

ПОГОВОРИМ О НАШИХ НОЖКАХ

По статистике

- Женщины в четыре раза чаще сталкиваются с проблемами ног, чем мужчины.
- Ежедневная ходьба дает нагрузку на ноги равноценную нескольким сотням тонн.
- 1/4 костей в теле человека расположена в ногах, поэтому, когда нарушается баланс распределения нагрузки на эту область, он нарушается во всем теле.



НЕМНОГО О ПЕДИКЮРЕ

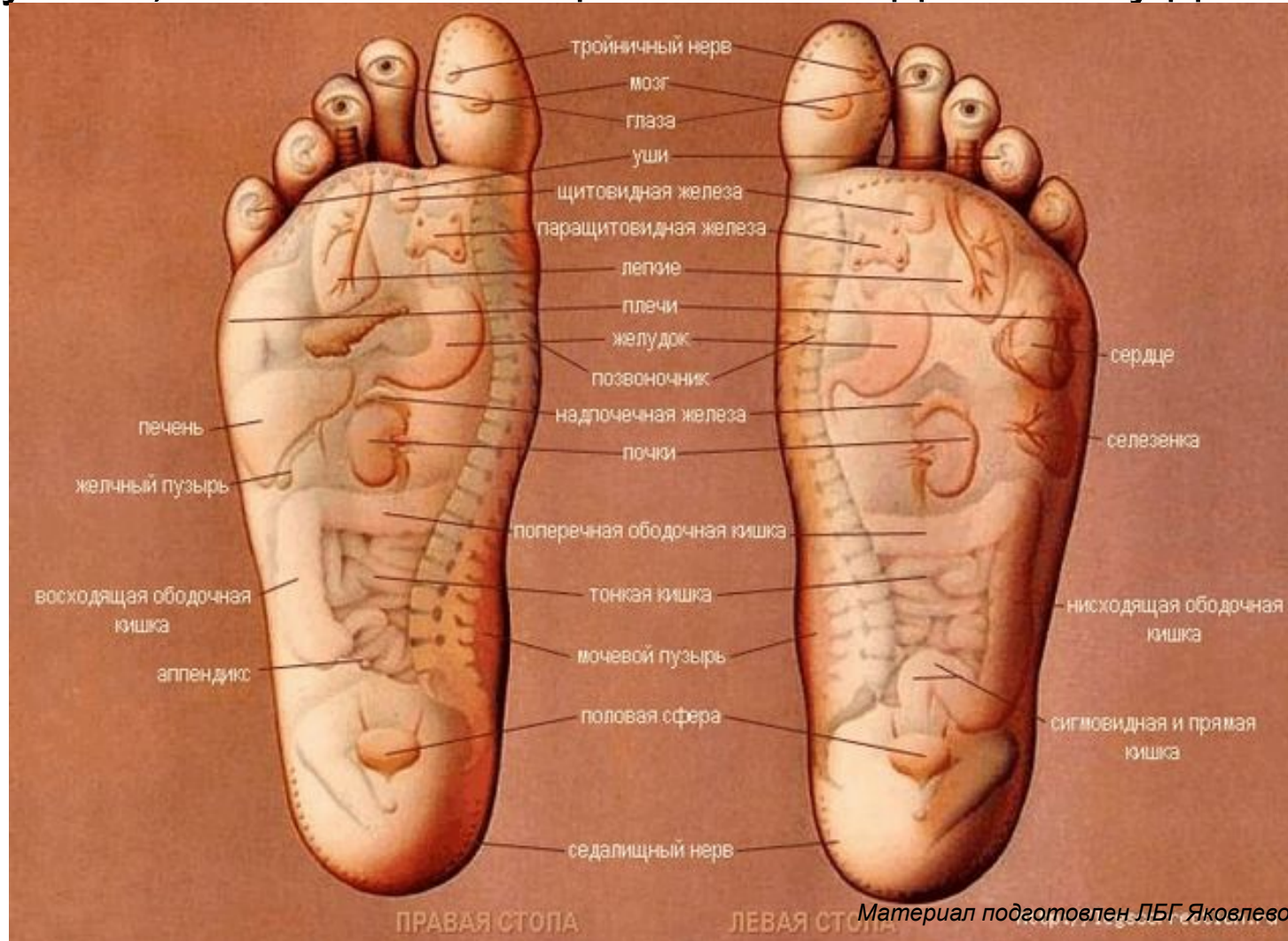
Педикюр — очень важная процедура, которую должна делать любая женщина в обязательном порядке.

