

# PORTfolio

**MARTINA  
TODOROVA**

/a highly *creative* human being/



# MARTINA TODOROVA

/a highly *creative* human being/

**Graphic Designer** with experience in marketing, photography, E-commerce Administrator, video editing and animation.

Portfolio



artsymarti.com



iammartitodorova@gmail.com



martinatodorovabulgaria



Plovdiv/Bulgaria



+359898880197



artsymarti

## EDUCATION

### Master's Degree — Graphic Design

Academy of Music, Dance and Fine Arts "Prof. Asen Diamandiev", Plovdiv, Bulgaria  
2023 – 2025

### Bachelor's Degree — Computer Systems and Technologies

Technical University of Sofia, Plovdiv Branch  
2012 – 2017

## SKILLS

Graphic Design

Branding & Visual Identity

Photography

Social Media Design

Layout Design & Print

Video Editing

Layout Design & Print

Leadership & Team Collaboration

Campaign Concepting

Creative Copy Support

Pixel Art

E-commerce Administrator

Digital Art

Marketing

Php

Board Game Design and Development

Motion Basics

3D

and many more

## EXPERIENCE

*Zlatna Ribka*

### Graphic Designer Zlatna Ribka

Plovdiv, Bulgaria | Jan 2025 – Present

- Designed product visuals, packaging, and printed materials
- Created promotional banners and digital assets for online platforms
- Ensured alignment with marketing goals and brand guidelines
- Collaborated with photography and video teams for product campaigns
- Developed visuals for advertising, social media, and website updates

**GymLithe**

### Creative Designer & Social Media Specialist Gymlithe

Plovdiv, Bulgaria | Jun 2024 – Jan 2025

- Designed social media visuals, digital ads, and brand communication assets
- Created and retouched product photography for e-commerce
- Developed marketing materials and supported the overall content strategy
- Edited videos and produced short-form content for social media
- Maintained cohesive design and consistent brand identity
- Produced creative content tailored to the fitness and lifestyle industry

**OZONE.bg**

### Senior Graphic Designer Ozone Entertainment Ltd.

Homeoffice, Bulgaria | May 2023 – Jun 2024

- Designed product visuals, packaging, and printed materials
- Created promotional banners and digital assets for online platforms
- Ensured alignment with marketing goals and brand guidelines
- Collaborated with photography and video teams for product campaigns
- Developed visuals for advertising, social media, and website updates

### Freelance & Short-Term Work

- Designed logos, social media content, brand elements, and marketing visuals for small businesses
- Created product photos and video snippets for clients' online presence

### Courses

- English & German Language Courses
- Character and environment design Course
- Online Website Building Course
- Marketing Course

## SOFTWARES

Adobe Photoshop

Adobe Illustrator

Adobe InDesign

Adobe Lightroom

Adobe Premiere Pro

Adobe After Effects

CapCut

Adobe Dimension

Procreate

Aseprite

Blender

Figma

**AVAILABLE FOR FURTHER QUESTIONS**

# Визия за представянето на Global Beauty на „Италиански фестивал на красотата и прическата 2026“.

1.Цялостно брандиране на щандовете.



2. Визия за обявяване на участието в събитието в различни формати.



**ПОКАНА**

**XXXII  
ITALIAN FESTIVAL  
OF BEAUTY & HAIRSTYLE**

Дата: 20 - 22 март  
Място: Международен панаир Пловдив, Палата 2  
Щанг: 11 и 12

GLOBAL BEAUTY



GLOBAL BEAUTY

**XXXII  
ITALIAN FESTIVAL  
OF BEAUTY & HAIRSTYLE**  
20-22 MARCH  
PLOVDIV



GLOBAL BEAUTY

**XXXII  
ITALIAN FESTIVAL  
OF BEAUTY & HAIRSTYLE**  
20-22 MARCH  
PLOVDIV



GLOBAL BEAUTY

ISCREEN<sup>®</sup>  
LAKMĒ  
O  
OLIOSETA  
andrea  
professional  
Permesse  
Sublime Experience  
BIOSILK



GLOBAL BEAUTY

**XXXII  
ITALIAN FESTIVAL  
OF BEAUTY & HAIRSTYLE**  
20-22 MARCH  
PLOVDIV

GLOBAL BEAUTY

Име: \_\_\_\_\_

Телефон: \_\_\_\_\_

Град: \_\_\_\_\_

Салон: \_\_\_\_\_

.....

