



ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ

Коллектив авторов
Энциклопедия Индустрии Красоты

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5019363
Энциклопедия Индустрии Красоты: Верб-Пресс; Москва; 2013

Аннотация

Справочное издание для профессионалов-косметологов. Издание также будет интересно всем, кто хочет быть в курсе новинок на рынке косметики и косметологии и быть всегда красивой.

Содержание

Энциклопедия Индустрии Красоты	4
Об энциклопедии “индустрия красоты”	5
Геосмарт	6
Тгір, спорт, март!	7
Красота не требует жертв, она требует любви к себе	10
В чем преимущество органической косметики	13
Секреты ухода за кожей лица от «Зеленой планеты»	15
Как подобрать цвет теней под цвет глаз?	19
Ждать ли лета или загорать в солярии?	21
Хао На, мастер массажа спа-центра Азия Бьюти Спа	27
«Здоровье через ноги» или «Вся сила в ногах»	33
Распаривание с эффектом травяной сауны Herbal Bath	35
Процедуры для мужчин	36
Процедуры для женщин	37
Наиболее популярные косметические процедуры, выполняемые для лица	38
Имплантация нитей	39
Конец ознакомительного фрагмента.	40

Энциклопедия Индустрии Красоты



Справочное издание для профессионалов и потребителей косметической продукции.

www.verbapress.ru

Тел. +7-499-390-5840

Об энциклопедии “индустрия красоты”

Энциклопедия “Индустрии Красоты” – электронная книга – справочник сегмента B2B.

В Энциклопедии представлены ведущие компании и бренды в областях эстетической и медицинской косметологии, космецевтики, декоративной и профессиональной косметики.

Наша цель – рассказать о новинках отрасли, представить ноу-хау, дать возможность специалистам и потребителям найти наилучшего поставщика продукции.

По вопросам сотрудничества обращайтесь по телефону: +7-499-390-5840

Издательский дом «Верба-Пресс»

www.verbapress.ru

Геосмарт



Название компании: ЗАО «ГеоСмарт» (GeoSmart)

Описание деятельности. Дистрибуция косметической продукции

Торговые марки и бренды (список): FEMI

Адрес почтовый 125040, РФ, Г. Москва, Ул. Верхняя, д. 34, стр. 2

Веб-адрес сайта <http://www.femi.pro> <http://femi24.ru>

Телефоны +7(495)766 1775, +7(926)193 7364

Продажа (опт и розница) косметических препаратов

С 1991 года Лаборатория FEMI реализует программу, направленную на решение проблем восстановления и регенерации зрелой кожи в условиях неблагоприятных внешних факторов на базе органических растительных компонентов.

Основное преимущество марки FEMI состоит в полной биологической совместимости косметологических препаратов с клетками человеческой кожи.

Все продукты FEMI построены на биомаслах, мацератах, гидролатах, эфирных маслах и экстрактах лечебных трав, имеющих экологический сертификат.

Продукция марки представлена профессиональной и домашней линиями препаратов.

Препараты FEMI обеспечивают кожу природной защитой и мягко стимулируют естественное биологическое восстановление клеток кожи, не вызывая привыкания и аллергических реакций, дают пролонгированный эффект оздоровления и омоложения кожи лица, тела и всего организма в целом.

Trip, спорт, март!



Мужчина, который точно знает, почему важно беречь экологию, заниматься спортом и путешествовать.

Генеральный директор компании «Зеленая планета» Дмитрий Парамошкин делится с читателями секретами активной жизни.

– Что вас привело в косметический бизнес?

– Несколько лет я проработал в таких компаниях, как Pepsico, ПНК Групп и EASTWARD Capital. Это время оказалось крайне полезным для меня сегодняшнего: масштабные проекты, высокие корпоративные стандарты, опытные коллеги. Но все это показалось просто серой рутинной, когда я получил возможность попробовать себя в построении бизнеса с нуля, к тому же в абсолютно новой сфере. Я ни разу не пожалел об этом решении. Когда своими руками создаешь, развиваешь компанию, да еще такого масштаба, это постоянный драйв, поиск решений, творческий полет.

– Какое место в вашей жизни занимает спорт?

– Я всегда был не прочь поиграть в баскетбол или бадминтон. А зимой – коньки и лыжные прогулки по лесу. Но, пожалуй, по-настоящему спорт пришел в мою жизнь именно в этой компании. У нас подобрался такой коллектив: кто-то играет в футбол по выходным, кто-то – в теннис, большинство из нас ходит на фитнес, йогу и в тренажерный зал 1–2 раза в неделю.

Этим просто невозможно не заразиться! Летом мы специально выбираемся на природу, чтобы устроить товарищеские турниры и матчи. Спорт – часть жизни современного человека.

– Принимали ли вы участие в каких-либо соревнованиях, турнирах?

Как раз собирался рассказать. В июле 2011-го нам посчастливилось представлять компанию на самой настоящей регате. Организатором гонок на Пироговском водохранилище традиционно выступил журнал Yacht Russia.

Управлять парусником оказалось совсем не просто. Но дух соревнований гнал нашу яхту и нас вперед! По итогам трех гонок мы заняли почетное 13-е место. Кстати эта цифра как-то магически всегда присутствует в нашей компании. У многих моих коллег день рождения именно в 13-й день месяца. Так что я считаю это число счастливым.

Ведущей регаты была выдающаяся спортсменка Екатерина Скудина. Известная яхтсменка заинтересовалась деятельностью нашей компании в области спорта и в скором времени стала лицом компании. Кстати, не так давно Екатерина удостоилась престижной премии «Яхтсмен года 2012».



– У вас такая крупная компания с представительствами в разных городах, как вы выстраиваете отношения с коллегами?

– Мы живем в эпоху интернета, поэтому проблем с коммуникацией быть не может. Неважно, где находится человек – в другом городе или в соседнем кабинете. Мы все делаем одно дело и прекрасно понимаем друг друга. Фраза «командный дух» мне всегда не очень нравилась, скажу лучше по-другому: у нас подобрался очень дружелюбный и профессиональный коллектив, мы все коллеги и друзья

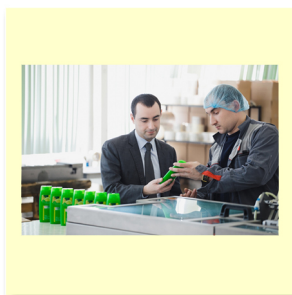


– Расскажите подробнее о корпоративной культуре в вашей компании.

– «Зеленая планета» несет своим покупателям определенные ценности: заботу об экологии, активный образ жизни, спорт, путешествия. Конечно, это, прежде всего, идет изнутри компании. Вопрос о спортивных увлечениях – один из первых на наших собеседованиях при приеме на работу!

Мы заботимся об экологии не только в процессе производства: печатаем в офисе на черновиках, не включаем свет без необходимости. Земля – наш общий дом, и о нем нужно заботиться.

Мы поддерживаем любую деятельность наших сотрудников и партнеров в этих сферах, рассказываем об их достижениях на сайте и в социальных сетях. Хотим привлечь к такому образу жизни клиентов и покупателей. Ведь это так интересно: жить активно и позитивно, радоваться каждому дню, узнавать что-то новое, путешествовать.



– А вы любите путешествовать? Какое самое яркое впечатление от зарубежной поездки?

– Да, мы все любители путешествовать. Если собрать все маршруты, то получится не одна кругосветка. На самом деле эта страсть появилась у меня очень давно. Я был в Китае, Таиланде, Гонконге, Макао, на Кипре, в Германии, Австрии, Чехии, Венгрии много где. Сложно выделить какую-то поездку как более яркую и впечатляющую. Все эти уголки мира такие разные, каждый по-своему прекрасен и притягателен. Путешествия – это самая интересная сторона нашей жизни. То, на что всегда стоит потратить время и средства. Наша планета такая разнообразная, яркая, интересная. Нужно все это увидеть своими глазами, а не на картинках в интернете.

– ***Каким, на ваш взгляд, должен быть современный человек?***

– В первую очередь именно «современным», умеющим чувствовать, как меняется ритм жизни вокруг, замечать новые тенденции и уметь их использовать. Это касается всего: ежедневной жизни, спорта, путешествий, бизнеса и технологий. Именно умение быстро ориентироваться и меняться характеризует людей нашего поколения. У меня попросту нет времени оглядываться на других, поскольку нужно постоянно придумывать что-то новое, свое, современное. И это здорово.

