

В. К. ГУБИНА, А. В. ЕЛИСЕЕВА,
А. С. ТОРМАНОВА, Е. О. ХОМИЧ



БОЛЬШАЯ
ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
для
девочек



АСТ
МОСКВА

УДК 087.5
ББК 92
Б79

Большая энциклопедия для девочек / В. К. Губина, А. В. Елисеева,
Б79 А. С. Торманова, Е. О. Хомич. — Москва : АСТ, 2015. — 240 с. : ил.

ISBN 978-5-17-089320-1.

Каждая девчонка с юных лет мечтает превратиться в прекрасную во всех отношениях девушку: и умницу, и красавицу, и хозяйку. Но для этого надо многое знать и уметь. И хоть практически любые сведения в наши дни можно найти в Интернете, зачем тратить свое время и блуждать по всемирной паутине в поисках дельных советов и подсказок, если все они собраны в этой книге. И тебе они непременно пригодятся.

Ты узнаешь, как создать свой образ и всегда оставаться обаятельной и привлекательной: как ухаживать за лицом и волосами, делать маникюр и педикюр, составить базовый гардероб и правильно подобрать аксессуары. Кроме этого, здесь ты найдешь множество вариантов того, как разнообразить досуг и превратить свое хобби в настоящее творчество. Также в книге раскрыта такая немаловажная тема, как половое развитие девочки, и тебе не придется задавать «интересные» вопросы родителям.

Не забыты и «дела домашние»: уборка, глажка, уход за одеждой и обувью, готовка, уход за домашними цветами и т. п. Ведь каждая девочка в будущем станет хозяйкой, и все эти обязанности лягут на ее плечи, а маленькие секретки помогут сделать эту работу легкой и приятной.

Удачи тебе на пути к совершенству!

УДК 087.5
ББК 92

© Оформление, обложка, иллюстрации
ООО «Интеджер», 2015.

Дизайн обложки Резько И. В.

© ООО «Издательство АСТ», 2015

ISBN 978-5-17-089320-1

ВНЕШНИЙ ВИД

Внешний вид каждой девчонки — в ее руках. Что же это значит? Это значит, что каждый гадкий утенок может превратиться в прекрасного лебедя, но... только если приложит к этому некоторые усилия. Ведь, как говорила известная основательница косметической линии Хелена Рубинштейн: «Нет некрасивых женщин, есть только ленивые». И действительно, никто с первого взгляда не влюбится в твой богатый внутренний мир, поэтому над собой надо работать и еще раз работать. Это не значит, что ты должна заикнуться на своей внешности, но и забывать об уходе за ней тоже не стоит. Всегда и во всем, в том числе и в данном вопросе, следует придерживаться золотой середины. Так что вооружись нашими советами и вперед, на путь самосовершенствования!



Уход за лицом

Залог красивой кожи, в частности лица, — правильное питание. Поэтому придерживайся сбалансированного питания, ешь побольше овощей и фруктов, пей много воды — она переносит кровь и кислород, очищает организм от шлаков и токсинов. Регулярно принимай витамины.

Чтобы кожа дышала, твой каждый день должен начинаться с умывания, причем делать это надо смягченной водой. После умывания протри лицо кубиком льда из замороженного настоя трав, подходящих к твоему типу кожи.



Находясь долгое время под солнечными лучами, наноси на лицо солнцезащитный крем. Раз в месяц или чаще (в зависимости от состояния и типа кожи) посещай косметолога. Чтобы поддерживать мышцы лица в тонусе, каждый день делай гимнастику для лица. Непременным условием хорошего внешнего вида кожи лица является массаж. Его стоит делать не реже 1 раза в неделю.

Для снятия макияжа пользуйся специальными средствами. После снятия макияжа протри лицо тоником — он восстановит pH кожи, снимет воспаления, позволит крему лучше впитаться. Каждый день наноси на кожу лица крем, соответствующий твоему типу кожи. Не забывай о пилинге, он удаляет ороговевшие частички кожи и способствует ее обновлению. Время от времени делай маски: питательные, увлажняющие и др.

Кожа подразделяется на нормальную, жирную, сухую, комбинированную и чувствительную. Зная, какой у тебя тип кожи, ты можешь выбирать соответствующий уход за ней.