.....

Съгласие за обработка на лични данни  
 Давам съгласие личните ми данни да бъдат обработвани за целите на контакт.



3.Имиджов каталог, представящ брандовете, подбрани за представяне на панаира.



4.Рол банери.



Zlatna Ribka®

# Материали за събития на Global Beauty.



**andreia**  
professional

## СЕРТИФИКАТ

Настоящият сертификат  
удостоверява, че

---

Успешно премина професионално обучение  
за работа с продуктите на **Andreia Professional**

Подпис на обучаващи-лектори:

Александра Велинова      Светлана Атанасова      Венелина Попова-Йоруж

Място на провеждане:  
Дата:


**GLOBAL  
BEAUTY**

**andreia**  
professional

Продуктово-демонстрационен  
семинар  
**Andreia Professional**

Обучаващи:  
**Александра Велинова**  
**Светлана Атанасова**  
**Венелина Попова Йоруж**

Начало: 23 февруари, 10:00 ч  
Място: Варна, зала Никомеа, ул. „Никола Кънев“ 1



## СЕРТИФИКАТ

Настоящият сертификат  
удостоверява, че

---

успешно премина професионално обучение,  
организирано от **GLOBAL BEAUTY**, на тема

**SCREEN**  
PROFESSIONAL HAIR CARE

### Color & Product Training

Място на провеждане:  
Дата:  
Подпис на бранд-амбасадор:

**GLOBAL  
BEAUTY**

Георги Атанасов - Хорхе



**SCREEN**  
Professional

### Color & Product training

Обучаващ:  
**Георги Атанасов - Хорхе**

Начало: 22 февруари, 10:00 ч  
Място: Варна, зала Никомеа,  
ул. Никола Кънев 1

**GLOBAL  
BEAUTY**

# Ценови листи.



GLOBAL BEAUTY

КОД	Цвят	Продукт	ЦЕНА БЕЗ ДДС, ЛВ/€	ЦЕНА С ДДС, ЛВ/€
<b>ЕКО ЧЕТКА ЗА МОКРО И СУХО РАЗРЕСВАНЕ</b>				
40243		Еко четка за сухо и мокро разресване Touch Treat Vegetable Fiber Hair Brush Dusty Rose	8,98лв./4,50€	10,77лв./5,40€
40244		Еко четка за сухо и мокро разресване Touch Treat Vegetable Fiber Hair Brush Frosted Blue	8,98лв./4,50€	10,77лв./5,40€
40245		Еко четка за сухо и мокро разресване Touch Treat Vegetable Fiber Hair Brush Vanilla Veil	8,98лв./4,50€	10,77лв./5,40€
<b>ЧЕТКА ЗА МОКРО И СУХО РАЗРЕСВАНЕ</b>				
40246		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Mango Tango	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40247		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Citrus Mint	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40248		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Seaside Glow	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40249		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Panda Pop	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40250		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Watermelon Kiss	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40251		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Maui Sun	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40252		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Violet Bloom	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40253		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Peach Obsession	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40254		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Black Mystery	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
40255		Четка за мокро и сухо разресване Touch Treat Wet and Dry Detangler Brush Lavender	9,64лв./4,83€	11,57лв./5,80€
<b>ЧЕТКА ЗА ИЗСУШАВАНЕ</b>				
40256	-	Четка за изсушаване 19 мм Touch Treat Ceramic Round Brush	11,31лв./5,67€	13,57лв./6,80€
40257	-	Четка за изсушаване 32 мм Touch Treat Cerami с Round Brush	12,13лв./6,08€	14,56лв./7,30€
40258	-	Четка за изсушаване 43 мм Touch Treat Ceramic Round Brush	12,47лв./6,25€	14,96лв./7,50€
40259	-	Четка за изсушаване 53 мм Touch Treat Ceramic Round Brush	13,13лв./6,58€	15,76лв./7,90€

