

Spa & Salon

№1
2010

**Аппаратная
косметология
в SPA-центре**

SPA Бали: «рай на земле»

**Телефонное общение:
мастерская возможностей**

Моделирующие программы

**Вкусный уход
или полезная
ЭКЗОТИКА**

**Международные стандарты
в России**



LPG®

Уникальная линия косметических средств, созданная чтобы дополнить и усилить действие LPG процедур Эндермология, Липомассаж, Космеханика, Лифтмассаж

В состав инновационных формул косметических средств вошли активные вещества в высокой концентрации. Они позволяют естественным образом восстанавливать и повышать клеточную активность в тканях, предотвращая и останавливая развитие таких процессов как старение кожи, образование целлюлита и локальных жировых отложений.



Косметическая линия LPG состоит из 8 средств для домашнего ухода, которые можно применять как всем комплексом, так и выбрав одно или несколько, в соответствии с индивидуальной программой лечения. Четыре косметических продукта LPG предназначены для коррекции фигуры, остальные четыре составляют программу ухода за лицом.

Эксклюзивный представитель компании LPG Systems
в России, Украине, странах СНГ и Балтии – ГК «СпортМедИмпорт»
Москва (495) 734 99 77 • Санкт-Петербург (812) 320 99 09 • Киев (044) 428 22 50
www.lpg-club.ru • www.sportmedimport.com

Издатель
ООО Издательский холдинг
«Медиа Медика»

Главный редактор номера
Сырченко А.И.

Зам. главного редактора
Юрченко А.И.

Редакционная коллегия
Сырченко А.И.
Кочиашивили М.И.
Ерёмушкин М.А.
Майорова А.В.
Черненко Г.А.
Барашков Г.Н.

Адрес для корреспонденции
127055, Москва, а/я 37
Телефон: (495) 926-29-83
e-mail: media@con-med.ru
<http://con-med.ru/magazines/magazines/estet/spa/>
<http://www.massagemag.ru/catalog/63>

* Полное или частичное воспроизведение материалов, опубликованных в издании или на сайте www.con-med.ru, spaweb.ru, допускается только по согласованию с редакцией в письменном виде.

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. В статьях представлена точка зрения авторов, которая может не совпадать с мнением редакции журнала.

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.
Рег. номер ПИ № ФС77-27012 от 19.01.2007 г.

Тираж 20 000 экз.



Слово редактора номера

Дорогие Друзья, вот мы и перестали употреблять слово «кризис» в каждом предложении, вот мы и снова стали верить в свои собственные силы. Уверен, что явление «спа» и как «клиентская потребность обретения гармонии», и как направление бизнеса – выдержало испытание данным временем. Не претендуя на роль «вселенского эксперта», постараюсь охарактеризовать 2010-й с точки зрения руководителя Международной Школы СПА. Итак, как и ожидалось, – мир не рухнул, рынок спа наполнен событиями: прошли выставки Ки в Москве и «Невские Берега» в Питере, жизнеутверждающе выглядел Интершарм в Украине.

Наша Школа расширила курирование своих воспитанников – пожизненно

(до 2010 года – курирование было в течение 1 года). Это значит, что студент платит единожды (будь то курс или всего одна методика – не важно) и потом может без дополнительной оплаты и без ограничения времени брать дополнительные занятия по изученной теме, то есть – пожизненная ответственность «за тех, кого приручили».

Мы остались академичными в своей основе, то есть предлагаемые знания, умения и навыки – безопасны и поддерживаются современной медициной, все методики, которые получают наши студенты, безусловно, эффективны и «работают» на результат. Мы предлагаем только то, что реально востребовано и действительно продается с успехом. Несмотря на академичность подхода, в 2010-м мы открыли новый дополнительный формат факультативных занятий: 1 раз в месяц мы приглашаем «со стороны» интересного преподавателя с интересной методикой.

Но и сами мы не стоим на месте, например, новый цикл «АЮРВЕДА СИТИ». Вы не задумывались, почему древнее знание с треском проваливается в спа-клубах нашей страны, да и в некоторых других странах? Почему даже приезжие индусы часто скучают без работы? Почему наши родные «за 5 минут аюрведисты» не перегружены клиентами? Мы задумались. Изучили вопрос от и до, со всех сторон. Сделали практические выводы и свою учебную

программу по аюрведе изменили на 90%. Попробовали сами – остались довольны. Мы довольны эмоциональным результатом, терапевтическим и финансовым, конечно. Еще о добром – весенний Интершарм порадует очередным СПА-ИНСТИТУТОМ 22–23 апреля. ЧЕМПИОНАТЫ по спа-массажу (подробнее на сайте чемпионатов www.spaevent.ru) – прежде всего обратите внимание на чемпионат России. Майский Краснодар гостеприимен и обаятелен, щедрый призовой фонд, кроме того, это реальный шанс попасть в финал чемпионата мира. 15 мая – чемпионат Поволжья в Нижнем Новгороде. 26–28 марта – чемпионат Балтии. Уже 5-й, между прочим, зря россияне его игнорируют. Каждый из чемпионатов, входящих в Единую Консолидированную систему, достоин Вашего внимания – и Москва, и Сибирь, и, безусловно, полный соревновательной интриги – чемпионат Украины и все остальные. Следите за сайтом. TOPSPAIFEST 2010. Он изменится и похорошеет. Нам не вскружил голову успех предыдущего Феста. Мы постараемся учесть все Ваши пожелания и советы. Обещаем ни с чем несравнимый драйв TOPSPAIFESTa, огромный позитив, уникальные знания и практический опыт!

С уважением,
Андрей Сырченко

Анкета для бесплатной подписки на издание Spa&Salon

Фамилия _____
Имя _____
Отчество _____

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ/ОБРАЗОВАНИЕ

МЕСТО РАБОТЫ

Индекс _____
Город _____
Улица _____
Дом _____
Корпус _____
Телефон _____

ДОМАШНИЙ АДРЕС

Индекс _____
Город _____
Улица _____
Дом _____
Корпус _____
Квартира _____
Телефон _____

Укажите, пожалуйста, в каких областях индустрии красоты Вы работаете:

МЕНЕДЖМЕНТ

- ☐ владелец
☐ директор
☐ администратор
☐ менеджер

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

- ☐ врач-дерматокосметолог
☐ врач-трихолог
☐ пластический хирург
☐ мануальный терапевт
☐ физиотерапевт
☐ врач ЛФК
☐ рефлексотерапевт
☐ диетолог

ДРУГОЕ

SPA-ТЕХНОЛОГИИ

- ☐ косметолог по телу
☐ косметолог по лицу
☐ массажист
☐ SPA-технолог

BEAUTY-СЕРВИС

- ☐ мастер по маникюру
☐ мастер по педикюру
☐ парикмахер
☐ эстетист
☐ стилист
☐ визажист

BEAUTY-БИЗНЕС

- ☐ менеджер по продажам
☐ менеджер по маркетингу



SPA-Бали

Остров Бали известен как «рай на земле» и «обитель богов». Во многом это заслуга экзотической природы, бесчисленных статуй богов повсюду и балийского SPA.

Индонезия – самый большой архипелаг в мире, который простирается на 5120 км от азиатского до австралийского континента, от Индийского до Тихого океана. Он состоит из 5 больших островов и 30 групп маленьких, всего же насчитывают 13 677 острова, из которых населены менее половины. Архипелаг лежит на древних торговых путях, связывавших Европу, Ближний Восток, Индию и Китай.

Остров Бали, площадь которого составляет 5633 кв. км, находится в центре архипелага, известен как «рай на земле» и «обитель богов». Думаю, во многом это – заслуга экзотической природы, бесчисленных статуй богов повсюду и балийского SPA. Климат на острове тропический влажный, среднегодовая температура составляет 28°C. Июль и август – традиционный сезон для отдыха на Бали европейцев, цены в эти бездождевые месяцы резко устремляются вверх (сухой сезон считается с мая по октябрь, влажность воздуха с 95% опускается до 75%). Я отдыхала здесь в январе, за 2 недели дожди проходили ночью, только пару раз сильнейший ливень был днем – очень красивое зрелище, правда, из-за влаги и жары иногда возникал эффект бани.

«Масас, масас! Вери чип масас! Ес мадам масас!» – так встречают туристов местные «мастера» пляжного массажа. Недалеко от линии воды стоят кушетки, на которых и происходит весь процесс. Стоит это удовольствие 5–10–15 долларов. Делают себе такую процедуру смелые люди: во-первых, массаж проходит в вопиющих антисанитарных условиях, во-вторых,

профессионализм «мастеров» можно поставить под вопрос – Интернет изобилует страшными историями о причиненном таким массажем вреде: болями в спине, вывернутыми суставами и т.п. Поэтому лучше всего знакомиться с балийским ритуалом SPA в профессиональном салоне.

Балийский массаж не зря называют жемужиной массажей: он был создан на основе нескольких терапевтических стилей Востока и использует сочетание шведского массажа, акупунктуры и ароматерапии, индийской аюрведической медицины и действия уникальных растительных средств. В этой системе большое значение уделяется течению энергии в человеческом теле, философии «инь-ян», духовному аспекту массажа, состоянию любви, в котором мастер проводит сеанс.

Естественно, в салонах, которых на Бали неизмеримо количество на каждом курорте, условия проведения массажа лучше, и можно заметить некоторые особенности процедуры и условия ее проведения:

- перед процедурой дают выпить горячий имбирный чай – он ускоряет обменные процессы;

- в салоне и массажном кабинете играет расслабляющая музыка;
- в помещении царит уютная атмосфера, свет приглушен;
- можно выбрать не только стандартную программу, но и подобрать индивидуальную (этим занимается администратор);
- массаж длится разное количество времени: от 20 минут до нескольких часов;
- интенсивность работы проговаривается с каждым клиентом индивидуально, всего существует 3 градации: strong – сильные прикосновения, middle – средние, light – слабые;
- «короткий» массаж направлен на проработку отдельных зон тела: воротниковую зону, голову, руки, стопы;
- массаж, который длится более 40 минут, рассчитан на серьезную работу со всем телом, как правило, он включает в себя еще и водные процедуры.

Водная процедура – это либо душ с восхитительными лосьонами, шампунями, кремами, либо цветочная ванна – о ней стоит сказать отдельно. Представьте наполненную пеной до самых краев джакузи, в которой плавают яркие лепестки пахучих цветов. А теперь представьте, что ванна располагается на свежем воздухе, вы лежите в теплой, ароматной воде, спускаются сумерки вместе с ночными звуками, а над головой – бездонное небо с ослепительными звездами. Обычно такой расслабляющей процедурой заканчивается сеанс массажа.

Сама процедура медитативна, приятна и чрезвычайно эффективна. Начинается она, как правило, с омовения стоп в воде с цветами. Затем вы ложитесь на специальную кушетку, на которой и происходит этот несравнимый ни с чем балинийский ритуал SPA. Под тихую, невероятно успокаивающую музыку в комнате, освещенной маленькими светильниками и свечами, по телу начинают порхать руки мастера (в салонах также есть опция массажа «в четыре руки»). В целом особенности балинийского массажа следующие:

- он всегда учитывает закономерности движения энергии и принципы активации сосудов, поэтому он начинается с конечностей, идет к корпусу и заканчивается головой;
- общее направление движения – от ног к голове;
- комфортные нажимы вдоль энергетических меридиан приносят максимальное расслабление;
- энергичные и глубокие приемы следуют только после предварительной подготовки тела;
- работа с телом проводится абсолютно симметрично, все действия на одной стороне тела дублируются на другой.

Несложно догадаться, что балинийский массаж прекрасно успокаивает, снимает стресс, позволяет сбалансировать свое тело. Данный вид массажа эффективен при лечении спортивных травм, мышечных болей, мигреней, стрессе, беспокойстве или депрессии, может помочь даже при аллергии или астме – его воздействие очень глубоко, ведь в нем широко применяются акупрессура и методы рефлексотерапии.

С Бали рекомендую привозить разные виды массажного масла, особенно Frangipani – в Москве его не найти. Также советую везти крема, пилинги, маски для тела и прочие средства – этот остров не даром знаменит на весь мир великолепными SPA-уходами. Секрет чрезвычайной эффективности этих препаратов кроется в вековых традициях – местные женщины с древних времен применяли особые зелья, испытанные временем, называемые *jati*, рецепты которых передавались из уст в уста. Они создавались из тысячи растений и, естественно, состояли из «100% натуральных ингредиентов», а нам повезло, что состав кремов с древних времен практически не изменился.

На Бали, как и на других бальнеологических курортах, используются наиболее популярные методики лечения и восстановления организма. В основе этих методик лежит использование обычной воды с добавками эфирных масел, соли, фруктовые выжимки. Этот метод рекомендуется для стимуляции деятельности сердечно-сосудистой, нервной и эндокринной системы, а также при лечении заболеваний органов дыхания, пищеварения, кровообращения, ожирения. Можно сказать, что весь остров – это огромный бальнеологический и SPA-курорт в одном флаконе. Поэтому рекомендую выбирать лишь нужную вам атмосферу. Как известно, на Бали находятся шесть курортов, у каждого из которых свои особенности, ритм жизни и направленность. Естественно, на каждом из них вы сможете найти массажный салон, в котором можно сделать следующие процедуры:

- массаж: а) отдельной зоны тела, 15–30 минут, б) массаж всего тела от 40 минут;
- цветочную ванну (эта процедура может входить в предлагаемые салоном программы);
- маску на лицо и тело;
- пилинг лица и тела;
- маникюр и педикюр;
- уход за волосами.

Нуса-Дуа – безусловно, самый фешенебельный курорт, который располагается к югу от аэропорта. Здесь вас ждут лучшие пляжи, отели всех известных гостиничных сетей, частные яхты, неторопливый ход времени, шик и респектабельность, хорошие условия для занятий океанскими видами спорта и активного отдыха, открытые допоздна знаменитые галереи магазинов.

Джимбаран – больше всего рыбных ресторанов находится именно здесь, причем располагаются они на берегу океана. Вечерами на побережье, когда нет сильного ветра, загораются свечи, и туристы могут наслаждаться закатом под звуки волн, смешивающегося с музыкой и ароматами вкуснейших рыбных блюд (стоят они непривычно дешево). Удачное расположение на западе острова позволяет каждый вечер любоваться великолепными балийскими закатами.

Кута – самый тусовочный район Бали. Сотни отелей, ресторанов, баров, клубов, сувенирных магазинов и модных бутиков теснятся на 6-километровом отрезке земли. Обычно сюда приезжает молодежь со всего мира, чтобы весело провести время. Для тех, кто хочет спокойного отдыха, – следующий курорт.

Санур – самое первое побережье на Бали, оборудованное для туристов из Европы и Америки. В 30-е годы Санур был небольшим экзотическим курортом, куда особенно любили приезжать европейские художники. Сейчас сюда приезжают те, кто хочет спокойного отдыха. Теплая атмосфера, небольшие магазины, комфортные гостиницы, рестораны и кафе, виндсерфинг и кайтинг – все к вашим услугам. В Сануре настолько хорошо и спокойно, что именно здесь иностранцы скупают больше всего недвижимости.

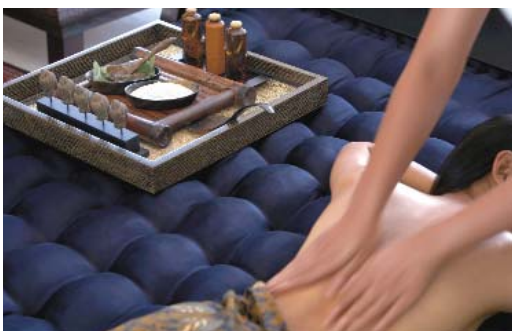
Лавина – здесь пляжи с черным песком, недорогими гостиницами и небольшое количество туристов, идеально подходит для уединенного отдыха. Здесь же находятся культурные достопримечательности. Правда, есть одно «но» (которое объясняет все преимущества) – ехать до места вам придется часов 6.

Убуд – курорт, расположенный в самом сердце острова, в окружении холмов, покрытых джунгля-

ми, рисовых полей и реки, протекающей между обрывистыми берегами. Пейзажи вокруг Убуда признаны самыми красивыми в Азии. Этот старинный город считается центром художественных ремесел и искусств Бали, является сосредоточением культуры – именно здесь можно приобрести картины, предметы интерьера или ювелирные украшения очень хорошего качества.

Во время поездки я встретила много людей, которые посещают этот остров уже не в первый раз – они возвращаются сюда за «зарядом здоровья», за новым опытом, ведь Бали – это невообразимые пейзажи, свежайшие рыбные блюда, невероятно полезные соки и экзотические фрукты, расслабляющая атмосфера, чрезвычайно эффективные и наполняющие энергией SPA-ритуалы. Говорят, однажды приехав на этот остров, Вы обязательно вернетесь сюда вновь: надеюсь, это так.

Евгения Казанская



SPA изнутри



Теперь, когда лучики солнца пригревают все сильнее, одежды на нас становится все меньше, а открытых участков все больше, самое время найти подход к своей красоте изнутри. Весной нехватка витаминов ощущается гораздо сильнее, чем в любой другой период года. Это чувствует и наша кожа – зеркало организма, поэтому обогатив рацион витаминами, мы увидим ее благодарный отзыв в виде улучшения цвета и структуры. К тому же, придерживаясь нехитрых правил, можно избавиться и от таких признаков авитаминоза, как быстрая утомляемость, крайняя раздражительность, слабость, сонливость, снижение работоспособности и др.

Конечно же, первое средство против авитаминоза – это витамины.

Мы можем найти их в продуктах:

Витамин С, аскорбиновая кислота. Отвечает за сопротивляемость организма к различным инфекциям. Содержится в цитрусовых, черной смородине, шиповнике, зелени, болгарском перце, яблоках, облепихе, клубнике и землянике, щавеле, картофеле, цветной и белокочанной капусте, бобовых. Разрушается в процессе кипения и после сушки.

Витамин D, кальциферол. Отвечает за процесс усвоения кальция, вырабатывается в коже под воздействием солнечных лучей. Содержится в рыбьем жире, икре, яичном желтке, красной рыбе, печени, сливочном масле, сметане, молоке. Этот витамин устойчив к повышенным температурам.

Витамин А, ретинола ацетат (пальмитат). Отвечает за зрение и формирование скелета. Содержится

в моркови, свекле, крапиве, тыкве, помидорах, красном перце, кукурузе, абрикосах. При недолгом кипячении не разрушается.

Витамин В₁, тиамин. Отвечает за функционирование нервной системы, участвует в обмене веществ. В небольшом количестве вырабатывается микрофлорой кишечника. Содержится в пшеничной муке высшего сорта, хлебобулочных изделиях, гречке, рисе, овсе, ржи, дрожжах, яичном желтке, орехах, бобовых, свинине и говядине.