Нормальная кожа на ощупь гладкая, бархатистая, упругая, матового цвета. Не раздражается после использования мыла и воды. На ней практически не видны черные точки и поры. Особых усилий в уходе за такой кожей прилагать не требуется. Однако чтобы поддерживать ее в таком состоянии, все равно необходима, хоть и минимальная, забота.

По утрам умывай лицо мягкой водой комнатной температуры или протирай кусочком льда, приготовленным из настоя трав (ромашки, чистотела, мяты, календулы, крапивы). Делать это надо круговыми движениями по массажным линиям лица. Такая процедура дает отличный увлажняющий и тонизирующий результат. Мыло используй как можно реже — его частое применение может привести к пересушиванию кожи и ее шелушению. При нормальной коже умываться мылом можно в среднем 2—3 раза в неделю. Мыло можно заменить молочком для умывания — оно мягко очистит кожу.

После этого тонким слоем нанеси по массажным линиям на кожу крем, соответствующий твоему возрасту. Для нормальной кожи подойдет легкий увлажняющий крем. Вбей его в кожу легкими постукивающими движениями кончиками пальцев. Спустя 20 минут промокни лицо салфеткой, чтобы убрать остатки крема.

Секретик!

Чтобы освежить лицо в течение дня, обладательницы нормальной кожи могут использовать неспиртовые тоники или протирать лицо настоем из трав.

После умывания промокни лицо полотенцем, желательно, чтобы оно было с мягким ворсом. При этом лицо именно промакивается, а не вытирается: от сильного нажима кожа деформируется и растягивается, что может стать причиной появления преждевременных морщин. Это правило относится к любому типу кожи.



Маски для нормальной кожи лица

Как и любому другому типу, нормальной коже подойдут питающие и освежающие маски. Нанеси их на чистую кожу 1—2 раза в неделю.

Очищающая творожная маска

2 ч. л. творога смешай с 1 ст. л. меда, добавив 3 капли растительного масла. Нанеси на лицо и шею на 10 минут, затем смой и нанеси увлажняющий крем.

Увлажняющая яичная маска

Смешай 1 яичный желток, сок 1 лимона и 1 ч. л. оливкового масла, нанеси смесь на лицо и дай ей высохнуть, после чего аккуратно смой теплой водой.

Тонизирующая клубничная маска

Измельчи 2—3 крупные ягоды клубники, добавь 2 ч. л. сметаны, перемешай и нанеси смесь на кожу лица. Через 20 минут смой маску теплой водой.

Стягивающая банановая маска

2 банана разомни и смешай с 2 ч. л. молока. Нанеси на лицо на 25 минут, затем смой теплой водой.

Витаминная медово-яичная маска

Смешай 2 ч. л. меда со взбитым белком яйца. Нанеси на лицо и оставь на 15 минут. Затем смой теплой водой.

Если у тебя жирная кожа, утром и вечером умывайся теплой водой с мылом, а затем ополаскивай лицо более прохладной водой. Вода низкой температуры тонизирует кожу, сужает поры и способствует уменьшению ее сальности. Во время умывания представительницы слабого пола с жирной кожей могут применять щеточку для лица, также для такого типа кожи будет полезен пилинг. Очень хороши отшелушивающие средства с добавлением экстракта крапивы.



Жирная кожа постоянно блестит и лоснится, на ней отчетливо заметны расширенные поры и черные точки. Иногда обладательницы такой кожи жалуются также на прыщики и покраснения. Самая жирная кожа наблюдается, как правило, в области носа, лба и подбородка, где сосредоточены наиболее крупные сальные железы. При всех явных недостатках и у жирной кожи есть свои достоинства — она дольше остается молодой, то есть у обладательниц такого типа кожи морщинки появятся значительно позже, чем у других.



Вместо жирных кремов лучше использовать легкие эмульсии (гидрогели) из серии противовоспалительных средств по уходу: в их составе мало жира и много влаги. Эмульсию наноси по утрам на очищенную кожу и, слегка похлопывая кончиками пальцев, втирай. В течение дня, чтобы освежить кожу, протирай ее лосьоном для жирной кожи.



