

Starostlivosť o ruky a nechty

Chladné a mrazivé počasie, ktoré nás sprevádza počas zimných mesiacov, pôsobí na našu pleť a pokožku. Výrazne trpia i ruky. Sú vysušené, nedostatočne prekrvené, vrásky sa na nich prehlbujú. Práve v tomto období môžu dostať efektívnu pomoc vďaka procedúram s maskami, masážami a parafínovými zábalmi.

Parafínové zábaly sú určené na regeneráciu kože. Preto, ak Vaša pokožka je presušená, popraskaná, prípadne sa na nej nachádzajú i zábery, parafínové zábaly jej navrátia jemnosť a hebkosť.

Jemný peelingový krém ošetruje ruky odstránením mŕtvych buniek, umožňuje ich regeneráciu, zjemňuje a chráni pokožku.

Aj podanie ruky môže niektorým osobám spôsobovať stres. K prvým znakom, ktoré si rozhodne všimneme, patrí úprava nechtov. Docieľiť, aby prírodné nechty boli zdravé a vyzerali za každých okolností pekne

upravené, znamená venovať im pravidelnú starostlivosť pred nepriaznivými vplyvmi, spevňujú ich a dodávajú im výživu, lesk a krásu.

Manikúru môžeme rozdeliť do dvoch skupín. Najznámejším a už dlho používaným spôsobom je **mokrý manikúra**, pri ktorej je využívaný manikúrový kúpeľ. **Suchá manikúra** - ktorá je viac preferovaná v salónoch, je vlastne ošetrovanie nechtov bez použitia kúpeľa, s následným použitím ozdravovacieho laku.

Starostlivosť o prírodné nechty, ktoré majú tendenciu sa rozštiepovať je dlhodobá a je pri nej nutná trpezlivosť. Výsledok je viditeľný až po určitom čase. Olejček na nechty a nechtovú kožičku, tiež urobí efekt zdravšieho vzhľadu.

Pre výživu nechtovej platničky môžeme použiť výživný lak, tzv. japonskú manikúru, ktorá je zameraná na špeciálnu starostlivosť o prírodné nechty. Zástancov prirodzenej krásy

iste poteší, že japonská manikúra nevyužíva nijaké syntetické chemikálie. Zvyšuje pevnosť nechtov v pôsobí na výživu nechtového lôžka. Služí aj ako prevencia proti lámavosti a štiepeniu nechtov.

Aj muži čoraz viac navštevujú salóny za účelom starostlivosti svoje nechty i pokožku. Ak chceme mať krásne ruky, musíme pre ich krásu aj čosi urobiť. Nezabúdajme na svoje ruky! Pretože ak oči sú okná do duše, nechty sú akési okienka do nášho zdravia.

Pracovná doba:
 Pondelok ----
 Utorok 8.00-13.00 h objednávky
 Streda 8.00-15.00 h
 Štvrtok 12.00-17.00 h
 Piatok 12.00-17.00 h
 Sobota objednávky

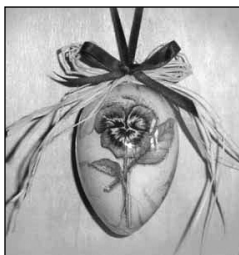
Je možnosť pri pedikúre prísť k zákazníkovi domov.

Iveta Maláková, Nové Sady 206
Pedikúra - Manikúra

Cvičíme pre zdravie a radosť

Život na dedine sa naozaj zmenil. Svedčí o tom aj to, že asi dvadsiatka čabských žien sa pravidelne v utorok večer stretáva kultúrnym dome, aby urobili niečo pre svoje zdravie a zároveň sa pobavili. Pod vedením Kataríny Kucbelovej precvičujeme jednotlivé partie tela a zlepšujeme našu fyzickú kondíciu. Všetky cviky sú veľmi jednoduché, ale účinné. Každý cvik je zameraný na určité svalové partie a tak sme si utvorili cvičebnú zostavu, ktorá trvá asi 1 hodinu. Pozornosť venujeme hlavne svalom na rukách, bruchu, zadnej časti tela a na nohách. Ženy mladšej vekovej skupiny a rovnako aj v zrelom veku chcú byť zdravé a krásne. Pri našich stretnutiach zažijeme mnoho zábavy a smiechu. Každá z nás po ukončení cvičenia už netrpezlivo čaká na ďalší utorok. Veríme, že takáto skvelá nálada nám vydrží, čo najdlhšie. **K. Kucbelová**

Tvorivý kurz servítkovej techniky



Prvú marcovú sobotu sa nám podarilo uskutočniť jednu vydarenú akciu. V sále kultúrneho domu sa po prvýkrát konal kurz servítkovej techniky. Oslovili sme dievčatá z predajne Hobbík, ktorá sídli v Nitre na Farskej č. 31, kde sa takéto kurzy uskutočňujú. V ich špecializovanej predajni pre tvorivú činnosť nájdete veľa zaujímavých vecí ako farby na sklo, textil..., rôzne formy na odliatky, umelecké potreby, gélové sviečky, korálky doplnky do bytu, dekorácie a veľa iných.



Na kurze sa zúčastnilo asi 25 žien a detí, ktoré sa chceli naučiť vyrobiť svoj vlastný črepník servítkovou technikou. Slečna Kulichová z Nitry prítomným vysvetlila všetky kroky a postupy pri práci. Pod rukami prítomných vznikali jedinečné originály. Účastníci kurzu si nakoniec mohli zakúpiť aj farby, lepidlá, rámiky, servítky a iné.

Myslím, že všetci účastníci odchádzali z kurzu spokojní a svoje diela im teraz zdobia ich príbytky.

Marta Báľešová

hobbiky
hobby - rúmenie

Špecializovaná predajňa pre TVORIVÚ ČINNOSŤ

- Farby na sklo, porcelán, textil, hodváb a keramiku
- Servítková technika
- Drevo, sklo, papier
- Formy na odliatky
- Gélové sviečky, korálky
- Šperky Swarovski
- Umelecké potreby
- Nápadité darčeky
- Doplnky do bytu a dekorácie

Tvorivé kurzy pre deti aj dospelých

Nitra, FARSKÁ 31, v pasáži RK Bizoň

Velkonočné vajíčka a servítková technika

Materiál

1 vyfúknuté vajíčko alebo dekoratívne vajíčko z umelej hmoty, servítky s jamným alebo veľkonočným vzorom, lak na servítky, svetlé farby, kúsok slamy alebo prírodného lyka, štetec, ihlu, nožnice

Postup: Vajíčko spracujeme servítkovou technikou (ak ju ešte neovládame, dočítajte sa o nej viac v našich starších príspevkoch). Keď po nanesení motívu vrstva servítkového laku

dobře zaschne, namaľujeme vajíčko svetlou farbou (najlepšie vo veľmi svetlom odtieni farby použitej v motíve). Celý motív tak dostane ešte zaujímavejší výraz. Cez vyfúknuté vajíčko vtiahneme stužku, na spodnej strane ju zauzlíme, aby sme neskôr vajíčko mohli zavesiť. Vajíčko na uvedenom obrázku je z plastu, kúpené v hobbyshope. To naše vyfúknuté si ale tiež môžeme dodekorovať kúskom prírodného lyka.