– ***Основные потребители косметики – женщины, а потому хотим спросить, идеальна женщина, какая она на Ваш взгляд?***

– Конечно же, та, что пользуется нашей продукцией! Шучу, конечно, это не обязательный фактор. На самом деле сложно сказать какой должна быть идеальная женщина. Привлекательной, интересной, современной, занимательной... в общем, очень разной. И мне хотелось бы поздравить всех ваших прекрасных читательниц с этим праздником и пожелать им быть всегда такими разными, то есть быть собой! Будьте красивы и любимы!

www.zelenayaplaneta.ru

info@zelenayaplaneta.ru

г. Москва, 5-й Донской проезд, д15, стр.13, офис 314.

info@zelenayaplaneta.ru

8-800-550-60-90

Подписывайтесь на наши обновления:

ВКонтакте http://vk.com/our_zelenaya_planeta

Одноклассники <http://www.odnoklassniki.ru/group56349178134581>



Красота не требует жертв, она требует любви к себе



“Что в молодости кожа накопит, то в старости будет тратить” – это мудрое высказывание относится к правильному уходу за кожей. И хотя большинство девушек интересуется состоянием их кожи, но они забывают про эту мудрость, столь важную для каждой женщины.

Давайте попробуем справиться с вечной спешкой и возьмем себе в привычку ежедневно ухаживать за собой, подобно тому, как мы привыкли смотреться в зеркало.

Напомним основные правила, следование которым позволит вам сохранить молодость и красоту на долгие годы.

1. Очищение – основа всего

Очищение кожи следует выполнять каждый вечер и перед повторным нанесением макияжа. Очищающие средства должны быть деликатными, чтобы не нарушать функции эпидермиса и не лишать его защитного слоя. Для очищения сухой кожи и снятия макияжа с век лучше всего использовать Гидрофильное масло, которое удаляет остатки токсичных метаболитов косметики. Для чувствительной кожи с расширенными капиллярами отлично подойдет косметическая Сметанка Розана.

Раз в неделю воспользуйтесь деликатным Энзимным пилингом с фруктовыми ферментами. Он подходит даже для самой чувствительной кожи, отшелушивает омертвевшие клетки, выводит токсины и свободные радикалы, не нарушает защитный слой и оставляет кожу безупречно чистой и глубоко увлажненной.

При сухой или смешанной коже с глубоким загрязнением (следствие принятия лекарств, неразборчивого питания, воздействия окружающей среды) можно воспользоваться многофункциональным увлажняющим кремом Детокс, который стимулирует естественные процессы вывода продуктов распада и свободных радикалов. Использование крема дважды в день, позволит уже через неделю восстановить естественные функции очищения и увлажнения кожи и повысить ее устойчивость к раздражению.

Очень хорошо использовать очищающие Глины, соответствующие вашему типу кожи (Ангелит, Соларит и Интегрит). Смешайте глину пополам с гидролатом – Розовой, Шалфейной или Лавандовой водой и нанесите на лицо и тело.

2. Тонизация – этот шаг часто ошибочно пропускают.

Используйте для тонизации кожи природные гидролаты. Тонизировать кожу лучше несколько раз в течение дня, особенно в летнее время, это отлично освежает цвет лица и бодрит. Природные гидролаты, полученные методом дистилляции в процессе производства эфирных масел, содержат большое количество активных веществ растений. Розовая вода – незаменимое средство для сухой кожи с расширенными капиллярами, Лавандовая вода – для

комбинированной и чувствительной кожи, Шалфеевая вода – для жирной кожи с нарушенной функцией себум-контроля. Гидролаты по сути своей многофункциональны: очищают, увлажняют и укрепляют кожу.

3. Уход за кожей в области глаз – центром красоты и зеркалом души.

Косметическое средство для век должно быть обогащено природными веществами увлажняющими, стимулирующими микроциркуляцию, устраняющими синяки и отеки, а эти вещества, в свою очередь, должны быть дружественными слизистой оболочки глаз. Лучшее решение этой сложной задачи – Лифтинговая сыворотка для век, крем для век Оптимум, крем для век Макробиотик и Маска для век.

Компресс на веки с Розовой или Лавандовой водой позволит снять усталость и раздражение с глаз.

4. Массаж лица, шеи и области декольте с помощью готовых композиций регенерирующих ароматических масел стимулирует образование новых коллагеновых волокон.

Масло Пассифлора – снимает раздражение и укрепляет стенки сосудов, для сухой и смешанной кожи подойдет Масло с керамидами, для ревитализации сухой возрастной кожи, склонной к образованию морщин – Масло Ши, Масло с экстрактом морского укропа – регулирует секрецию кожных сальных желез и подходит для жирной проблемной кожи.

Эти масла можно использовать и как сыворотку под крем.

5. Крем дневной и ночной – это самое популярное косметическое средство, но зачастую его использование приносит меньше пользы, чем ожидалось. Прежде всего, нанесение крема должно происходить после снятия макияжа, очищения и тонизации кожи, а не перед или вместо шагов 1 и 2. Для наиболее интенсивного воздействия на зрелую, сухую или проблемную кожу крем наносится на соответствующее масло – сыворотку.

Крем следует наносить в зависимости от его назначения:

– Ночные крема в большей степени воздействуют как расслабляющее и регенерирующее средство для биологического оздоровления кожи во время сна.

Дневные крема содержат больше защитных веществ от свободных радикалов и вредных веществ окружающей среды, их основная роль состоит в укреплении слоев эпидермиса.

В дневных и ночных кремах FEMI важнейшая роль отводится питательным биомаслам и незаменимым гидролатам, которые, как и другие сложные органические экстракты растений, входящие в косметику FEMI, биосовместимы с кожей и стабильно поддерживают ее отличное состояние на долгие годы. В косметике FEMI активно используется ароматерапия, что позволяет добиться не только глубокого воздействия на кожу, но и на весь организм в целом.

6. Маски – интенсивный способ благотворного воздействия на кожу.

Маски FEMI содержат больше активных ингредиентов, чем кремы и поэтому используются один или два раза в неделю. Кремная текстура масок позволяет оставлять их на коже (не смывать). Маски можно использовать ежедневно на проблемные участки кожи, например, маску Розана наносить на места с явными проявлениями купероза.

Натуральная косметика FEMI так четко и точно решает проблемы кожи, что при систематическом использовании правильно подобранных препаратов вы будете иметь эффект подобный профессиональным процедурам.

Тем не менее, рекомендуем вам найти время на посещение хорошего косметолога для прохождения профессиональных процедур FEMI, которые перенесут вас в удивительный мир женских чувственных удовольствий.

Вы этого достойны!

Фармацевтическо-косметическая лаборатория FEMI (www.femi.pl)

Дистрибьютор косметики FEMI в России

ЗАО «ГеоСмарт», Москва, ул. Верхняя, 34

Тел. +7 985 7661775

www.femi.pro office@geo-smart.ru

В чем преимущество органической косметики



Выбирая косметику по уходу за кожей, вы можете потеряться среди множества предложений. На самом деле, все не так сложно.

Как правило, косметические препараты состоят из воды, эмульгаторов и масел, смешанных в определенной пропорции для получения эмульсии, в которую добавляется небольшое количество активных ингредиентов, имеющих определенное воздействие на кожу человека.

К базовым компонентам синтетического происхождения добавляют, как правило, искусственные консерванты для сохранения стабильности в течение нескольких лет.

Если вы хотите использовать безопасные и полезные средства для ухода за лицом и телом, выбирайте натуральную косметику, а лучше органическую, потому что она гарантирует чистоту и активность проверенных временем ингредиентов.

Натуральная косметика для ухода за кожей содержит био-масла, а вместо фильтрованной, термальной или минеральной воды в ней используют гидролаты богатые активными веществами, водные и масляные экстракты лекарственных растений и драгоценные эфирные масла.

Гидролаты активизируют способность кожи к регенерации. Получают их путем дистилляции в процессе производства эфирных масел. Гидролат имеет консистенцию воды и pH близкий к естественному pH кожи человека. Его можно наносить непосредственно на кожу, сохраняя при этом преимущества благотворного влияния эфирных масел. Натуральная косметика содержит растительные эмульгаторы, которые увлажняют кожу.

Femі используем нерафинированные био-масла холодного отжима только высочайшего качества с высоким содержанием ненасыщенных жирных кислот, аминокислот, натуральных витаминов.

Натуральная косметика богата природными веществами, схожими по структуре и свойствам с теми, что вырабатываются человеческим организмом. Благодаря этому, вещества глубоко проникают через кожный барьер, не нарушая его. Кожа отлично усваивает эти вещества. Активизируются естественные функции кожи. Такая косметика имеет короткий срок годности, но входящие в нее ингредиенты гарантировано сохраняют свою активность до конца этого срока.

В косметике Femі используется только натуральный витамин E.

В отличие от синтетического витамина E, он имеет действительно большой терапевтический эффект, и более высокую цену. Femі использует различные растительные экстракты для определенного воздействия на кожу (регенерации, омоложения, укрепления, увлажнения и т. д.)