Маски для жирной кожи лица

2—3 раза в неделю обязательно делай маски для жирной кожи: они очищают и стягивают расширенные поры, снимают воспаление и улучшают цвет лица.

Маска, сужающая поры

Белок одного яйца, 1 ч. л. меда и 1/2 ч. л. оливкового масла смешай до однородной консистенции. Затем добавь измельченные овсяные хлопья до получения кашицы. Нанеси маску на лицо на 20 минут, смой теплой водой.

Подсушивающая маска из кефира

Нанеси ватным тампоном на лицо кефир или простоквашу. Выдержи 15 минут, а затем смой теплой водой и ополосни прохладной.

Укрепляющая капустная маска

3 листа белокочанной капусты размельчи в блендере, через марлю отожми сок, добавь 1 ст. л. белой глины и 2 ч. л. оливкового масла, все тщательно перемешай. Нанеси маску на лицо и шею и оставь на 10—15 минут, затем смой водой комнатной температуры.

Очищающая маска из сливок

Смешай 3—4 ст. л. сливок, 1 ст. л. овсяной муки и 1/2 ч. л. меда так, чтобы кашичка получилась без крупинок. Маску нанеси на лицо, слегка массируя кожу кончиками пальцев, на 10—15 минут, затем смой водой комнатной температуры.

Освежающая земляничная маска

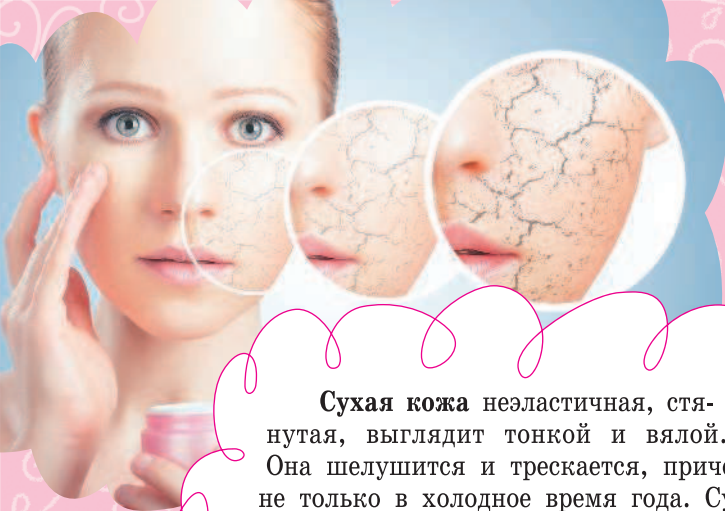
2 ст. л. земляники разомни, добавь 1 ч. л. сока красного грейпфрута, 1 перепелиное яйцо взбей в пену, все перемешай. Смесь получится жидкая, поэтому удобнее наносить ее на лицо ватным тампоном. Оставь ее на лице на 10—15 минут, затем смой теплой водой.

Заметного эффекта в уходе за жирной кожей можно добиться при помощи паровых ванночек. Под действием пара поры кожи очищаются, улучшается кровообращение. Причем делать такие ванночки надо не так уж и часто — 2—4 раза в месяц и лучше перед сном.

Секретик!

Жирная кожа зачастую воспаляется. Как же с этим бороться? Хорошее средство для такой кожи — масло чайного дерева. Несколько раз в день смазывай прыщи и угри 5%-ным раствором масла — спустя пару дней ты заметишь результат.





Сухая кожа неэластичная, стянутая, выглядит тонкой и вялой. Она шелушится и трескается, причем не только в холодное время года. Сухой коже крайне необходимы влага и кислород. Постоянный уход за таким типом кожи заключается в использовании жирных питательных и увлажняющих кремов и масок.



При умывании сухой кожи откажись по возможности от мыла — оно только усилит сухость. Вместо него можно взять увлажняющее молочко или тоник для сухой кожи. Не используй косметические средства, в состав которых входит спирт. Старайся не выходить на улицу сразу после умывания, особенно зимой. Вредно для сухой кожи и длительное пребывание на солнце. Обладательницам сухой кожи стоит отказаться и от пилингов, в крайнем случае — использовать только мягкие, щадящие скрабы.

