

# Guida **Bellezza** *2011* **Benessere**

*Idee per vivere meglio*

Le guide di **AffareFattO**



 **OPTILOOK**  
CENTRO OTTICO

**Occhiali da vista e da sole delle migliori marche**  
**Centro specializzato in lenti a contatto**

# OXYPower

hair capilar treatment



**NON SEI A TUO AGIO A CAUSA DEGLI INESTETISMI? ...RISOLVILI!  
RISULTATI EVIDENTI DALLE PRIME SEDUTE**

**UNA TECNICA RIVOLUZIONARIA CHE SFRUTTA IL PRINCIPIO DELLA  
DIATERMIA**

Trasferendo energia biocompatibile e innalzando la temperatura interna del tessuto trattato, OXYPOWER genera un'azione rivitalizzante in grado di stimolarne il regolare metabolismo.



**UN SISTEMA INNOVATIVO  
A LIVELLO INTERNAZIONALE**

Partendo dalla necessità di riscaldare i tessuti in profondità e in modo localizzato, è stato brevettato un nuovo ed esclusivo Elettrodo Coassiale in grado di proiettare in forma concentrata e diretta l'energia, sulla zona da trattare, senza l'utilizzo di nessun altro componente o placca per il ritorno dell'energia stessa.

**I BENEFICI OTTENUTI AUMENTANO IL VERO PASSARAROLA**

**OFFRI UN SERVIZIO UNICO e INNOVATIVO**

**FIDELIZZA IL CLIENTE**

**DISTRIBUTORE**

T.H. s.r.l. Via G. Di Vittorio, 31 - 43044 Lemignano di Collecchio (Pr) Tel. 0521 304051-Fax 0521 543418 mail: info@rejuvx.it



## INDICE

**CORPO/CELLULITE** pag. 5  
**SOLARIUM** pag. 7  
**VISO/MAKE UP** pag. 9  
**MANI/UNGHIE** pag.13  
**CAPELLI/NUOVI LOOK** pag. 15  
**COLORE** pag. 16  
**SPOSA** pag. 17  
**MASSAGGI** pag. 18  
**FITNESS** pag. 19  
**DANZA** pag. 22  
**CIBO SANO** pag. 24  
**INFUSI E TISANE** pag. 25  
**TATUAGGI** pag. 26  
**ABBIGLIAMENTO** pag. 27  
**RELAX... DORMIRE SANO** pag. 28  
**VISTA** pag. 29

La guida BENESSERE E BELLEZZA è un supplemento del giornale Affarefatto, editore: Ok Italia Promotion s.a.s. - Parma  
uffici: via A. Savinio 26 e/f Parma - tel. 0521 / 481514 - fax 0521 / 462099.



- STUDIO E PROGETTAZIONE CENTRI ESTETICI E PARRUCCHIERI  
- ATTREZZATURE E SOLARIUM PER CENTRI ESTETICI



- LA DIATERMIA PER CENTRI ESTETICI E PARRUCCHIERI



- MAKEUP E ABBRONZATURA SPRAY



- PRODOTTI PER CAPELLI ALCOOL FREE



- PRODOTTI PER CAPELLI AMMONIA FREE

**DISTRIBUTORE**

T.H. s.r.l. Via G. Di Vittorio, 31 - 43044 Lemignano di Collecchio (Pr) Tel. 0521 304051-Fax 0521 543418 mail: info@rejuuv.it



*Se splendidi volete apparire,  
da inizio anno dovette partire.*

PROGRAMMA INSIEME A NOI IL TUO PERCORSO DI BELLEZZA



  
**GOODLIVING**  
spa of the city

*Figurella*  
Amiche per la linea

**FITMAN**   
IL METODO

galleria crocetta, 9/a 43126 parma  
Figurella t. 0521 291326 - Good Living t. 0521 946213 - Fitman t. 0521 946212

## Corpo-Cellulite

### Curiamo il corpo

Nella nostra ricerca della bellezza, sicuramente una tappa fondamentale va riservata alla cura della pelle. Una pelle sana e ben curata rappresenta una qualità essenziale del nostro aspetto, non solo sotto il profilo puramente estetico ma anche per la funzione che questo organo vitale ha nel nostro organismo.

La pelle, più sottile nella donna che nell'uomo, ha uno spessore che varia tra 0,5 e 2 mm ed ha caratteristiche diverse nelle varie parti del corpo.

Il rapporto tra pelle e psiche è molto stretto; infatti stati emotivi e stress possono generare eczemi e macchie. Ad esempio: si suda per paura, si arrossisce per rabbia o imbarazzo. Colore e caratteristiche della pelle sono determinati dall'eredità genetica, variano da persona a persona e ha funzioni specifiche:

- **Protezione:** la pelle contribuisce a difendere il corpo da germi e radiazioni solari.
- **Respirazione:** lascia passare ossigeno e libera anidride carbonica.
- **Secrezione ed escrezione:** attraverso ghiandole sudoripare e sebacee la pelle espelle tossine.
- **Regolazione della temperatura:** con la dilatazione dei vasi sanguigni, una maggiore quantità di sangue arriva alla pelle. Questa libera calore, abbassando la temperatura corporea, anche attraverso la produzione di sudore. Al contrario con una temperatura esterna bassa, la pelle trattiene calore, che rimane nel corpo.
- **Immagazzinamento:** l'eccedenza che il nostro organismo assimila viene in parte immagazzinata dalla pelle sotto forma di grasso sottocutaneo.
- **Metabolizza** la vitamina D attraverso i raggi solari

La pelle non è uguale in tutte le persone, anzi! E' attraverso la pelle dei polpastrelli che possiamo essere riconosciuti, proprio perché essa ha caratteristiche uniche. Per questo motivo, **non può esistere un unico trattamento adatto** e per scegliere le cure più appropriate devi essere in grado di riconoscere a quale tipo la tua pelle appartiene.

### La Cellulite

La cellulite colpisce circa il **95% delle donne** e purtroppo liberarsi di questo problema non è facile, ma di certo le armi a nostra disposizione si moltiplicano con una approfondita conoscenza del problema e delle cure più appropriate. Innanzitutto occorre precisare che prima ancora che di inestetismo si tratta di una vera e propria **patologia** e per tale va trattata combattendola su più fronti, per migliorare la circolazione e drenare le tossine. Su circa otto donne che, credendo di avere la cellulite si rivolgono ai centri medici o estetici, in realtà soltanto cinque soffrono vera-

mente di questo problema... e le altre tre? In alcuni casi quello che viene erroneamente giudicato a prima vista come cellulite è in realtà causato dal **rilassamento dei tessuti cutanei**, spesso sottoposti a dimagrimenti troppo rapidi o dovuto alla mancanza di tono muscolare e a posture sbagliate. Adottare una vita salutare, una dieta cor-



retta, fare esercizio e massaggi sono passi fondamentali nell'affrontare il problema, ma spesso è necessario integrarli con cosmesi e trattamenti d'urto specifici.

#### 1) I cosmetici anticellulite L'uso di prodotti cosmetici può attenuare l'effetto "buccia d'arancia".

Le normali creme anticellulite agiscono a due livelli, sulla circolazione periferica favorendone il normale flusso e sui pannicoli adiposi favorendo il metabolismo dei grassi. Per un trattamento intensivo applica la crema per almeno due mesi due volte al giorno ed è consigliato frizionare la parte interessata con un guanto di crine prima di applicare il prodotto.

2) **La medicina estetica** La medicina estetica offre buoni risultati con due tipi di trattamenti che stimolano l'espulsione naturale dei liquidi in eccesso:• la "**microterapia**" consiste in una siringa dotata di aghi sottilissimi e corti che inietta direttamente nelle parti interessate una soluzione ipersalina che richiama in superficie i liquidi in eccesso prosciugando le cellule adipose. • il **laser** viene solitamente abbinato alla microterapia e attenua l'effetto "buccia d'arancia".

3) **Le onde elettriche** L'impiego di tecniche elettromagnetiche è ormai diventato un trattamento molto utilizzato perché favorisce l'eliminazione dei liquidi in eccesso e stimola il processo di lipolisi. 2-3 mesi di trattamento danno risultati apprezzabili, rendendo più morbidi e armoniosi i contorni della figura.

4) **Gli elettrostimolatori "casalinghi"** Gli elettrostimolatori permettono di attenuare la cellulite mediante un particolare tipo di corrente elettrica che agisce a tre stadi:

1. Attiva la **lipasi**, l'enzima preposto al metabolismo dei grassi.
2. Migliora la **circolazione venosa e linfatica**.
3. Migliora la **tonicità dei tessuti**.

5) **Gli integratori alimentari** Sono quasi sempre di **origine vegetale**. Gli integratori alimentari agiscono essenzialmente sulla diuresi, stimolandola senza provocare affaticamento ai reni né perdite di sali minerali.



**6) La chirurgia estetica** E' comunque sempre un intervento chirurgico anche se lieve (viene effettuato in anestesia locale in ambulatorio), quindi ricorri solo se lo ritieni veramente necessario. Oggi diversi centri di medicina estetica hanno sostituito la liposuzione con il "lipomatic", il procedimento è simile alla liposuzione, ma grazie a questa nuova tecnica la cellulite viene eliminata con minor difficoltà....infine un nostro consiglio: **ricordati sempre di bere almeno due litri d'acqua al giorno**, così favorisci il ricambio dei liquidi e l'eliminazione delle tossine.



## Novita' ... Trattamenti estetici per il corpo

### **Iodo Salin Gel**

**Indicazioni e funzioni:** Iodo Salin Gel è un bendaggio per il trattamento della **cellulite edematosa**. Funzioni: anticellulite, drenante, antinfiammatorio.

### **Bendaggio Hot Gel**

**Indicazioni e funzioni:** Hot Gel è un bendaggio caldo per il trattamento della **cellulite consolidata** diffusa e dell'adipe. Funzioni: anticellulite, riducente.

