

MUST –ihonhoitoniisit H-hetkeen

- 1.** Levitä rauhoittava ja kosteuttava **Skin Hydrating Masque** -naamio.
Hyvin kosteudetussa ihossa ei näy kosteuskyhydest johtuvia juonteita, näin ihosi nytt paremmalta myös valokuvissa!
- 2.** Levitä kiinteyttv **Skin Firming Booster** -tehohoitoboosteri kosteusvoiteesi alle; mainio vlittn apu ihon korjaamiseen. Se antaa ihollesi napakan tunteen ja luo ihanteellisen pohjan kestävälle meikille. Tämän saa aikaan tuotteessa olevat orgaaniset silikonit sekä korteuute, jotka toimivat iholla kuin 'tukisukkahousut'.
- 3.** Jos ihosi punoittaa helposti, levitä vadelmaa sisältävää **Gentle Soothing Booster** -tehohoitoboosteria ihollesi. Se rauhoittaa ihosi välittömästi ja auttaa vähentämään punoitusta.
- 4.** Jos hsi ovat ulkona, l unohda levittää aurinkosuojaa kasvoillesi ja muille paljaana oleville ihoalueille. Auringon polttama iho ei ole koskaan kovin viehättävä!
- 5.** Ota mukaasi matkakokoinen **Multi-Active Toner** -hoitosuihke, joka on loistava rauhoittamaan, virkistämään ja kosteuttamaan ihoasi ja voit kytt st myös meikin päälle.
- 6.** Käytä **Environmetal Control Deodorant** -deodoranttia, joka ei jätä valkoisia jälkiä iholle tai vaatteisiin.

Tahdon, tahdon, tahdon...





Tahdon, tahdon, tahdon...

Hääpäivä on luultavasti yksi elämäsi suurimmista päivistä. Jokainen morsian haluaa olla silloin parhaimmillaan. Valmistautuminen on ensiarvoisen tärkeää, erityisesti kun kyseessä on ihosi. Ihosi vaatii säännöllistä hoitoa tehokkailla hoitotuotteilla hehkuvan hipiän saavuttamiseksi. Ohessa muutamia vinkkejä ja ehdotuksia terveen ja elinvoimaisen ihon hoitoon, jotta ihosi on parhaimmillaan hääpäivänäsi!

H-hetki miinus kuusi viikkoa

- 6 viikkoa ennen hääpäivääsi on oikea hetki potkaista ihon tehohoito-ohjelma käyntiin. Käy ensimmäisessä kasvohoidossa hoitolassa. Suositeltavaa on ottaa kolmen hoidon hoitosarja (viikoilla 6, 3 ja 1). On erittäin tärkeää aloittaa jo 6 viikkoa ennen tärkeätä päivää, sillä joskus kesken ihon tasapainottamisprosessin voi ihollesi tulla joitakin epäpuhtauksia, joilla täytyy olla riittävästi aikaa asettua.
- Ensimmäiseksi ihoterapeutti tekee sinulle perusteellisen **Face Mapping®** -ihoanalyysin. Ihoterapeutti arvioi mihin tarpeisiin tulee keskittyä, jotta ihosi on terveimmillään suurena päivänäsi. Yleensä ihon optimaalisen terveyden saavuttamiseksi hoito sisältää syväpuhdistuksen, kuona-aineiden poiston, ihon kuorinnan, lisäksi se lisää ihon kosteustasapainoa, joustavuutta ja vahvistaa ihon rakennetta, tasoittaa ihon sävyä ja poistaa kaikki epäpuhtaudet varmistaen, että iho näyttää raikkaalta ja säkenöivältä.
- Ihoterapeutti suosittelee sinun ihollesi parhaan mahdollisen kotihoito-ohjelman, joka täydentää hoitolahoitoja ja antaa ihollesi maksimaaliset tulokset.
- Jos sinulla on hyperpigmentaatiota tai kärsit epätasaisesta ihonväristä, ihoterapeutti suosittelee sinulle kirkastavaa sarjahoitoa 6 viikon ajalle. Tähän sisältyy hoitolahoitosten lisäksi säännöllinen kotihoito ihoa kirkastavilla **Skin Brightening System** -hoitotuotteilla sekä aurinkosuojaan päivittäinen käyttö.
- Vartuneemmalle morsiamelle saattaa olla paikallaan ihoa tehokkaasti kiinteyttävä hoitosarja. Hoitojen ansiosta iho näyttää tärkeänä päivänä nuorekkaan raikkaalta!
- Vältä liiallista auringolle altistumista. Viimeinen asia, jota haluat, on läikikäs, pigmentoitunut iho tai dekolteen rusketusraidat, jotka eivät sovi hääpukusi kaula-aukon kanssa yhteen!
- Kätesi ovat tärkeä osa-alue. Muista huolehtia niistä hyvin häiden läheistyessä. Kaikki haluavat nähdä sormuksen sormessasi, mukaan lukien häävalokuvaajasi. Ellet normaalisti käytä suojakäsineitä kotitöitä tehdessäsi, ota ne nyt käyttöösi. Saadaksesi kätesi loistokuntoon, käytä kahdesti päivässä vitamiineja sisältävää **Multivitamin Hand and Nail Treatment** -käsivoidetta. Tämä ei ainoastaan kosteuta käsiäsi, vaan toimii samalla tehokkaana kynsihoitona!