Все это делает косметику Femі на 100 % активной, что особенно выделяет ее среди других косметических продуктов. В этой косметике нет просто наполнителей.

Растения, используемые в органической косметике, выращены на не тронутых химией землях и имеют экологический сертификат, что гарантирует стандартизированное содержание активных веществ в препарате.

В качестве консервантов в продуктах Femi используются 100 % эфирные масла, которые, в свою очередь, активно поддерживают процессы регенерации и омоложения кожи. Синтетическое эфирное масло стоит 20–30 евро за 1 кг. Femi, к примеру, использует розовое масло, которое стоит около 11000 евро за 1 кг. Разница в ценах на сырье колоссальная. Натуральный качественный косметический продукт всегда эксклюзивен и имеет высокую цену в силу большой себестоимости его производства.

Натуральная косметика не должна содержать синтетических консервантов, которые забивают поры и раздражают кожу. Синтетический косметический продукт легко отличить от настоящей натуральной косметики – принципы их работы слишком разнятся.

Натуральная косметика влияет не только на состояние кожи. При создании натуральной косметики подбираются ингредиенты, благотворно влияющие на весь организм в целом. Эти ингредиенты обладают высокой биологической активностью. Они поддерживают естественные процессы регенерации кожи, сохраняя при этом важный для здоровья баланс в организме.

Химические же вещества, используемые в косметике, дают лишь поверхностное и временное воздействие.

Натуральный уход за кожей поддерживает физиологический баланс и приводит в гармонию чувства.

Фармацевтичеcко-косметической лаборатории FEMI (www.femi.pl)

Дистрибьютор ГеоСмарт (www.femi.pro)

Москва

office@geo-smart.ru

+7(985)7661775

Секреты ухода за кожей лица от «Зеленой планеты»



Зеленая Планета— российская парфюмерно-косметическая компания. Наша главная цель — дать возможность широкому кругу потребителей пользоваться косметическими продуктами, приготовленными на основе самых полезных ингредиентов, которые можно найти на нашей планете.

В продуктивном портфеле компании вы найдете как базовые линии: средства по уходу за лицом, волосами и телом. Так и специализированные: солнцезащитные средства, мыло ручной работы, антицеллюлитные продукты, парфюмерию и бальзамы для губ.



Сегодня мы хотели бы подробнее остановиться на средствах по уходу за кожей лица.

Как нам всем хорошо известно, очень важно правильно подбирать косметику в соответствии с индивидуальными особенностями, иначе говоря, типом кожи.

Специально для Вас специалистами компании «Зеленая планета» разработаны три уникальных комплекса на основе специальных натуральных компонентов:

В СЕРИИ ПО УХОДУ ЗА ЛИЦОМ ДЛЯ ЖИРНОЙ И ПРОБЛЕМНОЙ КОЖИ в роли основных активных компонентов выступают: экстракты нима и имбиря, масло розмарина, лимон и масло абрикосовых косточек, экстракты василька и бамбука.

Они не только оказывают необходимый подсушивающий, матирующий и антибактериальный эффекты, но и дают проблемной коже необходимое увлажнение.



На создание СЕРИИ ПО УХОДУ ЗА ЛИЦОМ ДЛЯ СУХОЙ, ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ И ОБЕЗВОЖЕННОЙ КОЖИ нас вдохновила чудодейственная сила экстракта винограда, богатого микроэлементами и антиоксидантами. Так же в состав серии входят: морские водоросли и вербена лимонная, аргана и авокадо, известные своими питательными, защитными и подтягивающими свойствами. Комплексный уход обеспечит ровный и здоровый цвет лица, гладкую эластичную кожу надолго.



Не случайно основой универсальной СЕРИИ ПО УХОДУ ЗА ЛИЦОМ ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ КОЖИ выбран липовый цвет. Эфирное масла липы снимает напряжение, делает кожу более восприимчивой к активным веществам, входящим в состав косметических средств. А гликолевая кислота, грейпфрут, белый чай и центелла эффективно смягчают и увлажняют кожу, стимулируют обновление клеток кожи, улучшают структуру и цвет лица, отбеливают и предотвращают появление пигментных пятен.



Для полноценного, комплексного ухода за кожей лица любого типа рекомендуется использовать средства из одной серии, тогда их действия будут наилучшим образом дополнять друг друга.

Крайне важно не пренебрегать этапами ежедневного и дополнительного ухода. Компания «Зеленая планета» позаботилась о том, чтобы в каждой линии косметики по уходу за лицом вы нашли все необходимые для этого средства:

Очищение

Гель для умывания активный очищающий с нимом

Гель-пенка для умывания тонирующая с липовым цветом для всех типов кожи

Лосьон для снятия макияжа с глаз и лица с липовым цветом

Крем-гель для умывания мягкий антиоксидантный с маслом виноградных косточек для сухой, чувствительной и обезвоженной кожи

Тонизирование

Балансирующий минеральный тоник с матирующим эффектом с экстрактами василька и бамбука для жирной и проблемной кожи

Увлажняющий тоник для всех типов кожи с липовым цветом

Лосьон-тоник успокаивающий антиоксидантный с маслом виноградных косточек и вербеной лимонной для сухой, чувствительной и обезвоженной кожи

Увлажнение

Крем противовоспалительный с легким матирующим эффектом для жирной и проблемной кожи с маслом виноградных косточек

Крем ночной тающий питательный для всех типов кожи с липовым цветом

Крем дневной пробуждающий для всех типов кожи с липовым цветом и грейпфрутом

Крем-сияние для глаз со светоотражающими частицами против отеков, морщин и темных кругов

Крема дневной от морщин ультраувлажняющий, антиоксидантный для сухой, чувствительной и обезвоженной кожи

Крем ночной восстанавливающий, омолаживающий, антиоксидантный для сухой, чувствительной и обезвоженной кожи

Лифтинг-сыворотка глубоко увлажняющая, антиоксидантная для кожи вокруг глаз

Дополнительный уход

Нежный скраб с лимоном и абрикосовыми косточками

Маска грязевая, глубоко очищающая поры для жирной и проблемной кожи с маслом розмарина

Маска-пилинг, деликатная для всех типов кожи с липовым цветом и гликолевой кислотой

Лифтинг-маска интенсивно увлажняющая антиоксидантная для лица, шеи и декольте с маслом виноградных косточек, аграной и вербеной лимонной

Попробуйте сами и убедитесь в эффективности натуральной косметики компании «Зеленая планета». Заходите на наш сайт и узнайте еще больше полезной информации о красоте и здоровье www.zelenayaplaneta.ru

Подписывайтесь на еженедельные рецепты красоты от «Зеленой планеты» на нашем сайте и будьте всегда прекрасны!

«Зеленая планета». Путешествие за красотой! ©

Контакты:

www.zelenayaplaneta.ru

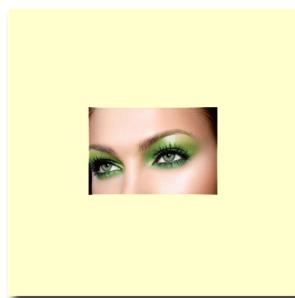
info@zelenayaplaneta.ru

8-800-550-60-90

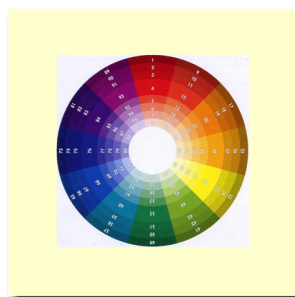
Подписывайтесь на наши обновления



Как подобрать цвет теней под цвет глаз?



Игорь Семушин, преподаватель, стилист, визажист, лауреат международных конкурсов красоты и стиля.



Ученики часто меня спрашивают: «как подобрать цвет теней под цвет глаз?» И я всегда отвечаю «Пользуйтесь цветовым кругом и правилами сочетания цветов...»

Практически все визажисты знают, что такое цветовой круг и как сочетаются цвета, и конечно же все знают, что контрастные цвета, находясь рядом, подчеркивают и делают ярче друг друга. При этом бежевые и коричневые оттенки отнесем к желто-красному сектору.

Прежде чем приступить к перечислению, надо заметить, что если нанести цвет, совпадающий с цветом радужки глаза на подвижное веко, то сама радужка поблекнет и станет менее яркой, но если этот же цвет нанести на нижнее веко прямо под радужкой, то она подсветится этим цветом и станет ярче.

А теперь попытаюсь перечислить цвета, подходящие к каждому цвету глаз:

- к карим глазам подходят: фиолетовый, сиреневый, фиалковый, лиловый, васильковый, ультрамарин, все оттенки синего, ярко-голубой, зеленый мох, майская зелень, болотный, персиковый, абрикосовый, коричневые оттенки от темно-коричневого до бежевого, темно-серый, лилово-серый, оливковый, розовый, серебристый, золотой.