Контакти: Александра Велинова | Тел: 0876034190 | Email: alexandravelinova@globalbeauty.bg | София, ул. "Чирпоци" 12



GLOBAL BEAUTY

КОД	Продукт	ЦЕНА, ЛВ/€*
<b>ОБИКНОВЕНИ ЛАКОВЕ</b>		
OUUNCO**	Класически лак с покриващо действие Nutricolor - Различни цветове 10.5 мл	774лв./3.96€
OUHGH*	Класически лак с гел ефект - първа стъпка Hybrid Gel - Fusion Color- Различни цветове 10.5 мл	714лв./3.65€
OUHGS2	Топ лак за дълготраен блясък - втора стъпка FUSION SHINE TOP COAT 10.5 мл	1014лв./5.18€
<b>БАЗИ И ТОПОВЕ</b>		
OUAVT001	2 в 1 - основа и топ лак Base/Top Coat 10.5 мл	1254лв./6.41€
OUAFB00*	Фибро база Fiber Base - Различни цветове 10.5 мл	1614лв./8.25€
OUAPBС**	Ултра устойчива основа Power Base - Различни цветове 10.5 мл	1494лв./7.64€
OUFEB0001	База за лесно сваляне Fast & Easy Base Coat 10.5 мл	1434лв./7.33€
OUTPB001	Устойчива база основа 10.5 мл Andrea Professional True Pure Base Coat 10.5 мл	1614лв./8.25€
OUANWTC	Топ лак без лепкав слой All In One No Wipe Top Coat 10.5 мл	1374лв./7.03€
OUATC	Топ лак с блясък ефект All In One Top Coat 10.5 мл	1314лв./6.72€
OUFETC001	Топ лак за лесно сваляне Fast & Easy Top Coat 10.5 мл	1434лв./7.33€
OUTC001	Топ лак с блясък частици All in One Galactic - 01 Stardust Glitter 10.5 мл	1614лв./8.25€
OUTC002	Топ лак с блясък частици All in One Galactic - 02 Lunar Glitter 10.5 мл	1614лв./8.25€
OUTC003	Топ лак с блясък ефект All in One Cotton Candy - 01 Milky White 10.5 мл	1914лв./9.79€
OUTC004	Топ лак с блясък ефект All in One Cotton Candy - 02 Milky Pink 10.5 мл	1914лв./9.79€
OUTC005	Топ лак за декорации 10.5 мл Andrea Professional Hard Gloss Top Coat 10.5 мл	2274лв./11.63€
OUTC006	Ултра блясък топ лак 10.5 мл Andrea Professional Shine Master Top Coat 10.5 мл	2574лв./13.36€
OUTPT001	Везан топ лак 10.5 мл Andrea Professional True Pure Top Coat 10.5 мл	1614лв./8.25€
OUAMTC	Матов топ лак с дълготраен ефект All In One Matte Top Coat 10.5 мл	2234лв./11.32€
OUAUBP01	Безжелезичен праайнер All in One Ultrabond Primer	654лв./3.34€
OUER001	Киселинен праайнер Extreme Primer 10.5 мл	774лв./3.96€


Контакти: Александра Велинова | Тел: 0876034190 | Email: alexandravelinova@globalbeauty.bg | София, ул. "Чирпоци" 12 | \*цените са с включено ДДС