4 viikkoa

- Listaa muutama meikkaaja ja kampaaja, joita haluat kokeilla hääpäivääsi varten. Varaa aika suosikiltasi ja mieti valmiiksi, mitä haluat. Ota mukaasi kaikki hiuskorut, joita aiot hääpäivänäsi käyttää, värimallit ja valokuvat, jotka voivat auttaa haluamasi lookin luomisessa.

5 viikkoa

- Pitäydy ohjelmassa! Ihoterapeutti on neuvonut sinua puhdistamaan ja kosteuttamaan ihoasi päivittäin sekä kuorimaan vähintään kerran viikossa. Naamiota suositellaan käytettäväksi myös vähintään kerran viikossa. Noudata ohjeita, niin saat tuloksia!

3 viikkoa

- Toinen hoitolahoitosi. Jos ihosi on tukkeutunut ja epäpuhdas, ihoterapeutti luultavasti suosittelee sinulle, että käytät joka yö puhdistavaa Medicated Clearing Gel -tehohoitogeeliä, joka auttaa puhdistamaan ihoasi sekä ennaltaehkäisee epäpuhtauksien syntyä.

1 päivää ennen

- Viimeinen käyntisi hoitolassa. Varaa tähän pidempi aika, sillä tämä on 'päästä varpaisiin' -käsitely. Suositeltavaa onkin sopia aika iltapäivään tai iltaan, jotta sinun ei tarvitse jälkikäteen tehdä muuta kuin mennä kotiin ja nauttia tuloksista! Tässä hoidossa keskitytään kosteuttamaan ja kirkastamaan ihoasi sekä rauhoitetaan tietenkin stressaantuneita hermojasi.
- Jos olet huolestunut siitä, kiristääkö hääpukusi, voit auttaa asiaa kuona-aineita poistavalla vartalopakkauksella. Se ei tietenkään laihduta sinua taianomaisesti, mutta voi helpottaa parin vuorokauden ajan tiukkaan asuun ujuttautumista. Osa hoidoista vaatii sarjahoidon, joten tarkista hyvissä ajoin ihoterapeuttiltasi millaista hoitoa hän sinulle suosittelee.

Edellinen ilta

- Älä nauti alkoholia tai mausteisia ruokia häitä edeltävänä iltana. Kevyt ateria sekä riittävä vedenjuonti takaavat rauhallisen yön.

Vinkkejä hääpäivään!

- Aloita päivä 30 minuutin mittaisella jooga- ja meditointituokiolla ja tee syvähengitysharjoituksia. Tämä saa päiväsi alkamaan rauhallisella mielellä. Muista, että tämä on SINUN päiväsi ja ympärilläsi olevat ihmiset vastaavat sinun energioihisi.
- Silmätipat ovat hyvä lisä takaamaan kirkkaat silmät.
- Älä yritä tehdä viime hetken ihonpuhdistusta puristelemalla mustapäitä, saat vaivanpalkaksi ainoastaan punaisen ja kirjavan ihon.
- Jos ihosi punoittaa helposti, käytä rauhoittavaa naamiota, mutta varmista, että olet testannut tuotteen etukäteen.
- Jos teet itse meikkisi ja kampauksesi, älä tee mitään uusia kokeiluja ja muista meikata ennen kuin pukeudut hääpukuusi, ettet vain tiputa ripsiväriä tai muita meikkejä valkoiselle puvullesi!
- Ota rauhallisesti kuohuvan kanssa ennen seremoniaa. Alkoholi ja reilu annos jännitystä voivat saada aikaan punaisen kirjavan ihon!