- к зеленым глазам подходят: коричневый, черный, темно-серый, темно-лиловый, черно-коричневый, цвет горького шоколада, бронзовый, персиковый, золотой, красно-фиолетовый, фиолетовый, сиреневый, фиалковый, лиловый, васильковый, ультрамарин, лавандовый, серые оттенки от светло-серого до оттенка древесного угля, серо-бежевый, розовый, персиково-коричневый, красно-коричневый, оранжево-коричневый, сливовый, бордовый. Зеленым глазам придают изумрудный оттенок следующие цвета теней: темно-фиолетовые, медные с красноватым оттенком, терракотовые и темно-синие. Чистые оттенки красного использовать не желательно.

- к голубым глазам подходят: цвет молочного шоколада, коричневый, бронзовый, золотой, персиковый, абрикосовый, серый, болотный, фиолетовый, лавандовый, сиреневый, сливовый, рыжеватый, розовый, желтый, медный, цвет ржавчины.

- к серым глазам подходят практически все цвета, так как серый цвет – нейтральный, главное, чтоб эти цвета не были слишком яркими. Очень выгодно серый цвет подчеркивают: стальные оттенки, серебристый, желтый, все оттенки синего, черный.

Если глаза хамелеоны (серо-голубые, зелено-карие и т. д.), то мы можем утянуть в один из двух цветов по нашему желанию, применяя цвета, подходящие для того цвета, который мы хотим получить.

Ждать ли лета или загорать в солярии?



Холодная зима уже позади, на небе все чаще появляется солнышко, а на душе – хорошее настроение. Хочется думать об отпуске и каникулах, мечтать о дальних странах и бирюзовых морях. Пришла пора озаботиться «летними вопросами», собрать и изучить всю информацию о загаре. Что такое загар, вреден он или полезен, как правильно загорать и что поможет сохранить его надолго?

Загар под микроскопом

Невозможно рассматривать человеческую кожу, как просто оболочку. Она не подобна кожуре яблока или банана. Наша кожа – очень важный орган. Она выполняет не только защитную функцию, но и выделительную, осязательную, витаминообразующую и функцию терморегуляции. Кожа является самым большим органом тела. Она весит в три раза больше, чем печень – самый крупный орган, что составляет 5 % от общей массы тела.

Кожа состоит из множества слоев и только верхний – эпидермис, располагается снаружи. Он тоже неоднороден – содержит роговой слой, а еще слой зародышевых клеток. Именно этот последний слой, включает в себя живительные клетки и играет важную роль в получении загара, или говоря научным языком – пигментации.

В нем содержатся особые клетки – кератиноциты и меланоциты. Под воздействием ультрафиолета меланоциты вырабатывают специальное пигментное вещество – меланин. Бесцветные кератиноциты заполняются мелонином, и кожа приобретает характерную загорелую окраску.

Загар – не что иное, как ответная реакция кожи на влияние солнечных лучей. Так меланоциты выполняют свои защитные функции – вырабатывают меланин, противостоят ожогам и вредной радиации, создавая надежный «барьер» между клетками кожи и солнцем.

Загар: польза или вред?

Красивая загорелая кожа выглядит особенно привлекательно. Моду на загар ввела когда-то сама Коко Шанель. Но кроме эстетической составляющей, есть ли какая-то польза от загара?

Общеизвестно, что солнечный свет залог хорошего настроения, самочувствия и здоровья. Жизнь на Земле немыслима без солнца. В разумных дозах и при правильном использовании солнечные лучи благотворно воздействуют на организм человека, они:

- избавляют от аллергических реакций
- усиливают обменные процессы
- стимулируют процессы кроветворения
- улучшают психическое и эмоциональное состояние, стимулируя выработку серотонина – гормона «радости и счастья»
- повышают стрессоустойчивость

- укрепляют иммунитет
- повышают устойчивость к воздействию вредных веществ – ртути, свинцу, кадмию, бензолу, сероуглероду
- восполняют недостаток витамина D
- борются с различными кожными заболеваниями
- усиливают выработку половых гормонов
- убивают болезнетворные бактерии и вирусы
- повышают тонус капилляров.

Все эти замечательные свойства загара проявляются лишь в том случае, если загорать по всем правилам. Бесконтрольное воздействие ультрафиолета на кожу человека может вызвать различные повреждения: ожоги, болезни кожи и ее преждевременное старение. Необходимо пользоваться дополнительными средствами защиты – солнцезащитной косметикой. Качественные и правильно выбранные косметические средства «Солнечной серии» помогают не только подготовить кожу к воздействию солнца, но и сделать загар ровным, красивым и устойчивым.

Типы кожи и особенности их загара

Для того чтобы правильно выбрать средство защиты от вредного воздействия ультрафиолета необходимо верно определить свой тип кожи. Их выделяют всего шесть.

«Кельты»

Его обладатели – люди со светлыми глазами и волосами, а также огненно-рыжие особы с веснушками. Кожа у них молочно-белая, нежная. В ней практически не образуется пигмент, поэтому «кельты» мгновенно обгорают на солнце.

«Норды»

Это блондины или обладатели светло-русых волос. У них голубые или зеленоватые глаза и очень светлая кожа. Такие люди загорают медленно, а солнечные ожоги получают очень быстро.

«Европейцы»

Обладатели русых или каштановых волос, у них карие глаза и немного смуглая кожа. Представители этого типа загорают хорошо, солнечный ожог им грозит лишь от длительного пребывания на солнце.

«Средиземноморцы»

Это люди с каштановыми или черными волосами, глазами темного цвета и очень смуглой кожей. Они загорают легко, быстро и практически не получают ожогов.

«Индонезийцы» и «Афроамериканцы»

Люди с этими типами кожи обгорают очень редко и практически не нуждаются в особой защите от солнца.

Загорайте правильно

Правильно

- в определенные часы – лучшее время с 9 до 11 и с 16 до 19 часов
- с применением косметических солнцезащитных средств

- постепенно – желательно проводить на солнце не более 2 часов в день, поэтапно приучая кожу к солнечному воздействию, начав с 5 минут в день и понемногу увеличивая это время

- через полтора часа после еды

- в головном уборе и солнцезащитных очках

Неправильно

- загорать сразу после приема пищи или натошак

- утолять во время загара жажду алкоголем или напитками со льдом

- мыть тело перед загаром с мылом, протирать кожу лосьонами или тониками

- для защиты от ультрафиолетового излучения применять минеральные жиры, типа вазелина или глицерина – это может привести к ожогу.

Как правильно выбрать солнцезащитный крем

Каждое солнцезащитное средство маркировано индексом защиты SPF – чем больше число рядом с индексом, тем больше уровень защиты. Витамин Е, как правило, обязательно входит в состав такой косметики – он делает кожу менее восприимчивой к ультрафиолету, повышает ее защитный барьер.

При выборе солнцезащитных средств необходимо ориентироваться на свой тип кожи и не забывать о внешних факторах – времени и месте получения загара. Общее правило при выборе солнцезащитной косметики таково – чем светлее кожа, тем выше должна быть степень защиты.

Выбор по типу кожи

«Кельты» должны использовать максимальную защиту от солнца выбирать косметику со значением SPF-50. «Нордам» можно применять средства с более низким значением – SPF-20. «Европейцы» – обладатели самого распространенного в наших широтах типах, они могут использовать средства с SPF-15. «Средиземноморцам» достаточно применять защиту от солнца с индексом SPF-7. Люди с очень темной кожей – «индонезийцы» и «афроамериканцы» самой природой защищены от солнечных ожогов, поэтому им достаточно применять увлажняющий крем, чтобы поддерживать нормальную увлажненность кожи.

Выбор по времени года

Наибольшая активность солнца в Северном полушарии наблюдается в середине июня. Значительная активность характерна для периода с начала апреля до середины сентября. Именно в это время кожа особенно нуждается в защите от вредного воздействия ультрафиолета – рекомендуемая степень защиты – SPF 30.

Выбор по времени дня

В летний сезон самая сильная солнечная активность приходится на время с 11 до 16 часов – рекомендуемая степень защиты – SPF 30.

Выбор по широте

Максимальная активность солнца наблюдается в тропиках, а минимальная – на полюсах. Поэтому для отдыха в таких популярных местах, как Турция, Египет, ОАЭ и юг Европы, особенно в первые дни пребывания, косметологи рекомендуют использовать средства с индексом защиты SPF50.

Выбор по высоте

Каждые 1000 метров выше уровня моря – это плюс 10 % солнечной радиации. Независимо от сезона для похода в горы нужно брать с собой средства с SPF 50+.