### **Bendaggio Coffee Slim**

**Indicazioni e funzioni:** Coffee Slim è un bendaggio imbibito di gel arricchito con Caffaina, estratto di Quercia marina e composto iodato. Funzioni: trattamento last minute unisex ad azione rimodellante, drenante e soprattutto lipolitica per una silhouette ridefinita.

### **Fango Term con Sale Mar Morto**

**Indicazioni e funzioni:** Applicazioni diversificate: Fango + Massaggio oppure Fango + Cataplasma. Ideale in caso di artrosi e dolori reumatici. Ottimo coadiuvante nei trattamenti delle articolazioni contratte, della dermatite atopica, della psoriasi. Effetto drenante, depurativo, riativante, stimolante della circolazione. Ristrutturante e rigenerante del capello e del cuoio capelluto.

### **Il Candle Massage**

Oltre che un massaggio, rappresenta un vero e proprio rito di benessere, un momento prezioso in cui tutti i sensi vengono coinvolti. Se effettuato in Spa o beauty farm, è utile anche come preparazione per i percorsi di benessere (anche quelli più "curativi" tipo il dimagrimento), perché coccola il corpo e lo prepara alle sollecitazioni che comunque ciascun trattamento comporta.

**Sunny Comfort**  
**Centro Estetico**  
di Manna Lucia

Via Trieste 4 - PARMA  
Tel. 0521/775848 - Cell. 347.12669 70

**Trattamenti  
viso e corpo  
personalizzati**

**Depilazione**

**Solarium**

**Ricostruzione  
unghie**

**Manicure  
e Pedicure**

**SCONTO DEL 20%**  
a chi presenta la pagina



## Solarium

### L'ultima frontiera dell'abbronzatura

In vista della bella stagione una bella abbronzatura dorata, ma soprattutto duratura, piace a tutti, ma per evitare scottature, ottenere un colorito sano e uniforme è molto importante sapere scegliere i prodotti giusti.

Sotto il sole bisogna sempre proteggersi, il solare andrà scelto in base al fattore di protezione. L'applicazione costante di un protettivo solare garantisce una maggiore idratazione, contribuendo a preservare l'abbronzatura più a lungo ma basta seguire 4 regole fondamentali **esporsi in modo graduale, non stare al sole quando e quanto si vuole, dopo un bel bagno asciugarsi al sole, idratare con il doposole.**

**Ma non tutti possiamo andare al mare e sperare in un'abbronzatura perfetta. Allora c'è chi ricorre alla lampada, si spalma l'autoabbronzante e chi rassegnato si tiene la sua pelle di luna.**

**Ultimo ritrovato per una abbronzatura perfetta e completamente naturale è ... l'abbronzatura spray.**

L'abbronzatura spray senza raggi ultravioletti è la nuova tecnica abbronzante che arriva dagli Stati Uniti e che permette, anche a coloro che hanno poca melanina, di avere un'abbronzatura intensa in pochi minuti, grazie all'applicazione diretta sulla pelle, attraverso apposite cabine, di un principio attivo chiamato **DHA**.

Si tratta di una soluzione a base di aloe vera e DHA (estratto della **canna da zucchero**). Il DHA è il principio attivo che viene utilizzato per la fabbricazione di buona parte degli **autoabbronzanti** in commercio, è una **sostanza** atossica che viene ricavata dai **semi di rapa**. Esso entra in contatto con una proteina presente sulla superficie della pelle, la **cheratina**, e crea dei **pigmenti colorati** e un colorito del tutto simile a quello che si ottiene dopo un'esposizione al sole.

A causa del continuo ricambio dello **strato superficiale della pelle** il colore dura circa **5-7** giorni fino a svanire completamente, soggetta comunque a variazioni in funzione del tipo di pelle. Un'altra cosa che bisogna tener presente è che tale sostanza, non agendo sulla melanina, non ci garantisce la **protezione dai raggi solari**, come avviene invece nel caso di un'**abbronzatura naturale o artificiale**.

E un trattamento cosmetico che non danneggia la pelle in nessun modo, e non contiene agenti chimici aggressivi. L'unico rischio possibile, è un'allergia da DHA, ma questa non costituisce pericolo per la salute.

La soluzione abbronzante è al 100% naturale, e può includere **sostanze idratanti ed antiaging**. Viene nebulizzata sul corpo in modo preciso ed omogeneo per cui non



ci sono rischi di macchie, non unge, inodore o ha una gradevole fragranza (cioccolato, cocco, ciliegia) ed adatto a tutti i tipi di pelle, chiare, medie, scure che siano.

E' quindi consigliata a chi resta in città, che non può permettersi l'esposizione al sole per **fragilità capillare**, problemi circolatori, ma anche per tutti coloro che vogliono apparire al top per una festa o un evento particolare esibendo un **colore dorato e naturale**.

Non resta che provare, abbronzate tutto l'anno, senza danneggiare la pelle ..... ora si può!!

### La differenza tra un normale Makeup e That'so Sun Makeup



### L'ABBRONZATURA SULLA PELLE, IN SOLO 6 SECONDI

#### APPLICAZIONE VELOCE E FACILE

Dimenticatevi le lunghe e complicate applicazioni

#### COLORE INTENSO E UNIFORME

Effetto straordinario e luminoso per qualsiasi tipo di pelle. Penetra sulla pelle in modo uniforme e svanisce in modo naturale

#### PELLE MORBIDISSIMA E PERFETTAMENTE IDRATATA

Trattamento antietà  
Idratante e nutriente

#### PROFUMAZIONE DELICATA E NATURALE

Una fragranza avvolgente e delicata perfetta per essere indossata tutti i giorni

#### DISTRIBUTORE

T.H. s.r.l. Via G. Di Vittorio, 31 - 43044 Lemignano di Collecchio (Pr) Tel. 0521 304051-Fax 0521 543418 mail: info@rejuvx.it

**TRATTAMENTI:**

- MANICURE
- PEDICURE
- CERETTE
- PULIZIA VISO
- TRATTAMENTI PERSONALIZZATI VISO/CORPO
- RICOSTRUZIONE UNGHIE
- TRUCCO SEMIPERMANENTE
- TRUCCO SPOSA



**MASSAGGI:**

- LINFODRENANTI
- ANTICELLULITE
- RASSODANTI



**SOLARIUM:**

- VISO
- LETTINO



**NOVITA' DOCCIA** Alta pressione di ultima generazione!!! L'abbronzatura sicura che fa la differenza!

**VIENI A PROVARE LA NOVITA' DOCCIA A € 1.00 !!! (anzichè € 9.00 !!!)**  
Valido nei giorni: martedì e giovedì dalle ore 9.00 alle ore 19.00 fino al 30 aprile 2011

**ILLUMINA LA TUA BELLEZZA**

PROVA LA NUOVA MACCHINA **LED BIOSPHERE** TRATTAMENTO COMPLETO PER CORPO-VISO

**LED**

Bioprogramma l'attività  
cellulare

**VISO**

PELLI GIOVANI PELLI MATURE  
Reactive Rewind

**CORPO**

CONTRO CELLULITE  
DRENANTE - TONIFICANTE



**L'asi della Bellezza**  
abbronzatura ed estetica

**“L'AMICIZIA È QUALCOSA DA  
CONDIVIDERE”**

**Presenta una nuova amica.  
I vostri trattamenti costeranno la metà.**

**Presenta il coupon alla cassa**



## Viso - Make Up



### L'ossigeno l'alleato della pelle

Nei migliori centri estetici è da poco possibile trovare i trattamenti all'ossigeno; una novità assoluta che si prefigge di rivoluzionare il campo dell'estetica e dell'anti age. Grazie alla tecnica dell'ossigeno iperbarico uno speciale compressore filtra l'ossigeno dall'atmosfera e lo invia ad un infusore utilizzato dalla professionista per nutrire in profondità la pelle della cliente. L'ossigeno rende possibile la vaporizzazione e quindi il trasporto dei sieri negli strati più profondi della pelle. Questo sistema permette di veicolare acido ialuronico, anti ossidanti, vitamine ed altri ingredienti specifici con un processo delicato, non invasivo e rilassante.

Totalmente indolore, il trattamento è quindi in grado di riattivare l'ossigenazione della cute e generare il processo osmotico che permette la penetrazione dei principi attivi, donando alla pelle un Effetto Lifting Immediato, Idratazione Profonda e Luminosità senza pari.

Un viso disteso e senza una ruga. Una donna normale, superati i 40 anni, può sperarci solo se ha una pelle bellissima o può pensare di iniziare il trattamento **Intracuticals Oxygen**, la cura all'ossigeno che dà luce al viso e spiana le rughe. Per ottenere dei buoni risultati è sufficiente un ciclo di poche sedute e un follow up al mese. Intracuticals Oxygen, combinato con un gel a base di acido ialuronico, riesce a reidratare lo strato più profondo della **pelle**.

Il metodo Intracuticals combina insieme anche **acido ialuronico**, vitamine e sostanze antiossidanti che penetrano in profondità ottenendo lo stesso effetto delle punture, ma senza dolore.





MENTIRE  
**M20<sup>oxy</sup>**

**IL TRATTAMENTO DELLE STAR**

La tecnologia **NON INVASIVA** per l'ossigenazione della pelle



**Presentando questo coupon  
RICEVERAI 1 SEDUTA OMAGGIO  
PER QUESTO TRATTAMENTO**



**Istituto di bellezza**

**ORARIO CONTINUATO**

Via Volturmo, 3/i - 43125 Parma  
Tel. 0521.254573  
e-mail: [sirok85@live.it](mailto:sirok85@live.it)



## Colori E Make Up Del 2011

### Il Rosa caprifoglio o honeysuckle



Se in questi giorni di saldi, durante i vostri acquisti vi capita tra le mani qualche capo o accessorio in questa allegra e brillante sfumatura, non lasciatevelo scappare. Il rosa caprifoglio, o **Honeysuckle**, sarà infatti il colore della prossima primavera/estate e colorerà non solo il nostro guardaroba, i nostri accessori, la nostra casa, ma anche i nostri make up.



