Автор: admin
12.09.2012 23:28 -

Красота не всегда требует жертв, или На чём сэкономить женщине?

Без всяких сомнений, женщине в любом возрасте стоит ухаживать за своим лицом и телом. Как при этом сэкономить? Да-да, мы опять будем говорить об экономии средств.

Заметила, что на сайтах встречаются две крайности: либо авторы утверждают, что профессиональный салонный уход необходим и дорогого стоит, либо советуют пользоваться народными средствами от всех недугов.

Мне хотелось бы всё-таки расставить точки над «i» и определить, какие же салонные процедуры под силу сделать нам, женщинам, в домашних условиях, разумеется, при наличии времени, желания и любви к себе.

1. Маникюр и педикюр

Не хочу никого обидеть, но эти две вещи реально делать самостоятельно. Достаточно иметь в своём арсенале хороший маникюрный набор, пилочку, несколько качественных (читай: недешёвых) лаков для ногтей, укрепитель и сушку.

Проблемы возникают, только если человек по каким-либо причинам не в состоянии дотянуться до своей ноги, или если ступни ног настолько грубые, что сложно самостоятельно (без специальных средств) привести их в опрятный вид.

Стоимость маникюра в салонах города колеблется от 600 до 1500 рублей. Это разовая процедура, эффект от которой сохраняется на 1–2 недели. С другой стороны, эту сумму можно потратить на приобретение маникюрных принадлежностей и разных лаков. Таким образом, становится реальной экономия средств до 3000 рублей в месяц.

2. Make-up

Если вы не умеете правильно наносить макияж, то вам пора этому научиться: всевозможные курсы, передачи, видео-уроки на Youtube вам в этом помогут.

Если у вас есть какие-то серьёзные проблемы с кожей (угри, сыпь, акне), то рассчитывать на скорую помощь профессионального косметолога особо не стоит. Косметолог видит вас в своём кабинете в первый раз, а вы живёте с этой кожей всю свою сознательную жизнь. Поэтому заплатите вы за консультацию, которую на интернет-сайтах можете получить и бесплатно.

Экономить на декоративной косметике тоже нужно разумно: моя подруга, например, покупает карандаш для подводки глаз от Yves Saint Laurent, а я никак не могу понять, зачем платить тысячу рублей за какой-то карандаш? При этом она одевается в дешёвых магазинах и на распродажах. Лучше, наверное, купить себе дорогое и красивое платье, чем дорогой карандаш для подводки глаз? И потом, если уж краситься элитной косметикой, то и одеваться тогда логично в «Дольче Габану», а то какое-то несоответствие получается.

Да и кто, кроме вас, знает, какой марки у вас косметика? Ну, можно для вида купить дорогую помаду и румяна, носить их в сумочке и при случае демонстрировать окружающим.

3. Полноценный уход

Кожу лица и тела надо лелеять с младых ногтей, чтобы сохранить цветущий вид до самой старости. Нет, морщин и седины нам со временем не избежать. Кто-то ведёт яростную борьбу с каждой новой появившейся на лице морщинкой, а кто-то демонстрирует окружающим свою седину во всей красе. Принять себя такой, какая вы есть в настоящий момент, или пытаться остановить время – личное дело каждой женщины.

А теперь о том, какие средства необходимы для ухода за кожей, – это всевозможные кремы: для лица, для кожи вокруг глаз, для рук, для ног, для тела. Пожалуй, на кремах для лица экономить не стоит, выбирать его нужно очень тщательно. Честно признаюсь: на средства по уходу за кожей я трачу гораздо больше, чем на декоративную косметику.

4. Стройность стана

Не каждая может себя заставить заниматься дома физкультурой, а жаль. Персонал фитнес-центров прекрасно знает, что в тренажёрный зал мы ходим не потому, что не можем самостоятельно выполнять одни и те же упражнения, а потому что нам просто лень делать это дома.

Да, существенная затрата денег на абонемент – это хороший мотивирующий стимул, чтобы начать заниматься своим телом. Вы не представляете себе, сколько денег фитнес-клубы зарабатывают на своих клиентах. Ведь далеко не все начинающие спортсмены отходили свой годовой абонемент полностью. Велика вероятность, что через пару месяцев вам это надоест или вы разочаруетесь, так как не увидите существенных результатов от интенсивных тренировок. Деньги за годовой абонемент вам, естественно, никто не вернёт.

Говорю вам как клиент фитнес-клуба: если вам не нравится та программа, которую выбрал для вас фитнес-тренер, то поступайте по-своему. Я не планирую становиться бодибилдером и на данный момент не имею проблем с лишним весом, поэтому ходить в тренажёрный зал перестала. Зачем насиловать себя, если можно заниматься приятными вещами, например танцами и аэробикой. В конце концов это же я плачу за это деньги, а значит я и буду решать, чем мне заниматься в фитнес-клубе.

5. Русалочьи волосы

Согласна с тем, что стоимость окрашивания волос в салоне гораздо дороже, чем в домашних условиях. Однако надо иметь в виду:

1. В салоне используют профессиональные краски для волос, а не тот состав, что вы можете приобрести в любом супермаркете за 100–200 рублей.
2. Вам сложно будет самой себя покрасить, если у вас длинные волосы и нет достаточного опыта.

По моим личным подсчётам, стоимость хорошей профессиональной краски составляет порядка 50% от общего счёта за окрашивание в салоне. Иными словами, я покупаю два тюбика краски и окислитель, и это мне обходится в где-то в 1500 рублей (иногда чуть больше), покрасить свои волосы я могу за 3000 руб. Я экономлю на мастере, поскольку уже знаю, какой цвет и тон мне нужен, и в какой пропорции смешивать краску с окислителем. Ну, а красит мои волосы опытный человек.

Не забывайте, что ваша красота зависит только от вас, а не от наличия или отсутствия у вас в кармане больших денежных сумм. Поэтому, девушки и женщины, любите себя и демонстрируйте это окружающим.

Помните – как вы относитесь к себе, так и другие будут относиться к вам.

Автор - **Татьяна Сарбаева**
Источник