Ухоженные ноги не только выглядят красиво, но и способствуют здоровью всего организма.

Говорят, человек старится с ног.



Японские медики утверждают, что на ступнях ног сосредоточены нервные окончания, которые идут ко всем внутренним органам. Снимая наросты на коже ступней, вы как бы очищаете тело и даете ему дышать.



Кроме того, ухоженная и красивая ступня — это залог здоровья, отличного настроения и уверенности в себе.



И все-таки многие женщины почему-то пренебрегают педикюром, ссылаясь на отсутствие свободного времени или какие-то другие причины.

Но представьте себе женщину с хорошо уложенными волосами, вечерним макияжем, в элегантном платье и в босоножках, открывающих неухоженные ногти... Что, даже представлять не хочется?

А теперь провокационный вопрос:

Милые дамы, посмотрите на свои ноги.
Вот сейчас, сию же минуту, вы можете
позволить мужчине поцеловать вашу
ножку или сделать ей массаж?

Ага, попались! И что ж так? Наши ножки
получают от неблагодарной хозяйки
минимум заботы только потому,
что ножки не всегда видно.

Почему же мы забываем о наших самых
больших трудягах, которые в первую
очередь заслуживают более бережно
отношения?



Красивые ухоженные ноги поднимают не только свою хозяйку на невиданные высоты, но и ее самооценку.



Нельзя забывать, что за ногами нужно следить как в теплое, так и в холодное время года.

Но посещение салонов отнимает много времени и средств, к тому же часто бывает невероятно сложно выкроить для салонных процедур время из своего графика. Как быть? Вас спасет **педикюр в домашних условиях!**

Педикюрный набор «Цветущая мята»



Материал подготовлен ЛБГ Яковлевой Натальей

Прежде чем приступить к основным процедурам педикюра на дому, подготовь ноги.

Не забудьте заранее снять покрытие с ногтей.

Наполните емкость теплой водой так, чтобы вода полностью закрывала щиколотки (помните о предосторожностях: слишком высокая температура воды – удар по сердцу)



Освежающие таблетки для ножных ванн

Шаг 1. Поместите в ванночку 2-3 освежающие таблетки и погрузите ноги на 10 минут в воду



Таблетки очень мило шипят и пузырятся, создавая эффект джакузи, наполняя воду полезностями.

Теперь Вы можете смело нежиться, после суетного рабочего дня, получая неземное удовольствие от ароматов, которые витают в вашей комнате.

Натрия бикарбонат размягчит загрубевшую кожу

Лимонная кислота обладает отбеливающими, антиоксидантными и бактерицидными свойствами.

Морская соль станет для вас настоящим эликсиром бодрости и здоровья

Масло канола эффективно увлажнит кожу, восстановит и поддержит природный гидробаланс эпидермиса кожи



Скраб для ног

Шаг 2. Нанесите скраб для ног на кожу массажными движениями.

Смойте и промокните полотенцем.

Кукуруза, пемза, скорлупа грецких орехов отшелушат ороговевшие клетки и сделают кожу более гладкой и мягкой.

Мятное масло обладает освежающим и бодрящим эффектом, повышает защитные функции кожи и способствует уменьшению раздражения и воспалительных процессов

Экстракт розмарина - антиоксидант, который эффективно нейтрализует последствия воздействия свободных радикалов

Экстракт шалфея устранит раздражение, дезинфицирует и смягчит кожу, обладает регенерирующим и освежающим кожу свойствами.

Масло чайного дерева дезинфицирует кожу. Одно из самых сильных антисептических, антигрибковых и бактерицидных средств



Используйте пемзу,
чтобы удалить
Ороговевшую кожу
на пятках и
по бокам ступни.



Охлаждающий гель для ног

Шаг 3. Массирующими движениями нанесите охлаждающий гель на переднюю часть ног, двигаясь от пальцев к лодыжкам. Затем перейдите к подошвам ступней. Наносите гель круговыми движениями, массируя кожу большим и указательным пальцем, немного нажимая на нее в области пяток и подушечек пальцев ног. Для усиления эффекта наденьте носки сразу после нанесения геля.