In periodi di stress, abbiamo bisogno di qualcosa per sollevare il nostro spirito. Honeysuckle è un colore affascinante e stimolante che sollecita un alto tasso di adrenalina. Il color caprifoglio deriva le sue qualità positive da un forte legame al suo colore madre, il rosso, la tonalità più fisica, quella più visceralmente vivo nello spettro.

Quest'anno il make up prende **tonalità nuove e molto evidenti**, tecniche di trucco specifiche realizzate con ombretti brillanti. Per le donne dalla carnagione chiara, si gioca con contrasti tra i visi bianchissimi e ombretti decisamente accesi. Effetti da bambola di porcellana con occhioni dipinti di tonalità vivaci. Per le carnagioni scure o abbronzate invece si punta a sfumature gold e bronzo, molto seducenti. Ecco cosa ci aspetta per l'anno nuovo, segniamoci tutto in modo da organizzare il nostro armadietto dei trucchi!



# Nail Expert

Perfect Lady



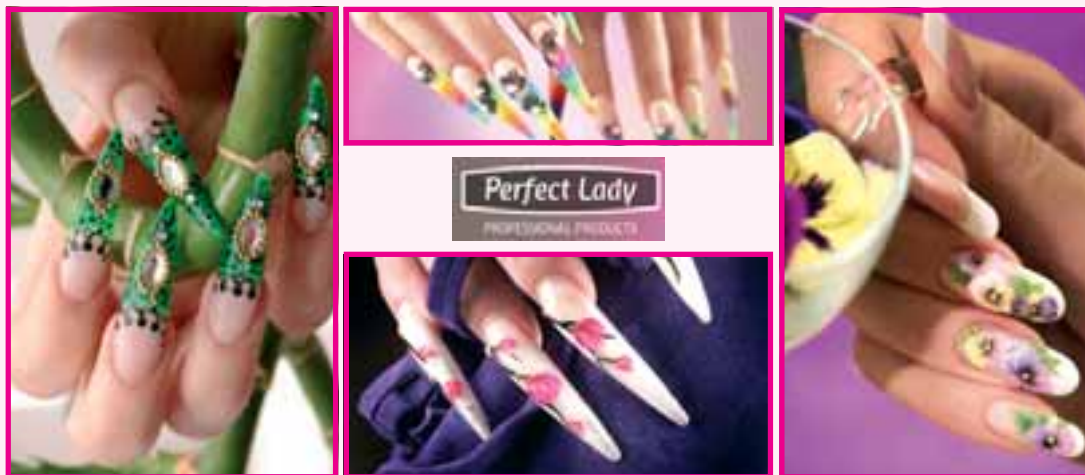
**Corsi di ricostruzione unghie in gel e in acrilico**

**Corsi di nail art**

**Vendita prodotti per la ricostruzione**

**Aggiornamento e dimostrazione dei nostri prodotti gratis**

**Possibilità di corsi personalizzati**



**Nail Expert - Distributore Perfect Lady esclusivo per Parma ed Emilia-Romagna**  
**Via Endrumaschi 11, 43045 Forno Taro (PR)**  
**Tel. 338-3774711 oppure 333-3752739**  
**info@nailexpert.it - www.nailexpert.it**

# Nail Expert

**PRESENTA IL COUPON**  
**AVRAI UNO SCONTO DEL 50%**  
**SUL CORSO DI RICOSTRUZIONE IN GEL**

★ **RICOSTRUZIONE UNGHIE**

★ **SAUNA INFRAROSSI**

★ **MASSAGGI**

★ **ESTETICA**

★ **RIFLESSOLOGIA PLANTARE**

★ **VENDITA PRODOTTI PER  
RICOSTRUZIONE UNGHIE**

★ **ESCLUSIVISTI**



LUN 9 - 13

MAR 13 - 19

MER - SAB 1-19 *orario continuato*

**PARMA - Via Scaramuzza 9**

0521.710353 338.9664508

mail: cupidonails@libero.it



## Mani - Unghie

### Le nostre unghie parlano di noi

Le mani sono spesso espressione della nostra personalità, comunicano le nostre insicurezze, i nostri sentimenti, il nostro stile

Indubbiamente le unghie sono uno degli specchi che riflettono la cura che dedichiamo a noi stessi.

**Lunghie o corte, quadrate o tondeggianti, come fare in modo che siano sempre perfette?**

Le unghie sono costituite principalmente da una sostanza proteica, la **cheratina**, che le rende dure e compatte. **La cura dell'alimentazione è uno dei fattori più importanti.** Per mantenere le nostre unghie sane e forti dobbiamo assumere alimenti che contengano principi fondamentali per la buona salute della cheratina, come **silicio** (contenuto nei cereali), **zolfo** (aglio, cipolla) aumenta la robustezza.



Come "leggere" le nostre unghie alla ricerca di sintomi di un più complesso stato di malessere?

**Piccole macchie bianche:**

Se compaiono indicano una mancanza di calcio e silicio nell'organismo.

**Base dell'unghia:**

Se le caratteristiche lunette bianche alla base dell'unghia spariscono o si modificano vuol dire che attraversiamo un periodo di particolare stress.

**Unghie convesse:**

Se hanno il dorso leggermente rialzato ed il fondo scuro, sono in atto, probabilmente, patologie respiratorie e cardiache.

**Unghie pallide e concave:**

La cosiddetta forma "a cucchiaio" si riscontra in soggetti che soffrono di anemia.

**Unghie molli, striate o macchiate:**

Sono indice di indebolimento fisico.

Ormai moltissime donne scelgono di prendersi **cura delle**

**proprie unghie** affidandosi ad operatori professionali, poiché occuparsi di questa parte del corpo non è affatto semplice!

Se fino a qualche anno fa si ricorreva all'estetista per una semplice **manicure**, oggi i trattamenti per le unghie sono diventati tantissimi e oltre a renderle più belle e più sane, sono in grado di cambiarle completamente, di renderle lunghissime, coloratissime, decoratissime, del tutto personalizzabili! Tutto questo grazie alla **ricostruzione delle unghie** (TIPS, GEL, CARTINE) e **la french manicure**, trattamenti disponibili presso centri specializzati.

### Le metodologie più utilizzate:

- **TIPS** È un metodo più veloce ma anche **il meno duraturo**. Vengono utilizzate "tips" speciali e una colla resina molto fluida.

Sopra le tips vengono eseguite **applicazioni di colla resina** (tre differenti strati) e lasciate asciugare.

- **GEL** Utilizza diversi tipi di gel che creano lo spessore dell'unghia. Una lampada a raggi ultravioletti viene utilizzata per la catalizzazione.

Il Gel garantisce un risultato finale molto naturale, è la tecnica più innovativa ed attualmente la più richiesta.

- **CARTINE** Allungamento dell'unghia naturale con il gel utilizzando una particolare cartina. Questa tecnica richiede che l'unghia naturale abbia un minimo di lunghezza.

- **LA FRENCH MANICURE** è una particolare tecnica, creata in Francia e diventata di gran moda anche in Italia e che consiste nel **dipingere le unghie** con naturalezza, donando alle **mani** un aspetto sensuale e raffinato, occorrono **unghie lunghe**, ma non lunghissime e slanciate.

Sta prendendo piede anche in Italia la moda di decorare le unghie: **le NAIL ART** l'insieme delle tecniche di decorazio-



ne delle unghie, micro decorazioni e realizzazioni di vere e proprie pitture e sculture sulla minuscola superficie dell'unghia, una gran quantità di soggetti, secondo la fantasia propria o dell'estetista. La vera nail art prevede che tutte e dieci le unghie siano decorate con colori, soggetti, brillantini. Di solito si estende su di una semplice french manicure su entrambe le mani o una decorazione particolare su due sole dita, in genere i pollici.

# JURVEDHA®

Natural  Philosophy

*L'essenza*

*del benessere*

*per i tuoi capelli...*



Ritaglia e consegna questo coupon nei saloni affiliati

Sconto del **10%**  
su PRODOTTI e TRATTAMENTI

Per maggiori informazioni  
[WWW.JURVEDHA.COM](http://WWW.JURVEDHA.COM)





## Capelli... Nuovi Look

### Nuovi look del 2011

Il nuovo anno è oramai iniziato e come ogni anno la **moda** dice la sua anche nel campo dei **tagli capelli**: di seguito le indicazioni **2011** per avere un look sempre attualissimo ma, ricorda bene, che ogni donna ha un suo stile personale che può discostarsi molto dai canoni modaioi senza ciò risultare datato o poco attuale.

Un consiglio da tenere sempre a mente: tagli capelli ed acconciature devono sempre essere interpretati, dal vostro acconciatore di fiducia, in modo da essere perfettamente in sintonia col vostro viso e con vostro modo di essere. No a forzature ed a ricerche obbligate di un look estremo o troppo alla moda che non si intoni perfettamente al vostro "essere".

**I tagli corti stile anni '60**, che conferiscono un aspetto elegante e ricercato.

Molto attuale un taglio corto mascolino, scalato con alcune ciocche più lunghe delle altre, linee bizzarre e mai precise per conferire ai capelli una certa naturalezza.

Altro **taglio 2011** molto attuale è un corto leggermente più lungo del precedente ove le punte dei capelli vengono modellate con cera o pasta per creare movimenti verso il viso. Degno di nota, un taglio a caschetto corto con stile molto arrotondato, caratterizzato da lunghezze disomogenee e di una lunghezza tale da sfiorare la base del collo. L'asimmetria delle lunghezze dovrà riflettersi anche per la frangia che scenderà sulla fronte in maniera asimmetrica.

