



[+] adauga la site-uri favorite

Lady4ever Social Club

Newsletter lady4ever.ro

lady4ever.ro Shopping si discutii pentru femei

Vino si tu!

Adresa ta de e-mail

Abonare

Cauta in
site

SANATATE SI DIETE

FRUMUSETI

MODA SI COAFURI

MAMICI SI COPII

TIMP LIBER

CASA SI GRADINA

DRAGOSTE SI SEX

CARIERA

VIDEO ^{NOU}

SHOPPING

toate categoriile

HOME / FRUMUSETI / CORP

Ingrijire pentru sezonul rece

[✉ Email](#)
[🖨 Print](#)
[📡 RSS](#)
[+more](#)

TEXT: A A A

Bijuterii online

Inele & Verighete (107)
Cercei (270)
Bratari (57)
Brose (143)
» toate categoriile

Parfumuri

Parfumuri dama (597)
Parfumuri barbati (158)
Parfumuri copii (19)
Parfumuri unisex (89)

Produse Cosmetice

Demachiante (41)
Masti cosmetice (22)
Creme de zi (81)
Creme de noapte (14)
» toate categoriile

Machiaj

Fond de ten (60)
Corectoare (11)
Pudra (16)
Rimel, Mascara (14)
» toate categoriile

Ingrijire corp

Sapunuri (18)
Deodorante (34)
Protectie solara (2)
Creme corp (174)
» toate categoriile

Aromaterapia & Masaj

Uleiuri masaj (2)
Aparatura masaj (28)
Lumanari parfumate (1)
Betoase parfumate & uleiuri (1)

Ingrijire unghiilor si maini

Creme maini (9)
Tratamente maini (1)
Lacuri & Oje (27)
Unghiile false (10)
» toate categoriile

Epilare

Epilare temporara (20)
Epilare definitiva (5)

Produse de slabit

Produse de slabit (10)

Vitamine, Suplimente

Vitamine & Minerale (34)
Ceaiuri & plafar (7)
Homeopatie (52)
Energizante (1)
» toate categoriile

Mirese & Nunti 2009

Rochii mirese (6)



Perioada sarbatorilor de iarna este cea mai magica perioada din an, cea care aduce cele mai mari bucurii si pe care o asteptam cu nerabdare. Dar iarna nu inseamna numai Mos Craciun, momente petrecute in familie, haine groase, lectura la gura sobei sau cuibareala in perne invelita din cap pana-n picioare cu o patura pufoasa. Tot acum este si momentul de a te lupta cu viscolul care ataca pielea si firul parului...si aduce gripa si raceala. Insa putina ingrijire va pastra neazurile provocate de anotimpul rece la distanta si te va face frumoasa de Craciun, de Revelion si in fiecare zi.

Hraneste-ti sistemul imunitar

Iarna trebuie acordata o mare atentie alimentatiei deoarece in aceasta perioada alimentatia iti hraneste organismul pregatindu-l pentru a rezista provocarilor din exterior.

Fructele si legumele ajuta organismul, intarind sistemul imunitar si luptand impotriva racelii. Varza, de exemplu, contine mult fier, vitamina C si saruri minerale si este indicata pentru a ameliora simptomele afectiunilor cailor respiratorii. Sfecla rosie si morcovii fortifica organismul si ii sustin sistemul de aparare, iar ceapa si usturoiul sunt ingredientele cheie la fiecare masa. Consuma la micul dejun cereale integrale cu bauturi din cereale si bea ceai verde neindulcit de doua ori pe zi. Mai mult decat atat, renunta la consumul de cafea in favoarea bauturilor calde din cereale prajite, care dau aceleasi rezultate ca si cafeaua, dar nu contin cofeina si nu reduc nivelul de calciu din organism.

Dintre fructe, lamaia este bogata in vitamine si este un dezinfectant pentru gat. Florile de soc sunt un remediu probat pentru afectiunile respiratorii si pentru intarirea sistemului imunitar, iar coacazele negre, portocalele si afinele sunt o sursa sigura de vitamine (in special vitamina C) si alte substante valoroase, necesare in lupta cu virusii.

Protejeaza-ti pielea si parul

Textura pielii este data atat de regimul alimentar (consumul zilnic de fructe si legume mentine pielea frumoasa), cat si de tratamentele externe. Emulsiile, balsamurile si mai ales uleiurile care sa iti protejeze pielea si firul de par sunt un must have in perioada iernii.

Emulsiile hidratante sunt piesa de rezistenta a anotimpului rece. In fiecare dimineata si seara, inainte de culcare, aplica un strat de crema hidratanta pe fata, gat si decolteu. Apoi foloseste un ulei hidratant pentru a-ti masa intregul corp. Aduaga cateva picaturi de ulei si in apa din cada cand faci baie. Acest lucru va ajuta la reducerea cantitatii de umiditate pierdute cand faci baie. In plus, evita apa foarte fierbinte in timpul iernii, deoarece poate duce la reducerea uleiurilor naturale ale pielii. In schimb, scurteaza timpul de dus sau baie. Mainile trebuie masate de 2-3 ori pe zi cu ulei din catina sau galbenele pentru a preveni craparea lor sau aspectul de maini aspre.