GLOBAL BEAUTY

Категория	ЦЕНА, ЛВ/€*
<b>SEAMORE</b> ЗА ХИДРАТАЦИЯ И ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ	
Шампоан за хидратация и възстановяване с алге L'Alga SEAWET Shampoo 100 мл	24.90лв./12.73€
Шампоан за хидратация и възстановяване с алге L'Alga SEAWET Shampoo 250 мл	42.90лв./21.93€
Шампоан с алге за изтощена коса L'Alga SEAWET 1000 мл	95.90лв./49.03€
Балсам за хидратация и възстановяване с алге L'Alga SEABOOST Conditioner 100 мл	27.90лв./14.27€
Балсам за хидратация и възстановяване с алге L'Alga SEABOOST Conditioner 250 мл	44.90лв./22.96€
Балсам с алге за изтощена коса L'Alga SEABOOST 1000 мл	112.90лв./57.72€
Маска за хидратация и възстановяване с алге L'Alga SEACURE Mask 100 мл	37.90лв./19.38€
Маска за хидратация и възстановяване с алге L'Alga SEACURE Mask 250 мл	63.90лв./32.67€
Маска с алге за изтощена коса L'Alga SEACURE 500 мл	88.90лв./45.45€
Термоактивен серум с алге L'Alga SEALUSH 100 мл	64.90лв./33.18€
Хидратиращ спрей с алге L'Alga SEAMIST Moisture Spray Leave In 100 мл	47.90лв./24.49€
Куптия ампули с алге за хидратация и супер възстановяване L'Alga BOLSTER box 8бр x 12 мл	82.90лв./42.39€
Куптия бонд ампули за възстановяване и защита на протеиновите връзки в косъма L'Alga SAFEGUARD 3 бр x 7.5 мл	46.90лв./23.98€
<b>SEALIGHT</b> ЗА ХИДРАТАЦИЯ И ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ НА ФИНА КОСА	
Шампоан с алге за обем на фина коса L'Alga SEALIGHT Shampoo 100 мл	23.90лв./12.22€
Шампоан с алге за обем на фина коса L'Alga SEALIGHT Shampoo 250 мл	39.99лв./20.40€
Шампоан с алге за обем на фина коса L'Alga SEALIGHT 1000 мл	96.90лв./49.54€
Маска с алге за възстановяване на фина коса L'Alga SEALIGHT Mask 100 мл	37.90лв./19.38€
Маска с алге за възстановяване на фина коса L'Alga SEALIGHT Mask 250 мл	61.90лв./31.65€
Маска с алге за възстановяване на фина коса L'Alga SEALIGHT Mask 500 мл	90.90лв./46.48€
Термоактивен спрей с алге за обем и блясък на фина коса L'Alga SEALIGHT Serum Spray 100 мл	56.90лв./29.09€
Термоактивен спрей с алге за обем и плътност на фина коса L'Alga SEALIGHT Volume Spray 125 мл	39.90лв./20.40€