Per chi ama i capelli lunghi dovrà prendere spunto dalle pettinature anni '70 effetto liscio naturale o con riga in mezzo, accessorati con cerchietti, fiori, nastri ed elastici stile retrò. Applicare una scalatura a tagli di capelli lunghi si ottiene volume, dinamismo e stile marcato.

E per chi ama la frangia, la vedremo ancora di moda, ma questa volta dovrà essere ben disegnata e dal volume arrotondato e imponente.

Si alle linee molto naturali con scalature non troppo esasperate, che conferiscono dinamismo e personalità ad ogni look, ed alla presenza di onde, onde che dovranno essere morbide ed anch'esse naturali.

**No** ai tagli troppo geometrici e squadrati.

La parola d'ordine nella scelta del colore per i propri capelli è: **naturale**. Quindi si a chi vuole conferire alla propria chioma riflessi naturali ma assolutamente no, a chi sceglie colori aggressivi e che si distaccano dal proprio colorito di pelle e di ciglia. La nuance più in voga..... **il castano chiaro con riflessi naturali**.



**RICCI CAPRICCI**  
**PARRUCCHIERI UNISEX**

Via Venezia 89 - 43122 Parma

Tel. 0521 784293

**JURVEDHA**  
Natural Philosophy



## Colore



### Cheratina .... lisci e setosi

Il trattamento con cheratina e' un processo innovativo che trasforma i capelli nella sua interezza.

Questo trattamento si basa appunto sull'utilizzo di cheratina, proteina primaria della pelle, dei capelli e delle unghie. Questa sostanza naturale dà ai capelli la capacità di ritornare al loro stato originale, sano, scintillante e liscio.

La Cheratina agisce come ristrutturante del capello e apporta sali minerali fino all'interno del capello, donandogli una nuova lucentezza e un corpo sano e forte.

E' indicato a chi ha capelli rovinati da tinte, permanenti, decolorazioni, meches, colpi di sole, o per chi ha già di natura un capello tendenzialmente secco, con doppie punte o punte fragili che si spezzano o molto crespi..

Il trattamento alla cheratina si divide in tre parti: shampoo purificante e asciugatura al naturale, stesura del prodotto

simile ad una tinta, piega con spazzola e phon e passaggio piastra su piccole ciocche.

Bisogna aspettare 72 ore (tre giorni) prima di effettuare un nuovo shampoo. Bisogna usare shampoo e maschere/balsamo privi di sale (sodium chloride, sulfate) per far sì che la cheratina non si tolga dal capello.

**Ha efficacia per circa tre o cinque mesi a seconda del tipo e** struttura del nostro capello e da quanto frequente si fa lo shampoo.

Il trattamento può essere fatto anche 1 volta al mese. Non contiene agenti chimici, né sostanze dannose per la nostra salute (ad esempio formaldeide), infatti proprio per la sua naturalità più si effettueranno applicazioni, più si nutrirà e irrobustirà la nostra chioma.



**Innovazione** Scegli la colorazione  
**SENZA AMMONIACA**

Chiedi al tuo parrucchiere  
**COLOR BASIC**

con estratti di Aloe Vera e Ortica



## Sposa



### Le acconciature 2011 per la sposa

E' il periodo ideale per indirizzare la nostra attenzione su quelle che sono le nuove **tendenze 2011** per quanto riguarda le **acconciature da sposa**, per chi nel giorno più bello della propria vita vuole essere oltre che speciale per se e gli altri avere anche un **look alla moda** tenendo sempre presente quella che è la propria personalità.

Si sa che nel giorno del matrimonio l'**acconciatura** ha per la sposa un'importanza al pari del vestito, con la differenza che il vestito difficilmente deluderà le aspettative in quanto provato e indossato in precedenza. Per evitare invece **sgradevoli sorprese** dovute ad una non preparazione e ad una messa in piega improvvisata al momento sarà bene pianificare per tempo il taglio, colore e stile dei nostri capelli.

Se poi vogliamo attingere alle mode dell'ultimo momento ci rassegnamo al fatto che **la nostra sposa tendenzialmente è tradizionalista** e ricorre ancora ai capelli raccolti, allo chignon e alla treccia a spiga francese.

Un'**acconciatura da sposa** molto elegante e ricercata e' lo **Chignon** che sta' bene ad ogni donna anche abbinato al

velo. Lo si puo' impreziosire con nastri, fiori utilizzando quelli del nostro bouquet, fermagli, mollette quanto di più ci possa piacere per rendere speciale il nostro **chignon da sposa**.

Il 2011 vede la sposa salire all'altare con i capelli raccolti in un **French Twist**, ovvero un chignon classico con la "punta" rivolta verso l'alto.

Per chi invece, per la propria **acconciatura sposa**, non vuole raccogliere i capelli ma lasciarli sciolti in modo da ottenere un look femminile e romantico potrà appuntare il velo da sposa con un pettinino o un fermaglio

Ogni donna sogna per il giorno del suo matrimonio un look impeccabile, da principessa, per essere meravigliosa e stupire invitati e futuro sposo.

Scegliere l'**acconciatura sposa** più adatta al proprio stile e al proprio viso richiede però la consulenza di professionisti della bellezza in grado di consigliare sulle ultime tendenze, elaborare acconciature originali ed evidenziare le vostre caratteristiche migliori!



ACCONCIATURE  
**Stefi Tono**  
 DINAMICA PASSIONE  
 PER LO STILE

P.zza Pettenati, 14/15  
 Medesano (PR)  
 Tel. 0525/420674  
 e-mail: stefitono34@vodafone.it

Orari di apertura:  
 Martedì - Giovedì  
 8:00 - 12:00 14:30 - 19:30  
 Venerdì e Sabato 8:00 - 19:00

**IMMERSI NEL BENESSERE**  
 Massaggi rilassanti, tonificanti,  
 anti-stress e Aromaterapia

**CINZIA**  
**l'amica del tuo benessere**

P.zza Garibaldi - Suzzara (MN)  
 Cell. 339 3276674



## Massaggi

### Massaggi piacevoli ed efficaci

E' una forma di terapia antica è un insieme di diverse manovre eseguite sul corpo per lenire dolori muscolari o articolari, per tonificare il volume di alcuni tessuti, ma anche per preservare e migliorare il benessere psichico, allentando tensioni e fatiche. Basta scegliere quello che più si addice e.... tuffarsi nel benessere.



### Massaggi al cioccolato

Oltre che piacevoli sono davvero efficaci. Perché non regalarsi allora un' ora di puro benessere e godimento? Viene versato sulla schiena, lungo tutta la colonna vertebrale, una miscela ottenuta con del cioccolato fuso addizionato con speciali oli essenziali. Subito dopo inizia il **massaggio vero e proprio, che coinvolge spalle, schiena, collo e glutei per poi spingersi fin sulle cosce e più giù su polpacci e caviglie.** Dopo la manipolazione, si resta in relax per godere anche dell'**aromaterapia. Il profumo del cioccolato, infatti, coinvolge i sensi** e regala un senso profondo di benessere. Il cioccolato, migliora il tono dell' umore e regala allegria. Dopo

un quarto d'ora, una doccia calda, durante la quale si friziona bene il corpo con un guanto di crine. Il risultato sarà una pelle liscia come la seta. **I grani di cacao, infatti, concorrono a esplicitare un leggero peeling che asporta le cellule morte ed è imbattibile nello stoccaggio dei grassi.**

### Massaggio Ultrasonico

Gli ultrasuoni agiscono in modo profondo sul nostro organismo in quanto raggiungono gli strati sottocutanei, inoltre la sicurezza delle loro applicazioni è ormai fuori discussione. Molteplici sono le loro funzioni anche in ambito estetico e sportivo, grazie alla loro natura non invasiva e indolore.

Facilitano l'assorbimento cutaneo di sostanze attive quali oli essenziali e prodotti cosmetici, distendono i tessuti (esempio: le rughe superficiali), rilassano le contratture muscolari, attivano processi antinfiammatori rigenerativi in caso di acne, mobilitano i grassi e favoriscono l'esito positivo sulle zone cellulitiche.

### Massaggio Shiatsu

Lo shiatsu è una forma di terapia manuale nata in Giappone all'inizio del XX° secolo ad opera di maestri che praticavano tecniche di massaggio direttamente derivate dal massaggio tradizionale cinese o "tuina". Lo shiatsu è una tecnica di riequilibrio molto potente. Sottoporsi periodicamente ad un trattamento fatto da mani esperte è quindi un eccellente modo di restare in salute.



**MASSAGGIO  
ULTRASONICO**

**CIOCCO-MASSAGGIO**

**BIOSSIGENAZIONE VISO**

**PACCHETTO SPOSA**

**BEAUTY-DAY**

**SCONTO DEL 30%  
ENTRO IL 30/3/2011**

PRESENTA IL COUPON ALLA CASSA

# FIOR DI LOTO

Strada Baganzola 142/A  
Baganzola (PR)  
Tel. 0521/601680

e-mail: [ale81t@libero.it](mailto:ale81t@libero.it)  
[www.estetista-fiordiloto.com](http://www.estetista-fiordiloto.com)

**CENTRO BENESSERE  
ESTETICA  
SOLARIUM**



## Fitness

### Rimettersi informa

Nella tabella dei **propositi per il nuovo anno** non manca mai il faticoso **"Iscrizione in palestra"** oppure, per chi già ha un'iscrizione – perché faceva parte degli impegni assunti al ritorno dalle vacanze – c'è il **"andrò in palestra tre volte a settimana"**. **Per quale motivo scegliamo o spesso ci imponiamo di fare attività fisica? Quali sono gli obiettivi che ci prefiggiamo e di conseguenza quali le discipline più in voga? Gli scopi per cui si decide di praticare sport e le attività scelte non sono sempre gli stessi, nel 2011 ci saranno cambiamenti sostanziali per quanto concerne le attività sportive.**

Le risposte rispecchiano fedelmente le diverse esigenze sopraggiunte con i cambiamenti degli stili e dei ritmi di vita. Qualche anno fa si andava in palestra solo per ragioni estetiche, oggi ci si vuole anche divertire, rilassare e si punta a sciogliere le tensioni accumulate durante la giornata. C'è, in più, un forte desiderio di evasione, che faccia bene allo spirito oltre che al corpo. E' in aumento lo stress e c'è sempre più bisogno non solo di semplice riposo, ma di un benessere complessivo, al quale l'attività fisica contribuisce in misura determinante. E ricordando che lo sport, il movimento, devono essere soprattutto un piacere, non una costrizione, scegliete la disciplina che preferite ed iniziate a praticarla.