Выбор по месту

Разные поверхности отражают солнечные лучи в различной степени. Снег усиливает интенсивность солнечных лучей до 90 %, белая терраса – до 50 %, песок (особенно белый) – на 35 %, вода – на 25 %, трава прибавляет 10 % излучения. Поэтому, чем сильнее дополнительное отражение, тем сильнее средство защиты нужно выбирать – тем выше должен быть индекс защиты SPF.

Нужно помнить, что даже очень плотные облака поглощают незначительную часть ультрафиолета – всего 5-10 %. Даже в облачную погоду кожа не менее нуждается в защите, чем тогда, когда светит яркое солнце.

Как пользоваться солнцезащитными средствами

Правильно

- солнцезащитный крем или молочко нужно наносить равномерно на все тело в количестве около 30 мл – это примерно пригоршня

- каждые два часа необходимо обновлять слой средства, даже если за это время не было купания

- после «заплыва» необходимо смыть с себя соленую или хлорированную воду, вытереться полотенцем насухо и нанести на кожу новую «дозу» средства – только так можно избежать точечных ожогов или «пятнистого» загара, полученных от капелек воды

- все эти правила применимы и для водостойких средств – они защищают кожу во время купания, а не после

Неправильно

- экономить на солнцезащитных средствах – последующее лечение от ожогов и восстановление кожи обойдется гораздо дороже

- использовать масло для загара в первые дни «солнечных купаний» – ведь оно не столько защищает кожу, сколько привлекает солнечные лучи

- втирать солнцезащитное средство, оно должно окутать поверхность кожи тонкой защитной пленкой

- пренебрегать защитным кремом в пасмурный день – солнечные лучи типа А имеют такую активность, что проникают даже через стекло.

Тонкости красивого загара

Если солнечные лучи падают не вертикально, а сбоку, то загар появляется быстрее и получается более красивым. В этом случае ультрафиолет интенсивнее проникает через эпидермис и пигмент вырабатывается быстрее. Того же самого эффекта можно добиться, если загорать в движении. Пляжный волейбол, бадминтон и подвижные игры на пляже – лучший способ красиво загореть.

«Лежбищу тюленей» на пляже красивый загар отнюдь не гарантирован. Доказано, что образование меланина в коже замедляется уже через 50 минут. Поэтому можно пролежать на пляже хоть весь день – итогом будет плохое самочувствие и воспаленная кожа, а не золотисто-бронзовый оттенок. К тому же установлено, что самый стойкий и красивый загар получается не на открытом солнце, а в тени деревьев, кроны которых пропускают только полезное для человека излучение.

Меню для красивого и стойкого загара

Вкусные фрукты – красивый загар. Это правило не трудно запомнить. Ешьте арбузы, персики, абрикосы, дыню, манго и красивый загар вам гарантирован. Фрукты и овощи содержат особые биологически активные вещества, которые накапливаясь под кожей, стимули-

руют выработку меланина. Эффектного загара также легко достичь, если выпить стакан морковного или тыквенного сока перед выходом на пляж.

Уберечься от ожогов и пигментных пятен помогут натуральные эфирные масла цитрусовых. Достаточно за 30 минут до принятия солнечных ванн выпить стакан воды или любого сока с одной-двумя каплями апельсинового, лимонного или мандаринового масел.

Оказывается, оберегать кожу от вредного воздействия ультрафиолета не только полезно, но и приятно. Кусочек пиццы каждый день повышает защитные свойства. Ведь в состав пиццы входит томатная паста, помидоры и оливковое масло. А учеными доказано, что ежедневное употребление 40 граммов томатного пюре и 10 грамм оливкового масла усиливает сопротивляемость кожи на 40 процентов.

Вино, кофе, шоколад, орехи, кондитерские и мучные изделия, отварная кукуруза, а также любые соленые продукты не следует употреблять на пляже. Они снижают естественную защиту кожи и тормозят выработку меланина. Ешьте блюда из картофеля, шпината, печени и сыра рокфор, если хотите надолго сохранить красивый загар.

Внимание – дети

Для растущего организма загорать очень полезно. Ведь под воздействием солнца вырабатывается витамин Д, который так необходим для формирования прочного скелета и крепких, здоровых зубов. Солнце значительно повышает иммунитет и дает хороший дезинфицирующий эффект.

В тоже время детская кожа чрезвычайно нежна и ранима, процессы выработки меланина в ней еще нестабильны. Поэтому прямые солнечные лучи для незащищенной детской кожи очень опасны. Малышам до 3 лет нельзя находиться без маечки и панамки под прямыми солнечными лучами. А открытые участки тела – нос, лоб, подбородок, ручки, ножки – нужно обязательно обрабатывать специальным детским средством, защищающим от ультрафиолета.

Детское солнцезащитное водостойкое антиоксидантное молочко «С экстрактом кактуса» SPF50 от компании «Зеленая планета» оптимально подойдет для этих целей. Оно обладает высокой степенью защиты от всех видов ультрафиолетового излучения. Это молочко поможет чувствительной детской коже адаптироваться к принятию солнечных ванн и увеличит время безопасного пребывания на солнце.

Для того чтобы загар для вашего малыша был безопасным и полезным нужно соблюдать следующие несложные правила:

- располагайте ребенка под рассеянным светом – под навесом, в тени деревьев
- гуляйте только в утренние или вечерние часы – оставайтесь в тени или в прохладном помещении с 11 до 17 часов
- наносите на кожу ребенка специальные детские солнцезащитные средства
- обязательно надевайте ребенку головной убор – дети очень подвержены тепловым ударам
- старайтесь давать ребенку побольше продуктов, содержащих бета-каротин. Блюда из моркови, тыквы, шпината или абрикосов защитят организм от вредного воздействия ультрафиолетовых лучей
- постоянно давайте малышу напитки, чтобы не допустить обезвоживания организма.

Собираем чемодан: что для загара взять в отпуск

Косметические средства, защищающие кожу от вредного воздействия ультрафиолета, и ухаживающие за ней после загара – это первое о чем нужно побеспокоиться, собираясь на отдых к морю.

Средства для загара

На чем остановить свой выбор на молочке или спрее – целиком зависит от личных предпочтений. Общее правило – чем насыщеннее консистенция средства, тем равномернее оно распределяется, а значит и лучше защищает. Молочко или эмульсия «Солнечной серии», как правило, легко наносятся и экономно расходуются. Спрей удобнее использовать, но он может распылять «мимо цели», да к тому же срок его действия менее продолжителен.

Нужно ли учитывать индивидуальные особенности кожи и ее тип – сухой или склонный к жирности? Производители солнцезащитной косметики не разделяют средства по этому принципу. Обладателям более сухой кожи лучше предпочесть средства с густой текстурой молочка или крема, а тем, чья кожа жирная или комбинированная лучше остановить свой выбор на легких текстурах спрея или геля.

Средства для защиты от вредного воздействия солнечных лучей необходимо подбирать с учетом климатической зоны отдыха и собственным светочувствительным типом кожи. Примером классического универсального средства может служить Молочко солнцезащитное водостойкое антиоксидантное SPF30 «С экстрактом кактуса» от компании «Зеленая планета». Помимо основной защитной функции, молочко так же прекрасно увлажняет кожу и обладает антиоксидантным эффектом.

Средство для получения более быстрого загара тоже может выпускаться в виде масла, спрея или молочка. Оно не только защищает кожу от негативного влияния ультрафиолета, но и ускоряет сам процесс получения загара. У компании «Зеленая планета» большой выбор средств «Солнечной линии». Кстати, они прекрасно подходят для использования в солярии.

Особой популярностью пользуется Масло увлажняющее для золотистого загара с антиоксидантным эффектом SPF15 «Охлаждающий мохито». Оно содержит экстракт мяты и алоэ вера, поэтому обладает помимо основного, выраженным увлажняющим и охлаждающим эффектом.

А вот Масло увлажняющее для золотистого загара с антиоксидантным эффектом SPF7 «Ароматный дайкири» от компании «Зеленая планета» изумительно пахнет тропическими фруктами. Этот сочный коктейль очень приятно обволакивает кожу, он не только защищает ее от ожогов и старения, но и создает особое «отпускное» настроение.

Средства после загара

Такие косметические средства призваны успокоить, охладить, увлажнить, снять раздражение и покраснение, насытить кожу питательными веществами и закрепить загар.

Они также выпускаются в виде гелей, кремов, спреев. После использования таких средств кожа становится свежей и мягкой.

Одним из самых популярных средств после загара является «Крем гель после солнца суперувлажняющий для сохранения загара» с алоэ вера, мелиссой и вербеной лимонной от компании «Зеленая Планета».