Секретик!

В течение дня сухую кожу можно протирать не содержащим спирта лосьоном и периодически сбрызгивать термальной водой.

Маски для сухой кожи лица

Сухая кожа очень нуждается в питании и увлажнении. Поэтому несколько раз в неделю наноси на лицо маски для такого типа кожи.

Питательная медовая маска

Смешай 1 желток, 1 ч. л. меда, 1/2 ч. л. растительного масла. К полученной массе добавь немного овсяных хлопьев до получения консистенции густой сметаны. Нанеси на кожу лица и шеи на 15 минут.

Витаминизирующая и смягчающая маска из облепихи

2 ст. л. ягод облепихи разомни ложкой. 1 ст. л. овсяных хлопьев смешай с 1/2 ч. л. льняного масла, добавив измельченные ягоды. Полученную массу нанеси на лицо на 10—15 минут, затем смой теплой проточной водой и ополосни лицо минеральной.

Увлажняющая морковная маска

1 морковь очисти от кожуры, натри на терке, затем положи 1 желток и взбей до пены. Добавь 1 ст. л. сухого молока. Все тщательно перемешай. Маску нанеси на лицо и шею на 15—20 минут, смой теплой проточной водой, затем нанеси питательный крем.

Понижающая хлебная маска

1 ст. л. пшеничной муки разведи молоком до густоты сметаны, а затем разотри с одним желтком. Нанеси маску на лицо и шею, а через 15 минут смой теплой водой. Затем нанеси питательный крем.

Смягчающая увлажняющая картофельная маска

Отвари в кожуре большую картофелину, очисти ее и разомни вилкой. Добавь немного свежего молока и яичный желток. Получившееся пюре разогрей. Теплую смесь нанеси на лицо. Выдержи 15—20 минут и смой теплой водой. После этого нанеси крем.



Маски для комбинированной кожи лица

Косметические маски являются неотъемлемой частью комплекса процедур по уходу за смешанной кожей. В идеале — делать двойные маски: одну — на Т-зону, другую — на щеки и шею.

Питательная маска с медом

Залей мякоть 1 ломтика черного хлеба 30 мл горячего молока. Добавь 1 ст. л. меда и 1 ст. л. оливкового масла. Перемешай смесь, нанеси на сухие участки кожи питательный крем, затем положи маску. Выдержи 15–20 минут и смой теплой водой.

Очищающая и сужающая поры виноградная маска

Разомни ягоды красного винограда, добавь немного обезжиренного йогурта или кефира. Перемешай смесь, нанеси ее на лицо, подожди 15 минут и сними маску тампоном, смоченным в теплом черном или зеленом чае.

Восстанавливающая маска из киви

1 киви очисти от кожуры, мякоть разомни вилкой, добавь 1 белок, 1/2 ч. л. оливкового масла и тщательно перемешай. В полученную смесь всыпь косметическую глину. Маску нанеси на лицо на 10–20 минут, затем смой теплой водой.

Увлажняющая и очищающая маска из малины

Разомни 2 ст. л. малины, затем добавь 1 ст. л. пшеничных отрубей, 1/2 ч. л. кокосового масла, 2–3 капли эфирного масла женьшеня. Все тщательно перемешай. Полученную массу нанеси на лицо на 10–15 минут. Смой теплой проточной водой.

Укрепляющая молочно-травяная маска

2 ч. л. шалфея и 2 ч. л. липового цвета залей 1 стаканом молока, доведи до кипения, дай настояться в течение 5–10 минут. Отвар процеди через ситечко, травяную смесь смешай с 1 ст. л. крахмала. Полученную смесь нанеси на лицо на 10–15 минут. Затем смой маску процеженным отваром шалфея и липового цвета.

Пилинговая маска из фасоли

10 фасолин разотри в миске до образования однородной массы, 1 ст. л. оливкового масла подогрей и смешай с 1 ч. л. крахмала. Соедини все ингредиенты и тщательно перемешай. Нанеси смесь на лицо на 20 минут, затем смой теплой водой.