### Lo Spinning

Il cuore di questa nuova attività è l'attrezzo utilizzato, evoluzione tecnologica della tradizionale cyclette da camera con un pesante disco di ghisa (volano) che, essendo messo in rotazione dai pedali, simula con maggiore fedeltà della cyclette le condizioni di sforzo di una pedalata in bicicletta. E' un'attività completa dal punto di vista cardiaco, fa lavorare in maniera omogenea la muscolatura delle cosce, po-

tenziandole e rassodandole e rinforza anche i muscoli delle braccia



### Fit Ball

Nuova e divertente ginnastica con la palla. Sani e in forma rotolando, saltando e rimbalzando, esercizio fisico che allunga e tonifica i muscoli, scioglie le articolazioni, brucia grasso superfluo e allena cuore e polmoni. Il fit ball, è un allenamento utilizzato anche per prevenire problemi dell'apparato locomotore e per migliorare sensibilmente il senso dell'equilibrio. Inoltre agisce sulla parete addominale, aiuta a prevenire il mal di schiena "d'ufficio".



**SCONTO DEL 10%  
DONNE E STUDENTI**

### SALA FITNESS RINNOVATA

**CORSI DI:**

<b>TONIFICAZIONE</b>	<b>BODY TONIC</b>
<b>FIT BALL</b>	<b>POWER PUMP</b>
<b>PILATES</b>	<b>SPINNING</b>
<b>TOTAL BODY</b>	<b>FIT BOXE</b>

**ABBONAMENTI COMBINATI  
PALESTRA/PISCINA**



**VIA ANEDDA 23/a - PARMA**

Presso piscina comunale di Moletolo

**TEL. 0521.707549**

**www.palestrasynergyclub.com**



## Fitness

### Pilates

Il metodo Pilates è una disciplina di allenamento del corpo pensato e concepito per sviluppare la forza e la flessibilità muscolare, per aiutare a mantenere l'equilibrio tra corpo e mente. Rafforza gli **addominali**, conferisce pieno controllo del corpo, grande flessibilità, coordinazione della **colonna vertebrale** e **degli arti**. I muscoli vengono rafforzati, allungati e tonificati, senza l'aumento sproporzionato della massa muscolare. La totale concentrazione sul corpo durante ogni esercizio enfatizza la qualità del movimento, la coordinazione ed il respiro. **FIT BOXE** Praticata solitamente in palestra, consiste in esercizio fisico di tipo aerobico, sfrutta la tecnica di **boxe**, **kickboxing** e **thaiboxe**, a ritmo sostenuto di musica. Forza e movimento, potenza e agilità, diventano un programma di allenamento completo. Riunisce in sé un'ottima attività fisica brucia grassi è un'efficace tecnica di autodifesa, adatta sia a uomini che donne, di tutte le età. E queste sono solo alcune le attività che offre oggi il mondo del fitness, TOTAL TONE, PUMP, CARDIO MOTION,



BODY DANCE e altro ancora .....a voi la scelta per tenervi in forma.

Una sola avvertenza: lo zapping con il telecomando non è incluso tra le alternative possibili. Il fatto che il termine faccia rima con jogging, non giustifica la scelta di questa attività.



**FITNESSTIME**  
THE TIME FOR FITNESS

**FT**  
FITNESS TIME

**IT'S TIME FOR FITNESS**

**SCOLPISCI IL TUO CORPO E RITROVA IL TUO BENESSERE**

**Fino al 28 febbraio 2011 abbonamenti**

**A PARTIRE DA 360 Euro**

Ritaglia questo tagliando e presentalo alla nostra reception per te **1 MESE OMAGGIO** in più su i nostri abbonamenti annuali

**TI ASPETTIAMO...BUON FITNESS...**

VIA BATTAGLIA DI S. PIETRO, 16/A PARMA

TEL. 0521 674090 - FAX 0521 670507

NEWFITNESSTIME@LIBERO.IT





## Fitness

### Acquafitness.... Lo sport in acqua

L'acqua fitness ha fini riabilitativi, sportivi e terapeutici, garantisce il benessere psico-fisico dell'essere umano.

Va incontro alle esigenze di ogni persona, chiunque può dedicare una parte del suo tempo all'acqua fitness, chi non sa nuotare, chi oramai è nella terza età, le donne in gravidanza e chi semplicemente si annoia a nuotare solamente



e preferisce qualcosa di più stimolante e divertente.

Per ottenere risultati più efficaci e per rendere anche più vivace l'attività motoria, l'acquafitness si avvale dell'aiuto di attrezzature create appositamente per resistere alla permanenza in acqua e che consentono di eseguire esercizi che altrimenti sarebbero improponibili.

L'acquafitness mostra i suoi effetti benefici soprattutto a livello di tono muscolare e di articolazioni e contribuisce al potenziamento della forza e della resistenza fisica, migliora il funzionamento della circolazione e dell'apparato respiratorio, agisce a livello estetico in quanto combatte i cuscinetti di grasse e gli inestetismi della cellulite, riduce il rischio di traumi e combatte stress e stanchezza fisica donando benessere e relax.

A seconda dell'attrezzo utilizzato si possono distinguere diverse attività fra l'acquafitness:

- **ACQUA GYM:** uguale alla ginnastica, ma svolta in acqua.
- **ACQUA STEP:** è un attività prevalentemente a carattere coreografico che prevede l'utilizzo dello step (letteralmente scalino) posto sul fondo della vasca.
- **ACQUA SPINNING O IDROSPINNING:** l'attrezzo protagonista di questo tipo di attività è la idrobike, una normale cyclette interamente di acciaio inox e creata appositamente per resistere all'acqua.
- **ACQUA DANCE:** si balla a ritmo di musica latino americana, hip hop e dance al fine di tonificare e rassodare il tessuto muscolare e di perdere grassi.
- **ACQUA AEROBIC:** definita così in quanto richiama la tradizionale aerobica svolta in palestra che prevede spostamenti coreografici attraverso l'esecuzione di esercizi ginnici o danzanti.

Prima di svolgere qualsiasi attività fitness è opportuno sottoporsi a visita medica per accertarsi di essere idonei a praticare l'attività e in caso di problemi fisici per valutare quale possa essere l'attività di acqua fitness più indicata.

**AQUAFIT Fizio e Sport di ALA S.r.l**



**SALA FITNESS**  
**ATTREZZATURA TECNOGYM**  
**SALA CORSI**  
**PISCINA COPERTA**  
**RIEDUCAZIONE FUNZIONALE**

Via Galvani 3 - 43013 Langhirano (PR)  
 Tel. 0521/358646 - Fax 0521/351509  
 Cell. 3923147223  
 e-mail: aquafitfizioesport@libero.it

**TOP LINE**  
 Articoli per la danza



Piazzale S. Ilario 3/D (via Buffolara)  
 43126 Parma  
 Tel/Fax 0521 984277 Cell. 347 0873343

**AUTOBUS 9 -19**  
[info@toplinedanza.it](mailto:info@toplinedanza.it)  
[toplinedanza@libero.it](mailto:toplinedanza@libero.it)  
[www.toplinedanza.it](http://www.toplinedanza.it)



## Danza

### Tenersi in forma ..... Ballando

A volte ci si stufa delle sedute in palestra, si è pigri per andare a correre o in bicicletta. Se non sopportate i martellanti e noiosi ritmi dance delle palestre, perché non provare a ballare per perdere peso?

Ballare, non solo per semplice divertimento ma per prendersi cura della propria forma, per ogni punto critico del vostro corpo esiste sicuramente un tipo di danza mirato. Infatti è una attività ideale per chi vuole perdere peso senza avere la sensazione di "fare palestra", è certamente più divertente, aiuta a scaricare lo stress.....e per di più il ritmo coinvolgente del ballo aiuta anche a mantenere il buon umore. Il **Flamenco** tonifica i glutei, i Latino-americani rassoda le gambe, il **Tango** è ideale per la schiena. Ma questa non è l'unica idea per restare in forma.

Si può roteare ballando il **Liscio**, la **Mazurca**, il **Valzer** e la **Polka**, il **Tango**, la **Salsa cubana** o **portoricana**, **Hip Hop**, **Funky** insomma tutto va bene, l'importante è muoversi a ritmo di musica.

Il **ballo liscio** è un ballo di coppia dove il suo nome dalle movenze dei ballerini che usano scivolare, strusciare i piedi, quindi *andare via liscio*. Si espande in tutto il nord Italia, colonna sonora egemone nelle feste da ballo.



Il **Valzer** diffuso inizialmente in Austria e nel sud della Germania, conquistò ben presto gran parte dell'Europa, il successo fu dovuto non solo al carattere fluente e orecchiabile della musica ma anche al fatto che per la prima volta la coppia di ballerini danzava abbracciata.



La **Polka** è un ballo veloce, di coppia, molto popolare sia tra gli amanti del ballo liscio, che tra quelli del ballo folk. Divenuto ballo molto noto, ne esistono varie forme popolari oltre alle forme di musiche e danze da camera.



