

# Wiosenne porządki z pomarańczową skórą!

Wielkimi krokami zbliża się wiosna, z każdym dniem nasze ubrania będą coraz mniej zakrywać, a coraz więcej odsłaniać. I co wtedy? Czy zimowe palta zrzucimy z ulgą czy z „lekką nieśmiałością”? Czy odkryta skóra będzie gładka i jędrna, czy... nie do końca? Warto już teraz zadbać o to, aby chowanie zimowych ubrań w głębokie czeluście szafy i wyjmowanie zwiewnych sukienek i krótkich spódniczek sprawiało nam tylko i wyłącznie radość!

## Co to jest cellulit?

Problemy z tzw. „pomarańczową skórą” na udach i pośladkach ma blisko 80% wszystkich kobiet. To, że cellulit jest wyłącznie problemem kobiet, związane jest ze specyfiką skóry kobiecej i jej reakcją na żeńskie hormony. Kobiety mają stosunkowo elastyczną skórę, pod którą znajdują się powiększone komórki tłuszczowe. U kobiet włókna kolagenowe odpowiedzialne za sprężystość skóry ułożone są równolegle obok siebie, podczas gdy u mężczyzn układają się one w regularną sieć. Skutek: powiększające się komórki tłuszczowe przeciskają się na górną warstwę skóry i stają się mniej lub bardziej widoczne. To, że komórki tłuszczowe odkładają się przede wszystkim na udach i pośladkach, zależy od kobiecej gospodarki hormonalnej. Dużą rolę przy cellulicie odgrywają też tzw. predyspozycje genetyczne, ponieważ słaba skóra jest po prostu dziedziczna, co nie oznacza jednak, że zawsze musi się na niej pojawić cellulit. Czynniki zewnętrzne z pewnością potęgują genetycznie uwarunkowane skłonności.

Jak wiemy, stosowanie mięszu aloesowego sprzyja oczyszczaniu tkanek z toksyn i zbędnych produktów przemiany materii. Główny kłopot z cellulitem zaczyna się właśnie wtedy, gdy tkanki nie radzą sobie z odprowadzaniem ich na zewnątrz.

## Aloesowy Zestaw Tonizujący

Forever Living Products stworzyło znakomitą broń do walki ze szpecącym cellulitem, czyli Aloesowy Zestaw Tonizujący, w którego skład wchodzi: Aloesowy Krem Tonizujący, Aloesowy Krem Pielęgnacyjny, Aloesowy Żel do Kąpieli, myjka z włókien luffy dyniowatej i folia do owijania ciała podczas sesji tonizacyjnych.

W produktach pielęgnacyjnych wchodzących w skład zestawu czystemu miąższowi towarzyszą aktywne wyciągi z bluszczu, tawuły, powojnika, morskoczynu, skrzypu i pieprzu tureckiego, a także olejek imbirowy i cynamonowy oraz rozpuszczalne formy kolagenu i elastyny. Stwierdzono, że wszystkie te substancje naturalne mają wybitne działanie tonizacyjne, a czysty miąższ aloesowy wielokrotnie wzmacnia ich akcję oraz zapewnia transport do głęboko położonych tkanek.

Przy lekkim lub średnio zaawansowanym cellulicie Zestaw Tonizujący może być niezwykle skuteczny, doprowadzając wręcz do zaniku „pomarańczowej skóry”. Aby jednak uzyskać takie efekty, w większości przypadków należy zastosować kurację trwającą 4-6 tygodni połączone z prawidłową dietą i ćwiczeniami. Warto sobie bowiem uświadomić, że brak ruchu i nieprawidłowe odżywianie to zabójcy pięknych ud i jędrnych pośladków. Ten, kto za mało się



rusza, a więc nie uprawia regularnie (co najmniej 3 razy w tygodniu) sportu, ma na udach i pośladkach mało masy mięśniowej. Te braki ciało zastępuje tkanką tłuszczową, która z kolei pogarsza krążenie. Bardzo ważne jest picie dużej ilości płynów: minimum 2 do 3 litrów wody, najlepiej niegazowanej.

## By Twoja skóra była gładka i jędrna...



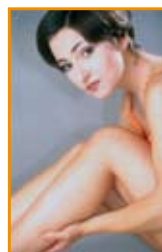
1. Te partie skóry, które będą tonizowane, przemyj **Aloesowym Żelem do Kąpieli** i myjką z loofy.



2. Zmierz obwód tonizowanych partii ciała (uda, ramiona, pośladki, biodra, brzuch, talia) i zapisz wyniki.



3. Nałóż **Aloesowy Krem Tonizujący** i owiń dołączoną do zestawu folią. Folia nie powinna zbyt mocno uciskać tkanek, ale nie może również być założona za luźno, tak by opadała. Folię pozostawiamy na jedną godzinę. W tym czasie skóra rozgrzewa się i czerwienieje – to oznaka, że tonizacja działa!



4. Zdejmujemy folię i ponownie dokonujemy pomiarów. Następnie nakładamy **Aloesowy Krem Pielęgnacyjny**, który znakomicie przedłuży proces tonizacji.

*Aloesowy Krem Pielęgnacyjny może być także nakładany na te obszary ciała, których nie tonizuje się, czyli np. na przedramiona, klatkę piersiową czy łydki.*