" και όχι τα ζωικά **5.** προσθέστε την γλυκαντική σας ουσία , σιρόπι αγαύης , σιρόπι σφενδάμου (maple syrup) η ακόμα και μέλι

(να κρυώσει πρώτα και μετά να προσθέσετε το μέλι) Πότε να το πιείτε ?? το πρωί η νωρίς το απόγευμα είναι άκρως ευεργετικό καλύτερα μην το πίνετε βράδυ γιατί μπορεί και να μείνετε ξάγρυπνοι!! Το μάτσα είναι ένα ιδιαίτερο τσάι και βρίσκεται στην ζωή μας αρκετά χρόνια αλλά δεν είναι και τόσο γνωστό και δημοφιλές, αν το βρείτε στο δρόμο σας αξίζει να το δοκιμάσετε, έστω και μία φορά για να έχετε μια προσωπική γνώμη.





ZERVA
c o s m e t i c s
make up artist workshop

GREECE • CYPRUS • SLOVAKIA • CZECH REPUBLIC



Dr. ΠΑΡΙΣ ΑΜΟΡΓΙΝΟΣ
ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ
ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ
ΤΗΛ. 210.33.90.333

Είμαι πάνω από 50 χρονών και δεν έχω δόντια, μπορώ να βάλω εμφυτεύματα;

Αν ναι, πόσα εμφυτεύματα χρειάζονται; Η ηλικία δεν είναι πρόβλημα αρκεί να τηρούνται οι προϋποθέσεις της οστικής μάζας. Δηλαδή, να υπάρχει ο χώρος και το κατάλληλο οστικό πάχος, ώστε να τοποθετηθεί το εμφύτευμα και η προσθετική εργασία (θήκες – γέφυρες). Αυτό το πετυχαίνουμε, μέσα από μια διαδικασία εξετάσεων από τον οδοντίατρο. Συνήθως τα 6 εμφυτεύματα στην άνω γνάθο και τα 4 - 6 στην κάτω, για την πλήρη αποκατάσταση όλου του στόματος, είναι ένας καλός αριθμός όταν δεν υπάρχουν δόντια, για να θέσουμε τη βάση της προσθετικής αποκατάστασης για την αρμονία ενός υπέροχου χαμόγελου. Αυτή η προσθετική εργασία μπορεί να γίνει μέσα σε περίπου 24 ώρες (άμεση φόρτιση) ή έως και 2 μήνες περίπου (έμμεση φόρτιση). Ο χρονικός προσδιορισμός ορίζεται από τον ειδικό λαμβάνοντας υπόψιν ανατομικά χαρακτηριστικά του ασθενή.



Έχουν μαυρίσει τα δόντια μου από φάρμακα, τι μπορώ να κάνω;

Ο αποχρωματισμός των φυσικών δοντιών από φάρμακα σε νεαρή ηλικία είναι κάτι που ο ασθενής ενοχλείτε και δεν θέλει να δείχνει τα δόντια του και κατ' επέκταση το χαμόγελό του.

Αυτή η αλλοίωση του χρώματος συνήθως παρουσιάζει δυσχρωμίες με 2 ή και 3 διαφορετικές χρωματικές αποχρώσεις πάνω στα δόντια. Η πιο απλή και εύκολη λύση για βελτίωση του χρώματος είναι η λεύκανση, όπου συνήθως βελτιώνει αρκετά την εικόνα και ανάλογα το μέγεθος της βλάβης μπορούμε να αποκαταστήσουμε για πιο μόνιμες λύσεις με όψεις δίνοντας έτσι μια σταθερή χρωματική απόχρωση η οποία δεν μεταβάλετε από την πάροδο του χρόνου με την κατανάλωση χρωστικών ουσιών.