Комбинированная, или смешанная, кожа

Такой тип кожи включает в себя и жирную, и сухую кожу. В средней части лица (в районе подбородка, носа и лба) наблюдается склонность к усиленной выработке кожного сала. Эта так называемая Т-зона постоянно блестит. Также в этих местах могут наблюдаться черные точки, расширенные поры, покраснения и воспаления. На щеках же все наоборот. Кожа тут гладкая, тонкая и немного стянутая, может шелушиться. Возможен и неоднородный цвет кожи.

Уход за комбинированной кожей наиболее сложный, так как к разным участкам лица надо применять различные средства и методы. Умываться можно мылом или молочком. Т-зону нужно протирать тоником для жирной кожи, изредка пользоваться скрабом. Щеки следует смазывать увлажняющим или питательным кремом.



Чувствительная кожа также нуждается в защите и уходе. Обладательницы такого типа кожи, как правило, жалуются на раздражения, покраснения, ощущение стянутости, шелушение и зуд. Это может быть как проявление реакции на какие-то косметические процедуры, так и на холод, солнце или загрязненный воздух. Также чувствительной может стать кожа в результате неправильного ухода за ней.



При уходе за таким типом кожи умываться лучше теплой водой, но не из-под крана, а минеральной или родниковой. После этого следует наносить легкий дневной крем. Пилинг при такой коже противопоказан, лучше пройтись по массажным линиям лица мягкой рукавичкой. Декоративной косметикой надо пользоваться с осторожностью, не перегружай ею кожу. Для снятия макияжа и просто очищения кожи вечером можно использовать мягкое молочко или лосьон. В течение дня, чтобы освежить, смягчить и тонизировать кожу, снять воспаления, можно протирать ее тоником, не содержащим спирт. Успокаивающее, противовоспалительное и смягчающее действие оказывает на чувствительную кожу термальная вода.

На упаковках кремов для чувствительной кожи обязательно должно быть указано — «гипоаллергенный».

Маски для чувствительной кожи лица

При уходе за чувствительной кожей следует отдать предпочтение легко смываемым питательным и увлажняющим маскам. При этом стоит отказаться от затвердевающих масок и масок-пленок.

Питательная медово-огуречная маска

120 г жидкого меда смешай с измельченным в кашицу огурцом. Нанеси массу на лицо и оставь на 15 минут. Затем смой минеральной водой комнатной температуры.

Увлажняющая морковно-молочная маска

Натри на терке 1 морковь и смешай с 1 ст. л. жирного молока. Нанеси на кожу на 20 минут. Смой маску теплой кипяченой водой.

Смягчающая огуречная маска

Срежь с огурца кожуру и положи ее срезом на кожу. Оставь на 15 минут, а затем протри лицо тоником для чувствительной кожи.

Залуженная маска для обезвоженной кожи

Измельчи белокочанную капусту до кашицы и смешай с 1 ст. л. оливкового масла. Нанеси маску на лицо на 15 минут, а затем смой теплой отстоянной водой.

Противовоспалительная молочко-глицериновая маска

Смешай 1 ч. л. молока и 1 ч. л. глицерина, добавь 1 ч. л. рисового крахмала. Нанеси маску на лицо и оставь на 15 минут. Смой теплой минеральной водой или липовым отваром.

Успокаивающая маска с отваром ромашки

Приготовь отвар ромашки. Затем смешай 1 ст. л. теплого отвара с 2 ст. л. теплого молока. Пропитай этой смесью марлевую повязку и наложи ее на кожу на 10 минут. Промокни лицо ватным тампоном, чтобы удалить остатки маски.



Искусство макияжа

Правильный макияж способен творить чудеса: скрывает недостатки, подчеркивает достоинства, делает лицо выразительным и ухоженным. Прежде чем приступать к нанесению макияжа, необходимо подготовить кожу. Очисти лицо тоником, включая веки и шею, а затем нанеси крем, предназначенный для твоего возраста.



Наносить крем на лицо нужно в следующих направлениях: от центра подбородка к мочке уха; от уголков рта к середине уха; от крыльев носа к середине уха; от центра лба к вискам; на шею от ключицы вверх, к подбородку; от внутреннего угла глаза над бровью, возвращаясь обратно к исходному положению.



Секретик!