Используя этот гель каждый раз после солярия или по возвращении с пляжа, вы убережете кожу от пересыхания, снимите раздражение и покраснение. Людям с «нордическим» или «европейским» типом кожи гель после загара будет просто незаменим.

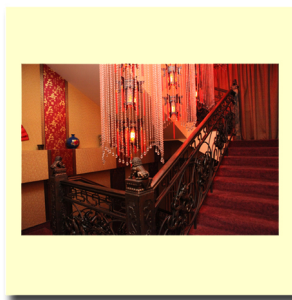
Еще одно средство, которое нужно иметь с собой отправляясь в отпуск – крем от ожогов. Он устранил чувство жжения, снимет воспаление и покраснение. Вещества, содержащиеся в нем, способствуют ускоренной регенерации кожи.

После того, как вы уложили в чемодан все эти средства, можно смело отправляться в отпуск в любое место нашей прекрасной Зеленой планеты.

Хао На, мастер массажа спа-центра Азия Бьюти Спа

Основа всех ныне существующих массажей – китайский и тибетский массаж, существует уже три тысячи лет. Это уникальная оздоровительная система, которой пользовались монахи для поддержания своего духовного и физического здоровья. Методы передавались из поколения в поколение. Эта уникальная оздоровительная система, которая воздействует на первопричину заболевания, а не на следствия.

Китайский и тибетский массажи являются древнейшими из массажей, все современные массажные методики произошли от них.



При проведении массажей специалисты Азия Бьюти Спа в основном используют натуральные масла, например, миндальное, жожоба и т. д. Если у гостей аллергия на масла, мастер массажа использует легкую гипоаллергенную пудру для тела, так как руки специалиста при массаже обязательно должны скользить.

Любая из разновидностей китайского или тибетского массажа повышает иммунитет и сопротивляемость простудным заболеваниям, что особенно важно в зимний и весенний период.

Например, массаж Гуаша способствует повышению иммунитета, омоложению клеток и тканей, выводит токсины, снимает усталость и улучшает общее состояние человека (как физическое, так и душевное). Массаж Гуаша – один из древнейших видов китайского массажа. Сегодня он очень популярен не только в Китае, но и в Европе и США.

Массаж Гуаша помогает восстановлению и устранению многих проблем со здоровьем. Список заболеваний, при которых его применяют, очень обширен. Этот вид массажа можно рекомендовать при головных болях, простудных заболеваниях, для лечения остеохондроза, при болях и спазмах мышц, для снятия нервного возбуждения и улучшения сна, для лечения женских заболеваний, для восстановления работы внутренних органов и т. д. Массаж обладает также выраженным косметическим эффектом.

Массаж Гуаша выполняется при помощи специальной пластины из нефрита и агата – Гуаша. Движения рук массажиста вызывают сильный приток крови. Идеальным считается тот массаж, в результате которого проявляются кровоподтеки, которые в Китае называют «ша». Это свидетельствует о максимально положительном воздействии на состояние сердечнососудистой системы. Нормализуется артериальное давление, выводятся токсины из организма, замедляется процесс старения.

В Азия Бьюти Спа представлен большой выбор массажей, в которых делается акцент на релаксацию и избавление от стресса. Они позволяют достичь полной релаксации, обрести эмоциональное, ментальное, физическое и духовное равновесие. Очень часто гости даже спят после таких расслабляющих массажей некоторое время.

Чтобы получить интенсивный оздоравливающий эффект, необходимо проводить курс массажа 2 раза в год. Эффект от массажей накопительный, поэтому между курсами обязательно нужно делать поддерживающие сеансы, чтобы организм полностью пришел в равновесие. В противном случае эффект будет менее продолжительным.

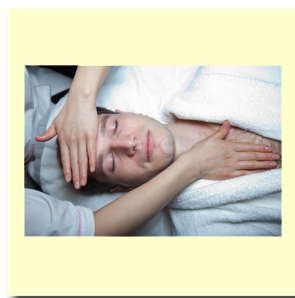
Китайский и тибетский массаж рекомендуется делать хотя бы раз в неделю для сохранения здоровой жизнедеятельности организма.

«ШИАТСУ»

«Шиатсу» базируется на китайской теории циркуляции тонкой энергии. Этот вид массажа в первую очередь направлен на восстановление и поддержание энергетики человека. Особенно эффективен при лечении бессонницы и нервных расстройств. После массажа повышается настроение и работоспособность, уходит хроническая усталость, появляется чувство легкости, свежести и бодрости. Регулярный массаж по системе шиатсу позволит вам находиться в гармонии с собой и природой.

АКУПРЕССУРНЫЙ МАССАЖ

Традиционный китайский массаж – акупрессура по точкам энергетических меридианов. Массаж выполняется без масла с применением талька. Снимает накопившееся напряжение, стимулирует кровообращение.



АКУПРЕССУРА (точечный массаж) – составная часть традиционной китайской медицины. Ее простые, неагрессивные приемы эффективны в лечении широкого круга заболеваний (головные боли, зубные боли, боли в пояснице, артрит, ревматизм, хондрит тканей, а также различные травмы, невроз, астма, желудочно-кишечные заболевания, бессонница, головокружения, тахикардия, гипертония, сахарный диабет, общее недомогание, усталость и др.)

Суть такова: на теле человека существуют биологически активные точки, воздействуя на которые, мастер точечного массажа способен за несколько сеансов скорректировать Ваше состояние в лучшую сторону. Точки могут быть нескольких видов: «точки гармонии» (нормализуют течение энергетического потока), «возбуждающая точка» (активизирует органы и системы, расположенные в данном меридиане), «успокаивающая точка» (снимает напряжение, успокаивает). Известно также, что каждый орган, будь спина или стопа, то имеет собственную «сигнальную точку», которая используется для максимально быстрой коррекции боли в данном органе.

В многовековом опыте китайских медиков знания о биологически активных точках на поверхности тела человека находят широкое применение.

Чрезвычайно эффективен точечный массаж стопы для устранения болевого синдрома, коррекции заболеваний, непосредственно связанных с нарушениями функции центральной или периферической нервной системы. Невроз, повышенная утомляемость, нарушения сна, раздражительность, головная боль – эти синдромы успешно устраняются грамотным воздействием на биологически активные точки ног. Кроме того, акупрессура ступней позволяет

достичь стойких и стабильных результатов у пациентов с гипертонической болезнью, сердечными болями, нарушениями процесса кровообращения, половыми дисфункциями, особенно в комплексе с другими методиками. Хорошо известно, что точечный массаж лица и стопы помогает при простуде избавиться от насморка и предотвратить развитие простудных заболеваний, купировать приступ радикулита, зубную боль, боль в ухе при воспалении, боли по ходу желудочно-кишечного тракта. Многие женщины успешно применяют воздействие на биологически активные точки стопы для устранения болезненности месячных. Точечный массаж регулирует состояние аппетита, устраняет усталость после физической нагрузки. Можно смело сказать, что акупрессура вообще и применительно к стопе в частности, имеет самые широкие показания, важно лишь грамотно подойти к выбору и проведению процедуры. Тут не обойтись без профессиональной консультации специалиста, особенно для проведения детского массажа, ведь многие проявления болезни, которые ощущает пациент – это лишь вершина айсберга, а устранять необходимо причину болезни.

ТИБЕТСКИЙ МАССАЖ С ПРИМЕНЕНИЕМ ВУЛКАНИЧЕСКИХ КАМНЕЙ

С древних времен энергия камня притягивала к себе людей. Многие культурные цивилизации считают, что камни помнят всё, что происходило на этой планете, и даже во Вселенной. В Китае использование горячих камней для расслабления уставших мышц известно ещё со времени царствования династии Чанг (2000–1500 лет до нашей эры). Японские и Тибетские монахи использовали для массажа гладкие черные вулканические камни. Специфическая энергия этих камней устраняет напряжение и стресс, нейтрализует негативную энергию, перераспределяет энергию, приносит чувство гармонии с окружающей средой, дарит ощущения покоя и равновесия.

МАССАЖ ГОРЯЧИМИ И ХОЛОДНЫМИ КАМНЯМИ

Особая техника массажа природными камнями, основанная на термотерапии – чередовании горячих и холодных воздействий для получения соответствующего отклика на уровне кровотока и лимфотока. Специфическая энергия камней устраняет напряжение и стресс, нейтрализует негативную энергию.