Έχω ένα κενό στα μπροστινά μου δόντια, μπορώ να το κλείσω;

Ναι! Μέσα από το εξατομικευμένο πλάνο θεραπείας και τον λόγο για τον οποίο υπάρχει το κενό, υπάρχει πληθώρα επεμβατικών επιλογών που μπορούν να εφαρμοστούν, ανάλογα με τις ανάγκες και τα θέλω του κάθε ασθενούς. Μερικές από αυτές τις επιλογές αποτελούν οι όψεις ρητίνης ή όψεις πορσελάνης, θήκες, εμφυτεύματα, γέφυρες, σιδεράκια κ.α., αναλόγως τον ασθενή, τις ανάγκες του και το κενό μεταξύ των δοντιών. Αιμακάτα, άμεσα και αποτελεσματικά, καλύπτεται το κενό με όμορφα, λειτουργικά και συμμετρικά δόντια, στο στόμα. Σε αυτές τις περιπτώσεις σημαντικό κριτήριο για την επιλογή του είδους της αποκατάστασης που θα ακολουθήσουμε είναι η συμμετρία των δοντιών σε σχέση με το μέγεθος του κενού που υπάρχει. Όλα από τα παραπάνω είναι ικανά να καλύψουν το κενό και τις προσδοκίες σας.

 **Διαδικτυακή Εφημερίδα**
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
CIDESCO HELLAS
Διεθνής Επιμορφωτικός Σύλλογος Αισθητικής Ομορφιάς -Υγείας
Γρυπάρη 118Α Πλ. ΔΑΒΑΚΗ-Καλλιθέα-Αθήνα 17673
τηλ. 210-9587412
ΕΚΔΟΤΕΣ
ΗΡΩ ΚΟΡΩΝΑΙΟΥ
Καθηγήτρια Φυσικής Αισθητικής -Πρόεδρος
Cidesco Hellas
Γρυπάρη 131 Καλλιθέα-Αθήνα 17673 Τηλ. 6977906057
ΚΑΙ
Δρ. ΠΑΡΙΣ ΑΜΟΡΓΙΝΟΣ
Αισθητικός Επανορθωτικός Χειρουργός Οδοντίατρος
Αντιπρόεδρος Cidesco Hellas
Ασκληπείου 30 ΤΚ 10680 Τηλ. 210-33903333

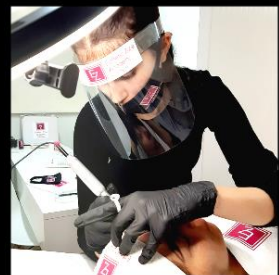
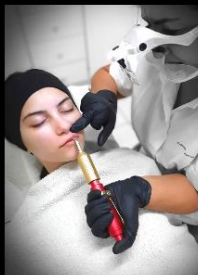


ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΕΙΣ
ONLINE
PRIVATE

- HYALURON PEN
- FIBROBLAST PLASMA
- INTENSIVE SERUM
- PERMANENT MAKE UP
- MICROBLADING
- SCALP MICROPIGMENTATION
- MICRONEEDLING
- LASH LIFT
- BROW LAMINATION
- BB GLOW, BBLIP
- RF /CAVITATION



No 1
ΣΤΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΕΙΣ
ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ



www.estheticzoneacademy.com



info@estheticzoneacademy.com



[@estheticzoneofficial](https://www.instagram.com/estheticzoneofficial)



ΕΛΛΑΔΑ: +306977715233

ΚΥΠΡΟΣ: +35799156453

Cosmeticum
— nutricosmetics

Beauty is
our profession

FEEL A NEW BEAUTY
EXPERIENCE

Skin care categories with Hyaluronic Acid

- Serums
- Peel Off masks
- Mesotherapy

HYALURON'S
POWER



NEWPLUS IKE

+30 2310 547412

WWW.COSMETICUM.GR

INFO@COSMETICUM.GR



ΞΕΖΟΥΜΙΣΤΕ ΤΑ...

ΤΙ ΚΕΡΔΙΖΟΥΜΕ ΚΑΙ ΤΙ ... ΧΑΝΟΥΜΕ ΟΤΑΝ ΠΡΟΤΙΜΑΜΕ ΤΟΝ ΧΥΜΟ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΑΝΤΙ ΤΟ ΦΡΟΥΤΟ