Витамин В₂, рибофлавин. Отвечает за образование гемоглобина в крови, ускоряет заживление ран. Содержится в дрожжах, злаковых, свежих овощах, яйцах, молоке, мясе, рыбе. Разрушает этот витамин щелочная среда и ультрафиолетовые лучи.

Витамин Е, токоферол. Отвечает за функционирование мышечной системы, половых желез. Содержится в растительном масле, шиповнике, желтке, зеленых листьях растений. Разрушаются в щелочной среде.

Ежедневное меню в весеннее время должно быть разнообразным. Очень важно употреблять в пищу свежие овощи, фрукты и зелень. Хороши также свежесжатые фруктовые или овощные соки, например соки апельсина, моркови, томатов, тыквы. В некоторые соки неплохо добавлять мед. Отличной профилактикой авитаминоза является отвар шиповника. Шиповник – это один из самых богатых

витаминных источников, в нем содержатся витамины: А, В₂, Е, С, Р, К.

Кроме продуктового рациона, неплохо обзавестись баночкой с поливитаминами. При выборе витаминного комплекса обратите внимание:

1 не верьте средству, на упаковке которого написано, что 1 таблетка содержит абсолютно все витамины, найдите такое, где точно указано, какие именно витамины и микроэлементы и в каких количествах в нем содержатся;

2 не принимайте витамины на голодный желудок: они не усвоятся и вызовут неприятные ощущения;

3 витамин Е и бета-каротин лучше принимать с жирной пищей, другие запивайте соком или водой – это существенно усилит их эффективность. Надеюсь, советы помогут добавить жизненных сил организму в период весеннего авитаминоза, ведь весной мы должны расцветать и сиять вместе со свежей листвой и распускающейся навстречу солнцу природой.

Марианна Ихмальян

Чтобы сохранить витамины следует:

1. Хранить продукты в прохладном темном месте.
2. Не держать овощи, фрукты и зелень длительное время в воде.
3. Уменьшить время пребывания продуктов под солнечным или искусственным освещением.
4. Не нарезать продукты заранее.
5. Мясо и рыбу запекать в фольге.
6. При варке бобовых использовать воду, в которой они замачивались.
7. Квашеную капусту, соленые огурцы хранить в рассоле, под грузом.
8. Размораживать мясо при комнатной температуре, не помещая его в воду.
9. Овощи для варки погружать в кипящую воду и закрывать крышкой.
10. Минимизировать период термической обработки готовящихся продуктов.
11. Готовящееся блюдо не перемешивать слишком часто.
12. Употреблять блюда в пищу сразу, стараясь не хранить их.

IV МЕЖДУНАРОДНЫЙ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ФОРУМ

HEALTH|Life

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ MOSCOW

13-15 МАЯ 2010

Москва, МВЦ "Крокус Экспо"

WWW.LIFE-EXPO.RU
+7 495 980-95-42
life@forexpo.ru

Основные салоны Форума:

- Здоровое питание
- FitnessLife
- Натуральная косметика и средства
- Натуральная аптека
- Оборудование терапевтического назначения
- Мать и Дитя
- Альтернативная медицина
- Реабилитация и профилактика

Организатор

Совместно с

При поддержке

Информационные спонсоры

Моделирующая программа «Имбирный спрайт»

Весной все живое тянется к солнцу в надежде получить новые силы. Все чаще хочется показать ласковому солнышку свои красивые формы, еще чуть-чуть и многие потянутся на пляжный отдых.

А пока организм человека, испытывая витаминное голодание, нуждается в поддержке. Из-за замедленного обмена веществ обнаруживаются признаки лимфастаза, замедляется выработка коллагена и эластина, все это приводит к потере кожей тургора и красивого цвета, снижению эластичности и образованию целлюлита. Все это мало укладывается в представления о здоровой коже, но немного времени, хорошие программы ухода и руки профессионального косметолога сотворят чудо, и благодарный клиент еще не раз вернется к Вам.

Компания спа-консультант предлагает новую моделирующую программу «Имбирный спрайт»

Специалисты разработали программу продолжительностью 120 минут, которая позволит не только доставить огромное удовольствие клиенту, но и достичь следующих эффектов:

- активизация микроциркуляции, усиление обмена веществ,
- улучшение тока лимфы, детоксикация организма,
- мощный вывод лишней жидкости,
- ускорение притока новых питательных веществ и кислорода в клетки,
- укрепление тканей, стимуляция процессов в дерме, увеличение выработки коллагена и эластина,
- редукция целлюлита, похудение, усиление упругости кожи,
- длительное увлажнение, улучшение эластичности.

Программа состоит из следующих этапов:

Молочная ванна Апельсиновое наслаждение.

Клиент наслаждается ванной 30 минут, для усиления визуального эффекта в молочную ванну можно добавить сухие или натуральные цветы и травы. Если в салоне нет ванны, сауны или парной, начать процедуру с горячего душа.

Моделирующий скраб для тела с экстрактами имбиря и чили, форсколином и маслом апельсина подходит для очень сухой, чувствительной, обезвоженной кожи. Этот этап займет 30 минут. Нанести скраб на влажную кожу, после очищения не смывать.

Детокс-обертывание с белой глиной, экстрактами имбиря, чили и лимона займет 30 минут. На 20 минут наносится на кожу обертывание, клиент оборачивается в пленку и отдыхает 20 минут, для усиления эффекта желательно использовать термоодеяло. Затем остатки маски смываются водой или влажными горячими полотенцами.



Средства и расход:

- сахарный скраб для тела Имбирный спрайт Sranrom – 30–50 г
- моделирующая маска для тела Имбирный спрайт Sranrom – 30–50 г
- лосьон для тела Имбирный спрайт, 10–20 мл
- средство для коррекции контура тела Красный Перец Чили Sranrom – 5–10 г

Альтернатива:

- сахарный скраб для тела Карамбола и Дикий крыжовник Sranrom, Карамель SenSpa

Подтягивающий лосьон для тела Имбирный спрайт. Нанести лосьон на все тело.

Суперинтенсивный крем-уход с перцем чили только для проблемных зон. После использования увлажняющего лосьона, на 30 минут нанести крем-масло круговыми массирующими движениями только на проблемные зоны.

Средство для коррекции контура тела Красный перец чили активно воздействует на проблемные зоны, поэтому имеет стойкий эффект покраснения и жжения. Важно, чтобы у клиента не возникло недопонимание, для этого нужно рассказать об эффекте заранее и предварительно проверять клиента на чувствительность. Если после применения крема остается невыносимое ощущение жжения, снять жирным кремом или маслом. НЕ СМЫВАТЬ!

Зеленый чай или чай из лекарственных трав – заключительный этап процедуры, который следует проводить в релакс-зоне.

После процедуры клиент почувствует прилив свежести и сил, а действие активных веществ не замедлит порадовать желаемыми формами.

Периодичность: курс 10 процедур через 2–3 дня. Можно миксовать антицеллюлитные программы. Косметологи уже давно пришли к выводу, что после зимы кожа испытывает настоящий стресс. Комплексный подход к восстановлению кожи и моделированию «Имбирный спрайт» позволяет предложить Вашему клиенту полноценную программу и испытать на себе желаемый эффект.

Елизавета Чайкина

Моделирование фигуры: эффективная техника массажа и компрессионное бинтование с использованием высокоорганических грязей эльер



Александр Гончаров – врач, мастер массажных технологий, директор учебного центра Международной школы MegaSPA

Лечебные грязи (эльеры) – это природные коллоидальные органикоминеральные образования, обладающие высокой пластичностью, теплоемкостью и теплоотдачей, содержащие активные биологические вещества (соли, газы, витамины, ферменты, фитогормоны, гуминовые вещества и др.) и живые микроорганизмы. Эффект лечебных грязей обусловлен тремя факторами: механическим, температурным и биохимическим воздействиями. Наиболее главным и сильным считается химическое действие, благодаря которому компоненты грязи влияют на рецепторы кожи, а некоторые из них проникают через кожу в кровь и лимфу, оказывая гуморальное воздействие.

Эльер-грязи из Балдонского месторождения (Латвия) относятся к низинно-торфяным гумусовым грязям, образовавшимся в процессе полного разложения растительных и животных организмов, и обладают уникальным по своим свойствам составом. Эльер содержат от 80 до 95% высокоорганических соединений (единственные в мире грязи с таким высоким содержанием органических соединений) из них от 40 до 50% гуминовых веществ.

Отличительной особенностью органических эльер-грязей является высокое содержание таких микроэлементов, как медь, никель, магний, молибден, барий, селен, а также антиоксидантов, гуминовых

кислот, фитогормонов, аминокислот, ферментов, антибиотикоподобных веществ, жирных кислот, фенолов, битумов, лигнинов и других активных веществ.

Клинические результаты доказывают благоприятное воздействие активных ингредиентов органических эльеров на продление жизнеспособности клеток человека и их омоложение.

Биоминеральные компоненты грязей эльер:

- 1 положительно влияют на микроциркуляцию крови, состояние капиллярной системы и лимфоток;
- 2 ускоряют восстановительные и регенерирующие процессы;
- 3 активируют иммунную систему организма и адаптационные реакции;
- 4 насыщают организм микро- и макроэлементами;
- 5 выводят токсические и промежуточные продукты обмена веществ из клеток;
- 6 благоприятно влияют на функциональное состояние нервной системы, нейрогуморальные процессы, уменьшают степень сенсibilизации организма, изменяют свободнорадикальные процессы в тканях;
- 7 обладают выраженным противовоспалительным, рассасывающим, трофикорегенерирующим и анальгезирующим действием, инактивируют патогенные микроорганизмы на поверхности кожи.

Биохимический состав эльеров обеспечивает значительное усиление микроциркуляции крови и лимфы, выраженную местную гиперемию на проблемных участках и липолитический эффект, что позволяет эффективно применять грязевые обертывания и аппликации в антицеллюлитных процедурах, а также программах коррекции фигуры и похудения.

Существуют различные техники и методики проведения грязевых обертываний.

Различают общие и местные аппликации. При общих аппликациях грязь наносят на все тело толщиной 1–2 мм, за исключением, головы, шеи, области сердца. Местно грязевые аппликации наносятся только локально на проблемные зоны (живот, бедра, ягодицы) с последующим компрессионным обертыванием пленкой и эластичными бинтами. Для более выраженного эффекта и комфортности процедуры грязь предварительно подогревают до температуры 37–46°C.

Для повышения эффективности тонкослойных грязевых аппликаций рекомендуется сочетать их с антицеллюлитной моделирующей техникой массажа и компрессионным поэтапным обертыванием. Эта программа позволяет предварительно подгото-



Фото 1



Фото 2

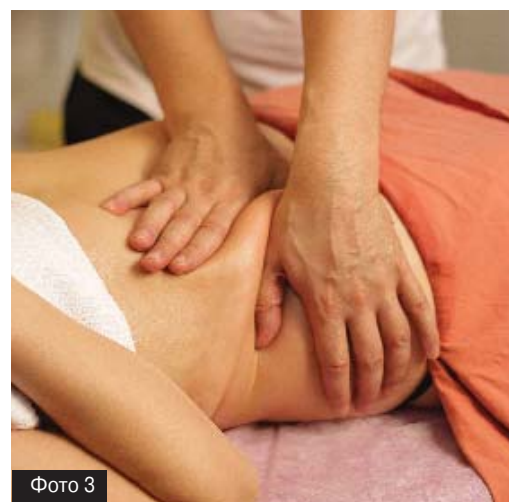


Фото 3



Фото 4

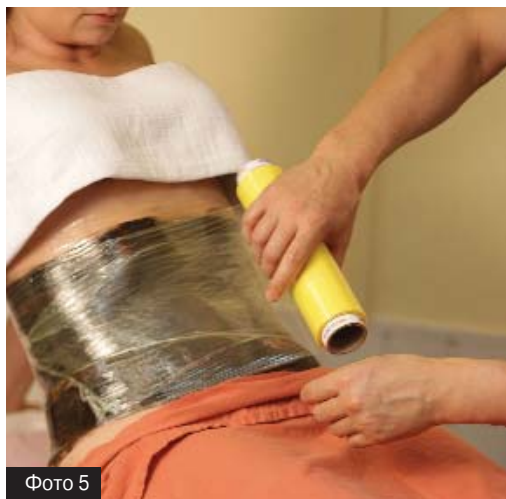


Фото 5

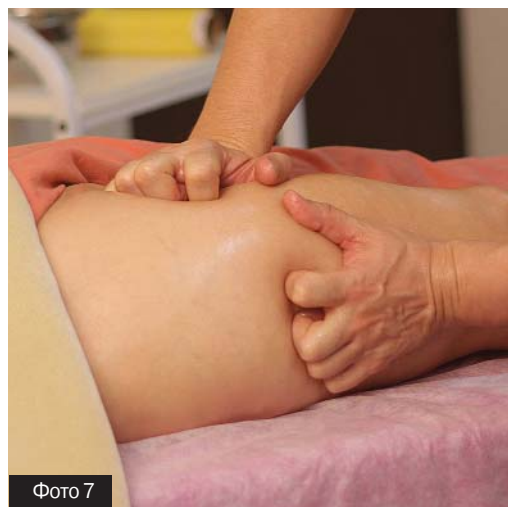


Фото 7

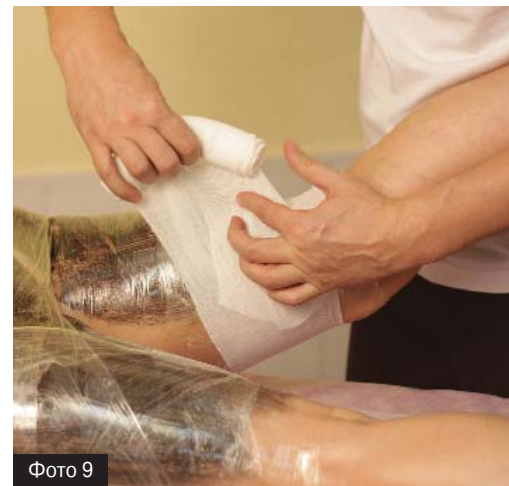


Фото 9

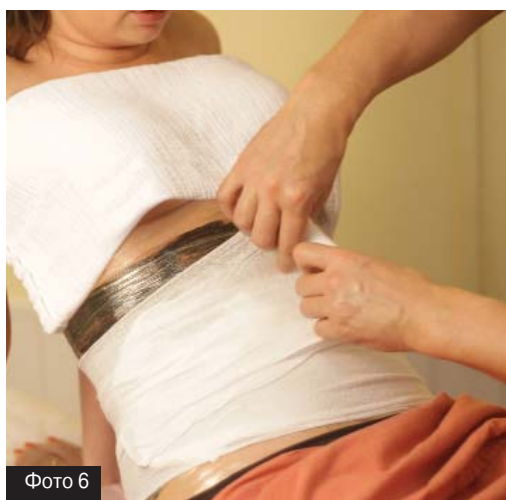


Фото 6

вить кожные покровы к воздействию грязей, многократно увеличить время контакта кожи с эльер, создать эффект «мышечной памяти», а щадящий тепловой режим позволяет расширить показания для эльеротерапии в косметологии.

Компания ELIER Cosmetic (Латвия) предлагает авторскую технику моделирующего массажа и компрессионного бинтования с применением натуральной косметики класса LUXE – ELIER UNIQUE на основе уникальных органических эльеров. Формулы препаратов разработаны специалистами Швейцарии.

ПРОТОКОЛ ПРОЦЕДУРЫ:

Клиент в положении лежа на спине

1 этап. Моделирующий массаж.

Нанесите на область живота антицеллюлитный гель (Deep Effect Anti-cellulite Gel), в состав которого входит карнитин, кофеин, экстракт водорослей и вытяжка эльер. Проведите поглаживающие движения и глубокие выжимания в лимфодренажной технике (фото 1). Затем сделайте моделирующий массаж живота, активно работая на подкожно-жировом слое, используя масло (Relaxing Massage Oil), в состав которого входят экстракты ромашки и шиповника, витамин Е и компонент эльер. (фото 2, 3). Используйте так же технику работы по напряженным мышцам (фото 4). Данная техника позволяет укреплять мышцы, интенсивно проработать подкожно-жировой слой и впитать активные растительные ингредиенты.

2 этап. Маска для тела.

На проработанную разогретую поверхность живота нанесите теплую маску эльер (Protective &



Фото 8

Nourishing Body Mask) тонким равномерным слоем. Маска из грязей эльер заметно улучшает кровообращение, подтягивает ткани, способствует быстрому похудению и обладает выраженным антиоксидантным и регенерирующим действием.

3 этап. Компрессионное обертывание.

Попросите клиента присесть, опираясь на руки. Проведите на выдохе обертывание полиэтилено-

вой пленкой всей поверхности талии, для сохранения тепла и влажности. Затем туго оберните зону эластичными бинтами, создавая определенное компрессионное давление. Компрессионное обертывание обеспечивает более высокую эффективность процедуры, так как мышцы живота будут находиться в состоянии напряжения и постоянной стимуляции (фото 5, 6).

4 этап. Поэтапная проработка проблемных зон.

Затем проведите массаж бедер, используя антицеллюлитный гель и массажное масло эльер. Нанесите грязевую аппликацию и туго оберните зону полиэтиленовой пленкой и эластичными бинтами. На этом этапе можно прорабатывать любую проблемную зону: руки, ягодицы, декольте и т.д. (фото 7, 8, 9).

5 этап. Завершение.

Сделайте массаж спины. Затем снимите с тела бинты и маску и нанесите на тело увлажняющие средства или антицеллюлитный гель.

Общее время процедуры составляет: 90–120 минут. Курс процедур составляет: 8–12 сеансов, 2 раза в неделю.



ИНТИМНАЯ ЭПИЛЯЦИЯ, или ОТКРОВЕННО О ДЕЛИКАТНОМ



Проблема удаления «ненужных» волос на теле стояла с давних времен. И наши мамы, и наши бабушки, и прапрапрадедушки проявляли чудеса изобретательности, пытались придумать какое-нибудь эффективное средство в борьбе с лишними волосами. Уже в Древнем Риме красавицы в банях-термах с помощью особого ритуала регулярно удаляли волосы на теле – их наматывали на грубую прочную нитку и резким движением выдергивали (об ощущениях история умалчивает). Кстати, этот принцип крутящегося механизма используется до сих пор, он, например, заложен в основу конструкции всех современных домашних депиляторов. Пальму первенства в том, что сейчас принято называть биоэпиляцией, никак не могут поделить между Нефертити и Клеопатрой. Легенда говорит, что одна из этих красавиц древности составила рецепт особой тягучей и липкой растительной массы, которая сначала наносилась на кожу, потом застывала и, наконец, удалялась вместе с волосками. Обитательницы гаремов тоже экспериментировали с разнообразными составами – смолами, травами и всевозможными минералами, – действие которых можно сравнить с эффектом от применения современных депиляционных кремов.