МАССАЖ ДЕРЕВЯНЫМИ КАМНЯМИ ВАКАПУ

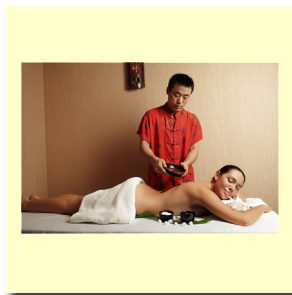
Вакапу – африканское дерево из самого «сердца» Гвианы: благородное и прочное. Скульптурная массажная техника и совершенство камней вакапу способствуют обретению стройного силуэта, тонкой талии, подтянутых бедер, укрепления рук, моделируют силуэт, возвращая тонус и отличное самочувствие.

МАССАЖ В 4 РУКИ (ТАНДЕМ-МАССАЖ)

Тандем-массаж считается одним из наиболее эффективных способов ухода за телом, так как над его совершенством работают, рука об руку сразу два профессионала-массажиста. (Тандем-массаж выполняется двумя специалистами одновременно, в четыре руки.) Тандем-массаж обладает необыкновенно мощной силой воздействия. Синхронная работа двух массажистов в паре создает необыкновенное ощущение гармонии и глубочайшего релакса, при этом позволяя сократить время, затрачиваемое на процедуру. В Азия Бьюти Спа представлен широкий выбор тандем-массажей на любой вкус: для коррекции фигуры и ухода за кожей, для глубокой релаксации и для бодрости тела и духа.

По-настоящему инновационный и творческий тандем-массаж в четыре руки подарит незабываемые и очень приятные ощущения.

МАССАЖ «ГОРЯЧЕЙ АРОМАТИЧЕСКОЙ СВЕЧОЙ»



ГОРЯЧИЙ ВИНОГРАДНЫЙ КРЕМ

Уникальный новый продукт винотерапии – термо-масло производится в виде свечи и обладает сильным аромотерапевтическим, винотерапевтическим и релаксационным эффектом.

Благодаря новейшей технологии производства горячего виноградного крема, температура горения свечи всего на 3 градуса (С) выше температуры тела человека. Это позволяет наносить термо-масло на тело сразу же и наслаждаться теплым высококачественным косметическим маслом (не воском).

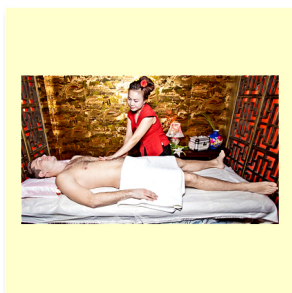
Термо-масло полностью натуральный продукт. В состав входит масло виноградных косточек, кокосовое масло, масло авокадо, абрикосовое масло, льняное масло, масло семени конопли, витамин Е, натуральные эфирные масла высочайшего уровня качества. Богатейшая коллекция ароматов удовлетворяет самые изысканные вкусы.

ШОКОЛАДНЫЙ МАССАЖ

Побалуйте себя волшебной процедурой шоколадного массажа, подарите прилив новых сил, обновление и красоту своему телу. Благодаря уникальным свойствам какао-бобов данный вид массажа сочетает в себе сеанс ароматерапии, ручного массажа и питательной маски. Массаж позволит Вам расслабиться, улучшить крово- и лимфообращение, обеспечит дренажный и детоксикационный эффекты.

Запах шоколада окажет антистрессовое воздействие, наполнит энергией, стимулирует выработку гормонов радости – эндорфина и серотинина.

«ТАЙ-ДЗИ» ТИБЕТСКИЙ ТРАВЯНОЙ МАССАЖ



Тибетский травяной массаж Тай-Дзи – массаж травяными мешочками. В основу этого массажа положен принцип точечного массажа, с той лишь разницей, что на биологически активные точки воздействуют не пальцем или кистью, а специальным образом разогреваемые травяные мешочки, то есть происходит термальное воздействие на массируемую зону. Он разработан по методике Шанхайской школы и направлен на гармонизацию внутреннего состояния человека, снятие стресса и достижения глубокой релаксации. Он восстанавливает жизненный тонус, активизирует защитные силы организма, повышает иммунитет, улучшает обмен веществ, усиливает мышечный тонус и насыщает организм макро- и микроорганиз-

мами. Во время процедуры Тай-Дзи кожа освобождается от ненужного эпидермиса, улучшается функция потовых, сальных желёз, расширяются кровеносные сосуды, ускоряется кровоток, устраняется венозный застой, кожа становится эластичной, упругой.

Специфика массажа в Азия Бьюти Спа – китайские и тибетские техники (работа по биологически активным точкам), массаж стоп (Как говорят в Китае: «массаж стоп – это здоровье!»).

В Asia Beauty Spa массажи проводят только специалисты из Китая и Тибета, долгое время обучавшиеся искусству массажа на родине. Китайский массаж, в отличие, например, от тайского, выполняется на ложе (массажном столе), а не на мате (по сути, на полу). Китайский массаж не допускает насилия над организмом, все воздействие происходит мягко, однако эффективность от этого не уменьшается. Даже самые отъявленные скептики, испытав на себе воздействие китайских методик оздоровления (неотъемлемой частью которых является массаж) становятся их почитателями.

В тибетской и китайской медицине массаж – неотъемлемая часть здорового образа жизни, так как здоровое тело – это результат гармоничного энергетического равновесия, а болезни – следствия нарушения этого равновесия. Главная цель тибетского массажа – восстановление баланса тонких энергий человека. Буквально все – от императоров до простых людей, даже самых бедных, с самого раннего детства следили за собой и своим здоровьем и делали массаж.

По древней легенде царь Соломон сохранил проницательность, гибкость ума и тела до глубокой старости только благодаря ежедневному массажу. Поэтому искусству массажа в китайской традиционной медицине отводится очень важное место и его эффективность очевидна. Китайцы давно заметили положительное воздействие массажа на весь организм и на внешность, там очень популярны салоны массажа.

С помощью китайского массажа можно бороться с бессонницей и переутомлением, повысить работоспособность, улучшить память, и даже замедлить процессы старения организма.

В Asia Beauty Spa более 100 видов массажа, направленных на оздоровление, омоложение, коррекцию фигуры. Здесь работают только специалисты из Китая и Тибета.

Техника китайского массажа разнообразна и включает в себя поглаживание, растирание, пощипывание, поколачивание, разминание, а также методику точечного массажа, которая состоит в надавливании на биологически активные точки подушечками пальцев.

Биологически активные точки – основа китайского массажа, воздействие на них улучшает работу внутренних органов. На теле человека расположено около 700 биологически активных точек (БАТ), которые связаны с органами и системами.

При нажатии определенным образом на точку происходит высвобождение эндорфинов, которые блокируют боль. Как результат исчезновение боли, увеличение потока крови в нужную область тела, насыщение органов и тканей кислородом, из организма быстрее выводятся продукты распада и токсины.

Массаж следует делать хотя бы раз в неделю для сохранения здоровой жизнедеятельности организма. Если регулярно делать настоящий точечный массаж, то он имеет поистине целительную силу.

На Востоке уверены: истинная красота – это приятное следствие общего здорового состояния организма.

Современная медицина утверждает: всего несколько минут рефлекторного воздействия на человеческий организм способны заменить полуторачасовой отдых, снять стресс, восстановить силы. Уходит головная боль, отеки, подтягивается и омолаживается кожа. Улучшается качество жизни. С помощью китайского массажа можно бороться с бессонницей и переутомлением, повысить работоспособность, улучшить память, и даже замедлить

процессы старения организма! Исследования показали, что во время массажа уровень гормонов стресса, например, кортизола понижается, а уровень гормона хорошего самочувствия, окситация повышается, что активизирует иммунную систему. Массаж не просто улучшает самочувствие, он запускает механизмы, омолаживающие организм.

Самый простой и доступный, но необычайно полезный и эффективный вариант массажа – массаж стоп.

Массаж стоп полезен для расслабления и снятия стрессов, гармонизации душевного состояния, а также рекомендуется при многих хронических заболеваниях.

«Здоровье через ноги» или «Вся сила в ногах»

Отдельного внимания заслуживает массаж стоп, это один из древнейших способов сохранения здоровья, молодости и красоты. В Китае так и говорят – «массаж стоп – это здоровье!». Регулярно проводимый массаж ног открывает перед человеком совершенно новую жизнь – здоровую и красивую. Профессионально выполненный китайский массаж ног возобновляет нормальную работу органов, укрепляет и омолаживает тело, является профилактикой и лечением многих заболеваний.

Массаж стоп рекомендуется при многих хронических заболеваниях, полезен для расслабления и снятия стрессов, гармонизации душевного состояния.

Стопотерапия рассматривается важной составной частью традиционной китайской медицины. Во многих учебных пособиях подчеркивается, что старение организма начинается со стоп. Китайские специалисты утверждают: «если хочешь быть здоровым, то ежедневно нужно пройти не менее десяти тысяч шагов». Малоподвижный образ жизни признается одним из важных провоцирующих факторов старения человека в целом. Китайские врачи объясняют это отчасти и тем, что у человека, который в силу каких-то обстоятельств малоподвижен, массаж стоп почти полностью отсутствует. Это отрицательно влияет на его здоровье. По наблюдению китайских врачей: «Умирание дерева начинается с корней, а старость человека начинается с одряхления его стоп».

