

POZITĪVISMĀ LĀDIŅŠ

TV raidījumu un pasākumu vadītāja Lelde Lietaviete ir allaž smaidīga, enerģiska un labā noskaņojumā. Kā viņai izdodas tik lieliski izskatīties, un kā viņa par sevi rūpējas?

TEKSTS ULLA VAITE FOTO NATĀLIJA BEREZINA
STILS DACE KRIEVIŅA-BAHMANE

Mana filozofija

Pasaule ir veidota tik daudzpusīga, lai caur to mēs atklātu paši sevi. Manuprāt, ir svarīgi ļauties dažādai pieredzei, sajūtām un sniegties pēc zināšanām. Neapstāties savā attīstības ritmā. Nebaidīties krist, jo zaudēt nav iespējams, var tikai iegūt. Mīlēt un izjust pateicību.

Mans tēls

Man patīk rotaļāties ar savu tēlu, tāpēc drēbju skapī vienlīdz labi sadzīvo gan mākslinieciska stila kreklkleitas, gan greindža stila saplēstie džinsi, gan klasisks trencis.

Par vērtību uzskatu vietējo dizaineru darbus. Pēdējā laikā neizeju no mājas, ja manā tēlā vismaz viena detaļa nav pašmāju darinājums. Zīmolus izvēlos rūpīgi. Profesija man sniedz iespēju iepazīties ar vietējiem dizaineriem, un sev es iegādājos tikai to autoru darbus, kuru filozofija sakrīt ar manējo vai kuru radītāja personība ir spēcīga un harizmātiska.

Mana āda

Ādas kopšanu sāku no iekšpuses, ikdienā ļoti daudz patērējot negāzētu ūdeni, kuram reizēm pievienoju citrona vai laima daiviņu. Mēdzu eksperimentēt ar kosmētikas zīmoliem, periodiski nomainot to produktus, un šobrīd sejas mitrināšanai izmantoju *Lancôme Énergie De Vie* dienas krēmu un acu gelu. Savukārt ķermeņa labsajūtai lietoju aromātisko «Stenders» pienu ar ābeļziedu aromātu.

Mans meikaps

Darba specifika pieprasa ikdienā lietot izteiksmīgu grīmu, tāpēc bieži vien tieši svētki ir tā reize, kad mans meikaps ir pavisam minimāls. Pēdējais jaunums, ko lietoju, ir *Lancôme Monsieur Big* kuplinošā skropstu tuša, tāpat manā kosmētikas maciņā īpašu vietu ieņem zīmola *NYX* matētās, ilgnoturīgās lūpkrāsas *Soft matte*, ko esmu iegādājusies vairākos toņos, un *Urban Decay All Nighter* fiksators, kas darba skrējienā ļauj nesatraukties par nepieciešamību atjaunot meikapu.

Manas kļūdas

Skatuve ir mana vieta eksperimentiem, jo pieļauj daudz košāku, pārsteidzošāku un efektīgāku izskatu nekā ikdienā, un pat iespējamās kļūdas viegli notušējas starmešu gaismās. Šķiet, lielākā kļūda ir teikt, ka «es nekad nevilksu...», jo šis apgalvojums ir bezgala nepastāvīgs.

Mani mati

Matus uztveru kā sevišķu rotu, par kuru jā rūpējas īpaši. Gatavojoties raidījumiem vai fotosesijām, tie regulāri tiek lokoti, taisnoti un veidoti, tāpēc kļūst arvien sausāki un īsāki. Lai uzturētu savu īpašo rotu tādā izskatā, kā to vēlos, izmantoju *Hairtalk Extensions* pakalpojumus, kā arī šīs firmas piedāvāto specializēto matu kosmētiku.

Mans aromāts

Ne velti tiek uzskatīts, ka cilvēki sev patīkamus sarunu biedrus un partnerus neapziņāti izvēlas pēc feromoniem. Aromātam ir

ļoti būtiska nozīme. Es smaržas lietoju pēc noskaņojuma un šobrīd esmu izvēlējusies zīmola *Cinnamon Concept* pilnīgo un spēcīgo noti Nr. 11.

Man ir svarīgi arī tas, kā smaržo telpas. Pirms pāris gadiem aktīvi gāju uz jogas nodarbībām, kur gaisotnes radīšanai vienmēr kūpēja viraks. Man tik ļoti iepatikās šis nomierinošais, telpu piepildošais aromāts, ka sāku to lietot arī mājās. Viesojoties Taizemē, kādā nelielā, bet ļoti skaistā templī iegādājos dažādus virakus, kurus sasmaržojot, joprojām uzjundī ceļojuma atmiņas.

Mana figūra

Šogad esmu pievērsusies skriešanai un, lai arī biju ieturējusi nelielu pauzi, domāju atsākt nodarbības *Adidas Runners* programmā. Tajā var iesaistīties ikviens, kurš vēlas izjust komandas garu un uzklausīt profesionālu treneru komentārus.

Mana diēta

Vasaras sezonā apmeklēju nakts tirgu un iegādājos vietējo zemnieku produkciju. Man patīk, ka iespējams nodibināt kontaktu ar pašmāju labumu audzētājiem. Ļoti lielos daudzumos patērēju dārzeņus, patiesībā pat nespēju paēst, ja tie nav iekļauti maltītē. Ēdot ārpus mājām, pie servētā ēdiena vienmēr lūdzu papildu salātu porciju. Taču paralēli tam esmu liela saldummīle. Šokolāde, saldējums, siera kūka, sāļie cepumi... man kārojas visu! Tā ir nepārtraukta rakstura audzināšana un cīņa ar sevi, kurā gan pagaidām zaudēju.

Krekls un bikses no vīriešu
kolekcijas, **COS**.

Matu sakārtojums un meikaps
Jekaterina Hloпова
Vide: **White Studio**

