

семья и общество шарм и красота

# сделал тело – гуляй смело!

Вот и Новый год подошел! Не за горами весна, а затем и лето... а значит, пора начинать подготовку к летнему сезону!

Наталья Юшкевич

Красивое стройное тело – не столько дар богов, сколько результат работы над собой. Рациональное питание, занятия спортом, использование специальной косметики – вот гарантия успеха!

Помимо всего прочего, правильно нанесенное косметическое средство более эффективно. О средствах и правилах их нанесения – прямо здесь и сейчас!

### Пилинг

Действие любого, даже самого эффективного, средства можно усилить, предварительно сделав сухой (по сухой коже) пилинг специальной щеткой для



\* Крем-лифтинг для тела с золотыми блестками «Родиола розовая и мушмула», **Green Mama**; \* Расслабляющий скраб для тела «Цветы Тайланда» из линии Planet SPA, **Avon**; \* Очищающий крем-комфорт для душа Lipikar Surgras восстанавливает эластичность даже очень сухой кожи, **La Roche-Posay**; \* Крем от мозолей и натоптышей с отшелушивающим эффектом, **Neutrogena**; \* Гель для ног против усталости, восстанавливает мышцы, **Melvita**; \* Восстанавливающий крем для рук с уреей, срочная помощь поврежденной и сухой коже рук, **Kamill**.

178 декабрь 2010 мой кроха и я

# Мой Кроха и Я



ЗИМА БЕЗ ГРИППА И ПРОСТУД. ЗАЩИТИМ БОЛЬШИХ И САМЫХ МАЛЕНЬКИХ

мой журнал практических советов **КРОХА и Я**

12/2010

**выкройка!**  
карнавальные КОСТЮМЫ  
для детей 3-5 лет

**НОВЫЙ ГОД С МАЛЫШОМ**  
33 совета: от подарка до праздничного стола

**как победить ранний токсикоз**  
режим дня, питание, лекарства

**знаки зодиака и беременность**  
как влияет гороскоп на ваше состояние

ВСЕ О ГАСТРИТЕ У РЕБЕНКА САМОЕ ГЛАВНОЕ – ЛЕЧЕНИЕ  
НОВОГОДНИЙ УТРЕННИК ПРАЗДНИК В ДЕТСКОМ САДУ  
МОИ ПЕРВЫЕ КОНЬКИ УРОК ФИГУРНОГО КАТАНИЯ

December