**EMMEDANCE**  
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

www.emmedance.altervista.org

Margherita 318 5802090  
Massimo 317 1339108

Si eseguono corsi collettivi a Collecchio, Fornovo, Tortiano da Settembre ad Aprile per l'apprendimento di:

**BALLO LISCIO TRADIZIONALE**  
(Mazurca, Polca, Valzer)

**BALLO DA SALA**  
(Tango, Valzer Lento, Foxtrot)

**DANZE STANDARD**  
(preparazione alle gare con supervisione di Maestri internazionali)

Siamo disponibili per **LEZIONI PRIVATE** pomeridiane e per **ESIBIZIONI**. Disponiamo di un Gruppo Coreografico per esibizioni di Danze Standard e Ballo da Sala.



### Per il benessere fisico...

Il **Tango**, direttamente dall'argentina, un ballo sensuale e travolgente che rassoda i polpacci e ai muscoli della schiena, ma fa bene anche a cosce e addome, grazie agli eleganti movimenti, fatti di contrazione e portamento.



I **Latino-americani** tutti balli brucia calorie, grazie ai loro ritmi. Per conquistare addominali scolpiti ideale la **Samba**, mentre per glutei scultorei la **Rumba**.



I **Caribici (Salsa, Merenghe, Mambo)** c'è l'imbarazzo della scelta, un'ora brucia oltre 300 calorie e gambe perfettamente modellate sono assicurate.



L' **Hip hop, Funky** diventato un fenomeno a livello mondiale, tanto da poter essere considerato un vero stile di vita, apporta i benefici di un allenamento intenso e costante con miglioramento della resistenza cardiaca e tonificazione di tutta la muscolatura.



**DAMAS Y CABALLEROS**  
CUERPOS EN MOVIMIENTOS

SALSA PORTORICANA - SALSA CUBANA - BACHATA - LATIN HUSTLE  
RUEDA CUBANA - GESTUALITA' MASCHILE E FEMMINILE - LISCIO  
BALLO DA SALA - BOOGIE WOOGIE - TANGO ARGENTINO  
SBARRA A TERRA - MODERN JAZZ - HIP HOP  
BALLI DI GRUPPO PER ADULTI - BALLI DI GRUPPO PER BIMBI



**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA (ASD) DAMAS Y CABALLEROS - SCUOLA DI BALLO VIA ORLANDO 27/A PARMA - TEL. 0521-994953 347-4667627**  
DIRETTA DAGLI INSEGNANTI A.M.N.F. (ASSOCIAZIONE, MAESTRI, NUEVA, FEDERCARIBE) E DANZA IN FEDERAZIONE - ROBERTO RAMAZZOTTI - GIUSEPPE IDOLIA

[www.damascaballeros.it](http://www.damascaballeros.it) - [info@damascaballeros.it](mailto:info@damascaballeros.it)



## Cibo sano...



### Sushi, wasabi, sashimi:

#### Termini che stanno diventando usuali anche nei nostri territori.

La dieta giapponese concentra la magnifica energia del cibo in porzioni compatte e divertenti.

#### I benefici

Grazie allo stile di vita e alla dieta piuttosto sana, le donne e gli uomini giapponesi vivono più a lungo e meglio, detengono il primo posto nella classifica delle popolazioni meno obese.

Non è solo una questione genetica, la magia del cibo giapponese risiede principalmente nel bilanciare il gusto con l'apporto calorico, il tutto condito con una cura particolare per la presentazione del piatto.

Un piatto particolarmente bello porta, chi lo deve consumare, a mangiare più lentamente per assaporarne ogni boccone ed il risultato è che si tende a mangiare di meno, dando al cervello più tempo per realizzare il senso di sazietà.

In media un Giapponese mangia circa il 25% di calorie in meno al giorno rispetto ad un Americano, Il taglio delle calorie non deve essere doloroso o traumatico, il segreto è rimpiazzare i cibi come il cioccolato, le patatine e i biscotti, con frutta, verdu-

ra e zuppe.

Altro punto a favore della dieta giapponese sono le porzioni, qui, i piatti sono più piccoli così come le ciotole; a tavola, i commensali assaggiano un po' di tutto. Studi hanno dimostrato che si tende a finire tutto ciò che c'è nel piatto, anche se la porzione è abbondante, che si abbia ancora fame o meno, da qui la necessità di ridurre le dimensioni del piatto.

La dieta giapponese è caratterizzata da un alto consumo di riso, inclusa la colazione. Il riso è un cereale a basso contenuto di grassi ma ad alto contenuto di carboidrati complessi, aiuta a saziarsi apportando un quantitativo calorico relativamente basso, inoltre servito privo di olio o burro.

Per continuare con i punti a favore di questa dieta, bisogna riconoscere ai Giapponesi, un corretto consumo di verdure. Peperoni rossi, fagiolini, zucchine, melanzane, cipolle, bardane, pomodori, peperoni verdi, lattuga, carote, spinaci, germogli di bamboo, barbabietole, radici di loto, rape, daikon (o radicchio bianco gigante), funghi shiitake, patate dolci e alghe marine come l'alga kombu o nori e wakame, tutti hanno una loro collocazione nella dieta giapponese, infatti quattro o cinque di queste verdure sono servite ad ogni pasto

Per quanto riguarda l'assunzione di proteine, i Giapponesi amano il pesce, soprattutto quello più grasso come il salmone, il tonno fresco, lo sgombrò, le sardine e le aringhe, tutti pesci che hanno, comunque, un alto contenuto in omega-3, noti per le loro proprietà benefiche contro le malattie cardiache e a favore del buonumore. L'amore dei Giapponesi per il pesce, porta un consumo ridotto di carni rosse che, ricche di grassi saturi, spesso causano patologie cardiovascolari e obesità. Altro alimento molto consumato è la soia. Quando consumati con moderazione, i prodotti naturali della soia come il tofu e i fagioli edamame sono una valida alternativa alla carne rossa data l'assenza quasi completa di grassi saturi.

Per quanto riguarda i dolci, i Giapponesi, solitamente ne consumano in piccole porzioni, preferendo frutta di stagione, sbucciata, affettata e disposta in modo decorativo. Una tazza di tè verde è un'ottima conclusione per ogni pasto.



## CUCINA GIAPPONESE E CINESE



### MENU NO LIMITES A PRANZO E CENA

**ORARI: 10:00 - 01:00**

**orario continuato con servizio bar**

**Via Emilio Lepido, 234/A - Loc. IL MORO - PARMA - Tel. 0521 645610 - Cell. 338 7876480**

**AMPIO PARCHEGGIO SUL RETRO - SI ORGANIZZANO FESTE DI COMPLEANNO**



## Infusi & Tisane

### Tisane e rimedi naturali

Anche il pranzo del **Natale 2010** è volato via lasciandoci con un **senso di pesantezza**, un **senso di affaticamento** da maratoneta arrivato al traguardo. Qualcuno forse ha ceduto in chiusura, magari con una **deliziosa porzione di dessert** o con una grande e soffice fetta di **panettone farcito**, alcuni si saranno ripetuti, tra una pietanza e l'altra, "ma che importa dopotutto domani è un altro giorno!" Insomma le reazioni al **pranzo di Natale**, come ogni anno, sono diverse per abbuffate e per sensi di colpa. Ma come possiamo rimediare? Come possiamo **eliminare i fastidi di stomaco** che il pranzo ci ha lasciato nel corpo? Un errore da evitare è sicuramente il consumo di amaro che di certo non è utile per la digestione. E' bene invece scegliere le tisane quali per esempio:

- **tisane che aiutano a digerire**: abbiamo **problemi digestivi** quali **gonfiore addominale**, **crampi allo stomaco** o **dolori diffusi allo stomaco** possiamo optare per una miscela composta da liquirizia (radice), **ribes nero**, **radice di altea** e **melissa**.

- **tisana per dormire bene**: per **combattere i disturbi del sonno** consigliabile tisane con miscela di fiori di lavanda, fiori di tiglio, foglie di melissa, fiori di camomilla, semi di finocchio.

### Tisana Dimagrante

Ingredienti della **tisana dimagrante**:

- 30 g di marrubio (le sommità fiorite)
- 20 g di frassino (le foglie)
- 30 g di bardana (la radice)
- 40 g di quercia marina (tallo intero essiccato)

Mescolate in maniera omogenea tutti gli ingredienti della

### tisana dimagrante.

Dosate 10 g di miscela e fate bollire per 3-4 minuti in 2,5 dl d'acqua. Lasciate riposare la **tisana dimagrante** in infusione per 10 minuti e filtrate avendo cura di spremere bene i vegetali.

Consumate una tazza di **tisana dimagrante** calda al giorno, ½ al mattino e ½ alla sera, lontano dai pasti. L'assunzione va continuata per 20 giorni, quindi si sospende per 15 giorni e, in caso di bisogno, può essere ripetuta per altri 20 giorni.

Dopo una giornata di stress, fatica e piena d'impegni, in questi ultimi mesi di giorni invernali il nostro corpo merita di regalarsi un momento caldo, dolce e purificante di vero relax: 5 minuti tutti per noi e per il nostro corpo!!!!



### ERBORISTERIA PRIMROSE

Ampliamento del Gruppo erboristerie il Germoglio piccola catena che nasce a La Spezia nel 1981 ed ora si sviluppa sia nella provincia di La Spezia, Toscana e finalmente in Emilia.

Prodotti curativi, fitopreparati naturali, integratori alimentari, cosmetica naturale e quant'altro, tra le aziende presenti in negozio troviamo: **RAEMIL**, **ERBOLARIO**, **PERFECTSKIN**, **HELAN**, **GUAM**, **IODASE**, **ABOCA**, **RANCE'**, **LACOTE**, **OFICINE CLEMÀN(LINEAORO)**, **VIROPA**, **MINARDI ERBE**, **CARAMELLE LEONE**, **PLANTER'S**, etc...