Проблема выбора

Весьма востребованной процедурой в салонах красоты является эпиляция зоны бикини, здесь весьма актуальны и интимные прически и глубокая эпиляция, которая требует особого ухода до, во время и после процедуры. Глубокая эпиляция подразумевает полное удаление волос вокруг наружных половых органов. Многие женщины прибегают к этой процедуре регулярно. Они утверждают, что идеально гладкая кожа придает им больше уверенности в собственной сексуальной привлекательности.

Для того чтобы подобрать оптимальный метод эпиляции зоны бикини, перед процедурой необходимо учитывать цвет, толщину и жесткость волос. Для удаления волос в этой деликатной зоне использу-

ют биоэпиляцию, лазерную эпиляцию, электроэпиляцию, фотоэпиляцию, а также комбинацию разных видов эпиляции для достижения лучшего результата, например можно сочетать лазерную эпиляцию и электроэпиляцию. К прямым противопоказаниям глубокой эпиляции зоны бикини относятся грибковые инфекции и онкологические заболевания. Если на кожных покровах есть повреждения, то эпиляцию также делать нельзя.

Эпиляция или депиляция?

Депиляция – процедура, когда удаление волоса производится без разрушения волосяного фолликула. Это бритье, выдергивание, химические депиляторы и биоэпиляция.

Цель эпиляции – устранение чрезмерного роста волос. Воздействие направлено на «корень зла» – волосяную луковицу и волосяной фолликул. В результате после полного курса процедур от нежелательной растительности избавляются навсегда.

Ваксинг

Несмотря на всевозможные технические новинки биоэпиляции, то есть удаление волос при помощи горячего воска и смол, по-прежнему остается самым популярным методом для глубокой эпиляции бикини. Биоэпиляция – это наиболее простой и наименее затратный способ. Удаление волос при помощи воска считается самым древним способом биоэпиляции. Этот метод называется ваксинг, от английского слова «wax» – воск. Восковая масса наносится на кожу, затем застывший воск быстрым движением сдергивается вместе с волосками. Эта процедура довольно болезненная, но неприятные ощущения длятся 5–10 секунд. В салонах исполь-

зуют воски со специальными добавками. Для обработки деликатной зоны бикини используют розовый воск.

Шугаринг (сахарная депиляция)

Такая депиляция производится кремами, в составе которых есть сахар или мед, иногда такой состав называют водорастворимым воском. Преимущество – способ не требует специальных приспособлений для разогрева воска, эпиляционных полос, кожа после процедуры быстро очищается. Для успешного проведения весьма болезненной процедуры длина волос должна быть не менее 6 мм. Главные преимущества биоэпиляции – доступность, умеренная болезненность, быстрота, более стойкий эффект. Есть редкие счастливицы, которым этот способ позволяет избавиться от нежелательных волос навсегда. Иногда отмечается незначительное уменьшение количества волос, иногда они после нескольких процедур становятся мягче и светлее.

Основной недостаток – процедура неизбежно затрагивает пушковые волосы, которые в ряде случаев перерождаются в темные и жесткие. Со временем проблема не решается, а усугубляется. Есть и еще один неприятный момент – случается, что волосы, которые выдерживаются «против шерсти», начинают расти под кожей, что вызывает раздражение и провоцирует воспалительные процессы. В экстренных ситуациях, когда необходимо удалить совсем коротенький «ежик» в несколько миллиметров, биоэпиляция бессильна. Период регенерации составляет обычно 2–5 суток, за это время обычно исчезают красные точки на месте удаленного волоса. Противопоказания – индивидуальная непереносимость отдельных веществ, входящих в состав депиляционной массы.

Энзимная эпиляция

В Европе сейчас популярна энзимная эпиляция, у нас она пока не очень известна. В ее основе – термохимическое воздействие на зону роста волос. Разработан специальный препарат, в состав которого входят особые ферменты – энзимы группы протеаз, – разрушающие зародышевые клетки волос и приостанавливающие их рост. Препарат наносится на проблемные зоны, затем на соответствующее место накладываются силиконовые ленты термобандажи. Далее в дело вступает компьютерная аппаратура, с помощью которой препарат быстрее проникает к волосяной луковице и активнее разрушает ее. В завершение оставшиеся видимые волосы удаляют воском при низкой температуре. Специалисты уверяют, что после каждой процедуры количество видимых волос неуклонно уменьшается, а оставшиеся в свою очередь перерождаются в менее заметные пушковые. Полный курс дает стойкий положительный эффект.

Противопоказания – обычные для всех видов эпиляции (заболевания кожи, папилломы, родинки, расширенные сосуды в зоне эпиляции) плюс индивидуальная непереносимость термотерапии и повышенная чувствительность к теплу.

Электроэпиляция

Метод электроэпиляции появился более ста лет назад. Это первый (и, как показывает время, далеко не последний!) способ избавления от нежелательных волос, в основу которого легли достижения науки и техники.

Принцип такой: через волосяной канал тончайшая игла-электрод вводится в фолликул, и зона роста волос уничтожается при помощи различных видов электрического тока путем электро- или термокоагуляции. Термины Flash и Blend чаще всего встречаются в рекламных объявлениях (приставки Super, New, Ultra и т.п. – это лишь различные варианты и модификации основных методов, принципиальных различий нет).

Flash предполагает воздействие переменным током высокой частоты, фолликул сжигается, и происходит это быстро и не очень больно, однако не всегда эффективно.

В системе Blend (смесь) сочетаются положительные качества термоллиза и электролиза. На волосяной фолликул идет двойная атака – его разрушает и высокая температура, и химическая реакция. Скорость удаления волос несколько меньше, чем у Flash-метода, да и болезненность чуть выше. Зато результат того стоит: перед Blend-системой не могут устоять волосы любого цвета и структуры. Flash-метод нельзя применять на лице и в зоне бикини, зато он очень эффективен на ногах и руках. Грамотно выстроенное лечение методом электроэпиляции избавляет от нежелательных волос навсегда. Кожа после любого вида электроэпиляции слегка краснеет и отекает, все это проходит в течение нескольких часов после процедуры. Чуть дольше на месте удаленного волоса остаются красные точки, на их месте примерно через двое суток образуются едва заметные корочки, которые быстро подсыхают и отваливаются.

Электроэпиляция и лазерная эпиляция зоны бикини – процедуры более современные. Однако одного визита к мастеру будет недостаточно, потребуется несколько процедур, повторяющихся через определенный промежуток времени. Опытный косметолог с помощью специального оборудования разрушает волосяные фолликулы, что вызывает прекращение роста волоса. Во время сеанса могут возникнуть непривычные ощущения, например жжение. Электроэпиляцию и лазерную эпиляцию зоны бикини проводят со специальными охлаждающими и обезболивающими гелями. Для обеспечения ожидаемого результата эпиляции бикини и ухода за кожей после глубокой интимной эпиляции подбирается специальная дерматологическая косметика.

Противопоказания – общие для всех видов эпиляции. Период регенерации составит 5–7 дней.

Ультразвуковая эпиляция

Это название не совсем точно отражает суть процедуры, так как в основе ее заключена депиляция воском. Своим названием методика обязана своей второй части, когда после ваксинга поверхность кожи обрабатывается специальными составами, молекулы и ионы которых с помощью ультразвукового воздействия доставляются затем в глубокие дермальные слои. Здесь они ингибируют (замедляют) процесс деления зародышевых клеток и даже частично нарушают волосяной фолликул за счет щелочного pH.

Ультразвуковой способ удаления нежелательных волос может быть весьма эффективным в тех случаях, когда конкретный волосяной аппарат обладает высокой чувствительностью к этим ингибиторам. Первые качественные изменения наблюдаются обычно примерно через двенадцать месяцев после начала процедур.

Лазерная эпиляция и фотоэпиляция

Изучать возможности светового луча для борьбы с нежелательными волосами начали лет сорок назад: выяснилось, что меланин – пигмент, содержащийся в волосе и луковице, поглощает свет более активно, чем окружающие ткани. Значит, следует сделать так, чтобы ненужное разрушилось, а нужное – кожа и другие ткани – осталось в целостности и сохранности. Над этой проблемой работали и работают медики вместе с физиками и компьютерщиками.

В арсенал врачей-косметологов сначала лазерная эпиляция и затем фотоэпиляция вошли сравнительно недавно – лет 15–20 назад. Главный вопрос, который волнует пациентов, это вредно или нет? Методы новые, но апробированные. Параллельно с терапией идут постоянные исследования, на основании которых врачи ответственно заявляют: причин для беспокойства нет.

Источник проблемы – упрямый фолликул – в данном случае подвергается воздействию лазерного луча. Воздействие локальное, быстрое (сотые доли секунды) и почти безболезненное, все преимущества метода очевидны. Но есть большой недостаток: хорошие результаты лазерная эпиляция дает на светлой коже с темными волосами. Кроме того, аппарат имеет небольшую рабочую поверхность, поэтому процедура занимает продолжительное время (чтобы полностью проэпилировать ноги, потребуется от 4 до 6 часов, а это чуть меньше, чем при электроэпиляции). Светлые волосы, темная или загорелая кожа – таковы на сегодняшний день реальные ограничения, хотя техника постоянно совершенствуется.

Клиники и салоны предлагают три вида лазеров – рубиновый и александритовый, диодный. Специалисты считают, что значительной разницы между ними не существует, по крайней мере для обычного потребителя. Противопоказания – дополнительно к общим повышенная светочувствительность.

Каковы же отличия лазерной эпиляции от фотоэпиляции? У светового луча другие физические свойства, однако принцип уничтожения фолликула примерно такой же, как при лазерной эпиляции. Процесс также контролируется умным компьютером: проанализировав цвет кожи и волос, он подбирает оптимальный режим, врач корректирует программу с учетом особенностей конкретного человека. На кожу перед процедурой наносится охлаждающий гель, который принимает на себя тепловую энергию, выделяемую при световой вспышке. Болезненные ощущения незначительные, легкое пощипывание, не больше. Одно уточнение: «убитый» волос выпадает не мгновенно, а через несколько суток. Потребуется немного терпения. Основное преимущество – фотоэпиляция устраняет волосы любого типа и цвета на коже любого оттенка, даже загорелой (!). И на любых участках тела, в том числе самых деликатных и интимных.

Времени на проведение фотоэпиляции уходит меньше, чем на лазерную: подмышки – 5 минут, зона бикини – 10 минут, руки – 40 минут, для полной процедуры на ногах потребуется 1–2 часа. Сначала необходимо сделать пробы, спустя 3–4 дня – саму процедуру и дать коже возможность восстановиться. Противопоказания те же, что и для лазерной эпиляции.



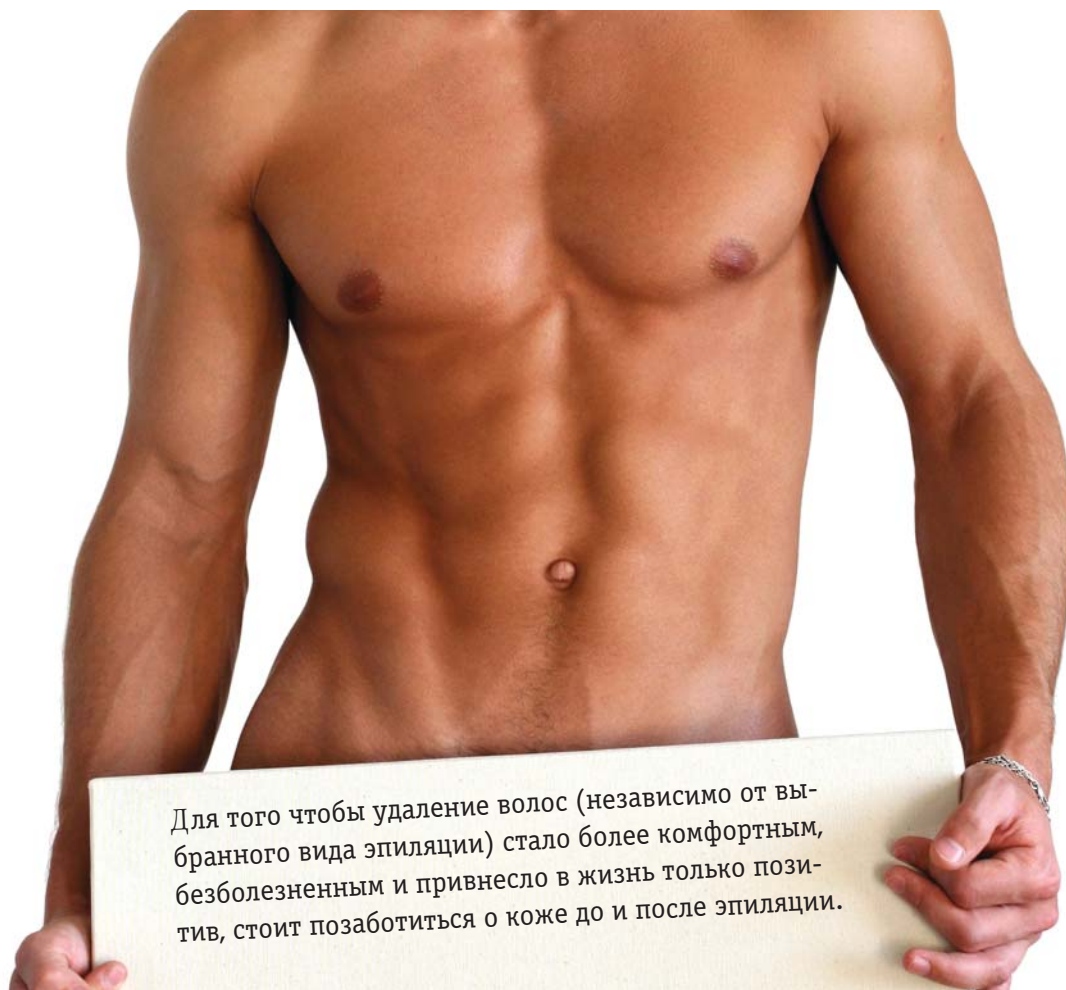
Уход за кожей после эпиляции

Проводить эпиляцию рекомендуется только на чистой, сухой и здоровой коже. Если есть хотя бы небольшое воспаление или раздражение, то эпиляцию лучше отложить.

Важным моментом, влияющим на качество процедуры и ее последствия, является выбор средств для интимной гигиены. Сегодня интимная гигиена индивидуализирована: это означает, что при выборе средств во внимание принимается пол, возраст и состояние здоровья. А это значит, что только Вы – специалист, способны помочь в выборе такого средства.

Первопричиной неприятных, а порой и болезненных ощущений дополняемых покраснениями и воспалениями кожи является интенсивное воздействие на довольно чувствительные волосяные фолликулы. Поэтому очень важно успокоить кожу, предотвратить покраснения и всевозможные воспаления. Перед проведением процедуры в салоне клиентке нужно предложить принять легкий душ или воспользоваться специальными салфетками для интимной гигиены.

Сразу после процедуры эпиляции кожу лучше продезинфицировать и успокоить, это позволит избежать неприятного зуда и появления красных пятнышек. Для этого подхо-



Для того чтобы удаление волос (независимо от выбранного вида эпиляции) стало более комфортным, безболезненным и привнесло в жизнь только позитив, стоит позаботиться о коже до и после эпиляции.

дят антисептические лосьоны со смягчающими и противовоспалительными добавками: алоэ, ромашкой, экстрактом зеленого чая. Посоветуйте Вашим клиентам ограничить применение косметики, в составе которой есть раздражающие вещества (спирт, скраб и т.п.), ограничить водные процедуры (баня, сауна, бассейн), не посещать солярий и не загорать на солнце до и после эпиляции, чтобы не раздражать кожу дополнительно. Также лучше сократить до минимума контакты с водой, для умывания и душа использовать умеренно теплую воду и специальные средства, предназначенные только для интимной гигиены.

Например, гель на натуральной основе – Эпиген интим. Гель для ежедневной интимной гигиены Эпиген интим содержит активированную глицирризиновую кислоту (экстракт корня солодки). Как известно, глицирризиновая кислота обладает мощным противовоспалительным и ранозаживляющим действием.

Компания-производитель геля Эпиген интим «Хеминова Интернасьональ С. А.», Испания, активировала молекулу глицирризиновой кислоты, что усиливает действие линии Эпиген интим в десятки раз.

Применение геля Эпиген интим быстро успокаивает кожу после интимной эпиляции, предотвращает появление раздражения и развитие воспалительных процессов.

Дополнительно в состав геля входит молочная кислота, которая восстанавливает естественный уровень pH интимной зоны.

Немаловажными являются гигиенические свойства: мягкая натуральная формула геля Эпиген интим нежно очищает, легко смывается, не образуя «пленки», обеспечивает ощущение чистоты и свежести в течение всего дня.

Для клиентов, которые имеют в анамнезе инфекции, вызванные вирусами простого герпеса, Varicella Zoster или вирусом папилломы человека, важно предупредить развитие данных заболеваний, провокацией которых может стать интимная эпиляция. Для профилактики данных заболеваний порекомендуйте дополнить уход спреем Эпиген интим.

При наружном применении препарат наносится на всю эпилированную поверхность с расстояния 4–5 см путем 1–2 нажатий клапана, что является оптимальной терапевтической дозой 3–5 раз в сутки в течение 10 дней или до заживления.

Порекомендуйте Вашим клиентам уделить внимание интимной гигиене, и они будут Вам благодарны за гладкую здоровую кожу.

Юлия Терехова

Слишком интимно, чтобы говорить об этом вслух

Эпиген Интим

Самые нежные зоны женского тела нуждаются в особой заботе. **Эпиген Интим** – линия средств для женского здоровья и красоты. Производится в Европе из экологически чистого сырья. Дарит Вам уверенность в себе и хорошее настроение.

- Поддерживает pH-баланс и микрофлору интимной зоны
- Устраняет раздражение и сухость
- Для ежедневного применения
- Без возрастных ограничений
- Подходит для использования в период беременности
- Рекомендовано ведущими гинекологами

Производитель: «Хеминова Интернасьональ С. А.», Испания,
Генеральный представитель в РФ: ООО «Инвар», Россия.

www.epigen.ru

Реклама, Товар сертифицирован. Рег. уд. № 77.99.1.1Y.658.1.07 от 31.01.2007



Обратите внимание клиента на способ применения спрея Эпиген интим: перед употреблением баллон следует встряхнуть. Важно также положение баллона: если при распылении его перевернуть вверх дном, пропеллент (газ-носитель) выходит из баллона без препарата, а после того, как он полностью выйдет препарат, останется внутри навсегда. Во избежание данной проблемы при применении следует держать его в вертикальном положении.