Охлаждающий гель для ног

- **Ментол** окажет освежающее и охлаждающее действие
- **Камфора** обладает антибактериальным, обезболивающим и легким отбеливающим действием
- **Экстракт алоэ** успокоит и смягчит кожу. Также он обладает бактерицидным и заживляющим свойствами
- **Масло чайного дерева** обладает дезинфицирующими свойствами. Одно из самых сильных антисептических, антигрибковых и бактерицидных средств.



Шаг 4. Используйте пилочку для ногтей, чтобы отшлифовать ногти, и разделители для пальцев ног, чтобы равномерно и аккуратно нанести лак.



Делая педикюр, важно помнить, что:

- ноготь большого пальца необходимо обрезать только по прямой линии, чтобы избежать его врастания в палец;
- не следует обрезать ноготь на большом пальце слишком коротко — он должен защищать край пальца от трения об обувь, препятствуя, таким образом, возникновению мозолей;
- подпиливать ногти следует только в одном направлении — от краев к центру, это поможет сохранить их прочность.

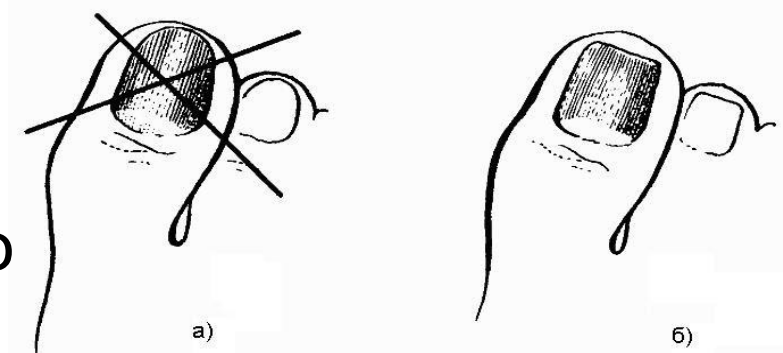


Рис. 6.21. Обрезка ногтей а - неправильно; б - правильно



- Милые дамы, призываю позаботиться о красоте и здоровье наших ножек! Они терпят от нас так много: мы их гоняем каждый день, перекрываем им дыхание в узкой, но, обалденно красивой обуви, пытаем высоченными шпильками, а в благодарность что? Вот-вот, чаще всего ни-че-го! Поэтому давайте исправим это досадное недоразумение с помош

Педикюрного набора
«Цветущая мята»!!!

Ограниченная коллекци



Материал подготовлен ЛБГ Яковлевой Натальей

Помните популярную рекламу на ТВ, где изящная, модно одетая леди на высоких каблуках дефилирует по городу, привлекая восхищенные взгляды мужчин?

А зайдя домой, ... обессиленно опирается на дверь и с мучительным сбрасывает туфли с каб приносящие ей массу неудобств.

Знакомая история?



Мятный бодрящий лосьон для ног и ступней

Появление такой новинки, как мятный бодрящий лосьон для

ног и ступней Mary Kay®, станет приятной новостью для всех женщин без исключения. Высокие каблуки и неправильно подобранная обувь, тяжелые сумки и пакеты – все это негативно отражается на здоровье ног, но, к сожалению, является неотъемлемой частью повседневной жизни.

Мятный бодрящий лосьон для ног и ступней Mary Kay® поможет нашим ножкам справиться с подобными нагрузками.



- **Экстракт перечной мяты** обладает антисептическим, смягчающим свойствами. Способствует уменьшению ощущения усталости в ступнях ног, оказывает бодрящее и освежающее действие.
- **Экстракт розмарина** — обладает общеукрепляющим, антиоксидантным, противовоспалительным и легким анестезирующим действием.
- **Экстракт коры ивы и березы** — тонизирует, способствует заживлению ран и трещин на коже, оказывает противовоспалительное и витаминизирующее действие.
- **Экстракт лемонграсса** — применяется как бактерицидное средство.
- **Масло эвкалипта** обладает антисептическим и ранозаживляющим эффектами

Мятный лосьон для ног мы называем "Крем-Хрустальная

туфелька» - когда его наносишь, ножка сжимается (снимается напряжение и отек) и можешь надеть любую туфельку

Лосьон можно применять в любое время и наносить его даже поверх тонких колготок.

Лосьон сделает нашу походку легкой и красивой!

Это именно то средство, которого мы все ждали!



Специальное предложение с надувной ванночкой для ног!

Закажите вместе
педикюрный набор +
оздоравливающий крем
для ног и
получите в подарок
ванночку надувную!



Ограниченная коллекция!