\*цените са с включено ДДС



GLOBAL BEAUTY

Категория	ЦЕНА, ЛВ/€*
<b>HEALTHY</b> ТРИХОЛОГИЧНА ТЕРАПИЯ ЗА ДЪЛБОКО ПОЧИСТВАНЕ И ДЕТОКС	
Шампоан за дълбоко почистване на скалпа Muran Healthy 07 Deep Cleaning Shampoo For Scalp 1000 мл	81.00лв./41.41€
Шампоан за дълбоко почистване на скалпа Muran Healthy 07 Deep Cleaning Shampoo For Scalp 250 мл	27.00лв./13.80€
<b>ENERGY</b> ТРИХОЛОГИЧНА ТЕРАПИЯ ПРОТИВ КОСОПАД И ЗА ЕНЕРГИЗИРАНЕ НА СКАЛПА	
Шампоан против косопад и за енергизиране на скалпа Muran Energy 05 Energizing Hair Loss Shampoo 250 мл	27.00лв./13.80€
Енергизиращ шампоан против косопад Muran Energizing hair loss shampoo 1000 мл	81.90лв./41.41€
Спрей-лосион против косопад и за енергизиране на скалпа Muran Energy 06 Energizing Hair Loss Lotion 50 мл	39.00лв./19.94€
Детокс скраб за енергизиране на скалпа Muran Energy 01 Scalp Detoxifying Mud 200 мл	71.00лв./36.30€
Ампули против косопад и за енергизиране на скалпа Muran Energy 04 Energizing Hair Loss Essence 7 бр x 7 мл	58.00лв./29.65€
<b>PURIFY</b> ТРИХОЛОГИЧНА ТЕРАПИЯ ПРОТИВ ПЪХЪТ	
Шампоан против пехот Muran Purify 06 Purifying Shampoo For Dandruff Control 250 мл	27.00лв./13.80€
Прениствощ шампоан против пехот Muran Purifying shampoo for dandruff control 1000 мл	81.00лв./41.41€
Детокс крем против пехот Muran Purify 02 Detoxifying Cream For Dandruff Control 200 мл	71.00лв./36.30€
Олио за облекчаване на сух пехот Muran Purify 01 Soothing Oil For Dry Dandruff Control 100 мл	47.00лв./24.03€
Ампули против пехот Muran Purify 05 Purifying Essence For Dandruff Control 7 бр x 7 мл	58.00лв./29.65€
Масло за деликатно измиване при сух пехот Muran Purify 08 Delicate Oil Wash For Dry Dandruff Control 250 мл	33.00лв./16.87€
<b>BALANCY</b> ТРИХОЛОГИЧНА ТЕРАПИЯ ПРОТИВ БЪРЗО ОМАЗНЯВАНЕ	
Шампоан против бързо омязняване Muran Balancy 05 Rebalancing Shampoo For Greasy Hair 250 мл	27.00лв./13.80€
Балансиращ шампоан за мазна коса Muran Rebalancing shampoo for greasy hair 1000 мл	81.00лв./41.41€
Детокс крем против бързо омязняване Muran Balancy 01 Detox Cream For Greasy Hair 200 мл	71.00лв./36.30€
Балансиращи ампули против бързо омязняване Muran Balancy 04 Rebalancing Essence For Greasy Hair 7 бр x 7 мл	58.00лв./29.65€

\*цените са с включено ДДС

# Брошура LAKME.



PRO-DETOX ТЕХНОЛОГИЯ

## РЕШЕНИЕТО: МЕТАЛЕН ДЕТОКС

PRO-DETOX технологията действа отвътре-навън и почиства натрупаните метали и минерали, които увреждат косъма. Премахва калция, отговорен за зазубата на блясък. Възстановява естествената хидратация и защитава косата. Предотвратява поленването на метали и минерали от водата и замърсената среда.

**Натурален хелатиращ комплекс (Natural Chelating Complex)** – премахва тежките метали и токсини (лимон, краставица, ябълка).

**Инфузия от плодов пектин (Fruit Pectin Infusion)** – хидратира и придава блясък (ябълка, лимон, грозде).

**Плодови алфа-хидрокси киселини (Fruit AHAs)** – отстраняват калция и почистват в дълбочина (винена, лимонена, ябълчена киселина).



## ПРОТОКОЛ ЗА ЕЖЕДНЕВНА ГРИЖА

1. Шампоан LAKME TEKNIA Metal Remover Hydra-Shampoo 300 мл.
2. Балсам LAKME TEKNIA Metal Remover Hydra-Conditioner 300 мл.
3. Термозащитен спрей LAKME TEKNIA Metal Remover Protector Mist 300 мл.

## ПРОТОКОЛ ЗА СЕДМИЧНА ГРИЖА

1. Пре-шампоан LAKME TEKNIA Metal Remover Pre-Shampoo 150 мл.
2. Шампоан LAKME TEKNIA Metal Remover Hydra-Shampoo 300 мл.
3. Маска LAKME TEKNIA Metal Remover Hydra-Mask 250 мл.
4. Термозащитен спрей LAKME TEKNIA Metal Remover Protector Mist 300 мл.