Via D'Azeglio 21 - 43100 Parma  
Tel. 0521231192



## Tatuaggi



### Si ci sveste e compare... Il tatuaggio

Come tutte le cose, anche i tatuaggi seguono dei trend, però a differenza dei vestiti, delle scarpe sono qualcosa di molto più personale, dove ognuno veramente può scegliere un simbolo o un disegno che superi il varco temporale del momento. Quali sono le tendenze 2011 in tema di tatuaggi? Non hanno perso smalto i tribali e gli ideogrammi (detti anche lettering). Sono dei sempre verdi che continueranno a essere di moda in qualsiasi occasione poi sono i tatuaggi meno invasivi e quelli che si adatto meglio al corpo di una donna, soprattutto per sottolinearne la femminilità. Vanno moltissimi i soggetti che riprendono il tema della natura. Quest'anno sono molto richiesti i fiori, come Gigli e ibiscus, magari associati a un piccolo tribale. Una sorta di

mix di stili, che ovviamente si presta alla personalizzazione. Cosa spinge una persona a decidere di farsi disegnare sul proprio corpo qualcosa di indelebile e che quindi rimarrà impresso per sempre sulle proprie membra? L'arte di decorare il proprio corpo attraverso il tatuaggio ha radici molto antiche ed è rimasta un'attività ancora di moda. Nei tempi antichi il tatuaggio serviva a riconoscere a quale gruppo sociale si apparteneva, ad esorcizzare le paure, a comunicare, ad abbellirsi. In qualche modo anche oggi il tatuaggio assume tali valenze. Di fatto un disegno sulla pelle, che si è ben consapevoli rimarrà per la vita (salvo poi decidere di eliminarlo con le tecniche moderne), sicuramente comunica qualcosa di sé, della propria personalità, di un evento che è stato o è ancora significativo nella propria esistenza.

Le occasioni che spingono a scegliere di farsi un tatuaggio possono essere le più disparate. Abbiamo detto ad esempio: la nascita di un figlio, ma anche l'inizio o la fine di un amore, il diciottesimo compleanno o la data del matrimonio.

Con il tempo il tatuaggio diventa una parte di sé, tanto da assumere un valore aggiunto a livello comunicativo: esso esprime aspetti di se stessi tenuti nascosti, ma che possono essere "letti" e interpretati da coloro che hanno voglia di capire l'interiorità di chi lo "indossa".





**IL ROSSO**  
STUDIO TATTOO  
PIERCING  
TATUAGGIO ARTISTICO









**IL ROSSO**  
di FERRARI MARCO  
Via Traversetolo 33  
43030 PIAZZA DI BASILICANOVA  
(PARMA)  
Tel. 0521/1912131  
[www.ilrosso.org](http://www.ilrosso.org)



## Abbigliamento



### L'abito sartoriale.....

Se pensiamo ad una cinquantina di anni or sono lo scenario in cui le nostre mamme o le nostre nonne si sono sposate era ben diverso da quello odierno in cui una miriade di collezioni di abiti da sposa occhieggia dalle pagine patinate delle riviste del settore. A quell'epoca solo gli stilisti più quotati avevano l'ardire di proporre qualche modello pret à porter, che peraltro veniva quasi sempre modificato per la singola sposa, confezionando un abito assolutamente unico e glamour. Le signorine di buona famiglia invece ricorrevano alla sarta o all'atelier sartoriale più in voga della città. La sarta di famiglia preparava il corredo matrimoniale, rigorosamente ricamato a mano, l'abito da sposa, la veste battesimale per il primogenito.

Questa figura con il tempo sembrava essere sparita, riassorbita da un' economia di scala che offre ben ampia scelta tra proposte di abbigliamento pronto. Forse però l'eccessivo proliferare di marche e stili ha prodotto una saturazione del mercato con il recupero del capo su misura. Nelle città abbiamo visto spuntare in sordina piccole vetrine che proponevano camicie su misura, l'abito da uomo di taglio sartoriale, nei centri commerciali sono ormai d'ordinanza le botteghe che offrono piccole riparazioni sartoriali, insomma tutti segnali di un ritorno all'artigianato. Quest'anno anche per la sposa c'è un grande

ritorno dell'abito sartoriale, in cui la personalità e lo stile personale sono protagonisti. Attualmente per aver un abito da sposa pronto, confezionato con tutti i crismi e con materiale di prima qualità bisogna spendere cifre che la maggior parte delle spose, saggiamente, si rifiuta di sborsare, ripiegando così su abiti di scarsa qualità. Se invece voi amate l'eccellenza ma pensate di non potervela permettere, valutate l'opzione sartoriale. I vantaggi dell'abito sartoriale sono molti: la possibilità di poter scegliere tutti i dettagli del modello, a partire dalla qualità del materiale, alla minima rifinitura che può venire personalizzata; un bravo professionista è inoltre in grado di guidarvi nella costruzione di un abito unico che sottolinei la vostra figura minimizzando i difetti, l'abito viene creato a tappe si può perciò modificare "in itinere", mano a mano che la sposa prende confidenza con il taglio e le proporzioni. Il modello sarà creato sulle vostre direttive con il supporto tecnico dell'esperto che vi prospetterà sempre la soluzione migliore. Non ci sono modelli che una brava sarta non sia in grado di realizzare, e se avete il sogno di indossare un abito da regina come quello di Grace Kelly non dovete necessariamente pensare di dare fondo a tutti i vostri risparmi. Il suggerimento che vi diamo è quello di valorizzare i vostri gusti, e di portare il vostro stile personale anche nel vostro matrimonio costruendo un piccolo sogno cucito con maestria e un pizzico di fantasia.



ISTITUTO DI MODA

## Atelier Alderuccio

Iscrizioni aperte tutto l'anno

CORSI PROFESSIONALI E DI SPECIALIZZAZIONE

Stilista - Figurinista - Modellista - Sarta - Taglio e cucito

LEZIONI INDIVIDUALI E PERSONALIZZATE

ATELIER DI ALTA MODA

Studio stilistico - Confezione capi su misura e su taglia

Realizzazione cartamodelli - Organizzazione eventi moda - Fashion shooting

Borgo Garimberti 8, lat. via Farini - 43121 Parma - Tel. 0521/1813280 Cell. 338644692  
e-mail: [info@atelieralderuccio.it](mailto:info@atelieralderuccio.it) - [www.atelieralderuccio.it](http://www.atelieralderuccio.it)



## Il nostro sonno



### Relax..... dormire in modo corretto

Un terzo della nostra vita lo passiamo dormendo e questa fase ci permette di ricaricarci di energia sufficiente per affrontare al meglio una nuova giornata. E' importante riposare bene per stare meglio ed essere in forma. Ormai in commercio troviamo materassi, reti e cuscini a qualsiasi prezzo, che a volte però dal punto di vista qualitativo non fanno passare notti veramente riposanti e salutari a chi predilige il basso costo alla buona efficienza dei prodotti acquistati.

L'importanza del sonno come fonte di benessere e fattore di miglioramento della qualità della vita, "un buon riposo nutre la mente, come una buona alimentazione nutre il corpo". Purtroppo tre persone su dieci soffrono di disturbi del sonno e la causa principale è il materasso. Chi dorme su un vecchio materasso usato da tempo può andare incontro a diversi disturbi fisici, come tensioni alla muscolatura della nuca e delle spalle, mal di testa, dolori alla schiena, lombal-

gite spossatezza. Per questo il materasso deve avere una vita massima di 5/7 anni e sarebbe consigliabile prediligere uno ortopedico o in lattice.

Non solo dormire, ma relax e comfort in ogni momento della giornata.

Ecco perché qualunque siano le nostre abitudini, il nostro lavoro, le nostre passioni, possiamo avere l'occasione di svolgerle in completa comodità, facilitandoci nel risultato, prolungando la continuità della nostra attenzione.

Anche il cuscino e le reti hanno un ruolo fondamentale per una buona riuscita del nostro riposo, a volte, ci costringiamo, quando ci corichiamo, ad assumere posizioni poco naturali con spiacevoli ripercussioni sul nostro corpo.

In commercio troviamo dei cuscini adatti a migliorare il nostro sonno, in lattice a saponetta, traspiranti ed anallergici e anticervicale. Le reti principalmente prodotte con multistrato di faggio, devono principalmente adattarsi in modo aderente alle caratteristiche anatomiche del nostro corpo, dato che ogni suo corpo ha esigenze differenti.

**E' buona norma, quando si decide di comprare reti e materassi, fare una prova sdraiandoci per vedere se i componenti risultano essere di proprio gradimento o adeguate alle nostre esigenze. I componenti del nostro riposo devono calzare a pennello come un abito su misura, non possiamo trascurare, maltrattare o economizzare sulla parte più importante della nostra giornata...**







# MATERASSAIO

# panza









Inoltre servizio rifacimento di trapunte e materassi in lana

Via P. Nenni - 43030 S. Michele Tiorre - FELINO (PR) - Lott. Padovana - Tel. 0521/835770



## Vista

### Momenti magici.... I vantaggi degli occhiali glasant

Quanto cambia il mio viso un occhiale? Questo è quello che si domandano i portatori di occhiali in tutto il mondo.

Nessun accessorio attira su di sé l'attenzione dell'osservatore come l'occhiale: per questo la scelta dell'occhiale necessita di particolare attenzione e cura.

Abbellire il viso con discrezione, massima libertà di espressione alla personalità di chi lo indossa, accentuare la bellezza naturale sottolineando con leggerezza e comfort lo stile individuale.

Ogni persona è unica, sia nel suo inconfondibile aspetto che nel suo stile di vita.

Ecco quali sono gli effetti degli occhiali GLASANT, sul volto secondo un recente studio scientifico.

#### 1. L'EFFETTO SUGLI ALTRI

Alle persone che portano gli occhiali vengono attribuite numerose qualità positive. Sono ritenute più intelligenti, di maggiore successo e più affidabili, ma anche giudicate meno attraenti. Se gli occhiali sono glasant però, le persone vengono comunque giudicate affascinanti.