Аппаратная косметология в SPA-центре

В последние несколько лет в России, как и во всем мире, возросла популярность разного рода SPA-услуг. Все больше посетителей классических салонов красоты в поисках пути сохранения молодости, красоты и хорошего самочувствия открывают для себя SPA-терапию. Огромное количество SPA-косметики, SPA-процедур, SPA-салонов, SPA-отелей и курортов говорит о том, что SPA-составляющая стала неотъемлемым модным аксессуаром в индустрии красоты. Однако стремление к SPA – это не только дань моде. Ведь SPA – это целая культура водных процедур и ритуалов, зародившаяся в древнейшие времена и передававшаяся от месопотамцев, египтян и минойцев грекам и римлянам, а позже – японцам, туркам и европейцам.

Современное понятие SPA гораздо шире, в него теперь входят не только «водные процедуры», но и целый ряд косметологических процедур, которые вписываются в древнюю философию.

Мир SPA – это очищение как телесное, так и эмоциональное: восстановление гармонии, релаксация и изысканное удовольствие от деликатных прикосновений, чарующих запахов, нежных текстур косметических средств и обертываний. Поэтому к косметологическим процедурам в SPA-центре предъявляются особые требования. Во-первых, методика должна быть безопасной и практически не иметь противопоказаний, во-вторых, ощущения клиента во время проведения этих процедур не должны быть неприятными и тем более – болезненными.

Эти условия очень важны – ведь именно возможность отдохнуть и получить удовольствие и привлекает внимание клиентов к SPA-услугам. Времена, когда женщины могли часами терпеть боль и дискомфорт для того, чтобы улучшить свою фигуру или вернуть молодость и свежесть лицу, постепенно уходят в прошлое.

Но у специалистов возникает вопрос: а как же эффективность процедуры? Неужели кому-то нужны косметологические процедуры, единственным результатом которых являются релаксация и приятные ощущения?

Эффективность и удовольствие

Именно желание посетителей SPA-центров получать кроме релаксации еще и выраженные результаты по коррекции эстетических недостатков заставило «впустить» в SPA-салоны профессиональную косметику и аппаратную косметологию. Но ес-

ли косметические средства, даже с высокой концентрацией активных веществ, идеально вписываются в концепцию, то аппаратные методики далеко не все подходят для использования в SPA-центре. Какие же косметологические технологии обладают высокой эффективностью и при этом безопасны и комфортны для пациента?

Из электропроцедур к таким относятся микротоковая терапия и RF-терапия. Обе методики обладают высокой эффективностью и комфортны для пациента.

Микротоковая терапия обладает большими возможностями в программах ухода и омоложения лица: это и лифтинговые программы, и разглаживание морщин, и нормализация микроциркуляции, и противоотечные программы. Микротоки – одна из немногих методик, позволяющих работать с молочной железой. Микротоковые процедуры по телу включают и лечение целлюлита, и моделирование контуров тела, и восстановление тургора кожи. Возможность работать мануально с помощью специальных токопроводящих перчаток еще больше приближает микротоковую терапию к классическим массажным SPA-процедурам. Процедуры проводятся 2–3 раза в неделю, но результат можно увидеть и после первого сеанса.

RF-терапия также предлагает эффективные программы и по лицу, и по телу. Это так называемые RF-лифтинг (возможен и на лице, и на теле) и RF-липолиз. К сожалению, процедуры проводятся один раз в 7–10 дней, поэтому курс (8–10 сеансов) может занять несколько месяцев, но даже после первой процедуры RF-лифтинга по лицу хорошо заметны позитивные изменения.

Тем не менее необходимо уточнить: RF-терапия имеет ряд противопоказаний, которые не так су-



ществены для процедур по лицу, но их необходимо учитывать при назначении процедур по телу.

Прессотерапия идеально подходит для SPA-салона, но эффективность ее как монометодики не очень высока. Тем не менее превосходный дренажный эффект позволяет включать эту процедуру в различные SPA-программы по коррекции фигуры, существенно повышая их эффективность.

Ультразвуковые методы воздействия абсолютно комфортны и обладают большими возможностями в косметологии. Такая методика, как ультразвуковой пилинг, который можно проводить и по лицу, и по телу, может быть прекрасным подготовительным этапом перед любыми SPA-процедурами с использованием косметических средств, масок и обертываний.

Но ультразвуковые процедуры, включая сфокусированный ультразвук, обладающие дефибрирующим и антицеллюлитным действием, – наиболее эффективны в программах коррекции фигуры, хотя и они имеют противопоказания.

Совсем недавно к ряду аппаратных SPA-процедур добавилась технология французской компании LPG Systems – Эндермология, благодаря специально разработанным SPA-протоколам работы. Эндермология существует как запатентованная технология с 1986 года, за это время ее эффективность была многократно доказана. По сути Эндермология является механической стимуляцией мягких тканей, т.е. противопоказания к этой методике точно такие же, как и у массажа, широко применяемого в качестве SPA-процедуры. Таким образом, применение LPG-технологии позволяет получать яркие результаты по коррекции фигуры и омоложению лица при сохранении всех условий SPA-концепции.

Новые SPA-процедуры LPG

Новые протоколы LPG создавались специально для того, чтобы адаптировать технологии Липомассаж и Лифтмассаж к условиям SPA-центров. Перед разработчиками стояла непростая задача – сохранить максимальную эффективность процедур, но убрать все активные мануальные приемы, мешающие клиенту отдыхать во время процедуры. Кроме этого, необходимо было изменить параметры протоколов работы таким образом, чтобы было возможно получить видимые результаты в течение очень короткого промежутка времени. В условиях SPA-курортов или загородных SPA-отелей нет возможности отпускать 10 процедур с кратностью 1–2 раза в неделю – отдых в подобных учреждениях длится всего несколько дней, максимум – одну неделю. Благодаря 23-летнему опыту использования технологии Эндермология специалистам научно-методического центра LPG удалось найти оптимальное решение, удовлетворяющее всем требованиям, предъявляемым к аппаратным SPA-процедурам. В 2009 году были разработаны специальные протоколы работы, позволяющие с помощью комфортных релаксирующих процедур получать видимые результаты за 4–6 дней. Протоколы серии LPG ЭНДЕРМО-SPA предлагают процедуры для лица и тела, а также часовую процедуру полного ухода.

Процедуры для тела включают 4 программы для женщин:

- **SPA-Липомассаж** – для борьбы с локальными жировыми отложениями, не поддающимися ди-

там и физическим упражнениям. Процедура позволяет стимулировать рецепторы адипоцита и активировать липолиз.

- **SPA-Лечение целлюлита** – для устранения так называемой «апельсиновой корки».
- **Эндермо-Восстановление качества кожи** – процедура клеточной регенерации для восстановления тургора и упругости кожи.
- **Спа-Липоскульптура** – для ремоделирования контуров тела, восстановления симметрии, создания гармоничного силуэта.

И 3 программы для мужчин:

- **Эндермо-Моделирование** – для моделирования торса и борьбы с нежелательными жировыми отложениями в области живота, грудных мышц и спины.
- **SPA-Восстановление** – для восстановления после физических нагрузок или тяжелого рабочего дня.
- **Детоксикация и наполнение энергией** – для подготовки к физическим нагрузкам и наполнения тела энергией.

LPG SPA-процедуры по лицу также разделены на программы для женщин и для мужчин. Кроме это-



го, предлагается различный формат процедур от полного ухода, длительностью 40 минут, до экспресс-программ, которые можно включить в классические SPA-программы ухода за лицом. Такие экспресс-программы хороши для достижения максимального эффекта при решении определенной проблемы. Например, для женщин, помимо полных программ, таких как «Разглаживание морщин» – 30 минут, «Клеточное восстановление для лица, шеи, декольте» – 40 минут, «Восстановление овала лица» – 30 минут, предлагаются экспресс-процедуры «Лифтинг век» – 20 минут, «Сияние кожи» – 15 минут. Для мужчин разработаны специальные программы, такие как «Уменьшение нежелательных жировых отложений на лице», «Детоксикация и наполнение энергией» и другие, учитывающие и особенности «мужских» тканей и возможные различия в образе жизни.

LPG SPA-протоколы рекомендуют проводить процедуры 1–3 раза в день. Такой график, во-первых, идеально подходит для SPA-курортов и отелей, во-вторых, позволяет получить яркие результаты за несколько дней. Для SPA-салонов, работающих в обычном режиме, новые протоколы расширяют возможности: специалист может выбрать наиболее подходящую для конкретного клиента процедуру. Для посещающих салон регулярно и желающих получить более выраженный и стабильный результат это может быть классическая Эндермология, для тех же, кто ограничен во времени и хочет привести себя в форму в кратчайший срок, можно предложить SPA-протоколы с ежедневным посещением. Также возможно комбинировать эти процедуры, например, начать со SPA-протоколов, чтобы увидеть быстрый эффект, а затем продолжить в более спокойном режиме для улучшения и закрепления результатов. Или, наоборот, после завершения полного курса процедур перейти на поддерживающий режим, но с посещением не 1 раз в месяц по классическому протоколу, а 1 раз в неделю в сочетании со SPA-программой, что позволит совместить удовольствие и релаксацию с поддержанием и усилением результата от пройденного курса.

SPA в ногу со временем

Современный SPA-салон – это уже не только комплекс саун и гидромассажных ванн, как было совсем недавно. Это сложная система, включающая в себя и уход за руками, и лечение волос, и, конечно, программы коррекции фигуры и ухода за лицом. Зачастую оборудование в хорошем SPA-центре не уступает по своим возможностям и технологичности любой клинике эстетической медицины. Но самое главное в любом SPA-салоне или SPA-курорте – это та особенная аура спокойствия и отдыха, которая складывается из гармоничного интерьера и теплого приема каждого посетителя специалистами центра. Что же более важно – современные методики и оборудование или волшебство атмосферы SPA? К сожалению, на этот вопрос нет ответа, так как для успешного существования современного SPA-центра необходимы обе составляющие.

Аникина Юлия Николаевна, авторизованный тренер компании LPG Systems,
Кузина Лидия Борисовна, бренд-менеджер компании LPG Systems в России.

Вкусный уход или полезная экзотика



Обертывание свежими фруктами, овощами и ягодами – достаточно экзотическая процедура, которая в последнее время постепенно становится все более популярной.

Какие же фрукты, овощи и ягоды можно использовать для обертываний?

Клубника, бананы, манго, киви, абрикосы, персики, яблоки, лимоны, грейпфруты, апельсины, огурцы, кабачки, перец, морковь, салат, петрушка, сельдерей, тыква, дыня, топинамбур, малина, черника, брусника, смородина, вишня, клюква – вот далеко не полный перечень компонентов для обертываний.

Как действуют эти компоненты?

Все они восстанавливают естественную регуляцию кожи, подтягивают и тонизируют ее, а также являются релаксирующим средством.

Ягодный рай

Клубника способствует насыщению поверхностного слоя кожи влагой, а за счет натуральных фруктовых кислот – ее омоложению, регенерации. Так, обертывания из клубники со сливками или банана с киви обогащают кожный покров витамином В, который участвует в обновлении клеток, витамином С, способствующим синтезу коллагена, что и делает кожу упругой и эластичной. Кроме того, витамин С помогает мягкому отшелушиванию отмерших клеток, а в сочетании с витамином В стимулирует синтез эпидермальных клеток.

Фруктовая феерия

Смесь мягких абрикосов с молоком насытит кожу витамином А, также участвующим в обновлении клеток. Его нехватка часто приводит к обезвоживанию, шелушению и огрубению кожи, а также появлению пигментных пятен.

В авокадо, как и в бананах, много витамина В₆, который способствует обновлению кожи. При его недостатке замедляются процессы ее восстановления.

В киви и цитрусовых много витамина С, при помощи которого синтезируется коллаген, придающий коже упругость. Кроме того, будучи антиоксидантом, витамин С защищает организм от свободных радикалов. При дефиците этого витамина кожа теряет свежесть, выглядит потускневшей и вялой. Витамин Е богат все тот же авокадо. Мощный антиоксидант, он защищает кожу от окисления, вредных воздействий окружающей среды, солнечного излучения, а также стресса. Его нехватка приводит к сухости и шелушению кожи.

Большинство фруктов содержат витамин F, он ускоряет процесс восстановления тканей. Кроме витаминов, плоды богаты фруктовыми кислотами, которые эффективно удерживают в коже влагу, ускоряют отторжение омертвевших клеток эпидермиса и способствуют появлению новых. Содержащиеся в яблоках и лимонах натуральные кислоты

обладают сильным отшелушивающим эффектом, делают кожу чистой и свежей, что также помогает в профилактике прыщей. Помимо этого, кислоты благотворно воздействуют на сосуды и соединительную ткань. При стойких положительных свойствах фруктовые кислоты обладают и недостатком. Они могут вызвать раздражение чувствительной кожи. Таким образом, перед тем как приступить к процедурам с разными экзотическими фруктами, необходимо провести тест на чувствительность кожи.

Овощная сиеста

Обертывания из овощей также достаточно ценны и эффективны. Огурцы, кабачки, салат прекрасно тонизируют и питают кожу, снимают раздражение, освежают и наполняют влагой, предупреждая обезвоживание и увядание. Подходят для всех типов кожи, но особенно полезны для сухой, уставшей, с признаками преждевременного старения и подвергнутой чрезмерному ультрафиолетовому излучению.

Томаты обладают омолаживающим действием благодаря высокому содержанию янтарной кислоты и ликопена (являющихся мощными антиоксидантами) и органических кислот (активизирующих обновление клеток). Особенно подходят для жирной, комбинированной и увядающей кожи.

Соевые бобы – нейтрализуют действие свободных радикалов, увеличивая естественную защиту кожи, обладают увлажняющими и питательными свойствами.

Перец стимулирует кровообращение и расщепление жиров, тонизирует, делает кожу более гладкой и упругой, улучшает ее структуру, эффективно борясь с проявлениями целлюлита.

Самый ценный овощ – морковь. Этот рекордсмен по содержанию каротина (провитамина А), витами-



нов С, Е и группы В, калия и других полезных веществ, позволяет замедлить процессы старения кожи, ускоряя обновление клеток, интенсивно увлажняет и освежает, питает и оздоравливает кожу, придает ей легкий цвет загара. Для овощных обертываний также используют петрушку, сельдерей, тыкву, дыню, топинамбур и другие культуры. Широкий спектр воздействия этих средств позволяет составить курс обертываний индивидуально для каждого клиента.

Показания к применению: программы омоложения; программы коррекции фигуры; антицеллюлитные программы; программы коррекции возрастных изменений; программы тонизации организма; программы профилактики и оздоровления.

Противопоказания: нарушение целостности кожного покрова (в том числе обострение хронических кожных заболеваний); индивидуальная непереносимость ингредиентов, входящих в состав наносимого вещества; гипертония; тяжелые заболевания нервной системы; острые воспаления мочевых путей; лихорадочные состояния; онкологические заболевания; туберкулез; ишемическая болезнь сердца с нарушением ритма и проводимости; беременность; тромбозы.

Алгоритм процедуры:

1. Пилинг.

2. Обертывание. Фрукты (овощи, ягоды) для косметических процедур основательно моют и перетирают. Возможно смешивание со сливками, сметаной, молоком, солью, травяными отварами и другими природными компонентами. Перед процедурой обязательно делается аллерготест. При отсутствии аллергической реакции на тело мягко наносят кашицу из выбранных компонентов. Затем поверхность, на которую нанесена смесь, оборачивается специальной пленкой, накрывается простыней и одеялом (термоодеялом, фольгой). Время обертывания определяется в зависимости от задач процедуры.

3. Душ.

Продолжительность процедуры 15–25 минут. Курс 4–6 процедур.

Андрей Гребенников, Елизавета Чайкина

Смягчают кожу и снимают раздражение:
абрикосы, бананы, персики.

Увлажняют и повышают тонус:
малина, яблоки.

Тонизируют и сужают поры:
брусника, клюква, черника,
черная смородина, вишня.

Отбеливают: лимон,
апельсин, грейпфрут.



Перманентный макияж



Можно смело утверждать, что одновременно с человеком возникло его стремление улучшить свою внешность. Еще в пещерах первобытных людей были найдены палочки для подкрашивания губ и ресниц. В Древнем Египте, Вавилоне, Ассирии, Греции, Риме умело использовали декоративную косметику – мази, краски, притирания и настои лекарственных трав. В наше время стрессов и спешки извечное стремление женщины к красоте также велико, как и в Древности. Мы мечтаем выглядеть ухоженными и стильными при любых обстоятельствах и в любое время суток. Для тех, кто выбирает перманентный макияж, мечта становится реальностью.

Перманентный макияж необходим:

- если ресницы, брови и губы светлые от природы,
- при активном образе жизни: частом посещении бассейна, регулярных спортивных занятиях и путешествиях,
- хотите исправить заметную асимметрию лица, возрастные изменения,
- всем тем, кто стремится к совершенству и хочет идти в ногу со временем.

Перманентный макияж (татуаж, тату-макияж) – это метод цветовой коррекции формы губ, бровей, век, который позволяет, практически не травмируя кожу, создать желаемый рисунок лица, а также используется для коррекции послеоперационных шрамов, камуфляжа ожогов, реконструктивных пластических операций, витилиго, алопеции бровей. Это альтернатива для тех, кто страдает аллергией на косметику, а также для людей с чувствительной кожей.

Процедура широко разрекламирована на рынке услуг, и дефицита в клиентах, желающих ее получить, нет, однако это одна из наиболее ответственных процедур, за которую должен браться только

истинный профессионал. Важно понимать, чтобы провести такую процедуру качественно, нужно серьезно подойти к обучению, практике, подбору красок и аппаратуры. К сожалению, пока еще достаточно случаев непрофессионализма в выполнении процедур перманентного макияжа, это проявляется по-разному: размытые и смазанные линии на веках, неправильно выполненные контуры губ, изменение цвета бровей и т.п.

Татуаж – очень кропотливая, практически «ювелирная» работа. Самое сложное и важное в процедуре перманентного макияжа – правильная техника введения красителя. В это понятие входит необходимая глубина внесения пигмента, идеальный характер линий и равномерность прокрашивания.

Краска для перманентного макияжа не должна быть токсичной. Важно выбрать краску, обладающую следующими свойствами:

1 Стойкость и стабильность (должна сохранять целостный состав, а не распадаться на составные элементы; если состав не стабилен, татуировка «полиняет» или неожиданно изменит свой цвет).

2 Инертность (свойство, которое препятствует краске вступать во взаимодействие с кровью и тканевой жидкостью).