## TEKNIA® METAL REMOVER Истински МЕТАЛЕН ДЕТОКС



НОВО



НЕВИДИМИТЕ ЩЕТИ

Mg<sup>2+</sup> Ca<sup>2+</sup> Cu<sup>2+</sup>

## КОСАТА Е ОГЛЕДАЛО НА ЗАОБИКАЛЯЩАТА СРЕДА

Серия TEKNIA Metal Remover неутрализира и елиминира натрупванията на метали, минерали и замърсители от косата.

Качеството на водата, която се използва ежедневно, оказва съществено влияние.

Твърдата вода, водата в басейните и тръбите проникват в косъма и нанасят скрити щети в неговата структура. Всичко това води до зазуба на блясък, сухота и накъсване на косата.

При натрупване на минерали като калций и магнезий и метали като мед в косата, тя се уврежда допълнително, особено ако е химически третирана.



## METAL REMOVER

### МЕТАЛЕН ДЕТОКС И ХИДРАТАЦИЯ



ТЕСТ ЗА ЕФИКАСНОСТ

82%

по-малко натрупване на мед\*

75%

по-малко натрупване на калций\*

91%

по-добра хидратация\*\*

83%

по-малко накъсване след 1 употреба\*\*\*

**ИНСТРУМЕНТАЛЕН ТЕСТ. РЕЗУЛТАТИ:**  
\*След 5 приложения на Пре-шампоан и шампоан TEKNIA Metal Remover.  
\*\*След 1 приложение на Маска TEKNIA Metal Remover.  
\*\*\*След 1 приложение на Термозащитен спрей TEKNIA Metal Remover преди изправяне с преса при 230°C.

## ПРЕ-ШАМПОАН

TEKNIA Metal Remover  
Pre-Shampoo 150 мл



Неутрализира натрупаните метали и минерали в косъма. Детоксикация.

Почиства натрупаните замърсявания в дълбочина.

Хидратира. Възвръща естествения блясък. Придава копринена мекота.

99% съставки от естествен произход.

## ШАМПОАН

TEKNIA Metal Remover  
Hydra-Shampoo 300 мл



Неутрализира натрупаните метали и минерали в косъма. Детоксикация.

Почиства натрупаните замърсявания в дълбочина.

Хидратира. Възвръща естествения блясък. Придава копринена мекота.

Дерматологично тестван.

## БАЛСАМ

TEKNIA Metal Remover  
Hydra-Conditioner 300 мл



Неутрализира натрупаните метали и минерали в косъма. Детоксикация.

Хидратира. Подхранва и изглажда. Помага за по-лесно разресване. Защитава фибрите на косъма. Възвръща естествения блясък. Придава копринена мекота.

Дерматологично тестван.

## МАСКА

TEKNIA Metal Remover  
Hydra-Mask 250 мл



Неутрализира натрупаните метали и минерали в косъма. Детоксикация.

Осигурява интензивна хидратация. Запечатва кутикулите. Изглажда. Помага за по-лесно разресване. С лека текстура.

Дерматологично тествана.

## ТЕРМОЗАЩИТЕН СПРЕЙ

TEKNIA Metal Remover  
Protector Mist 300 мл



Неутрализира натрупаните метали и минерали в косъма. Детоксикация.

Защитава косата от замърсители, UV лъчи и топлина до 230°C.

Осигурява интензивна хидратация. Намалява накъсването. Изглажда, подхранва и възстановява. Помага за по-лесно разресване.

ПРЕДИ

СЛЕД




За Всеки мун коса.

# Визии за Zlatna Ribka


(Адаптират се за сайта, социалните мрежи и рекламни формати.)