#### 2. GLI OCCHI ATTIRANO L'ATTENZIONE

Nessun'altra parte del viso è importante come la zona occhi, è infatti attraverso gli occhi che entriamo in contatto con gli altri. Gli occhiali attirano ancora di più l'attenzione sulla zona occhi: Quelli cerchiati la evidenziano con forti contrasti, mentre i glasant la valorizzano con delicatezza.

#### 3. BELLEZZA AL NATURALE

I visi senza caratteristiche particolari ma con tratti armoniosi sono ritenuti i più belli.

Gli occhiali glasant non aggiungono al viso particolarità rilevanti e non ne modificano la naturale bellezza.

#### 4. ELEGANTE DISCREZIONE

E' un fatto intrinseco che gli occhiali nascondano in parte il viso. Gli occhiali glasant lo fanno però in misura molto ridotta. Con armonia e naturalezza lasciano la scena alla persona. Il volto di chi indossa un occhiale glasant viene equiparato a quello di chi non indossa occhiali.

I leggerissimi occhiali glasant in titanio della linea Silhouette, un'icona del design. Puoi acquistare un occhiale "su misura", studiato apposta per te, capace di valorizzare il tuo volto, il colore dei tuoi occhi, la tua personalità. Infatti ogni persona che indossa un occhiale è unica ed altrettanto unico deve essere l'occhiale che indossa con gioia per il suo benessere visivo.

**Ottica Prisma, il centro ottico, ha aderito all'esclusivo programma "Rimless aesthetic" della prestigiosa ditta austriaca Silhouette ed è così diventato un laboratorio di stile per consulenze estetiche personalizzate.**

**Luisella e Silvia, style trainers silhouette, ti "coccoleranno" facendoti sentire un cliente speciale.**



## OTTICA PRISMA

*Il meglio per i tuoi occhi*



**VI ASPETTIAMO  
NEL NUOVO NEGOZIO  
IN VIA VENEZIA, 50/D - 43122 PARMA  
TEL. 0521.772045**



## Capelli

### Capelli, istruzioni per l'uso



**Perché si sporcano? Come vanno asciugati? Esistono alternative allo shampoo? Lacche e gel danneggiano il capello? I consigli per una corretta manutenzione.**

Innanzitutto qualche numero: circa il 90% dei capelli presenti sul cuoio capelluto è in fase di crescita che in termini scientifici si definisce Anagen. Quest'ultima si protrae per un periodo variabile dai 2 ai 6 anni. Il 10% circa è invece in una fase di riposo, detta Telogen, della durata media di 2-3 mesi. Alla fine di quest'ultimo periodo il capello cade. Ed è la fase Catagen. Cascato un capello, per fortuna, se ne fa un altro (quasi sempre): nello stesso follicolo se ne forma uno nuovo e il ciclo riprende da capo con la fase anagen. I capelli crescono da 0,37 a 0,44 mm al giorno, ma con l'invecchiamento della persona la velocità di crescita diminuisce. I soggetti biondi naturali hanno abitualmente una capigliatura più folta (circa 140.000 capelli in media), rispetto ai bruni (circa 105.000 capelli) e ai rossi (90.000 capelli). Questi i capelli in numeri, ma quali sono i comportamenti corretti per una buona manutenzione?



#### Di che cosa è fatto un capello

Il capello è formato da cellule in forma di lamelle attaccate l'una all'altra come le tegole di un tetto. Le lamelle sono fatte di CHERATINA la stessa proteina che forma l'unghia e lo strato corneo (lo strato più esterno, quello che vediamo e tocchiamo) della nostra pelle.

#### Dove si forma il capello

Il capello nasce in una struttura chiamata FOLLICOLO PILO-SEBACEO all'interno della pelle insieme alla ghiandola SEBACEA, cioè che produce il SEBO; il sebo è un particolare grasso che serve a mantenere morbida la pelle e lucido il capello.

#### La caduta del capello

La maggior parte dei capelli cade al termine del normale ciclo, e, dato il numero elevato di capelli, è ritenuto normale perdere da 50 a 100 capelli al giorno.

#### Perché i capelli si sporcano

I capelli sono particolarmente capaci di assorbire le sostanze grasse o unte. Lo sporco dei capelli è di due tipi: quello sebaceo e quello ambientale. Il sebo, si trova sulla superficie della cute con cui i capelli vengono a contatto impregnandosi. Lo sporco ambientale è formato principalmente dall'inquinamento della combustione.

#### Il lavaggio dei capelli

Il capello sporco si presenta appesantito e opaco. Se i capelli sono sporchi cascano sulla pelle bloccandone la traspirazione; in questo modo si sviluppano i batteri che sono responsabili dello sviluppo dei cattivi odori e contribuiscono alla formazione della forfora.



#### Come lavare i capelli

Per lavare i capelli si utilizzano dei saponi specifici detti shampoo; essi sono miscele di detergenti e sono quindi molto sgrassanti. Per un corretto lavaggio occorre utilizzare poco shampoo, massaggiare solo i capelli e non frizionare lo shampoo sul cuoio capelluto, quindi sciacquare subito. Se lo shampoo viene massaggiato sulla pelle, come si vede fare nella pubblicità, si può creare un'inflammatione (dermatite da detergente) con prurito e forfora.

#### L'alternativa allo shampoo

Quando vi sono problemi al cuoio capelluto come arrossamenti, prurito, desquamazione (forfora), gli shampoo risultano aggressivi e peggiorano la situazione. In questo caso è meglio utilizzare per lavare i capelli le moderne "creme lavanti". Si tratta di formulazioni ugualmente lavanti ma non irritanti per la pelle.

# I TUOI CAPELLI SONO PREZIOSI! TRATTALI CON CURA!!!

REJUVX

Nell'ultimo decennio la **perdita dei capelli** è aumentata in modo considerevole, sia negli uomini che nelle donne. **Oggi una persona su quattro** soffre di problemi legati al diradamento dei capelli. Spesso la manifestazione di pochi episodi è sufficiente ad allarmare persone di diversa età. In risposta a questo, i LABORATORI REJUVX presentano sul mercato un sistema semplice e **molto efficace** per combattere il diradamento dei capelli, basato su **tre concetti fondamentali**:

## PULIZIA, IDRATAZIONE, NUTRIMENTO.

La linea REJUVX si compone di soli **sette prodotti**:

- **tre detergenti**, di cui un cleanser, un idratante per cute e capelli e uno per cuti sensibili (ottimo come seboriequilibrante);
- **due idratanti**, di cui un ricostruttore liquido di ultima generazione;
- **due nutrienti**, di cui un intensivo specifico per le zone diradate.

Tutti i prodotti **sono arricchiti** con i migliori estratti botanici con vitamine ed **Aloe Vera**, per risultati eccezionali ed una sensazione unica di **pulizia e benessere**.



## I TUOI CAPELLI LO CHIEDON



Rejuvx,

La Soluzione Naturale per la salute e la bellezza dei capelli.

Grazie a quarant'anni di esperienza nell'industria della bellezza e intense ricerche, i nostri laboratori hanno prodotto una formula **innovativa** per salvaguardare e mantenere la salute e la giovinezza dei vostri capelli: **la formula di REJUVX**. Attraverso un'accurata selezione di essenze naturali, i prodotti della linea REJUVX stimolano il cuoio capelluto, aumentando il flusso sanguigno e nutrendo il capello fin dalla radice. L'avanguardia scientifica nella prevenzione della caduta dei capelli passa attraverso una profonda conoscenza del loro ciclo fisiologico. REJUVX **ascolta i vostri capelli**: loro sanno come essere curati!

## COLORI - MECHE - PERMANENTI E COSMETICI PER CAPELLI AMMONIA FREE E ALCOOL FREE SONO LA BASE PER LA TUA SALUTE

Vuoi *dolcezza*  
nel colore che  
hai sempre sognato?

Benvenuto nell'era di

PHYSIACOLOR

Il sistema di colorazione *dolce* permanente  
formulato con l'innovativo **sweet system** - oli essenziali

*totalmente privo di ammoniacca*



un *dolce sistema di colorazione*  
**permanente** in crema, senza ammoniacca,  
particolarmente indicato per  
**capelli** sfruttati, delicati e sensibilizzati.

*Agisce sulla totalità* della **fibra capillare**,  
assicurando lunga durata, **schiaritura del colore**  
**naturale** fino a **3-4 toni**, **riflessi** intensi e luminosi.



*Copre con la massima naturalizza*  
**qualsiasi % di capelli bianchi** senza ricorrere ad  
aggiunte o a miscelazione con basi naturali solo  
nuance scelta più emulsione ossidante.

*Grazie alla tecnologia*

**SWEET SYSTEM - OLI ESSENZIALI**

colora, illumina e protegge i capelli con un solo gesto.

TH sr.l.

Via G. Di Vittorio, 31 - 43044 Lemignano di Collecchio (Pr)  
Tel. 0521 304051-Fax 0521 543418 mail: info@rejuvx.it



## **DIVISIONE ARREDAMENTI E ATTREZZATURE**



**SOLUZIONI PERSONALIZZATE**

**STUDIO E PROGETTAZIONE  
TRIDIMENSIONALE GRATUITA**

**ESPERTI ARREDATORI  
AL VOSTRO SERVIZIO**



**LEASING CON RATE SINO A 60 MESI SENZA ACCONTO!  
FINANZIAMENTO CON RATE SINO A 36 MESI IVA COMPRESA SENZA ACCONTO**

**DISTRIBUTORE**

**TH sr.l. Via G. Di Vittorio, 31 - 43044 Lemignano di Collecchio (Pr)  
Tel. 0521 304051-Fax 0521 543418 mail: [info@rejuvx.it](mailto:info@rejuvx.it)**