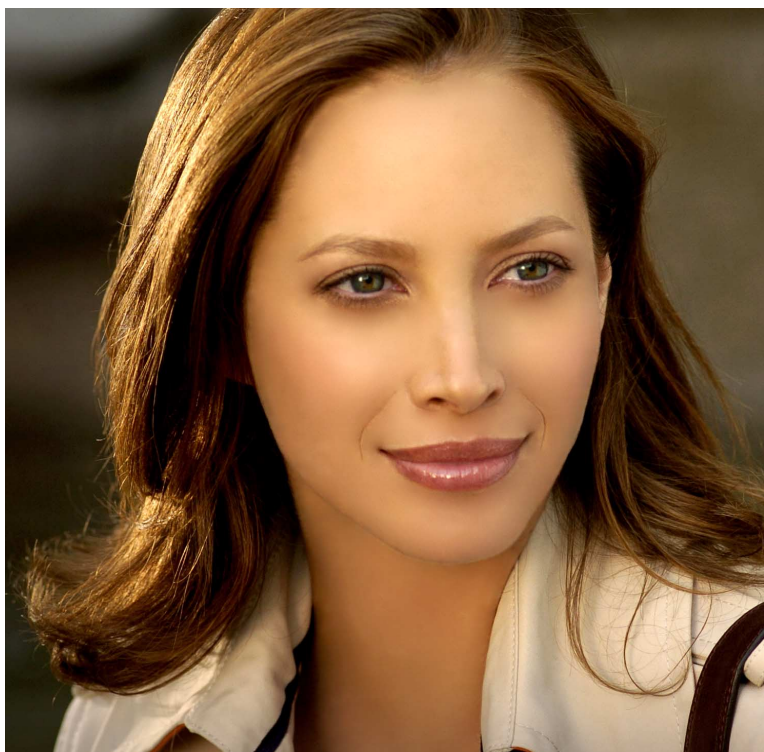


Zadbaj o detale

Dopełnieniem przedsylwestrowych przygotowań jest zadbanie o detale. Wiotkie, delikatne dłonie, gładkie stopy i wypielęgnowane paznokcie zdradzają wiek i zaangażowanie w pielęgnację własnej urody.



Szyja, dekolt, łokcie

Głęboko rozcięta suknia na ramiączkach odkrywa dekolt i ramiona. Dlatego nie możesz zapomnieć o wypielęgnowaniu szyi, dekoltu, a także łokci. Znany od dawna sposobem na szorstką skórę łokci i kolan jest systematyczne wcieranie soku z cytryny, a następnie wklepywanie kremu.

Delikatne dłonie

Na dzień przed wyjściem zrób manicure i pedicure. Pamiętaj, by nie przekładać tego na ostatnią chwilę, tuż przed samym wyjściem.

Samodzielne dbanie o dłonie i stopy nie jest trudne. Wystarczy trochę cierpliwości, a nawet nie zauważysz, kiedy staniesz się specjalistką. Najpierw zafunduj dłoniom kilkunastominutową kąpiel. Wybierz olejki eteryczne, by kąpiel była przyjemna. Możesz również dodać soli morskiej. Możesz wymoczyć dłonie w ciepłej oliwie z dodatkiem soku z cytryny.

Pamiętaj, by wcześniej przez kilka dni wcierać w skórę dłoni sok z cytryny lub oliwę z oliwek. Dzięki temu staną się gładkie jak nigdy dotąd. Nie żałuj dłoniom odżywczego kremu. Wieczór przed imprezą wklep w skórę grubszą warstwę kremu i nałóż rękawiczki. Wówczas skóra lepiej wchłonie składniki odżywcze zawarte w kosmetyku.

Wypoleruj paznokcie, zabieg ten wygładzi je i wzmocni płytkę. Piłując paznokcie, przesuwaj pilniczek wyłącznie w jedną stronę, od zewnątrz do środka.

Pomaluj paznokcie odżywką, a dopiero na bazę połóż barwną emalię. Odżywka sprawi, że paznokcie nie będą żółknąć, nie będą się łamać ani rozdwajać. Na zakończenie nie zapomnij o utwardzaczu.