Zlatna Ribka®



## ПОДАРЪЦИ ЗА ЛИЦЕ

КУПИ СЕГА



Изберете  
**ПЕРФЕКТНИЯ  
ПОДАРЪК**  
за него

КУПИ СЕГА



## КАЛЪФКА ЗА ВЪЗГЛАВНИЦА

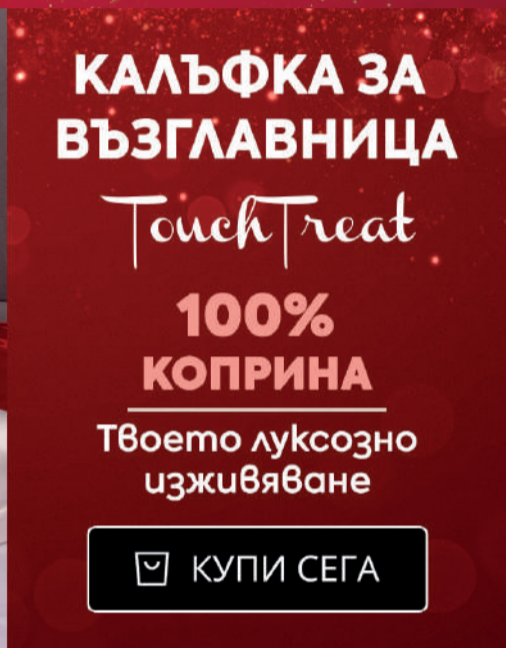
Touch Treat

**100%  
КОПРИНА**

Твоето луксозно  
изживяване


КУПИ СЕГА

100% ЧИСТА КОПРИНА MULBERRY  
КОПРИНА КЛАС 6A | 50 X 72 CM | ОЕКО-ТЕХ®



## КОЛЕДЕН МАГАЗИН

Открий  
**ПЕРФЕКТНИЯ  
ПОДАРЪК**  
за любим човек



през октомври

## МИСИЯ ЗДРАВА КОСА

**ОТ -10% ДО -30%**  
на избрани продукти  
против косопад и  
за растеж на косата

КУПИ СЕГА



## T-LAB

### СЕРУМИ ЗА СКАЛП

**-25%**

КУПИ СЕГА

\* важи от 11.07 до 31.07

ревитализирац      ексфолирац      хидратиращ  
стимулиращ растежа



## Dr. RAWRAW

ЛЮБИМИТЕ НА  
ХОЛИВУД

мултифункционални  
продукти  
за лице и тяло

**-60%**

КУПИ СЕГА



## Collagenina

**-30%**

СТЯГАЩА  
И УПЛЪТНЯВАЩА  
ДЕРМОТЕРАПИЯ  
за лице и шия

с **6** вида **КОЛАГЕН**  
за 14 дни  
в домашни условия

КУПИ СЕГА

# Визии за социални мрежи и реклами за



**wellspace**  
Трица за ума, тялото и душата

**Тони Илиева**  
Face Yoga инструктор

Разгледай профила

**wellspace**  
Трица за ума, тялото и душата

**Тони Илиева**  
Face Yoga инструктор

"Аз съм сертифициран Face Yoga инструктор по метода на Дашел Колинс, преминала обучения по фейсбилдинг, масаж на лице и самомасаж.

Face Yoga е моят работещ анти ейдж метод за въздействие върху белезите на времето – отвътре и отвън. Варвам, че природата ни е дала всичко необходимо, за да се чувстваме прекрасно в кожата си, стига да ѝ се доверим."

Запази час

**wellspace**  
Трица за ума, тялото и душата

Юлия ★★★★★  
"Програмата ми помогна да се грижа за себе си по-добре. Дължината на тренировките е перфектна, така че да се вметят в графика ми. Много отпусащо ми подежда всеки ден от тази програма. Забелязах премахване на подпухналост около очите и намаляване на гневна бръчка. Благодаря от сърце!"

Анелия ★★★★★  
„Много добре се чувствам от програмата, болките в рамото и лицето ми намалеха още от първия път. Много благодаря!"

