



Цель первой процедуры — лифтинг контуров лица, начиная от шеи, подбородка и заканчивая верхней частью лица: мышечный каркас подтянут без хирургического вмешательства и болезненных ощущений. Процедура работает на разглаживание мимических морщин, удаление образовавшихся складок, наметившегося второго подбородка и провисания щек, губ и бровей. Рекомендуется 10–12 сеансов по 45 минут два раза в неделю, во время которых будут активно стимулироваться мышцы и восстанавливаться тонус. Как раз то, что нужно для предстоящих торжеств, когда лицо надо «держать» 24 часа. Скульптурирующий массаж полезен и после праздников: помимо всего прочего он отлично расслабляет и снимает напряжение. Для наилучшего результата стоит посещать специалиста регулярно два-четыре раза в месяц.

Вторая процедура — карбокситерапия в сочетании с LPG-массажем лица. Удобный, а главное, эффективный вариант «два в одном», гарантирующий сияющую и здоровую кожу. Непроизносимое и страшноватое «карбокситерапия» означает всего-навсего использование углекислого газа, призванное улучшить кровообращение, помогает восстановлению клеток кожи, выводит из организма токсины и расщепляет жиры. В Tretuyakov spa процедуру проводят на японской косметике Wave. Выбор понятен: метод разработали японские ученые, придумавшие, как вводить в кожу молекулу углекислоты CO<sub>2</sub> без болезненных инъекций — специальная маска обеспечивает доставку углекислого газа в кожу в молекулярном виде, где он быстро увеличивает текучесть крови, а также повышает насыщение крови кислородом и усиливает клеточный метаболизм. Результат через 60 минут — увлажненная и помолодевшая кожа. Закрепить успех поможет получасовой LPG-массаж. Процедура активизирует обменные процессы внутри кожи, обеспечивая заметный омолаживающий эффект. Для такого массажа используется небольшой аппарат, который при помощи вакуума втягивает кожную складку, а движущиеся внутри него ролики разминают подкожно-жировую клетчатку. Результат от двух процедур виден уже через два-три дня: кожа подтянулась, приобрела здоровый цвет, мимические морщинки исчезли.

Чем ближе новогодняя ночь, тем меньше остается возможностей для долгих косметических процедур. Если хотите сэкономить время накануне праздника, стоит заехать в ЦУМ (ул. Петровка, 2, тел. +7 (495) 933-73-00): здесь все под рукой, начиная от новогодних подарков и заканчивая косметическими экспресс-процедурами. На первом этаже установлены профессиональные beauty-кабины: эксперты-косметологи проведут процедуры по уходу за кожей, проконсультируют по любому вопросу и расскажут о новинках марок. После приятных минут в кабинетах красоты приходит время для коррекции бровей и макияжа. В корнере Estee Lauder сделают идеальные брови в рекордные сроки, а после коррекции вручат новогодний сюрприз — мини-атюру новой туши Envy Lash. Для записи к специалисту необходимо предварительно позвонить в корнер. Брови корректируют и красят по вторникам, средам, пятницам и субботам. Макияж любой сложности, от легкого пиде до длинных стрелок и алых губ, делают профессиональные визажисты во всех корнерах ЦУМа на первом этаже. Главное — не забыть предварительно записаться, и тогда новогоднее торжество вы встретите во всеоружии.

Когда отгремят новогодние салюты, приходит время для восстановительного отдыха. Отправляться куда-то далеко вовсе не обязательно, в Barvikhа Hotel & Spa (Рублево-Успенское ш., 114/3) можно приехать на выходные и провести целый день в Espace Vitalite Chenot. В дневную спа-программу включен биоэнергетический комплекс по методике Chenot, состоящий из трех фаз: гидромассажной ванны, грязевых обертываний и гидроэнергетического массажа. Все компоненты и комбинации для ванны, включающие эфирные масла и настойки Actif, индивидуально подбирает врач в зависимости от цели и задачи. За 20 минут процедуры несколько раз меняется температура и напор воды — все для улучшения кровообращения. Второй шаг программы — грязевые обертывания (фитофанготерапия): на следующие 20 минут вас погружают в мягкие лечебные грязи, обогащенные микроводорослями, белой и зеленой глиной, натуральными эфирными маслами и эликсирами. И третий этап программы — тонизирующий и укрепляющий душ Шарко. Струи воды еще 20 минут направляют по определенной схеме. Помимо этого в Espace Vitalite Chenot можно сделать биоэнергетический массаж тела, лица и головы.

В центре есть и русская баня. Здесь установлены парная из канадского кедра, две деревянные купели, душ с кадкой ледяной воды. Все банные процедуры разработаны по авторской методике — скажем, есть парение на сене или на пихте. В качестве дополнительных услуг можно заказать пилинг, ароматные травяные запарки или пихтовое укрывание. А после побаловать себя в зоне отдыха коллекционным чаем.

Приятный бонус предлагает центр Espace Vitalite Chenot — без ограничений в течение спа-дня можно посещать аква- и фитнес-зоны, где находятся бассейн, банный комплекс, купели с контрастной водой, зоны отдыха и фитобар.

Светлана Владимировна

**Декабрь — самое время приняться за составление плана красоты: сперва «подготовительные работы», затем новогодние торжества, а после — восстановительная программа.** «Тренд. Подарки» выбрал бьюти-предложения, на которые стоит обратить внимание.

Для начала — скульптурирующий массаж лица и карбокситерапия в сочетании с LPG-массажем лица, которые делают, например, в Tretuyakov spa (Претьяковский пр-д, 1/3).