Nu neglija nici buzele! Maseaza-le in fiecare zi cu balsam de galbenele sau

CATALOG DE SERVICII

toate serviciile

Servicii de infrumusetare (4)

Sali de fitness & intretinere (3)

Consultanta & designeri fashion (3)

Ateliere croitorie (2)



Articole

Discutii

Incepe discutie noua

Pastile de Slabit

Ce parere aveti de pastilele de slabit? Eu vreau sa iau Slimero. Au luat colegile mele de la...[...]
4 noiembrie 2009

CARTI (va rog poate ma puteti ajuta)

Buna fetelor, Am un anunt sa va fac si poate ma puteti ajuta in vreun fel. Sunt mare fana a...[...]
19 august 2009

Info Mario Plaza

Buna, am o intrebare: stie cineva daca in Mario Plaza din Dorobanti se gaseste vreun magazin cu...[...]
4 august 2009

weekend in Bucuresti

Cum se anunta un sfarsit de saptamana canicular iar eu nu pot pleca din Bucuresti, ma gandeam ca...[...]
24 iulie 2009

bronz "de la borcan"?

m-am speriat f tare vara asta de stirile despre novelul crescut al radiatiilor solare asa ca...[...]
24 iulie 2009



musetel pentru a preveni sau trata craparea lor si a le oferi un aspect moale, matasos.

Temperaturile scazute afecteaza nu doar tenul, ci si firul de par, acesta devenind aspru, fragil si uscat. Masarea zilnica a capului si varfului firelor de par cu cateva picaturi de ulei din radacina de brusture ajuta la regenerarea si revitalizarea firului de par, mentinandu-l in acelasi timp hidratat si sanatos.

Daca vei urma acesti pasi de ingrijire, cu siguranta vei straluci nu doar in noaptea de Craciun si in noapte de revelion, ci in fiecare zi din an!

Biosens iti recomanda pentru ingrijirea de iarna produse cosmetice ecologice marca Tautropfen, sucuri din fructe si legume ecologice Biotta si produse alimentare ecologice marca Lima.

Saratori Fericite!

Pagina 1 din 1

1

Inapoi | Inainte

Voteaza articolul

Nota 5.0/5 (1 vot)

Taguri: [ingrijire](#) [corp](#) [frumuseti](#) [iarna](#)

ADAUGA COMENTARIU



ADVERTISING

Ti-a placut continutul articolului ?

Aboneaza-te la newsletter

OK



ADVERTISING

Lady4ever TV

Lady4ever Social Club

Evenimente

Concursuri

bijuterii ceasuri bucatarie carti fond de ten parfumuri genti flori pantofi cizme creme pixuri jocuri **lenjerie** farduri manichiura telefoane rochii paltoane tablouri prezentari de moda **coafuri cercei** camasi **costume** costume de baie bluze fuste pantaloni haine bussines diete **cariera** copii **imbracaminte** ingrijire relaxare sarcina nunta sanatare **cuplu si sex** inele pulovere masaj dvd gadgeturi **curele** **palarii manusi** esarfe sepci **caciuli** fulare umbrele bentite **ghete** papuci sport machiaj masti ruj **rimel oja** epilatoare birouri

CELE MAI CITITE

1. Sex perfect: uimeste-ti...
2. Incaltaminte 2008-2009
3. Sex la maxim! Top 5...
4. Cum sa ai un par superb !
5. Ochii - secretele...

CELE MAI COMENTATE

1. Sex perfect: uimeste-ti...
2. Vagabondul milionar, din 13...
3. Stere Gulea revine din 20...
4. Cum sa ai un par superb !
5. Pro sau contra: sex la...

DISCUTII

1. Pastile de Slabit
2. CARTI (va rog poate ma puteti ajuta)
3. Info Mario Plaza
4. weekend in Bucuresti
5. bronz "de la borcan"?

CELE MAI ACTIVE MEMBRE

1. traveller
2. Neebparce
3. mazaren
4. serrena
5. desyre

DOVAUTO:

- "Volvo XC60 este Masina de familie a anului!"
- "Noul Audi A8 are navigatie Google Maps"
- "Iata prima motocicletă de iarna!"

lolipop

- Cum sa invatam copii adevarata semnificatie a Craciunului
- Mare spectacol mare
- Muzeul National de Geologie organizeaza si in

REVENI

- 2644 miliarde de euro bugetul UE in 2010
- Se schimba aplicatia de control a miscarilor cu produse accizabile din 15 ianuarie
- Restrictii de circulatie pe rețeaua de drumuri

acest an colecta de jucarii Sacul lui Mos Craciun nationale

© 2009. Copyright Media 10 SA. Contact | Termeni si conditii

