

爱美是女人的天性，而寒冷则是美丽的大敌。因此在冬天，所有能带来温暖和美丽的东东才是她们的最爱——泡一个温热的SPA、做一次热膜皮肤护理、还有热热的手部蜜蜡、全身热石疗法……让身体的每一个细胞都暖暖的，美美的！

享受温暖 呵护美丽

□晓霞

呵护面部——敷出水润饱满好气色

推荐疗程：气色疗法

体验地点：纤美国度美容会所

济南首家健康有机活馆纤美国度研发团队按照德国护肤哲学，打造了肌肤护理的新疗法，这个疗法居然是基于中国人非常熟悉的一种说法——气色！细胞健康、皮脂膜健全，肌肤由内而外散发出红润和光泽，这就是我们经常提到的气色：均衡的肌肤能量流(气)和理想的肤色(色)。

体验者：抱抱熊

体验心得：冬季室内空调暖气、加上电脑对肌肤的联合“摧残”，让我真的要做什么了，气色疗法还真是第一次听说，感觉还真的有独家定制的意思，因为要首先按我的皮肤状态调配专属我的三种花露，然后再用高压植入氧疗仪注入皮肤，最后敷的面膜竟然是热膜，在这个寒冷的冬天，这也太给力了！做完的效果也是很水润、饱满，真是名副其实气色疗法！

价格：998元，体验价299元。

护理时间：90分钟

◎专家建议：步入初冬，肌肤进入入冬储备能量的关键时期，却因气候干燥、气温降低，皮肤抵抗能力下降，更易产生过敏、干燥脱皮等状况，除了面部肌肤要经常补水保湿，脆弱的眼唇部肌肤更要细心呵护。

推荐宝贝>>>

希思黎眼唇套装 参考价：850元

希思黎特别针对眼唇部定制臻享呵护套装，眼唇霜清新透明的凝胶质地，可改善眼部浮肿、眼袋、缺水及干纹现象。舒润柔肤日霜、晚霜滋养舒缓干燥肌肤，回复肌肤柔软、弹性。

FANCL精华眼膜 参考价：368元/6对

有助深入滋润肌肤，补充养分及水分，从而预防细纹，改善暗哑及松弛现象，回复细致柔嫩。



呵护身体——放松身心，减压解乏

推荐疗程：兰泽浴

体验地点：美丽田园SPA

每年到了冬季，美丽田园SPA的兰泽浴就成了极受欢迎的项目，不但可以驱寒，也能加速排毒，这种“来自植物的自然身体净化方式”，是因为泡浴中所有的成分都来自于纯天然野生植物，在5-8分钟的时间里，就可以达到出汗排毒的效果，同时缓解疲劳，有助安眠。

体验者：哈哈妈妈

体验心得：“我是幸福的产后妈妈，之所以能体验到兰泽浴，是因为月子发汗。记得当时泡浴五六分钟的时候，身体已经出汗了，鉴于我的特殊情况，美容师没让我泡太长时间，然后就是出汗排毒的过程了，大约1个半小时吧，出了超多汗，感觉像是把好几年的汗都攒在一起出了似的，但做完的感觉真的是一身轻松，过程中我还美美地睡了一觉，真是给我的月子生活划上了圆满的句号！”

价格：680元

护理时间：根据身体状况，40分钟-2小时。

◎专家建议：关于冬季洗澡的问题，很多人还是延续一天一次的习惯，但冬季天气转冷后，人体皮脂腺分泌减少，皮肤容易干燥，引起瘙痒，因此洗澡不宜过勤，一周2-3次最佳。想要改善身体总是起皮、甚至发痒的状态，洗完澡后，选一款身体护理产品就可以轻松搞定！

推荐宝贝>>>

格兰玛弗兰身体霜 参考价：288元/250ml

富含澳洲坚果油、库拉索芦荟精华等多种有效成分，深入滋润身体每寸肌肤，时刻保持嫩滑细腻。

Kieh's科颜氏 全身保湿护肤乳 参考价：540元/500ml

这款明星产品身体乳绝对是北方地区过冬必备，无论多干燥的皮肤，都能被迅速抚平，而且在第二天洗澡的时候还能感到滑顺。

推荐疗程：冬日热石背部香薰按摩

体验地点：贝黎诗美容

热石疗法是很多美容机构冬日的主打项目，贝黎诗作为一线美容机构，在这个冬日，为广大女性提供健康温暖、呵护心灵的热石项目，带给她们冬日里的极致舒适感受。热石疗法运用火山玄武岩及中式经络穴位指压的纯手工技术，通过深层热传导及刺激经络穴位，达到深层放松，改善下肢水肿、全身酸痛、肩背疲乏现象及减压的目的。

体验者：窈女士

体验心得：“作为中年女性，平时工作压力大，家务事繁杂，很喜欢去美容院放松下疲惫的身心，初冬的气候，一次热石背部香薰按摩彻底俘获了我。看着美容师在热石加热器中加入2ml保加利亚玫瑰香薰按摩油与水混合，当水温升高时香气就沁满热石、弥漫了整个房间，美容师跳着“指尖上的芭蕾”，感觉真是周身通透了，血脉也畅通了，做完后舒适的温热感、身体的放松感，简直太美妙了！”

价格：680元，体验价290元

护理时间：40分钟

◎专家建议：如果肌肉僵硬严重的人士，可能按摩中、按摩后会伴有轻度酸痛感觉，这是放松僵硬肌肉后的必然现象，3-5天就会消失。而且会感觉更加轻松自如。



呵护玉手——打造肤如凝脂的纤纤玉手

推荐疗程：手部蜜蜡护理

体验地点：丽媛铭舍

手部蜜蜡护理是时下流行的手部美容自然疗法，专注于手足部护理的丽媛铭舍每年冬季都会推出手部蜜蜡护理，来自西班牙的迪芭妮原材料，利用蜡的密封特性，经过加温令手指皮肤加速血液循环，促进淋巴流动，让双手变得温暖的同时，达到排毒美白的功效。

体验者：兮兮

体验心得：冬季手部皮肤干燥，手部肌肤也经常不争气地起皮、起皱，护手霜的效果似乎只是暂时性的，去体验了一次手部蜜蜡，真的非常好玩！尤其是美甲师把温热的蜜蜡浇到你手上的时候，有点小热，一两秒后就成温的了，像戴了一副发热的手套，成形后的感觉简直让我想到了“蜡像馆”，待到把这次蜜蜡一脱，哇！皮肤恁嫩恁水润啦！

价格：原价500元，体验价200元

护理时间：30分钟

◎专家建议：冬季，手部是最不能忽视的地方，身体的干燥状况会最先体现在手部，好像涂抹再多的护手霜都没法根本改善，在家里给手部做个SPA，或是专业美甲机构，让你的手经常“吃大餐”，才能水润无敌。

推荐宝贝>>>

丝芙兰倍润护理手膜 参考价：389元

富含葡萄籽油、霍霍巴油、橄榄油，呵护脆弱、干燥、容易受伤的双手，特别适合手部肌肤干燥的爱美女性，能够有效反复使用50次左右，并可轻松洗涤。

欧舒丹乳木果润手霜 参考价：240元/150ml

蕴含20%乳木果油，质地极度软滑，能迅速渗透，发挥保护、滋养及保湿作用。可在涂上手霜后，戴上手套睡觉，第二天醒来，双手一定倍感滋润。