Εποχή για πορτοκάλια. Το πόσο ωφέλιμα είναι, όλοι μας το γνωρίζουμε. Πως όμως είναι σωστό να τα καταναλώνουμε ; Ολόκληρα ή τον χυμό τους ; Κατ' αρχάς, θ' αναφερθούμε για ένα πορτοκάλι που συγκεντρώνει το μέσο όρο των ιδιοτήτων των πορτοκαλιών. Είναι γνωστό ότι υπάρχουν πολλές ποικιλίες πορτοκαλιών, όπως τα πρώιμα και όψιμα, τα πορτοκάλια που μπορούν να παραμένουν σε πορτοκαλιές ακόμα και το καλοκαίρι, πορτοκάλι για στύψιμο και πορτοκάλια για "φάγωμα". Αγοράζουμε λοιπόν τα πορτοκάλια σύμφωνα με τις ανάγκες μας και προτιμάμε τα εποχιακά, τα φρέσκα και τα ελληνικά. Η φρεσκάδα του πορτοκαλιού φαίνεται κυρίως από την εξωτερική τους εμφάνιση, το έντονο δηλαδή λαμπερό τους χρώμα και το άρωμά τους. Ακόμα πρέπει να είναι βαριά, σε σχέση με τον όγκο τους, κι αν υπάρχουν φύλλα να είναι σχετικά φρέσκα, καθώς και η τομή του κοτσανιού (εάν υπάρχει κοτσάνι) να μην είναι εντελώς αποξηραμένη και μαύρη. Όσον αφορά το "κέρωμα" το γυάλισμα δηλαδή των πορτοκαλιών, αυτό γίνεται για να γίνει καλύτερη η εμφάνισή τους και να διευκολυνθεί η συντήρησή τους. Κατά τη διαδικασία όμως αυτή χάνουν κάτι ελάχιστο από τα φυσικά τους συστατικά που ίσως όμως τα κερδίζουν απ' την καλύτερη συντήρησή τους.

Τα πορτοκάλια - αλλά και όλα τα εσπεριδοειδή μανταρίνια, λεμόνια, γκρέιπ-φρουτ, έχουν ταυτιστεί με τη βιταμίνη C και με την υγεία μας. Είναι γνωστό πλέον σήμερα, από τις επιστημονικές μελέτες που έγιναν και γίνονται, ότι τα πορτοκάλια συνεισφέρουν στην πρόληψη πολλών ασθενειών και στη διατήρηση της καλής μας υγείας, αρκεί όμως να μη λείπουν από το καθημερινό μας διαιτολόγιο. Είναι όμως σωστό να κατανοήσουμε ότι τα πορτοκάλια είναι μια άριστη υγιεινή τροφή, δεν κάνουν θαύματα, δεν είναι φάρμακα και όσοι έχουν προβλήματα με το στομάχι τους και το σάκχαρό τους, να συμβουλευόμαστε τον προσωπικό τους γιατρό. Το μεγάλο όμως ερώτημα είναι : να τρώμε ολόκληρα τα πορτοκάλια ή να πίνουμε τον χυμό τους Ας έχουμε λοιπόν υπόψη τα παρακάτω :

1. Το πορτοκάλι περιέχει στο σύνολο τα θρεπτικά του στοιχεία
2. Ο φρεσκοστυμμένος χυμός έχει, περίπου, τα ίδια θρεπτικά στοιχεία, δεν έχει όμως τις πολύτιμες φυτικές ίνες
3. Όταν πίνουμε έναν χυμό παίρνουμε τα θρεπτικά στοιχεία 2-3 πορτοκαλιών που συνήθως στύβουμε. Είναι όμως δύσκολο να φάμε 2-3 πορτοκάλια.
4. Ο χυμός αυξάνει γρηγορότερα το ποσοστό του σακχάρου στο αίμα σε σχέση με ολόκληρο το πορτοκάλι και γι' αυτό συνιστάται πριν και μετά τη σωματική άσκηση, για τόνωση της πνευματικής διαύγειας πριν από ένα δύσκολο πνευματικό τεστ και μετά την αιμοδοσία.
5. Ο χυμός είναι προτιμότερος στους καπνιστές και στους πότες.
6. Εάν το διαιτολόγιό μας είναι πλούσιο σε φυτικές ίνες (π.χ. το γεύμα μας είναι όσπρια) ας προτιμήσουμε τον χυμό, εάν όχι τα πορτοκάλια.
7. Ας μην ξεχνάμε όμως ότι το μεγάλο μειονέκτημα του χυμού είναι ότι χάνει γρήγορα τα πολύτιμα θρεπτικά του συστατικά, γι' αυτό πρέπει να πίνεται αμέσως μετά το στύψιμο ή να διατηρείται κλειστός σε αδιαφανές σκεύος εντός του ψυγείου για λίγο.