Качественная краска не может содержать галогеноорганических соединений: группу веществ, содержащих хлор, бром или йод, как известно, эти вещества очень токсичны, их воздействие на организм может повлечь за собой возникновение разных осложнений вплоть до онкологических заболеваний, которые имеют свойство проявляться даже по истечению некоторого времени.

Еще следует отметить вещества, содержание которых в красках вызывает массу споров: к ним относятся азокрасители, при распаде этих веществ образуются ароматические амины, которые крайне вредны, потому что являются канцерогенами. Целый ряд азокрасителей запрещен для использования в цивилизованных странах. Однако все же есть

и безобидные азокрасители, которые используют в пищевой индустрии и медицине.

Еще одним большим вопросом остаются тяжелые металлы, к которым относятся ртуть, свинец, мышьяк, хром, никель. Небольшое содержание этих веществ допустимо. К примеру, в красителях зеленого цвета обязательно будет присутствовать хром. Главным условием является концентрация, которая имеет строгие ограничения согласно нормативам.

В состав многих красителей входит глицерин. Это вещество не агрессивно по отношению к нашему организму, однако чистый глицерин может сильно высушить кожу. Чтобы воспрепятствовать этому, в хорошие красители добавляют воду.

Следует помнить, что если есть красители, то будут и растворители. К растворителям существует ряд довольно простых требований: максимум химической чистоты (без примесей) и минимальное количество компонентов: чем меньше перечень компонентов, тем меньше риск того, что они вступят во взаимодействие между собой, а также с кожей и краской.

Еще одним пунктом являются эмульгаторы, отдушки, консерванты. Для них также существует ряд требований: они должны быть протестированы и испытаны на токсичность, аллергенность и способность вызывать раздражения.

Наиболее качественными считаются краски, изготовленные на водно-алкогольной и глицериново-спиртовой основе.

Если краска прошла испытания на канцерогенность, эмбриотропность, сенсибилизацию, то практики считают, что такое средство достойно доверия.

Практические советы специалистов:

1. Пройдите обучение в школе с хорошей репутацией.
2. Отдавайте предпочтение более естественным тонам, поскольку экологичность таких красок заметно выше, чем у резких красных или желтых тонов.
2. Не стоит экономить на красителях, дорогие красители высокоочищены, поэтому достойны большего доверия.
5. Следите за сроком годности красителя.

Специалисты Европы никогда не используют для перманентного макияжа красители, предназначенные для простых татуировок. Однако в нашей стране такое случается, поскольку в отличие от специальных пигментов для татуажа лица, татуировочные краски стоят значительно дешевле. Причиной неудачного перманентного макияжа могут быть и другие ошибки: нарушение порядка технологий микропигментирования, работа на татуировочных аппаратах, несоблюдение самых простых правил гигиены и нестерильность инструментов и т.п.

При выборе красок для перманентного макияжа стоит обратить внимание на солидных производителей, таких как немецкий концерн Medium-Tech. На таких предприятиях продукция проходит сложнейшие многоуровневые тесты и проверки.

Прежде чем выбрать цвет пигмента, необходимо определить оттенок кожи. При выборе цвета для пигментации нужно всегда использовать контрастные тона, то есть при теплом оттенке кожи – холодный тон и, напротив, при холодном – теплый.

При подводке век и глаз выбор цвета достаточно прост. Чаще всего это черный, который считается классическим. Однако у женщин старше среднего возраста черный цвет может сделать взгляд слишком жестким. В этом случае предпочтительней антрацитовый с некоторой долей синего. Карие глаза делает выразительным шоколадно-коричневая подводка.

В зависимости от строения кожи восприятие красителя происходит по-разному. Сухая, обезвоженная кожа воспринимает его очень быстро. Жирная кожа, у которой обычно расширены поры, как правило, мало чувствительна – при пигментации, особенно в области бровей, воспринимает краситель только после повторного введения, к тому же введенный пигмент часто темнеет. Возрастная кожа краситель воспринимает быстро. Но на этой коже легко образуются гематомы.

Любой перманентный макияж – бровей, глаз, губ – выполняется по одной схеме. Прежде всего нужно

сделать эскиз. Форма, цвет, очертания должны полностью соответствовать вашим желаниям.

С помощью контурного макияжа можно изменить форму бровей, придать им правильный изгиб, представить их более густыми. Каждый волосок прорисовывается тонкими линиями, краски подбираются индивидуально, поэтому даже с близкого расстояния брови будут смотреться как свои собственные.

На веке линия контурного макияжа делается прямо в ресницах, придавая им густоту, а глазам выразительность. При желании можно немного изменить форму глаза – сделать ее более вытянутой, миндалевидной, а при необходимости приподнять опустившийся уголок.

Чаще всего женщины мечтают изменить свои губы: исправить асимметрию, скорректировать недостатки формы, подправить контур, изменить цвет, вернуть утраченную с годами яркость, увеличить или уменьшить их в размере.

После того как форма выбрана и прорисована карандашом, приступают к татуажу. Контур намечают несколькими точками. К примеру, намечают начало брови и где она заканчивается. Только после этого смывают карандаш, делают анестезию и начинают работать аппаратом.

Степень болевых ощущений индивидуальна и зависит от многих причин, в том числе от психоэмоционального состояния клиента. При использовании крема ЭМЛА для местной анестезии можно значительно уменьшить неприятные ощущения и сделать процедуру перманентного макияжа более комфортной.

Обезболивающее действие крема для поверхностной анестезии кожи ЭМЛА обеспечивается входящими в его состав компонентами – лидокаином и прилокаином, которые являются местными анестетиками. Местные анестетики, проникая в слои эпидермиса и дермы, вызывают анестезию кожи.

Подготовьте для своих клиентов памятки. Они могут содержать следующую информацию:

За 4–7 дней до процедуры:

- нельзя принимать любые тепловые процедуры – баня, сауна, массаж, солярий, прогревания.

В день процедуры:

- клиент должен быть спокоен,
- не следует употреблять алкоголь и кофе,
- не следует принимать обезболивающие средства,
- не рекомендуется делать перманент во время менструального цикла.

В течение 7–10 дней после процедуры перманентного макияжа с целью профилактики инфицирования и ускорения заживления:

- нельзя принимать любые тепловые процедуры – баня, сауна, массаж, солярий, прогревания;
- купаться в водоемах и бассейнах;
- употреблять алкоголь, особенно в 1–2-й день после процедуры;
- использовать другие ранозаживляющие средства, кроме рекомендованных специалистом.

До заживления:

- ни в коем случае нельзя сдирать или размягчать корочку,
- следует избегать попадания воды, если контакта с водой избежать не удалось, следует осторожно промокнуть корочку,
- нельзя пользоваться какими-либо косметическими средствами: мылом, тональным или любым другим кремами,
- обрабатывать корочку можно только медицинским вазелином.

Каждый раз дополняйте памятку информацией, касающейся конкретного клиента.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ КРЕМ ЭМЛА®
ДЛЯ ОБЕЗБОЛИВАНИЯ БОЛЕЗНЕННЫХ МАНИПУЛЯЦИЙ НА КОЖЕ
В КОСМЕТОЛОГИИ

эмла®

- НЕЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ ХИРУРГИЧЕСКИЕ МАНИПУЛЯЦИИ НА КОЖЕ (УДАЛЕНИЕ БОРОДАВОК, РОДИНОК)
- ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ
- КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА
- УДАЛЕНИЕ ВОЛОС
- КОЛЛАГЕНОВЫЕ ИНЪЕКЦИИ

И ДРУГИЕ
БОЛЕЗНЕННЫЕ
ПРОЦЕДУРЫ

Зачем терпеть боль?



АстраЗенека®

Доступен в аптеках без рецепта врача
119334, Москва, ул. Вавилова, д. 24, стр. 1, тел.: +7 (495) 799-56-99
факс: +7 (495) 799-56-98 www.astrazeneca.ru

Имеются противопоказания.
Перед применением ознакомьтесь с полным текстом инструкции.

Степень анестезии зависит от дозы препарата и длительности аппликации. После нанесения крема на кожу на 1–2 ч продолжительность анестезии после снятия окклюзионной повязки составляет 2 ч. Этого времени более чем достаточно для завершения тату-макияжа.

Таким образом, чтобы получить адекватную анестезию при проведении перманентного макияжа, следует нанести крем ЭМЛА под окклюзионную повязку (клеющиеся пленки, которые расположены в коробке с кремами или пищевую пленку) и подождать 1 час.

Это даст возможность значительно уменьшить болевые ощущения от уколов при проведении перманентного макияжа.

Ограничений в применении крема ЭМЛА немного. Нельзя применять его при наличии метгемоглобинемии, а также при повышенной чувствительности к местным анестетикам амидного типа или другим компонентам препарата. Следует соблюдать осторожность при нанесении крема ЭМЛА вблизи глаз, поскольку препарат вызывает раздражение роговицы.

Стоит еще раз подчеркнуть, что удобство и простота применения крема ЭМЛА сочетаются с безопасностью и эффективностью данного способа обезболивания. Таким образом, это наиболее рекомендуемый способ местной анестезии при тату-макияже.

На последнем этапе наносится гель-фиксатор. Благодаря ему формируется защитная корочка. Расскажите клиенту о том, что после сеанса обработанные участки покраснеют и отекут. Не очень сильно отекает область брови, сильнее область глаз – возможен отек верхнего века, больше всего отекают губы. Покраснение и отек в области обработанного участка – нормальное явление, они обычно проходят спустя несколько дней. Также из-за образования корочки цвет кажется значительно темней и интенсивней.

Назначьте повторный прием через 10–14 дней. Нужный результат обычно достигается в 2–3 этапа, особенно если речь идет о губах.

Противопоказаниями для перманентного макияжа являются – диабет, плохая свертываемость крови, склонность к образованию келоидных рубцов, повышенная аллергическая реакция, высокое кровяное давление, прием препаратов с витамином А, беременность, лактация, онкообразования, гепатит (все формы), ВИЧ, воспалительные реакции на коже.

Тем, у кого часто обостряется герпес, за 2–3 дня до процедуры татуажа рекомендуется прием ацикловира или валтрекса в профилактической дозе. За 2 часа до процедуры рекомендуется любой антигистаминный препарат (klaritin, tavegil, эриус) для предупреждения возникновения возможной аллергической реакции на пигмент.

Обязательно обсудите с клиентом, каких результатов он ожидает от тату-макияжа, какую форму и цвет предпочитает. Предложите заключить письменное клиентское соглашение, сделайте фотографии. Соглашение и фотографии до и после сеанса являются документом, защищающим права и мастера, и клиента. Также рекомендуется заключить договор страхования от риска, где должно содержаться точное описание предстоящей процедуры перманентного макияжа.

«Срок жизни» перманентного макияжа зависит от состояния кожи и ее способности к регенерации (восстановлению), от того, как вы будете за кожей ухаживать и насколько активно загорать. Как правило, интенсивность красителя «блекнет» после 3–5 лет.

Итак, татуаж – это способ быть красивой, не тратя время на ежедневное нанесение макияжа. Для того чтобы конечный результат устроил Вас и вашего клиента на все 100%, станьте грамотным мастером, используйте только качественные красители и аппаратуру, сделайте процедуру менее болезненной. Пусть проведенный Вами перманентный макияж подчеркнет достоинства и поможет справиться с недостатками.

Д.В. Игнатьев,
врач-дерматокосметолог

Оформление подписки через редакцию для ФИЗИЧЕСКИХ ЛИЦ на журнал «Массаж. Эстетика тела»

ЗАПОЛНИТЕ подписной купон, извещение и квитанцию
ПЕРЕЧИСЛИТЕ деньги на указанный расчетный счет
по приложенной квитанции
ОТПРАВЬТЕ заполненный подписной купон и копию квитанции об оплате
по факсу: (495) 926-29-83
или по почте: Москва, 127055, а/я 37



ПОДПИСНОЙ КУПОН

ДА, я хочу подписаться на 4 номера
журнала «МАССАЖ эстетика тела»

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Телефон _____

АДРЕС _____

Индекс _____

Город _____

Улица _____

Дом _____

Корпус _____

Квартира _____

Доставка почтой осуществляется ФГУП «Почта России».

ООО «Провизоринформ» не несет ответственности за сроки прохождения корреспонденции.

Цена действительна только на территории РФ.

В цену включена доставка.

Извещение	ООО «Провизоринформ» ИНН 7722280800 КПП 771001001 Р/с 40702810700001404386 в ЗАО «РАЙФФАЙЗЕНБАНК», г. Москва К/с 30101810200000000700 БИК 044525700		
	Платательщик _____		
	Адрес (с индексом) _____		
	Назначение платежа		
	Вид платежа	Дата	Сумма
Кассир	Подписка на журнал «МАССАЖ эстетика тела» на 4 номера		600 руб.
	Подпись платателя _____		
	ООО «Провизоринформ» ИНН 7722280800 КПП 771001001 Р/с 40702810700001404386 в ЗАО «РАЙФФАЙЗЕНБАНК», г. Москва К/с 30101810200000000700 БИК 044525700		
	Платательщик _____		
	Адрес (с индексом) _____		
Квитанция	Назначение платежа		
	Вид платежа	Дата	Сумма
	Подписка на журнал «МАССАЖ эстетика тела» на 4 номера		600 руб.
	Подпись платателя _____		

ЭЛИТНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОСМЕТИКА
YON-KA, PARIS

YON
KA[®]
PARIS

Высокий стиль... Немеркнущая красота...
Магия истинного совершенства.



Эксклюзивный дистрибьютор
на территории России – компания MegaSPA

4 совершенные коллекции
от YON-KA:

- Гамма препаратов по уходу
за лицом
- Препараты для тела
- "Солнечная коллекция"
- Инновационная коллекция
YON-KA for Men

the alchemy of pure wellness



ELIËR Unique

натуральная ЕСО-косметика
класса LUXE для лица и тела

на основе уникальных органических эльеров

Elïer. Take the best from the life.

Формулы косметики ELIËR Unique разработаны
специалистами Швейцарии.

SPA-процедуры специально созданы для ELIËR
Cosmetics Международной Школой
Косметологии CIDESCO.

В школе MegaSPA проводится обучение
фирменной методике моделирующего массажа по телу
и классическому ELIËR массажу по лицу.



Эксклюзивный дистрибьютор косметики ELIËR Unique на территории России — компания MegaSPA

ЛУЧШЕЕ ДЛЯ ИЗБРАННЫХ

MEGA SPA

Мультибрендовая
компания MegaSPA
www.megaspa.ru,
info@megaspa.ru

Москва,
ул. Архитектора
Власова, д.3.
Тел.: (495) 737-75-05
(многоканальный)

Адресное воздействие ИНТЕРАКТИВНЫХ СИСТЕМ «НАТИНУЭЛЬ» на основные механизмы инволюционных изменений кожи

Изучением причин и биологических механизмов старения организма занимается достаточно молодая наука – геронтология. Существует множество факторов, лежащих в основе процесса старения в целом и инволюционных изменений кожи в частности, что нашло отражение в основных теориях старения.

Согласно классификации, предложенной Шульцом Алленом, выделяют стохастические (вероятные) и генетические теории старения.

Классификация теорий стохастического (вероятного) старения (Schulz-Aellen, 1997)

- Теория соматических мутаций – соматические мутации нарушают генетическую информацию и уменьшают функцию клеток
- Катастрофа ошибок – ошибки процессов транскрипции и/или трансляции уменьшают эффективность клеток
- Повреждения ДНК, репарация ДНК – повреждения ДНК постоянно репарируются различными механизмами. Эффективность репарации положительно коррелирует с продолжительностью жизни и уменьшается с возрастом
- Повреждения белков – конформационные нарушения белков и ферментов (перекрестные сшивки) повреждают функцию клетки
- Перекрестные сшивки – химические перекрестные сшивки важных макромолекул (например, коллагена) приводят к нарушениям функции клеток и тканей
- Износ – накопление повреждений в течение жизни уменьшает эффективность организма

Классификация теорий запрограммированного старения (Schulz-Aellen, 1997)

- Генетические теории – старение вызывается запрограммированными изменениями экспрессии генов, или экспрессией специфических белков
- Гены смерти – существуют гены клеточной гибели
- Избирательная гибель – гибель клетки обусловлена наличием специфических мембранных рецепторов



- Укорочение теломер – укорочение теломер с возрастом *in vitro* и *in vivo* приводит к нестабильности хромосом и гибели клеток
- Нарушения дифференцировки – ошибки в механизмах активации-репрессии генов, приводящие к синтезу избыточных, несущественных или ненужных белков
- Накопление «загрязнений» – накопление продуктов метаболизма снижает жизнеспособность клеток
- Нейроэндокринные теории – недостаточность нервной и эндокринной систем в поддержании гомеостаза. Потеря гомеостаза приводит к старению и смерти
- Иммунологическая теория – определенные аллели могут увеличивать или сокращать продолжительность жизни
- Метаболические теории – долголетие обратно пропорционально скорости метаболизма
- Свободнорадикальная теория – долголетие обратно пропорционально степени повреждения свободными радикалами и прямо пропорционально эффективности антиокислительных систем
- Часы старения – старение и смерть являются результатом предопределенного биологического плана
- Эволюционные теории – естественный отбор устраняет индивидуумов после того, как они произведут потомство.

На сегодняшний день, обобщив данные разных теорий, мы приходим к выводу, что нужно говорить о универсальной теории старения. Работа любой системы на клеточном и субклеточном уровне сопровождается случайными ошибками, в результате чего образуются свободные радикалы и другие побочные продукты метаболизма, повреждаются мембранные и генетические структуры клеток, происходит гликозилирование структурных белков, образование между ними поперечных сшивок и т.д. В результате нарушается нормальное функционирование клеток, что в конечном итоге ведет к старению организма.

Таким образом, старение является очень сложным процессом, объединяющим множество патофизиологических механизмов. Разработка геропротективных методик, улучшающих состояние и внешний вид кожи, является одним из важнейших направлений геронтологической дерматокосметологии.

Важную роль в решении ряда проблем играет применение пилингов.

Геропротективный эффект поверхностных пилингов «Натинуэль» обусловлен биологическими свойствами органических кислот и заключается в следующем:

- уменьшение толщины рогового слоя, устранение гиперкератоза благодаря ослаблению когезии между корнеоцитами;
- активация пролиферации и дифференцировки клеток базального слоя эпидермиса;
- активация синтеза межклеточных липидов рогового слоя, улучшение влагоудерживающих характеристик рогового слоя;
- противовоспалительное, антиоксидантное действия;
- стимуляция митотической активности фибробластов, увеличение синтеза ГАГ, коллагена, эластина и фибронектина;

Методика Интерактивности (или «Взаимодействия») с использованием систем «Натинуэль» предполагает адресное воздействие веществ с определенными заданными свойствами на основные механизмы, лежащие в основе инволюционных изменений кожи; это стало возможным благодаря использованию нанотехнологий – использованию двух наносистем транспорта активных компонентов к клеткам дермы: наноконцентрации циклодекстрин-биомолекула (его размер варьируется в диапазоне 2 нм) и наносом с липидной оболочкой.