Запази час

**wellspace**  
Трица за ума, тялото и душата

Запази час в WellSpace.bg бързо, лесно и сигурно.

Запази час

**wellspace**

**5 съвета**  
как да излезеш от застой

**Мартин Иванов**  
Коуч за лична трансформация

**wellspace**

**1. Осъзнаване и приемане**

Първата стъпка е да го признаеш.  
Да си позволиш да приемеш, че в момента не си там, където искаш да бъдеш.  
Осъзнаването е началото на движението.

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

**2. Припомни си какво те вдъхновява**

Застоят често идва, когато липсва вътрешно вдъхновение.  
Запитай се:  

- Кажко ме пали?
- Коя цел би ме накарала да действам?
- Защо изобщо започнах?

 Свържи се отново с причината.

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

**3. Дай си почивка**

Понякога решението не е натиск, а пауза.  
Смени обстановката.  
Дай си време за релакс, саморефлексия и анализ.  
Подари си това пространство.

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

**4. Направи нещо различно**

Създай нов навик.  
Смени маршрута до работа, например.  
Промени нещо малко в ежедневието си.  
Дори една малка стъпка може да промени енергията ти.

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

**5. Раздели целта на малки стъпки**

Голямата цел плаши.  
Малките стъпки мотивират.  
Когато я разделиш на по-малки задачи, тя става по-лесна и постижима.

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

Трижа за ума, тялото и душата

Избери сертифициран коуч или ментор в WellSpace-бързо, лесно и сигурно.

Запази коучинг сесия

**wellspace**

Трижа за ума, тялото и душата

Кога е време да потърсиш психолог или терапевт?

**wellspace**

Трижа за ума, тялото и душата

Ако емоциите те заливат и не знаеш как да се справиш...

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

Трижа за ума, тялото и душата

Ако тревожността и стресът не отминават...

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

Трижа за ума, тялото и душата

Ако преживяваш раздяла, загуба или голяма промяна...

[www.wellspace.bg](http://www.wellspace.bg)

**wellspace**

Трижа за ума, тялото и душата

Намери квалифициран психолог или терапевт в WellSpace.bg  
Запази час онлайн - бързо, лесно и сигурно.

Запази час

**wellspace**

Помогаш на другите да растат. Но расте ли твоята практика?

За коучове, ментори и кариерни консултанти

**wellspace**

Имаш мисия. Имаш експертиза. Време е да имаш и система.

**wellspace**

Представи си практика, която расте устойчиво и стабилно.

**wellspace**

Докато ти се грижиш за другите, WellSpace се грижи за твоята практика.

- Професионален профил с по-голяма видимост.
- Повече клиенти с онлайн резервации 24/7.
- Гъвкав график с интегриран календар.
- По-малко администрация. Повече време за клиенти.

**wellspace**

All-in-One платформа за управление и развитие на коучинг практика

Тествай **безплатно 14 дни**  
Без риск

Създай бизнес профил

**wellspace**

Помогаш на другите да подредят живота си.  
WellSpace ти помага да подредиш практиката си.

- Онлайн резервации
- Подреден график
- Управление на клиенти

За психолози и терапевти  
Тествай **безплатно 14 дни**

**wellspace**

Помогаш на другите да подредят живота си.  
WellSpace ти помага да подредиш практиката си.

- Онлайн резервации
- Подреден график
- Управление на клиенти

За психолози и терапевти  
Тествай **безплатно 14 дни**

**wellspace**

Имаш мисия, опит и експертиза.  
Време е да имаш и система.  
WellSpace те свързва с точните клиенти - без скъпи реклами и без хаос.

За коучове, ментори и консултанти  
Тествай **безплатно 14 дни**

**wellspace**

Имаш мисия, опит и експертиза.  
Време е да имаш и система.  
WellSpace те свързва с точните клиенти - без скъпи реклами и без хаос.

За коучове, ментори и консултанти  
Тествай **безплатно 14 дни**