На Востоке считают, что регулярно проводимый массаж ног открывает перед человеком совершенно новую жизнь – здоровую и красивую.

Экзотичный для европейцев, для азиатов он является вполне обычной процедурой, которая проводится не менее двух раз в неделю.

Традиционный китайский или тибетский массаж ног – это комплексная методика, направленная на восстановление баланса тонких энергий человека, что приводит к стабильным результатам на самом глубоком уровне. На подошве сконцентрирована масса рефлекторных точек, отвечающих за здоровье тела и гармонизацию ауры, также на стопе находится до 72 тыс. нервных окончаний, через которые организм связан с внешней средой. Согласно древнему китайскому учению, ноги – это нечто вроде «распределительного щита». Можно воздействовать на любой орган, если знать соответствующую ему точку на подошве ног.

Китайцы считают, что ноги играют очень важную роль для нашего организма. Каждый орган имеет свою проекцию у человека на стопе в виде рефлективной зоны. Массаж такой рефлективной зоны на стопе ног стимулирует связанные с ними точки.

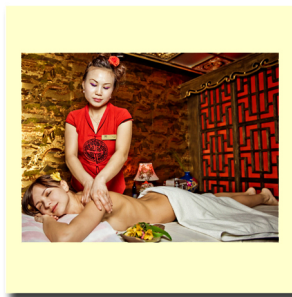
Массаж стоп создает приятное ощущение расслабления, одновременно оказывает стимулирующее воздействие, восстанавливает силы, улучшает кровообращение, способствует снятию стресса, разблокировки нервных путей, гармонизации душевного состояния.

После массажа стоп улучшается сон, увеличивается работоспособность. И этот эффект очень продолжительный. В течение трех – четырех недель многие становятся жизнерадостными, полными различных идей, а главное – и сил к их осуществлению.

Обычно рекомендуется делать массаж стоп не менее 1–2 раза в неделю.

Пожалуй, самый необычный массаж в Азия Бьюти Спа это процедура траволечения Herbal SPA. Эта процедура уникальна, в Москве, насколько нам известно, нигде больше такую процедуру не проводят.

Фитотерапия – Herbal SPA «Путь Здоровья»



Аппаратное траволечение – горячее травяное распаривание в сочетании с лечебным массажем.

Уникальность процедуры аппаратного траволечения заключается в сочетании оздоровительного эффекта, гармонизации функций и систем организма, а также расслаблении и улучшении настроения и самочувствия.

Аппаратное траволечение рекомендуется как для лечения, так и для профилактики различных заболеваний, а также для отдыха и общего оздоровления организма.

В процедуре используются:

Сбор китайских лечебных трав

Энергетическое масло для массажа

Лечебный камень для массажа (помещается в специальный мешочек с травами)

Энергетический компресс

Процедура проводится на специальном ложе, куда подается целебный травяной пар. Ложе имеет отверстия специальной формы, позволяющие прогревать необходимые участки тела – спину, ноги, поясницу и т. д.

Программа процедуры:

Подготовка сбора китайских целебных трав для аппарата. Для каждой процедуры подбирается собственный уникальный набор трав, воздействующий на определенную проблему. Натуральные травы обладают чудодейственным оздоровительным эффектом.

Распаривание с эффектом травяной сауны Herbal Bath

Травяная сауна для тела с температурой 55 градусов дарит приятное тепло. В специальном фильтре подогревается сбор целебных китайских трав, пар подается не горячий, а комфортный. Происходит прогревание всего тела или отдельных участков, раскрываются поры, позволяя целебным маслам, содержащимся в травах, лучше впитываться.

Кроме теплечения, травяная сауна имеет лечебный ароматерапевтический эффект.

Массаж энергетическим маслом. Для каждой процедуры предлагается собственная уникальная техника массажа (по проблеме).

Массаж определенной области тела мешочком с лечебным (медицинским) камнем. Особое внимание уделяется позвоночнику – согласно китайской медицине здесь находятся биологически активные точки – проекции внутренних органов. Когда тело холодное – точки закрыты, когда тело разогревается – точки открываются. Стимуляция этих точек позволяет эффективно воздействовать на печень, почки и т. д.

Размещение специального энергетического компресса на определенную область тела. Компресс с охлаждающим эффектом имеет активный травяной аромат.

Время процедуры – 40 минут

Рекомендованный курс 10 процедур

Пожалуйста, обратите внимание на противопоказания: кожные высыпания, беременность. С осторожностью применять при мастопатии.

Оздоровительные комплексы Herbal SPA разделяют на мужские и женские. Предлагаем Вам выбрать подходящую процедуру (по проблеме).

Процедуры для мужчин

44/25 Программа для снятия усталости, релакса и восстановления

Состав процедуры:

сбор лекарственных китайских трав, снимающих усталость (8 видов трав)

энергетическое масло, снимающее усталость

энергетический компресс для снятия усталости

Возможные симптомы: чувство усталости, упадок сил и энергии, отсутствие аппетита, головокружение, частые простуды

Эффект от процедуры: регулирование работы внутренних органов, приведение к балансу, снятие усталости, восстановление сил организма, быстрое и активное мышление, новый заряд энергии.

44/23 Программа, активная в отношении почек, восстановления мужской силы

Согласно китайской медицине, именно почки дают мужчине жизненную энергию и мужскую силу. Поэтому мужчинам рекомендуется уделять особое внимание этому органу.

Состав процедуры:

сбор лекарственных китайских трав для почек

энергетическое масло для почек

энергетический компресс для почек

Возможные симптомы: седые волосы, выпадение волос, нарушение памяти, общая слабость организма, головокружение, бессонница, сухость и старение кожи, морщины, темные круги в области глаз

Эффект от процедуры: лечение и укрепление почек, лечение головной боли, бессонницы, общий омолаживающий эффект

Процедуры для женщин

44/16 Женский комплекс, регулирующий работу печени,
и направленный на улучшение и сохранение зрения, детокс и anti-age

Состав процедуры:

сбор китайских целебных трав для глаз и печени

энергетическое масло для глаз и печени

энергетический компресс для глаз и печени

Эффект от процедуры: улучшение функции печени и кровообращения, детоксикация
организма, улучшение и сохранение зрения.

Внимание! Перед проведением процедуры запрещается употребление алкоголя.

44/07 Женский энергетический комплекс для похудения и коррекции фигуры

Состав процедуры:

сбор целебных трав для похудения (женьшень и китайские лекарственные травы)

энергетическое масло для похудения

энергетический компресс для похудения

Возможные симптомы: излишний вес, ощущение слабости в теле, малоподвижный
образ жизни

Эффект от процедуры: убирает жировые отложения, заряжает энергией, поднимает
настроение, возвращает уверенность в себе

Азия Бьюти Спа / Asia Beauty Spa

Сеть спа-центров

Режим работы: круглосуточно

Сайт: www.ab-spa.ru

Телефон: +7 (495) 787 51 88

Адреса:

Погорельский переулок, дом 6 (метро Полянка)

Дмитровский переулок, дом 7 (метро Охотный ряд)

**Оружейный переулок, дом 13/1 (метро Маяковская) – Уникальный совместный
комплекс Азия Бьюти Спа & Ресторан ТАН**

Наиболее популярные косметические процедуры, выполняемые для лица



По материалам сайта Я – Королева. (<http://www.yakoroleva.com>)

Ниже мы описываем наиболее популярные сейчас процедуры для лица, выполняемые в салонах красоты.

Какая процедура лучше для вас, а какая процедура не подходит для вашего типа кожи и появившихся проблем, может решить только квалифицированный специалист. Ниже, мы приводим выдержки с сайта <http://www.yakoroleva.com/>

Специалисты сайта Я – Королева описали популярные косметические процедуры.

Косметология не стоит на месте и сейчас каждый день появляются все более прогрессивные методы и методики. Но, чтобы решить, что лучше, что хуже, нужно обладать полной информацией. Хороший косметолог всегда сможет подсказать, что хорошо именно вам.

Имплантация нитей

Золотых, синтетических, биологических

Общая информация

К 35 годам происходят возрастные изменения кожи. Волокна коллагена и эластина деформируются и теряют свою структуру. Это происходит из-за уменьшения синтеза коллагена и эластина. Кожа как бы теряет жизненные силы, становится менее упругой, появляются морщины. В некоторых зонах (веки, щеки, подбородок) кожа может провисать.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.