В наноконцентрациях активные ингредиенты повышают и дольше сохраняют свою физиологическую активность, менее уязвимы для воздействия внешних факторов и лучше переносятся кожей.

Также в препараты включены пептиды, отличающиеся способностью особым образом влиять как на анаболические, так и на катаболические процессы старения.

Таким образом, применение Интерактивных уходов «Натинуэль» для коррекции инволюционных изменений кожи позволяет получить структурное «омоложение» и значительное улучшение внешнего вида кожи как при биологическом, так и при фотостарении благодаря возможности избирательного воздействия на основные биологические механизмы регуляции процессов старения.

Александр Ковалев,
врач дерматокосметолог, к.м.н.,
член А.М.И.А.



**Радикальная перемена
в представлении о косметических средствах**

Инновационная биоцетвтика – наиболее оптимальная программа омоложения кожи. Биоцетвтические препараты обладают высокой биохимической активностью и точным секторным воздействием. Оказывают антивозрастное, разглаживающее морщины действие, по эффективности превосходящее любое косметическое или космецетвтическое средство. Способствуют биологическому омоложению и изменению межклеточного пространства GDE и обновлению всего эпидермиса и дермы. Воздействуют на биохимические механизмы, которые влияют на образование мимических морщин. День за днем достигается структурное омоложение кожи, которое постепенно становится очевидным благодаря заметному улучшению внешнего вида кожи.

«NATINUEL» Научный Проект Итальянской Ассоциации Медиков (A.M.I.A.), специализирующихся в области антивозрастной терапии.

Представители марки «NATINUEL» в России
г. Москва: ООО «Параизо Косметик», тел.: +7 (499) 27-138-27, +7 (495) 542-08-22
г. Новосибирск: ООО «Примавера», тел.: +7 (383) 212-47-27, +7 (383) 222-28-20
г. Санкт-Петербург: ООО «Таир», тел.: +7 (812) 234-45-38, +7 (904) 619-39-94
г. Краснодар: СК «Студио SP», тел.: +7 (918) 17-99-777, +7 (918) 470-86-67

Дополнительную информацию по сотрудничеству и о тематических обучающих семинарах Вы можете получить в офисах Представителей марки «NATINUEL» в России.

Реабилитация пациентов в период регенерации после дерматокосметологических процедур

Значительное число дерматокосметологических процедур сопряжено с первичным повреждением эпидермиса, дермы. Большинство осложнений, развивающихся в результате ятрогенного вмешательства, являются неспецифическими и формируются как в результате непосредственного повреждения целостности кожного покрова, так и в результате развития воспалительной реакции. Грамотная подготовка кожи и ведение реабилитационного периода позволяет значительно снизить риск развития осложнений.

Все ожидаемые реакции и осложнения, возникающие в постпилинговый период, можно разделить на следующие:

- 1) Немедленные реакции, возникающие на 1–14 день после процедуры
- 2) Реакции, возникшие в период регенерации появляющиеся на 2–6 недели после процедуры
- 3) Стойкие изменения, сформировавшиеся после периода регенерации – 3–10 неделя реабилитации.

В данной статье речь пойдет о реакциях, возникших в период регенерации (2–6 нед).

Персистирующая эритема

Данное осложнение чаще всего наблюдается при проведении срединных, глубоких пилингов и лазерной шлифовки у пациентов с телеангиозтациями.

В случае развития персистирующей эритемы рекомендуется:

- Избегать инсоляции, физической нагрузки, посещения сауны. Необходимо исключить применение алкогольных напитков (особенно красного вина), острой, пряной пищи, маринадов.
- Омега-3 – полиненасыщенные жирные кислоты, значительно повышает эластичность сосудистой стенки и предотвращает появление новых телеангиозтаций. Рекомендуется для применения как в период предпилинговой подготовки, так и в период реабилитации
- «Сосудистые препараты» также необходимый компонент терапии персистирующей эритемы. Наиболее эффективными являются Гепатромбиновая мазь/гель, Лиотон гель, Арника крем
- Фотокоагуляция. Проведение фотокоагуляции рекомендуется не ранее чем, через 2–3 месяца после пилинга. Интенсивность светового потока под-

бирается индивидуально, исходя из фототипа и чувствительности кожи. Количество сеансов не менее 3-х, с периодичность – 1 раз в месяц.

- Микротоковая терапия – улучшает микроциркуляцию и лимфоотток, уменьшает выраженность эритемы, активизирует регенерацию тканей после химического пилинга, шлифовки кожи. Проведение микротоковой терапии возможно и рекомендуется уже с первых дней постпилингового периода.

Поствоспалительная гиперпигментация

Причина развития поствоспалительной гиперпигментации – усиление синтеза меланостимулирующего гормона кератиноцитами. Иницирующим фактором данной реакции является воспаление, возникающее при поведении химического пилинга или дермабразии, а не избыточная инсоляция в период реабилитации. Наиболее типично развитие поствоспалительной гиперпигментации при проведении срединного химического пилинга и лазерной шлифовки у пациентов гиперпигментациями или с IV–V фототипом кожи.

Для снижения риска формирования поствоспалительной гиперпигментации рекомендуется:

1. Тщательный отбор пациентов. При коррекции гиперпигментаций, хлоазм и пр. предпочтение следует отдавать пилингам ретиноевой, азелаиновой, молочной, лимонной, гликолевой кислотам.
2. Перед срединным пилингом или лазерной шлифовки коже у пациентов с IV–V фототипом кожи рекомендуется проведение предпилинговой подготовки в течение 1 месяца. С этой целью используются ингибиторы тирозиназы: ретиноевая кислота (0,025–0,05%), койевая кислота (3–5%), азелаиновая кислота (5–30%), арбутин, глабридин, аскорбиновая кислота (L-аскорбиновая к-та, аскорбил-2-фосфат магния), N-ацетилцистеин, фуруриладенин

В постпилинговый период обязательно применение

- Противовоспалительной терапии (цинк, бисабол, траумель и пр.)
- Антиоксидантов
- Ингибиторов тирозиназы

В случае возникновения поствоспалительной гиперпигментации, для отбеливания рекомендуется:

- Поверхностный химический пилинг ретиноевой, азелаиновой, молочной и пр кислотами
- Косметические средства и лекарственные препараты, содержащие гидрохинон (2–4%)
- Фонофорез с аскорбиновой кислотой (10–20%)

Себорея, Милиумы, Обострение акне

Чаще данное осложнение наблюдается при проведении срединных и глубоких пилингов, дермабразии и лазерной шлифовки у пациентов с жирной кожей.

Лечение как правило не требуется, т.к. в 90% случаев наблюдается уменьшение себопродукции через 2–3 месяца после проведения процедуры. При необходимости возможно назначение себосупрессоров: Аевита (по 1 капсуле 2 раза в сутки в течение 1–3 месяцев), Цинктерала или Цинкита (по 1 таблетке 2 раза в сутки в течение 1–2 месяцев). При появлении воспалительных акне-элементов в зависимости от тяжести и распространенности высыпаний рекомендуется проведение антибактериальной (вибромицин, вильпрафен, зинерит), противовоспалительной (Куриозин гель) и себосупрессивные лекарственные средства. Следует обратить внимание, что в постпилинговый период не рекомендуется назначение препаратов, содержащих азелаиновую, ретиноевую кислот, бензоилпероксид.

Повышенная чувствительность кожи

Формируется чаще всего у пациентов с тонкой кожей, со сниженной регенерацией. Повышенная чувствительность кожи может сохраняться в течение 6–12 месяцев. Для восстановления рекомендуется проведение микротоковой терапии, длительное применение косметических кремов в состав, которых входят масла ши, бурачника, кукуи ореха, черной смородины, примулы вечерней, косточек винограда, а также омега-6, церамиды, фосфолипиды, воски, репаранты и гидратирующие вещества (гиалуроновая кислота, экстракт плаценты, пантенол и пр.)

Демаркационная линия

Демаркационная линия – осложнение при проведении срединно-глубоких и глубоких пилингов, дермабразии и лазерной шлифовки у пациентов с толстой, пористой кожей. Именно в этом случае формируется четкая граница между двумя зонами. Для сглаживания границы проводятся поверхностно-срединные пилинги и микрокристаллическая дермабразия.

Расширение пор

Нередкое осложнение у пациентов с себореей при проведении лазерной шлифовки или дермабразии. Косметической коррекции не подлежит.

Таким образом, прогнозирование и правильное ведение пациентов в период реабилитации позволит значительно снизить риск развития осложнений.

Ожидаемые реакции и возможные осложнения после ряда косметических процедур, возникшие в период регенерации 2–6 неделя после процедуры				
Ожидаемые реакции / возможные осложнения	Химические пилинги		Мезотерапия	Удаление новообразований
	Поверхн.	Средин Глубок		
Персистирующая эритема	-	+	-	-
Поствоспалительная гиперпигментация	±	+	±	±
Себорея, милиумы, обострение акне	-	+	-	-
Повышенная чувствительность	±	+	-	-
Демаркационная линия	-	+	-	-
Расширение пор	-	±	-	-

Остаться вне возраста



Востребованность и актуальность физических упражнений в наше время не случайны, ведь они не только помогают поддерживать мышцы в хорошей форме, но и позволяют выглядеть значительно моложе. А если Вам повезет с фитнес-стилистом, и он подберет для Вас адекватный уход – эффект будет гораздо приятнее.

Все мы знаем и любим эстрадную певицу Ольгу Зарубину. Ольга всегда и во всем прекрасна, легка и жизнерадостна, позитивна и творчески успешна! Помогает ей, конечно же, подход к жизни и Wellness, который вошел в ее жизнь вместе с фитнес-стилистом-Евгенией Мазур.

Ольга уже делилась с нами секретами красивого пения и чистой речи. Теперь вместе с Евгенией она поделится с нами секретами красоты.

Профессиональным взглядом оценивая кожу лица, шеи и декольте у Ольги, мы обратили внимание, что она не только прекрасно увлажнена, но и находится в отличном тонусе. Конечно же, косметическая огромная помощник, но основная заслуга, конечно же, принадлежит целеустремленности и труду Ольги и профессиональным консультациям Евгении.

Ольга Зарубина: «Евгения предложила мне удивительный комплекс упражнений, который гарантирует лифтинг зоны декольте, шеи и лица. Выполняя упражнения Вы сами контролируете мышцы лица и направляете свои усилия в нужном конкретно для вас направлении.»

Евгения Мазур: «Суть выполнения гимнастики в том, чтобы задействовать все виды мышц, начиная упражнения от мышц шеи к мышцам лба – движением их вверх, и наоборот, затем движение мышц, или как правильнее назвать, мышечную волну нужно направить ото лба к шее».

Ольга Зарубина «Интересен тот факт, что упражнения выполняются как сидя, так и лежа, очередность в данном случае не важна, поэтому утром Вы можете начать делать их еще в кровати, а уж потом перейти к другой группе, а вечером наоборот.»

А теперь интересные подробности:

Упражнение 1. Указательными пальцами или ладонями, зафиксированными у начала волосяного покрова над лбом, создайте сопротивление движению мышц скальпа вниз. Повторите 10 раз. На последнем повторении удерживайте мышцы в напряженном состоянии до счета 30.

Упражнение 2. Указательные пальцы или ладони зафиксируйте над надбровными дугами, и, оказывая сопротивление, выражайте удивление подъемом мышц лба вверх. Повторите 10 раз, на последнем повторе задержитесь до счета 30.

Упражнение 3. Расположите пальцы рук над надбровными дугами так, чтобы мизинцы находились на складках между бровей. Оказывая сопротивление, нахмурьтесь. Повторите 10 раз. На последнем повторении задержитесь до счета 30. Расслабьте мышцу между бровей нажатием тыльной части ладони на эту область.

Упражнение 4. Закрепите указательные пальцы под бровями, и, оказывая сопротивление, попытайтесь опустить брови движением мышц вниз. Повторите 10 раз. На последнем задержитесь. (упр. устраняет обвислости верхнего века)

Упражнение 5. Закатите глаза навех, и моргайте, будто о чем-то вспоминаете. Повторите 20-30 раз (упражнение убирает мешки под глазами, снимает отеки, устратает возрастной эффект «проваленных» глаз).

Упражнение 6. Выразите удивление широко раскрытыми глазами, смотря вперед. Повторите 10 раз (упражнение делает глаза более открытыми и выразительными).

Упражнение 7. Поочередно подмигивайте глазами, глядя вперед. (Упражнение укрепляет и поднимает наши щечки). Повторите 20 раз.

Упражнение 8. Движением верхней губы вниз, пытаемся закрыть нижнюю. Повтите 10 раз.

Упражнение 9. Движением нижней губы и челюсти наверх, пытаемся закрыть верхнюю. Повторите 10 раз.

Упражнение 10. «Надуйте» рот воздухом и перекатывайте его по кругу. Повторите 10 раз в каждую сторону. (Упражнение укрепляет мышцы вокруг рта и устраняет морщинки вокруг верхней губы).

Упражнение 11. Закатывайте губы вовнутрь, каждый раз задерживаясь на фазе максимального усилия. Повторите 10 раз. (Упражнение делает губы более выразительными, пухлыми и устраняет мелкие морщинки над верхней губой).

Упражнение 12. Любимое упражнение Мерлин Монро. Вытянуть губки вперед и произнести долгое «о» со звуком. Повторить 10 раз, и каждый раз в конце упражнения показываем язык (движением языка вперед). Упражнение делает наш рот более выразительным, а также укрепляет мышцы шеи, устраняя второй подбородок.

Упражнение 13. Вытянуть голову вперед вверх, плечи отвести назад и вытолкнуть нижнюю челюсть вперед. Задержитесь. Повторите 10 раз. Упражнение укрепляет мышцы подбородка, создает красивый овал, устраняет второй подбородок, поднимает грудь.

Упражнение 14. Плотно стисните зубы и сделайте упор языком в мягкое небо. Задержитесь. Повторите 10 раз. Упр. устраняет второй подбородок и поднимает грудь.

Это основная группа упражнений, которые необходимо освоить и выполнять осмысленно, чувствуя каждую мышцу, над которой мы работаем. Результат, который вы получите выполняя даже этот, не слишком сложный комплекс, приятно удивит и поразит Вас, призывая к дальнейшему обучению техникам выполнения упражнений для лица, а также знакомству с новыми упражнениями.

Пусть зрелость будет достойной и прекрасной, чтобы удивлять и восхищать всех окружающих!



Международные стандарты в России

В системе бытового обслуживания проведение различных конкурсов имеет большую историю и традиции. Но это относится прежде всего к такой профессии, как парикмахер. Определенный опыт проведения конкурсов есть у специалистов по макияжу и маникюру. Организация конкурсов в эстетической косметологии – явление относительно новое, и этому есть определенные причины.

Во-первых, профессия косметика (косметолога) значительно менее публичная, чем парикмахера и стилиста. Во-вторых, за последние десятилетия эта профессия претерпела значительные изменения, косметологам пришлось осваивать много новых навыков. Появились такие понятия, как «профессиональная косметическая продукция», «аппаратная косметология», «процедуры по уходу за телом», «специализированные программы» для салонов красоты и SPA-салонов и многое другое. Сегодня косметикам и косметологам необходимо перерабатывать большое количество информации, постоянно осваивать новые технологии.

Для организации конкурса профессионального мастерства среди специалистов необходимо не только понимать все нюансы профессии, но и знать цели проведения конкурса и стандарты, на которые надо ориентироваться.

В одной из статей мы уже писали об отсутствии единых стандартов в такой профессии, как косметик. Возникает вопрос – как же тогда можно проводить конкурс профессионального мастерства?

Залогом успеха Международного конкурса по косметологии и эстетике в Санкт-Петербурге стало использование международных стандартов, а также понимание того, что основная цель конкурса – это популяризация профессии косметика, благодаря которой повышается престиж данной специальности.

Организатором VIII Международного конкурса, который состоялся в феврале 2010 года в Санкт-Петербурге, является Российская секция Международного комитета по косметологии и эстетике – CIDESCO. Основные положения конкурса разрабатывались в соответствии с международными стандартами в эстетической косметологии. Конкурс имеет три номинации: «уход за кожей лица и шеи», «уход за телом», «аппаратная косметология». Номинации отражают основные направления в современной эстетической косметологии. Каждый участник имеет право не только выбрать конкретную номинацию, но и принять участие в двух или трех номинациях одновременно. Очень важно, что в рамках общего конкурса вместе с профессионалами соревнуются учащиеся школ косметологии и выпускники, имеющие стаж до 1 года. Нередко во время конкурса оргкомитет получает заявки от ра-



ботодателей на работу в салоны красоты и SPA-салоны.

Безусловно, участие в конкурсе придает уверенности всем участникам, делает их настоящими мастерами своего дела. Практически все конкурсанты посещают специально организованные тренинги. Тренинги проводят профессионалы, обладающие международными дипломами CIDESCO, знающие конкурсные требования и дающие необходимые навыки для успешного выполнения всех конкурсных заданий.

Любой конкурс, проводимый на открытой площадке в присутствии большого количества зрителей, является зрелищным мероприятием. Выражаясь телевизионным языком, от того, какая будет «картинка», зависит качество и зрелищность проводимого конкурса, а это и есть популяризация данной профессии в индустрии красоты. Пожалуй, не сразу конкурсанты стали понимать и ценить имиджевую составляющую этого мероприятия.

Проведение Международного конкурса по косметологии и эстетике широко освещается средствами массовой информации – в профессиональных (Cabines Russie, Массаж. Эстетика тела, Spa & Salon, Дерматология) и женских журналах (Совершенство, Т.В.И., Интернет-сайтах (Горизонты образования – www.kor.ru, KrasivoSPB, ProfBeauty) и в телевизионных передачах (Телевизионная школа красоты «Гламур»).

Все участники становятся лауреатами, получают памятные дипломы, награждаются призами от многочисленных спонсоров (Йога-центр «Планта перемен», компания Невомед, Dr Spiller и др.). Такая публичность, безусловно, привлекает внимание клиентов и вызывает их уважение, а порой и восхищение. Особый интерес конкурс вызывает у директоров салонов красоты и SPA-центров. Отдельно хочется сказать о моральной стороне конкурса. Ни для кого не секрет, что такое престижное мероприятие может вызвать соблазн у членов жюри. Что необходимо сделать, чтобы судейство было максимально объективным? Ведь только в таком конкурсе косметологи в будущем захотят принять участие.