Очищать кожу лица, как, впрочем, и снимать макияж, можно при помощи мицеллярной воды — косметического средства, получившего в последнее время широкое распространение. Для этого необходимо лишь нанести небольшое количество мицеллярной воды на ватный диск и аккуратно протереть кожу по массажным линиям. Мицеллярная вода — мягкое очищающее средство, не содержащее мыло и не требующее смывания. Оно подходит для чувствительной кожи, не вызывая ее раздражения, и способствует увлажнению. Однако мицеллярная вода подходит только для сухой и нормальной кожи, иногда — для комбинированной. Для обладательниц жирной кожи данное средство не годится, так как после его применения они, скорее всего, будут ощущать невидимую пленку на коже, а не свежесть и чистоту. Не очень эффективна мицеллярная вода и для снятия водостойкой косметики.



Следующим этапом будет нанесение базы, или основы, под макияж. Она выравнивает рельеф и цвет кожи, скроет мелкие недостатки и зафиксирует макияж. Поверх нее макияж ложится ровнее и держится дольше. После этого надо нанести основной тон, который должен совпадать с цветом кожи или быть немного светлее. Если у тебя есть темные круги под глазами или небольшие покраснения на лице, сверху на тональный крем нанеси корректор, или консилер. Запомни при этом одно правило: покраснения убираются консилером зеленого цвета, а круги под глазами — корректором светлого бежевого тона. Наносить это средство лучше всего кончиками пальцев, аккуратно, легкими движениями вбивая его в кожу.



После того как ты закончишь с румянами, приступай к оформлению глаз. Это может быть просто тушь, тушь + подводка или более сложный вариант — тушь + тени. Как правило, глаза красят следующим образом (если нет надобности изменить их форму): тени светлых оттенков наносят на подвижном веке и в складке за ним, у внешнего же уголка глаза используются темные тени. Под самой высокой точкой изгиба брови ставится самое светлое пятно.

Следующий шаг — нанесение румян. С их помощью можно скорректировать форму лица, придать коже здоровый вид. Главное при этом — румяна не должны бросаться в глаза и быть ярким пятном на лице.

Секретик!

Чтобы ресницы казались более объемными, перед нанесением туши слегка припудри их рассыпчатой пудрой.

Если ты хочешь, чтобы твои глаза зрительно смотрелись больше, а взгляд был выразительнее, подведи внутренний край нижнего века белым или светло-бежевым карандашом. А при помощи черной подводки внутреннего края нижнего века ты придашь взгляду глубину и загадочность, однако такой макияж глаз немного уменьшит их.



Когда ты закончишь с тенями и подводкой, можешь завить ресницы специальными щипцами — это придаст глазам выразительность. Внимательно прочитай инструкцию по использованию данного прибора перед его применением, ведь, передержав щипцы на ресницах, можно сделать их ломкими или вообще лишиться. И в любом случае завивай ресницы только до нанесения туши. После этого снизу вверх (от корней к кончикам) плавными движениями равномерно прокрась ресницы, слегка прокручивая щеточку туши. Сужающимся краем щеточки прокрась реснички во внешнем и внутреннем уголках глаз.



Расчеши брови по направлению роста волос. Если надо, подкорректируй их форму специальным карандашом, тенями или тушью. Делать это надо короткими легкими штрихами, начиная от центра и продвигаясь к виску. Самая яркая (насыщенная) часть брови должна быть в самой высокой ее точке, то есть приблизительно посередине. Тон средств для бровей должен соответствовать цвету твоих волос или быть несколько светлее. Если же ты хочешь, чтобы твои брови имели идеальный вид долгое время, можешь покрасить их краской для бровей, хотя в таком вопросе лучше довериться профессионалу и сходить на окраску и коррекцию бровей в парикмахерскую.

Предпоследний этап — оформление губ. Здесь следует знать и помнить: если в макияже ты делаешь акцент на глаза, губы должны быть натуральных оттенков. Сначала нарисуй контур губ карандашом, начиная от центра верхней губы и ведя сплошную линию к уголку. Контурный карандаш при этом должен быть одного цвета или чуть темнее, чем используемая помада. Чтобы помада держалась дольше, перед ее нанесением и после того как ты нарисуешь контур, заштрихуй карандашом всю поверхность губ. Затем слегка припудри их рассыпчатой пудрой и накрась помадой, также от середины к уголкам. После этого промакни накрашенные губы салфеткой и нанеси еще один слой помады. Чтобы придать губам объем, поставь на нижней губе по центру поверх помады яркий блестящий блик жидкой помадой или блеском для губ более светлого тона.