Gładkie stopy

Na kilka dni wcześniej zadbaj o dokładne wygładzenie skóry stóp. Pomoże wcieranie mieszanki miodu, soku z cytryny i oliwy z oliwek.

Dobrze wymocz stopy w ciepłej wodzie z dodatkiem olejku, soli lub delikatnego mydła. To pozwoli ci się odprężyć, a przy okazji również zmiękczyć skórę. Wystarczy kilkunastominutowa kąpiel, by przygotować skórę do dalszej pielęgnacji. Do kąpeli możesz dodać trochę olejków zapachowych, które mają działanie kojące lub pobudzające (w zależności od potrzeb). Przy pomocy tarki usuń zrogowaciały naskórek. Możesz również wykonać piling stóp, który delikatnie złuszczy i wygładzi naskórek stóp. Zrogowaciałego naskórka możesz pozbyć się również przy pomocy pumeksu. Zadbaj o to, by pumeks był naturalny, gdyż dostępne w drogeriach pumeksy kolorowe nie zawsze dokładnie wygładzą skórę. Po umyciu dokładnie wysusz stopy i nałóż maseczkę, zwracając szczególną uwagę na pięty. Zadbaj o kondycję paznokci i nałóż na nie odżywkę. Osusz i obetnij paznokcie. Nie zaokrąglaj brzegów, by nie wrastały. Opiluj paznokcie, papierowym lub szklanym pilniczkiem. Zawsze rób to od boku ku czubkowi, nigdy odwrotnie! Inaczej paznokcie mogą się rozdwajać, a nawet łamać. Pamiętaj, że metalowe pilniczki niszczą płytkę paznokcia. Odsuń skórki drewnianym patyczkiem. Odtłuść paznokcie np. zmywaczem. Nałóż odżywkę, która wzmocni paznokcie. Odżywka dzięki zwiększonej zawartości substancji aktywnych

sprawia, że paznokcie stają się twardsze, nie łamią i nie rozdwajają się. Odżywki do paznokci charakteryzują się dużym połyskiem i świetną przyczepnością do płytki paznokcia. Dopiero na tak przygotowaną bazę możesz nałożyć dwie warstwy lakieru. Na koniec możesz utwardzić lakier za pomocą specjalnego preparatu.

Wówczas będziesz miała pewność, że kolor przetrzyma twoje wszystkie sylwestrowe szaleństwa. Ponieważ przed tobą cała noc tańców, możesz spryskać stopy dezodorantem, który zapewni im długotrwałą świeżość i ładny zapach.

Zdrowo opalona

Ładnie lekko opalona skóra jest nadal bardzo modna. Pamiętaj jednak, że nie musisz chodzić do solarium. Ładny brązowy odcień możesz uzyskać, stosując balsamy lub kremy brązujące, które dzięki beta-karotenowi i wyciągom z orzecha nadają skórze efekt delikatnej opalenizny. W drogeriach dostępne są również kosmetyki kolorowe z drobkami złota. Wystarczy musnąć skórę pudrem, by zdrowo wyglądała.

Nuta zapachu

Wykończeniem pielęgnacji będą dobre perfumy. Pamiętaj, by perfumować wyłącznie skórę. Wystarczy odrobina na przegubie dłoni, w zgięciu łokcia, kropla między piersiami lub na zgięciu kolan. Jeśli chcesz nadać zapach również ubraniu, użyj do tego celu wody toaletowej, ale nigdy perfum, gdyż mogą zostawić trwałe ślad na tkaninie.

Bądź intrygująca, seksowna i zmysłowa. To zapewni ci sukces, nie tylko od święta.



Świąteczna okazja

dla czytelniczek!

10 % rabatu

Z tym numerem gazety 10% rabatu na wybrany zabieg chirurgii plastycznej. IQ MEDICA, niezależny doradca pomaga w wyborze najlepszych specjalistów z zakresu chirurgii plastycznej.

www.iqmedica.pl

Zadzwoń (022) 465 68 00 lub wyślij e-mail: biuro@iqmedica.pl