Прежде всего должны быть четко разработаны положения конкурса, как для участников, так и для членов жюри, а они могут быть четкими и объективными только при наличии стандартов. В данном случае мы опираемся на международные стандарты самой престижной в мире всемирной организации по косметологии и эстетике – CIDESCO.

На Международный конкурс приглашаются представители CIDESCO других стран, которые моментально отреагируют на нарушения международных стандартов.

Международный конкурс на берегах Невы проходил в седьмой раз. Сегодня уже можно говорить о традициях. Каждый год оргкомитет конкурса приглашает в жюри отборочных туров победителей и призеров предыдущих лет. Также постоянно расширяется география стран и городов, представленных на конкурсе.

Уровень конкурсантов стал очень высоким, а это и есть тот результат, к которому стремятся организаторы конкурса, – повышение качества и безопасности работы специалистов индустрии красоты.



УЧЕБНО-КОСМЕТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «НЕРА»

■ Начальное образование:

- Косметик (III разряд) специалист в области эстетической косметологии (6 месяцев)
- Визажист-стилист – специалист в области макияжа и стилистики (4 месяца)
- Визажист – специалист в области макияжа (1,5 месяца)
- Гример-пастижер – гример III разряда (гриммейкер, 6 месяцев)

■ Повышение квалификации:

- Косметик III и IV разряда
- Косметический массаж лица и тела (европейские методики)
- Стажировки на профессиональной косметике COLLIN Paris
- SPA-технологии
- Депиляция
- Европейский маникюр
- Имиджмейкинг
- Специальный макияж (фото-, кино-, видео-)
- Боди-арт



МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА «CIDESCO»



■ Очное обучение

- обучение по программе CIDESCO – 1224 часа
- 600 часов практики в салонах красоты.

■ Заочное обучение

- для косметиков (косметологов) с опытом работы не менее 3-х лет

Диплом CIDESCO – самый престижный квалификационный документ, признаваемый без подтверждения во всех странах мира. Диплом регистрируется в Швейцарии. Теоретический и практический экзамены на русском языке.

Трудоустройство. Скидки на приобретение косметических средств
Семинары для косметиков и визажистов. Преподаватели с международными дипломами
Современно оборудованные аудитории. Учебные пособия и видеоматериалы

Санкт-Петербург, Московский пр., 25

тел./факс: (812) 316-67-42, 316-21-27; info@nera.ru

Москва, Марксистская ул., 3, офис 517

тел./факс: (495) 912-30-10, 911-70-95; trade.msk@nera.ru

www.nera.ru



II Международный Фестиваль СПА и Массаж TOPSPAFAEST–2010 на Средиземном море

20–30 сентября 2010 года, там будет все, там будут все

Программа для массажистов. Интернет-выборы преподавательского состава. Международный состав учителей. Оптимистичная стоимость. Возможность дополнительного заработка. Оптимальное сочетание учебы, работы и отдыха.

Программа для учителей спа и массажа. Увеличить свою аудиторию. Возможность проводить коммерческое обучение. Возможность получить реальный статус популярности через демократические интернет-выборы.

Программа для туристов и гостей Фестиваля. Впервые туристы смогут окунуться в океан СПА... «Океан» – потому что никогда ранее в их распоряжении не было столько профессиональных рук. Потому что для туристов подготовлена уникальная спа-программа оздоровления BODYINSIDE от мировых звезд спа.

Программа для директора. (Аудитория – директора спа, владельцы спа, а также директора и владельцы салонов красоты, которые в качестве оптимизации рентабельности готовы пересмотреть и тактические и стратегические аспекты своего бизнеса). Впервые в истории мирового спа вниманию руководителей спа будет представлена программа бизнес-обучения «СПА-

ДИРЕКТОР. ПЕРЕЗАГРУЗКА». (Spa-director. Reloaded). Докладчики, бизнес-тренеры и консультанты, которые задействованы в этой программе, ВПЕРВЫЕ представят данные материалы и свои методики. Руководители спа увидят как уже знакомые лица – признанных авторитетов спа в нашей стране, так и совершенно новых докладчиков, никогда до сих пор, не выступавших перед нашей аудиторией, однако хорошо известных и авторитетных за рубежом. Организаторы TOPSPAFAESTа имели возможность пригласить ЛЮБОГО лектора из ЛЮБОЙ страны. Поэтому отбор и требования к выступающим были высокие как никогда. Например, весь предлагаемый материал, как уже говорилось, должен быть подготовлен специально для TOPSPAFAEST (то есть, должен быть премьерным и актуальным для осени 2010 года).

Мы надеемся, что нам удалось привлечь Ваше внимание к TOPSPAFAEST. Определите, какая категория программ TOPSPAFAEST Вам интересна, узнавайте подробности на www.topspafest.com, внимательно читайте LNE и...

До встречи на TOPSPAFAEST!

1-4 июня 2010

Новосибирск

X фестиваль индустрии красоты

**Сибирская
Акварель**



Генеральный
спонсор



Генеральный
информационный спонсор

coiffure



IX Чемпионат Сибири
по парикмахерскому
искусству, декоративной
косметике и маникюру



SibBeauty

XVIII международная выставка
косметики, парфюмерии
и оборудования для
салонов красоты

ITE Сибирская Ярмарка
Новосибирск, Красный пр-т, 220/10

Тел.: (383) 220-83-30
www.akvarel.sibfair.ru



Глобальная омолаживающая эксперт-программа DERM ACTE от ACADEMIE

8 апреля в Бальном зале гостиницы RITZ-CARLTON состоялась презентация коллекции новинок ACADEMIE-2010.

Более 250 профессиональных косметологов и владельцев салонного бизнеса из Москвы, Твери, Воронежа, Рязани, Санкт-Петербурга и других городов были гостями на мастер-классе Academie Scientifique de Beaute – старейшей профессиональной косметической марки Франции. Гостям были представлены новинки в линии Acad'aromes – СПА-программы для лица. Это новая коллекция масок с экстрактами цветущих растений «Beauty Flowers». Лечебные экстракты и эссенциальные масла обеспечивают терапевтический эффект по 4 основным направлениям: ревитализация, гидратация, нормализация липидного баланса, очищение. Особые тонкие ароматы и специальные приемы процедуры-коккона превращают процедуру по лицу в роскошный СПА-уход.

Главным событием презентации стал запуск новой косметической процедуры Derm Acte.

ГЛОБАЛЬНАЯ ОМОЛАЖИВАЮЩАЯ ЭКСПЕРТ-ПРОГРАММА включает профессиональную процедуру и линию средств домашнего ухода DERM ACTE. Подходит для любого типа кожи, особенно зрелой и уставшей.

Основные задачи процедуры: стимулирование регенерации эпидермиса; защита среды его стволовых клеток, укрепление тканей, нивелирование «эффекта гравитации».

Ключевые ингредиенты программы:

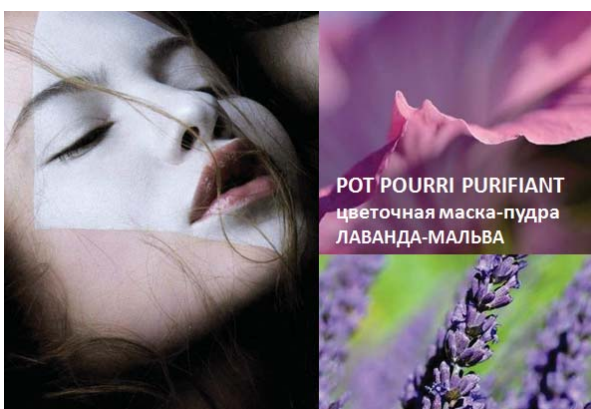
Кальций и аминокислоты – соединение из 2 молекул, работающее для восстановления главных клеточных функций (дифференцирование, пролиферация, синтез белков и липидов), которые помогут оживить клеточные связи и восстановить эпидермис.

Экстракт *saxifraga sarmentosa* в модифицированной положительно заряженной липосоме проникает внутрь клетки и обеспечивает мощное антиоксидантное воздействие для защиты и восстановления ДНК.

Наполнение тканей и заметное улучшение тургора кожи обеспечивает соединение биомиметических тетрапептидов и трипептидов, которые, являясь сигнальными молекулами, активизируют синтез коллагена, фибронектина и гиалуроновой кислоты.

Микросферы гиалуроновой кислоты высокой и низкой молекулярной массы являются удивительными «молекулярными губками». Проникая через эпидермис, они быстро увеличиваются в объеме и, таким образом, сокращают мелкие и глубокие морщины, наполняя их.

В апреле и мае презентации Глобальной Омолаживающей эксперт-программы пройдут в Санкт-Петербурге, Екатеринбурге, Калининграде, Самаре, Тюмени, Новосибирске, Сочи и Нижнем Новгороде.



КОЛЛЕКЦИЯ 2010

Цветы красоты



Лаванда-Мальва, Очищающее цветочное погупури



Необыкновенно освежающая маска, Цветочные экстракты обладают вяжущим, очищающим и успокаивающим эффектами.



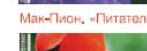
Боярышник-Календула, Живительное увлажнение



Бархатная тающая крем-маска, Регенерирует, окисляет и увлажняет кожу. Успокаивает и дарит сонные.



Ромашка-Василек, Увлажняющий цветочный микс



Нежная и свежая крем-маска, Укрепляет барьерную функцию кожи. Эффективно увлажняет и замедляет дегидратацию.



Мак-Тиюн, «Питательный» букет

Исключительно комфортная питательная «аванс» для кожи. Возвращает мягкость, увлажняет и разглаживает кожу.

Осторожно: АДМИНИСТРАТОР !!!

В названии статьи нет ни капли иронии. Только грусть и желание исправить ситуацию как можно скорее. Однако, давайте разберемся, настолько уж трагична картина?...



Андрей Сыренко

Вместо предисловия Как обычно все начинается

Руководитель салона красоты или спа-салона, не имеет значения, создавая свое детище, прежде всего создает концепцию будущего предприятия – то есть – что нового он собирается сообщить миру через свой бизнес. А может и не собирается..., быть может, он хочет идти традиционным проторенным путем. Выбирается помещение, выигрывается битва с арендодателями. Далее следует увлекательнейшая эра ремонта. Руководитель уделяет огромное внимание дизайну, изучает многообразный рынок оборудования. Самым тщательным образом выбирается косметическая линия. Параллельно начинается поиск персонала. Даже не поиск – охота! Выясняется, что вся эта красота неземная и замечательное оборудование – все это остается недоушевленным (!), нужны, оказывается, специальные люди! Профессионалы. И, желательно по сходной цене. Вариантов не так много – можно «купить» готовых асов, можно вырастить «зелень» самостоятельно (или через специальные школы и центры), можно совместить два варианта, да, еще можно привезти специалистов из-за границы, впрочем, это тот же первый вариант. Заметьте, пока все силы уходят на поиск и подготовку технологического персонала. Речь идет о парикмахерах, массажистах, мастерах по маникюру и педикюру, косметологах. В этот период происходит неизбежная текучка. Но в целом начальный период бытия салона преисполнен радужными надеждами и ожиданиями каждодневного творческого праздника. Вот тут-то и возникает некая заминка, некий неудобный фактор. Не совсем понятно, кто должен занять место за стойкой рецепции... Есте-

ственно, что лучше всего с этой ролью справилась бы сама хозяйка. Но клонироваться невозможно, других дел очень много – и поэтому начинаем искать и администратора тоже. Руководитель кидает клич везде и всюду. Все знакомые, все специальные сайты, все подходящие для этого поиска компании активизированы и приведены в состояние мобилизации. Ищем не красавиц, ну чтобы внешность хотя бы уж совсем «не выпадала» из прекрасных интерьеров салона. Завышенный IQ не обязателен, Софьи Ковалевские и Ирины Хакамады не очень-то нужны. Но и наивные, не тронутые цивилизацией Фроси Бурлаковы не желательны вовсе. Нечто среднее, в меру инициативное, дисциплинированное, управляемое. Правда, потом выясняется, что требуется еще и коммуникабельность, а еще важнее – порядочность и финансовая обязательность, но об этом позже...

Как убивают бизнес непрофессиональные администраторы

Как руководитель выясняет, что именно передовой край его бизнеса абсолютно не защищен? По-разному. Волна праведного гнева может идти от технологического персонала. Неправильно сделана запись в журнале клиентов, забыли напомнить о процедуре, накладка за накладкой. Мастера раздражены – администратор переходит в состояние перманентного антагонизма. И это только то, что уже находится на поверхности! А сколько клиентов не дошло до салона из-за бездарной телефонной коммуникации! Об этом никто не узнает никогда... Неизвестным останется и еще один критерий эффективности работы администратора – сколько клиентов не вернулось после первого посещения? (хотя это-то как раз посчитать не трудно). Когда уровень некомпетентности «зашкаливает» «достается» и клиенту. Существует две формы непрофессионализма администратора по отношению к клиенту – активная и пассивная. В первом случае – «просто» не делается определенная работа, либо делается не вовремя, либо делается неправильно. Во втором случае дело доходит до вербальных битв с клиентом. Это уже вершина. Топ. Прощальная гастроль. В отношении к руководителю администратор редко занимает открыто враждебную позицию (хотя и такое бывает). Чаще борьба происходит партизанская. Иногда «из любви к искусству» просто плетутся интриги и «за глаза» рушится авторитет руководителя на тему «как у нас все плохо». Кстати, достается не только руководителю, любой сотрудник может оказаться «под прицелом».

Конкретных проявлений непрофессионализма может быть бесчисленное количество, но принципиально этих проявлений всего два:

1 Уменьшение выручки, то есть салон и каждый сотрудник – «не дозарабатывает». Это вначале, а в перспективе – финансовый кризис, отток клиентов и коллапс. Бизнес убит.

2 Обстановка в салоне становится не просто не рабочей, обстановка становится лживой и для настоящих профессионалов – невыносимой.

Когда есть возможность выбора

Когда руководитель еще ищет администратора, у него есть безусловное преимущество – преимущество не сделать ошибку. Прежде всего, определяем профиль профессии «администратор» – это описание компетенций, опыта, а также анкетных данных, необходимых для выполнения данной работы в данной организации. Компетенции подразумевают как индивидуально-личностные характеристики (например, стрессоустойчивость, склонность к командной работе, креативность и др.), так и навыки (например, умение вести переговоры или составлять отчеты). Общие правила составления профиля:

1 Каждая компетенция должна быть сформулирована предельно конкретно. Например, четко формулируем компетенцию «коммуникабельность».

Коммуникабельность:

- умение быстро устанавливать контакт с незнакомыми людьми;
- вежливое, располагающее общение;
- умение убеждать;
- умение публично выступать;
- постоянное желание общаться с людьми;
- хорошо поставленная речь;
- грамотная речь.

2 В профиле должны быть четко расставлены приоритеты (см. таблицу).

3 Важно не просто провозгласить компетенции в профиле, важно уметь измерить эти самые компетенции. Именно переход на «количественный» уровень – «открывает глаза» руководителю.

После того как профиль установлен – приступаем к следующему этапу – интервью. Интервью – это не допрос, кроме того, интервью – это и не продажа (когда преувеличиваются достоинства компании и умалчиваются недостатки, и главное – практически не проводится оценка кандидата). Я предлагаю интервью – переговоры. Это дает возможность обеим сторонам понять, подходят ли они друг другу. Интервью состоит из нескольких этапов:

Компетенции	Тип администратора (каким бы хотели видеть его Вы)		
	Ориентированный на внутренние продажи товаров и услуг	Ориентированный на четкую секретарскую работу	Ориентированный на внешние презентации и публичное продвижение салона
Умение быстро по своей инициативе устанавливать контакт с незнакомыми людьми	Необходимо	Безразлично	Желательно
Вежливое, располагающее общение	Необходимо	Необходимо	Необходимо
Умение убеждать	Необходимо	Желательно	Необходимо
Умение публично выступать	Безразлично	Безразлично	Необходимо
Потребность в общении	Необходимо	Безразлично	Желательно
Хорошо поставленная речь	Необходимо	Желательно	Необходимо
Грамотная речь	Необходимо	Необходимо	Необходимо

1. Установление контакта.
2. Рассказ о салоне, о красивом бизнесе, о вакансии и причине ее появления и основных задачах. (5–20 минут).
3. Непосредственно интервью. Предложение кандидату ряда вопросов, ситуационных задач (до 1,5 часов).
4. Вопросы кандидата.
5. Алгоритм продолжения взаимодействия.

В статье невозможно передать конкретные навыки такого важного этапа, как прием администратора на работу. Постарайтесь хотя бы понять основные моменты. Установите тип референции (внешняя или внутренняя). Выясните речевые характеристики «стремление-избегание», «процесс-результат», «процедуры-возможности», «сходство-различие», «содержание-окружение», «активность-рефлексивность», кроме того, очень информативным является лингвистический анализ речи. А теперь скажите, Вы все это делали, принимая на работу своего администратора? То-то и оно...

От винта!!! – Работаем!

Как мне говорят руководители салонов: «Ну не увольнять же! Что же делать, мы уже год работаем!» Сразу скажу – улучшение качества работы администратора, а значит и увеличение заработка каждого сотрудника – это дело не 5 минут. Это дело 1 года. Первично надо отправить администратора на курс Максима Сергеева. Эмоционально и информативно. Но недостаточно. Затем сотрудник поступает в Международную Школу СПА (или не поступает). Четыре сессии, равномерно распределенные в течение всего года. Сессии однодневные, а между ними – домашние задания, «тайные покупки», телефонные интервью, электронные общения со СПА Школой нон-стоп...

Сессия №1

СПА-ПРОФИЛЬ. Практическое и углубленное понимание спа-специфики (не обязательно быть администратором спа, кстати. Но уж если речь идет о работе в спа – без этой сессии такая работа не возможна).

Данный мастер-класс дает администратору четкое усвоение основных понятий спа-отрасли и практическое воплощение спа-принципов в зоне рецепции. Весь материал дается исключительно в аспекте реального применения каждым обучающимся. После прохождения мастер-класса администратор глубже понимает связь между мировыми спа-тенденциями и своим салоном. Умеет создать настоящую спа-атмосферу на своем рабочем месте. Продолжительность: 8 академических часов. Далее следуют самостоятельные практические занятия на рабочем месте администратора с промежуточными тестами, после чего следует окончательная аттестация по данной теме.

1. История спа. Определение спа. Классификация спа.
2. 10 элементов спа и их реализация в салоне администратора.
3. Миссия Компании администратора.
4. Создание и поддержание спа-атмосферы в салоне – системы воздействия на 5 чувств клиента.
5. Понятие «спа-технологии».
6. Понятие «мотивация в спа».
7. Искусство концентрированной релаксации на практике – дыхательные упражнения; акупунктурные точки для экспресс-расслабления.