ΔΙΑΒΑΖΕΤΑΙ ΤΗΝ
ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

Κ Ρ Ι Κ Ο Σ

ΤΩΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΩΝ

ΚΑΙ ΚΑΝΕΤΕ ΤΗΝ

Γ Ν Ω Σ Τ Η Κ Α Ι
ΣΤΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ ΣΑΣ

Πλήρωσε την συνδρομή σου

ΤΩΡΑ 50 € ετησίως

για να μπορείς να παρακολουθείς
τα διαδικτυακά σεμινάρια **ΔΩΡΕΑΝ**

Τηλ. 210 95 87 412

Γίνε και εσύ μέλος για να
παρακολουθείς : **ΔΩΡΕΑΝ**

ΤΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

CIDESCO

Διάβαζε κάθε μήνα την εφημερίδα

μας **ΚΡΙΚΟ** στην ιστοσελίδα

ΧΩΡΙΣ ΚΩΔΙΚΟ

Κάνε γνωστή την εφημερίδα μας

στο δικό σου **site**

www.cidescHELLAS.gr

τηλ. 210 95 87 412

Παρακαλούμε

όσους μας στέλνουν **email** για
τυχόν ερωτήσεις να γράφουν και
το **κινητό τους τηλέφωνο** για να
μπορούμε άμεσα να
επικοινωνούμε μαζί τους



Eyelashes

- Επαγγελματική ποιότητα • 100% Φυσική τρίχα • Αόρατο δέσιμο

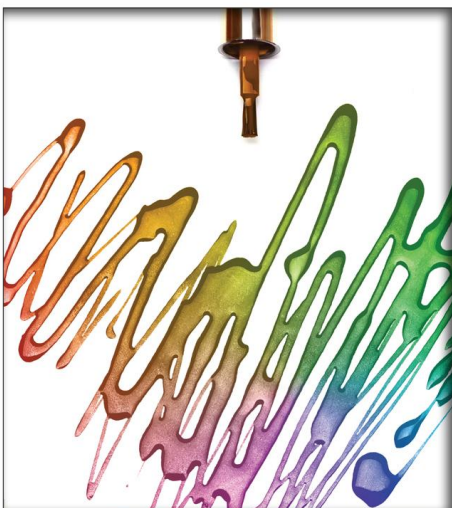


- Μεγάλη και πλήρης σειρά επαγγελματικών Gel



Acryl POWDER

- Επαγγελματική ποιότητα • Σταθερότητα • Αντοχή



GUMMY GP COLORS

www.sergionails.gr

Sergio Nails

Star Nails

www.starnails.com.gr

“ Καλώς ήρθατε στον
κόσμο της ομορφιάς! ”

Elisabeth Lashes

Εκπαίδευση επαγγελματιών



και διάθεση προϊόντων για:

Extensions Βλεφαρίδων
Ημμόνιμο Μακιγιάζ Προσώπου
Lash Lifting
Brow Lamination
Βαφές Φρυδιών



Θα μας βρείτε:

Ελευθερίου Βενιζέλου 4 - Πεύκη Τ.Κ. 151 21, Τηλ. 210 6142967 - 6988441337

  Elisabeth Lashes



ΤΟ ΧΑΣΜΟΥΡΗΤΟ ΔΡΟΣΙΖΕΙ ΤΟ ΜΥΑΛΟ

Η ιατρική βιβλιογραφία είναι γεμάτη πιθανές εξηγήσεις για το χασμουρητό, αλλά μία δείχνει να έχει κερδίσει έδαφος τα τελευταία χρόνια: αυτό το μυστηριώδες αντανάκλαστικό μπορεί να συμβάλλει στη ρύθμιση της θερμοκρασίας του εγκεφάλου. Όπως εξηγεί η εφημερίδα "Νιου Γιορκ Τάιμς", ο εγκέφαλος λειτουργεί καλύτερα σε ένα συγκεκριμένο εύρος θερμοκρασιών και μερικές φορές έχει ανάγκη να δροσίζεται. Για να συμβεί αυτό, ίσως ο οργανισμός χρησιμοποιεί τον δροσερό αέρα από το περιβάλλον του μέσω μιας βαθιάς εισπνοής. Το χασμουρητό είναι μεταδοτικό. Βλέποντας έναν άνθρωπο να χασμουριέται, χασμουριόμαστε και εμείς. Όταν όμως το 2017 επιστήμονες ζήτησαν από ομάδα εθελοντών να κοιτάξουν βίντεο με χασμουρητά, διαπίστωσαν πως μπορούσαν να σταματήσουν το χασμουρητό τους τοποθετώντας ψυχρά επιθέματα στο κεφάλι τους. Τον περασμένο μήνα δημοσιεύθηκε στην Επιθεώρηση "Frontiers in Evolutionary Neuroscience" μελέτη με 160 εθελοντές, η οποία κατέληξε στο συμπέρασμά πως το χασμουρητό παρουσιάζει εποχικές διακυμάνσεις. Οι εθελοντές χασμουριόνταν περισσότερο τον χειμώνα απ' ότι το καλοκαίρι, ίσως διότι ο υπερθερμασμένος εγκέφαλος δυσκολεύεται να δροσιστεί όταν ο αέρας του περιβάλλοντος είναι πιο ζεστός από το σώμα.

Όσον αφορά το γιατί το χασμουρητό είναι μεταδοτικό, οι επιστήμονες εικάζουν πως ως αντανάκλαστικό αναπτύχθηκε εξελικτικά για να προειδοποιεί τους άλλους ανθρώπους σε μια ομάδα πως πρέπει να βρίσκονται σε εγρήγορση για να αντιμετωπίσουν ενδεχόμενη απειλή.

Γίνε και εσύ μέλος για να παρακολουθείς :

ΔΩΡΕΑΝ

**ΤΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ
ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ CIDESCO**

Διάβαζε κάθε μήνα την
εφημερίδα μας **ΚΡΙΚΟ**

στην ιστοσελίδα

ΧΩΡΙΣ ΚΩΔΙΚΟ

Κάνε γνωστή την
εφημερίδα μας στο δικό
σου site

www.cidescHELLAS.gr

ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ

ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΟ

CROWNE PLAZA

ATHENS HOTEL

ΤΟΝ ΝΟΕΜΒΡΙΟ 2023

ΣΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΕΤΗΣΙΟ

ΣΥΝΕΔΡΙΟ CIDESCO HELLAS

ΜΕ ΕΚΛΕΚΤΟΥΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ

ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ



Α Ν Α Κ Ο Ι Ν Ω Σ Η

Όσα μέλη της CIDESCO εξασκούν το επάγγελμα της αισθητικού πλέον των **ΤΡΙΩΝ ΕΤΩΝ**, και είναι μέλη της CIDESCO HELLAS, μπορούν να παρακολουθήσουν ένα σύντομο εντατικό πρόγραμμα μετεκπαίδευσης, με ύλη της CIDESCO INTERNATIONAL.

Έτσι μπορούν να δώσουν εξετάσεις σε επιτροπή που έρχεται από το εξωτερικό για να αποκτήσουν το **ΔΙΕΘΝΕΣ ΔΙΠΛΩΜΑ CIDESCO-POST GRADUATE (το MASTER στην Αισθητική)**.

Όσες αισθητικοί έχουν το δίπλωμα CIDESCO και είναι μέλη της Cidesco Hellas, έχουν κέντρο αισθητικής ή SPA και θέλουν να ενταχθούν στα ΔΙΕΘΝΗ ΚΕΝΤΡΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ με το ΣΗΜΑ ΤΗΣ CIDESCO INTERNATIONAL θα μπου στην ιστοσελίδα της Cidesco International καθώς και στην ιστοσελίδα της Cidesco Hellas.

Για περισσότερες πληροφορίες στο τηλ6977906057 με την **Ηρώ Κορωναίου**, Πρόεδρο Cidesco Hellas.



Η **NOON Aesthetics** αναπτύσσει και παρασκευάζει επαγγελματικά προϊόντα περιποίησης του δέρματος με εκτεταμένο χαρτοφυλάκιο προϊόντων και παγκόσμιο δίκτυο διανομής. Η πατενταρισμένη τεχνολογία **DermShield™** της εταιρείας, μια πρωτοποριακή προσέγγιση στην περιποίηση δέρματος, δίνει τη δυνατότητα στους επαγγελματίες να παρέχουν θεραπείες εξαιρετικά αποτελεσματικές, ασφαλείς και χωρίς ερεθισμούς, οι οποίες έχουν ως αποτέλεσμα ένα υγιές και όμορφο δέρμα για όλους.