Завершающим этапом каждого макияжа является распыление на кожу лица термальной воды; она закрепляет косметику, снимает покраснения, оказывает противовоспалительное, смягчающее и увлажняющее действие.



Средства для макияжа

База

Базы подготавливают кожу лица к нанесению тонального крема, создавая максимально ровную и гладкую поверхность. Они просто незаменимы для девушек с проблемной и неровной кожей. В идеале — использовать основу каждый день. Если делать это так часто ты не планируешь, используй базу под макияж, когда тебе надо, чтобы макияж продержался максимально долго, например для различных торжеств.

Все базы следует наносить после использования дневного крема, давая ему впитаться. Делать это надо небольшими порциями, размазывая средство пальцами, спонжем либо кистью.

Текстура таких средств очень разнообразна — от жидкой до кремообразной, гелевой и даже воскообразной. Силиконовая основа придает коже гладкость и бархатистость, она лучше всего подходит под пудру. Матирующая база, придающая коже матовость, как правило, имеет кремово-пудровую текстуру, ее хорошо использовать в паре с жидким тональным кремом. Кстати, она подходит также и для кожи вокруг глаз. Для сухой кожи подойдет кремообразная основа, она питает и увлажняет лицо. Сияние и гладкость придаст коже светоотражающая база.

Тональный крем

Тональный крем преследует одну задачу — сделать кожу идеальной. При этом он попутно борется с различными ее недостатками. Проблемную кожу тональник подсушит и уберет излишнюю жирность. Есть тональные крема с эффектом лифтинга. Но пользоваться ими следует начинать только в зрелом возрасте. Сухую кожу тональные средства защитят и увлажнят. Также существуют тональники с солнечными фильтрами.

Выбирая тональное средство, важно придерживаться основного правила — оно не должно изменять естественность твоего лица. Поэтому перед покупкой обязательно протестируй цвет тонального крема. Для этого нанеси небольшое его количество на щеки и подбородок. Если по прошествии 10 минут его цвет не станет темнее естественного цвета твоего лица, этот тональный крем — то, что тебе нужно, он подходит твоему оттенку кожи. Наноси это средство при хорошем освещении, тщательно растушевывая, чтобы не было видно границ. Не забудь хорошо растушевать тон у бровей, по линии роста волос, на мочках ушей и на шее.

Как правильно, корректор наносится на проблемную зону точечно — легкими постукиваниями кончиками пальцев с дальнейшей растушевкой кисточкой либо увлажненным спонжиком.

Пудра

Пудра — самый простой способ сделать свое лицо ухоженным. С ее помощью можно скрыть недостатки кожи и выгодно подчеркнуть достоинства, придать свежий вид, подкорректировать форму и черты лица. В настоящее время предлагается широчайший ассортимент пудр: для разных типов кожи, с различными эффектами и т. п.

Если ты пользуешься жидким тональным кремом, то консилер следует наносить во вторую очередь, если отдаешь предпочтение пудре, то сначала нанеси консилер, а потом — пудру.

Корректор

С помощью корректора, или консилера, можно устранить небольшие недостатки на лице: прыщики, пигментные пятна, покраснения, круги под глазами. Это средство не устранит причину этих проблем, зато поможет быстро и эффективно их замаскировать. Важно при этом уметь подобрать цвет корректора. Так, консилер зеленого цвета скроет покраснения (прыщики, сосуды), белого цвета — выровняет цвет кожи. Корректор розового и персикового цветов освежит кожу лица, но последний, в отличие от розового, могут использовать и девушки со смуглой кожей. Консилер желтого цвета следует применять на участках кожи с синеватым оттенком (синяки, круги под глазами). Фиолетовый и сиреневый корректоры замаскируют желтизну и освежат лицо. Примерно такой же эффект будет и от голубого консилера, кроме того, он придаст коже некоторое сияние.