Сессия № 2

- «Поведение спа-администратора в экстремальных условиях.
- Профилактика и урегулирование внешних конфликтов. Спа-клиент».
- Администратор – Клиент.
- Стандартные бизнес-процессы.
- Телефонная коммуникация.
- Очное первичное приветствие.

- Знакомство.
- Очное приветствие постоянного клиента.
- Презентация своего спа.
- Презентация сотрудника.
- Презентация конкретной композиции.
- Презентация косметики и аксессуаров.

Нестандартные бизнес-процессы:

- стоп-форматы
- ситуация нагнетания
- конфликт
- пограничные психические состояния
- энерготона и энергозащита
- возобновление прерванных коммуникаций
- информационные поводы
- трансляция личного опыта

Сессия №3

«Поведение спа-администратора в экстремальных условиях. Профилактика и урегулирование внутренних конфликтов. Спа-персонал»:

- иерархическая расстановка и соотношение должностных обязанностей в спа;
- функциональные взаимодействия технологического и административного персонала;
- глубина профессионального погружения;
- личностное типовое диагностирование;
- профилактика и выявление неконструктивных тенденций;
- купирование и упреждающие действия;
- граница компетенций;
- тактические и стратегические действия создания конструктивной, творческой и комфортной атмосферы в спа-команде;
- оперативные действия.

Сессия № 4

«Спа-администратор – помощник руководителя». Семинар-тренинг для администратора индустрии красоты и здоровья. Направления развития, особенности, алгоритм реализации:

- Делопроизводство
- Персонал
- Отчетность, логистика
- Маркетинг, реклама
- Клиентская база
- Контроль – материализация намерений «Искусство общения, искусство продаж»
- Этапы продаж
- Личный имидж администратора
- Имидж салона
- Декларируемые и истинные мотивации клиента
- Продукт – услуги и розница
- Цена
- Запись, пролонгация
- Ноу-хау эффективного общения
- Психологические типы клиентов
- Как это использовать?
- Тренинг

Все перечисленное выше – ни в коем случае не реклама, все это – позволяет Вам представить, какой жизненно важный объем знаний, умений и навыков должен быть у Вашего администратора, а иначе в пору действительно ставить на рецепции табличку, как название статьи: «ОСТОРОЖНО. АДМИНИСТРАТОР».

Вместо послесловия

Вы дочитали статью до конца. Задумайтесь теперь, надо ли Вам начинать этот путь? Может быть, нужно продолжать делать вид, что «все итак не плохо»?... Может быть, Вы не хотите ждать целый год?... что я могу Вам сказать... Постарайтесь хотя бы попасть на Международный СПА Фестиваль TOPSPAFEST-2010, возьмите с собой администратора и массажиста (хорошо бы еще и пару лучших клиентов). Это будет с 20 по 30 сентября – там будет в том числе и объединенная сессия для администраторов. И еще. Я постарался в данной статье быть максимально конкретным, на сколько формат статьи это позволяет.



Международная школа СПА
Тел.: 8-495-979-87-05
e-mail: spashool@mail.ru
www.spashool.ru

Не пропустите!

Апрель

05.04	Методика «Гречишный массаж»
06.04	Методика индийского аюрведического общего массажа тела «Абхьянга»
07.04	Методика индийского аюрведического массажа лица «Широабхьянга»
12.04	Методика «Перуанский массаж в 4 руки»
13–15.04	Методика Гавайского «Ломи-Ломи СПА-массажа»
20–25.04	ПРОФИ-Курс «Технологии и менеджмент Азиатской модели СПА».
21–25.04	Методика «Тайский традиционный массаж Wat Po», (учитель школы Wat Po – Таиланд)
26–30.04	Методика «Тайский терапевтический массаж Wat Po», (учитель школы Wat Po – Таиланд)

Май

5–7.05	Комплекс массажных методик «Коррекция фигуры»: лимфодренаж, антицеллюлит, фитнес-массаж, липолитический массаж.
10.05	Мастер-класс для администраторов спа-клубов и салонов красоты «Спа-администратор – клиент»
17–18.05	Методика «Тайский традиционный массаж Wat Po»
20.05	Методика «Тайский массаж стоп»
24.05	Методика «Перуанский массаж в 4 руки»
25–27.05	Базовый курс для спа-мастеров «СПА-МАССАЖ». История СПА, методики: «Русский СПА-массаж», «бирманский массаж», «антицеллюлитный массаж», «фитнес-массаж».

Июнь

1–3.06	Комплекс релаксационных массажных методик.
7.06	Методика тибетского жад-массажа (стоунтерапия для мужчин)
08.06	Методика тибетского жад-массажа (стоунтерапия для женщин)
если Вы проходите стоун терапию для мужчин и для женщин – стоимость 20%	
9–11.06	Базовый курс для спа-мастеров «Банная специализация»
11.06	Методика индийского аюрведического общего массажа тела «Абхьянга»
14–16.06	Базовый курс для спа-мастеров, инструкторов йоги, велнес-тренеров «Йога-терапия – Хатха-массаж»

Семинары и мастер-классы Вы можете пройти в Москве на базе SPA School International и на базе наших представителей в Нижнем Новгороде, Краснодаре, Ростове-на-Дону, Екатеринбурге, Санкт-Петербурге, Киеве, Литве, Латвии.

Предъявителю журнала – бонус на 1 семинар в размере 7 %.

Телефонное общение: мастерская возможностей

В массажных технологиях большое значение придается первому прикосновению. Первое касание – это первый контакт мастера с клиентом, это начало их диалога и взаимного доверия. Если перенести метафору первого соприкосновения в сферу взаимодействия компании и клиента, то отправной точкой в доверительных взаимоотношениях окажется первый звонок по телефону. Сегодня мы хотим предложить вам свой взгляд на пространство первого телефонного звонка в компанию и поговорить о тех ресурсах, которые заложены в этом общении.



Так же, как театр начинается с вешалки, компания начинается со службы ресепшн. Именно здесь происходит первый контакт с клиентом, именно здесь клиент получает то свое первое впечатление о компании, которое, как известно, нельзя произвести дважды. И тот человек, который встречает клиентов и отвечает на их звонки по телефону, самым непосредственным образом участвует в формировании имиджа своей компании.

В современных условиях высокой конкуренции и широкого спектра поставщиков услуг качество представленного в первые минуты коммуникации сервиса становится определяющим критерием выбора. Согласно исследованиям **семь из десяти потенциальных клиентов решают не пользоваться услугами фирмы только потому, что на**

их первый звонок недостаточно быстро или недостаточно оживленно ответили. Люди обращают все больше внимания на оперативность удовлетворения их запросов, ожидают все больше уважения к себе, все большее значение приобретает учтивость в общении.

И в свете этого оказывается парадоксальной широко распространенная ситуация, когда считается, что должность оператора на телефоне не требует никакой квалификации и как следствие является низкооплачиваемой. От способности сотрудника службы ресепшн моментально, с первых слов, диагностировать, какой человек находится по ту сторону провода, от его умения правильно выстроить коммуникацию и от его желания совершенствоваться самому и продвигать свою компанию, зависит успешность всего предприятия. Используйте

каждый рабочий день для оттачивания своего мастерства, и результаты не заставят себя ждать.

Мы живем в пестром обществе современного Города, а потому умение взаимодействовать с другими людьми является одним из самых важных и необходимых для полноценной жизни навыков. От того, как состоится коммуникация между вами и вашим собеседником, зависит ваше собственное движение вперед (о какой бы сфере жизнедеятельности ни шла речь, будь то карьера, личные отношения или запись на прием к врачу). **Результат коммуникации – это ответ, который вы получаете.**

Мастер телефонной коммуникации – в первую очередь тонкий психолог и чуткий слушатель, сосредотачивающий все свое внимание на партнере по диалогу и осознанно использующий свой голос и

речь для создания комфортной для собеседника обстановки.

Тем более важно, чтобы у вашего собеседника возникло чувство комфорта, когда действие разворачивается в сфере медицинских и косметических услуг. В салон люди приходят, чтобы восстановиться, чтобы отдохнуть от будничных забот, снизить темп жизни, навязанный мегаполисом, чтобы уделить внимание самим себе – и чем раньше они почувствуют понимание со стороны сотрудников этого салона, тем с большей вероятностью остановят свой выбор на нем и вернутся туда снова. Красивый человек прежде всего гармоничен – и в ваших силах настроить свое звучание на гармоничный лад, бережно, «на кончиках пальцев» построить коммуникацию, основанную на взаимном уважении и интересе.

Аналитики подсчитали, что то, как люди говорят, на 93% влияет на исход разговора – по сравнению с тем, что говорится, этому остается всего лишь 7%. И хотя специфика телефонного общения заключается в том, что всю информацию друг о друге и о предмете своего разговора собеседники получают только на слух, использование языка тела – это мощный ресурс в телефонной коммуникации.

■ Если жестикуляция и богатая мимика являются для вас нормой, не отказывайтесь от них во время телефонного разговора. Когда чувства отражаются на вашем лице, голос становится более свободным, уверенным и естественным. Не надо бояться своей естественности – если она осмыслена и позитивно направлена – люди чувствуют искренность и платят той же монетой.

■ Всем известен целебный эффект улыбки: каким бы ни было ваше настроение, стоит улыбнуться, и происходит волшебство, вы тут же начинаете чувствовать себя энергичнее. Улыбка хорошо «слышна» по телефону (особенно рекомендуют улыбаться глазами) и способна не только вас зарядить энергией, но и передать ваш энтузиазм собеседнику.

■ Основная эмоциональная и информационная нагрузка во время телефонного разговора ложится на голос. То, как вы звучите, напрямую зависит от физической формы – поэтому, после того как звонил телефон, у вас есть три секунды, чтобы за-



Мария Абдуллина, консультант-аналитик Центра «Мир Диалога» (mirdialoga.ru)

нять ваше ресурсное положение в пространстве: выпрямить спину, сделать глубокий вдох, улыбнуться.

■ Если вам приходится столкнуться с агрессией, исходите из осознания того, что, **когда человек кричит, он кричит прежде всего на себя. Это он недоволен тем, как складываются его отношения с его жизнью.** Воспользуйтесь так называемым «правилом трех П»:

- принимайте человека таким, каков он есть – оставьте за ним право на плохое настроение;
- пропускайте его негативные эмоции мимо себя, не берите их на свой счет;
- поддержите его, встав на позицию «старшего брата»: если младший капризничает и пытается сорваться на вас, не теряйте рассудок и постарайтесь приободрить его.

■ Тон и эмоции очень чувствуются по телефону и легко считываются собеседником – и тут же вступает в силу эффект зеркала: как вы реагируете на



Валерия Устинова, Генеральный директор Центра «Мир Диалога» (mirdialoga.ru), доцент ГУ Высшая школа экономики

человека, так и он на вас. Поэтому ни в коем случае нельзя считать телефонный звонок досадным перерывом в вашей работе – это и есть ваша работа. Человек, отвечающий на телефонные звонки, – это тот, кому доверено представлять компанию, быть ее голосом во внешнем мире, тот, от профессионализма и внутренней гибкости которого зависит ее репутация.

Мы ежедневно играем множество ролей, и зачастую то, насколько оперативно мы можем между ними переключаться, имеет большое значение. И в этом смысле работа в службе ресепшн позволяет приобрести очень ценный опыт, так как за день вам приходится иметь дело не с одним десятком людей, каждый из которых обращается к вам из своих пространств, потребностей и настроения, – и только от вас зависит, станет ли потенциальный клиент постоянным. Будьте настоящим творцом, создавая в пространстве каждого нового звонка подлинный шедевр коммуникации!



СПА Технолоджи

«СПА Технолоджи» – это комплексный подход к созданию и успешному развитию SPA-центров. Мы являемся официальными дистрибьюторами ведущих марок, которые известны своим высоким качеством и ценятся во всем мире. Это косметические бренды талассо косметики Algotharm (Франция), изысканной восточной косметики Charme

d'Orient (Франция), экзотической натуральной косметики Tanamera (Малайзия), натуральной био-косметики Traditions d'Orient (Франция), а также оборудование для spa и солярии: Trautwein, Eurosun, Day Spa.

«СПА Технолоджи»
+7 (495) 741-75-04
www.spa-technology.ru
Москва, ул. Павловская, д.27/29



Золото для твоих волос

Компания Villa Borghini предлагает своим клиентам стерильную и гипоаллергенную косметику без красителей, ароматизаторов и загустителей, которая не вызывает аллергических реакций даже у самого малого процента потребителей. Вот уже 30 лет рецептура ее продуктов не меняется. Villa Borghini – косметика для людей, думающих о своем здоровье.

Эксклюзивный дистрибьютор
ООО «Космефарм»
Москва (495) 5450738
www.villaborghini-com.ru
info@villaborghini-com.ru



КЛЕТОЧНЫЙ КОНЦЕНТРАТ INSTITUT ESTHEDERM

Цикл жизни клеток кожи и физиологические нарушения (обезвоживание, гиперсеборея, повышенная чувствительность, структурные повреждения) тесно связаны между собой.

Компания INSTITUT ESTHEDERM разработала Клеточный Концентрат – универсальную сыворотку, способную заново «запустить» жизненный цикл клеток кожи и таким образом вернуть коже природное равновесие и красоту.



Дистрибьютор в России ООО «Асентус»
Телефон: 8-495-644-46-13

ROSSLYN MEDICAL® передовые технологии

Продажа оборудования для косметологии

- радиочастотный лифтинг ALUMA
- коррекция фигуры SLIM UP ULTRA
- обновление кожи AIRGENT
- фотоэпиляция, фотоомоложение QUANTUM
- фракционный лазер MIXTO SX



123610, Москва, Краснопресненская наб., д.12, ЦМТ, оф.1708
тел. +7 (495) 258 1509, факс +7 (495) 258 2438
cosmo@rmgroup.com www.rosslynmedical.com

СТОУН-ТЕРАПИЯ ОТ А ДО Я

Книга И.Гончаровой и А.Кундина «Энциклопедия экзотических видов массажа. Том I Стоун-терапия» – единственное в России профессиональное издание по стоун-терапии, аналогов которого не существует! В книге представлены:

- теоретические основы стоун-терапии
 - уникальные запатентованные методики работы различными камнями различной температуры по лицу и телу
 - рекомендации, противопоказания и секреты проведения процедур
- Книга предназначена для мастеров массажа, косметологов, руководителей салонов красоты. На страницах издания – пошаговые описания основных техник массажа камнями, множество интересных фактов, достоверных подробностей из области стоун-терапии, Наглядные схемы и диаграммы, сотни иллюстрации! И многое другое!



Золотая процедура от Yellow Rose (Греция)



Golden Line Body Treatment – золотое обертывание с 23 каратным золотом, протеинами шелка, морским коллагеном в микросферах, олигопептидами и экстрактом имбиря. Сопровождается визуальным эффектом, массажной техникой травяными мешочками по золотому имбирному маслу. Процедура обеспечивает упругость, эластичность, здоровую гладкую кожу и хорошее настроение.

Эксклюзивный дистрибьютор ООО «Интермед»
Тел.: (495) 665-64-23
www.yellow-rose.ru
intermed_moscow@mail.ru



Beauty & SPA salons

Программа «ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ»
со скидкой 50%

Эксклюзивный DAY-SPA комплекс:

- ПРОЦЕДУРА У КОСМЕТОЛОГА
- МАССАЖ
- УХОД ЗА РУКАМИ
- УКЛАДКА
- СЕАНС ЗАГАРА В СОЛЯРИИ

ЦЕНА ДЛЯ ВАС – 3150

Восковский пер., д. 3, тел. (495) 721-88-89
ул. Новочеремушнская, д. 16, тел. (499) 125-95-55
ул. Миклухо-Маклая, д. 40/1, тел. (495) 779-35-65 www.dreams-factory.ru



OZONE VITAL, 250 ml (IC11)

Масло в виде спрея, восстанавливающее энергитический баланс

Озон (O₃) в газообразной форме представляет собой активную форму кислорода с ярко выраженными оживляющими, регенерирующими и восстанавливающими свойствами. «Ozone Vital» – это препарат, содержащий озонированные стабильные масла (масло подсолнечника, масло жожоба) в синергии с кислотами: бетаглицерино-

вой, липоевой и фитиновой кислотами. Благодаря особым характеристикам состава, продукт способствует биологическим процессам, участвующим в регенерации новой кожной ткани, восстановительным процессам. Помогает в нормализации воспалительных процессов и блокирует действие различных типов свободных радикалов.

Представители марки
«NATINUEL» в России

Москва: ООО «Параизо Косметик»,
тел.: +7 (499) 27-138-27,
+7 (495) 542-08-22

Новосибирск: ООО «Примавера»,
тел.: +7 (383) 212-47-27,
+7 (383) 222-28-20

Санкт-Петербург: ООО «Таир»,
тел.: +7 (812) 234-45-38,
+7 (904) 619-39-94



 **INTERCHARM** 22-24 АПРЕЛЯ
professional 2010 ГОДА
МОСКВА, МВЦ
«КРОКУС ЭКСПО»
ПАВИЛЬОН 2

МЕЖДУНАРОДНАЯ ВЫСТАВКА ПРОФЕССИО- НАЛЬНОЙ КОСМЕТИКИ И ОБОРУДОВАНИЯ ДЛЯ САЛОНОВ КРАСОТЫ



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОСМЕТИКА
КОСМЕТОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ
ПАРИКМАХЕРСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ
КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИЕ
И ПАРИКМАХЕРСКИЕ
ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ СПА-САЛОНОВ
МЕБЕЛЬ И АКСЕССУАРЫ ДЛЯ САЛОНОВ КРАСОТЫ
ОБОРУДОВАНИЕ И ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ
ПЕРМАНЕНТНОГО МАКИЯЖА И ТАТУАЖА
СОЛЯРИИ, СРЕДСТВА ДЛЯ ЗАГАРА
ДЕКОРАТИВНАЯ КОСМЕТИКА
АРОМАТЕРАПИЯ
«НОГТЕВОЙ СЕРВИС» STUDIO

WWW.INTERCHARM.RU
Reed  ОРГАНИЗАТОР ВЫСТАВКИ:
ООО «РИД-СК»
ТЕЛ./ФАКС: (495) 937-6861/62,
(495) 662-7001
INTERCHARM@REEDEXPO.RU
WWW.INTERCHARM.RU

CITY CREAM

Настоящий биологический «щит»
для кожи от загрязнений
большого города

INSTITUT
ESTHEDERM
PARIS



Дистрибьютор в России ООО «Асэнтус»
Москва (495) 644-46-13
Санкт-Петербург (812) 346-70-47