Τεχνολογία DermShield™:

- Μια μοναδική φόρμουλα που μειώνει την ενεργοποίηση αλγοϋποδοχέων τύπου C και έτσι αποφεύγεται η νευρογενής φλεγμονή και άλλες ανεπιθύμητες ενέργειες.
- Αποτρέπει τη φυσιολογική αντίδραση του δέρματος σε χημικούς στρεσογόνους παράγοντες.
- Μειώνει κατά 95% τις ανεπιθύμητες ενέργειες που προκαλούνται από την υψηλή συγκέντρωση δραστικών συστατικών.
- Σε όλες τις θεραπείες δεν χρειάζεται χρόνος αποκατάστασης.

Τα προϊόντα Noon Aesthetics αντιπροσωπεύονται στην Ελλάδα από την εταιρεία **DERMACEUTICALS**.

Με θεραπείες που προδιαγράφουν το μέλλον και με προϊόντα που ξεφεύγουν των "συμβατικών" η εταιρεία Dermaceuticals, από το 2001 μέχρι σήμερα αποτελεί την πλέον αναπτυσσόμενη εταιρεία που δραστηριοποιείται στον χώρο της Ιατρικής Αισθητικής. Τα προϊόντα της έχουν το ανταγωνιστικό πλεονέκτημα να είναι καινοτόμα, αποτελεσματικά και ασφαλή, γεγονός που την κατατάσσει στην πρώτη θέση στον χώρο της. Σε συνεργασία με άρτια καταρτισμένους επιστήμονες συνεργάτες προσφέρει διαρκή ενημέρωση και τεχνογνωσία στην ιατρική κοινότητα. Η εταιρεία έχει βραβευτεί πολλές φορές για τα προϊόντα της, τα οποία ξεχωρίζουν. Φιλοδοξεί να παραμείνει η πρώτη εταιρεία με ολοκληρωμένες προτάσεις – λύσεις στον τομέα της ομορφιάς, γι' αυτό και προσαρμόζεται δυναμικά στις εξελίξεις της επιστήμης.



Δ.Σολωμού 4, Αγία Παρασκευή 15341 Τηλ.:2107214450 E-mail: info@dermaceuticals.gr
www.noonaesthetics.gr & www.dermaceuticals.gr

Ακολουθήστε μας  

+80%

ΑΥΞΗΣΗ
ΥΑΛΟΥΡΟΝΙΚΟΥ
ΟΞΕΟΣ



-5.2 cm

ΜΕΙΩΣΗ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ
ΜΕΣΗΣ

NEO
CELLU M6 ALLIANCE

LPG

**INNER POWER.
BETTER LIFE.**

**100% ΦΥΣΙΚΗ
ΚΑΙ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΗ
ΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΑΔΥΝΑΤΙΣΜΑΤΟΣ
ΚΑΙ ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗΣ**

Η νέα θεραπεία σώματος **endermologie by Alliance** παρέχει **τριπλή διέγερση** για την επανενεργοποίηση του κυτταρικού μεταβολισμού καθώς προσαρμόζεται απόλυτα στον τύπο του δερματικού ιστού και παρέχει ταυτόχρονα **λείανση κυτταρίτιδας, σύσφιξη δέρματος και τοπικό αδυνάτισμα**. Η πατενταρισμένη κεφαλή θεραπείας προσώπου προσφέρει μοναδική εκγύμναση του δέρματος για **100% φυσική σύνθεση ενδογενούς κολλαγόνου, ελαστίνης και υαλουρονικού οξέος** που χαρίζουν νεανικότητα, σφριγηλότητα και υγιή όψη στο δέρμα.



LIDS medical

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ

ΓΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ

LIDS Medical Ε.Π.Ε.

Κύπρου 61, Αγ. Παρασκευή, 153 43 Αθήνα

Τηλ.: 210 6815681

Τηλ. Κύπρου: +357 99239487

info@lidsmedical.gr · www.lidsmedical.gr

