

# Алена Винницкая

## «Средства по уходу за телом – всегда!»



**О**бладательница одного из самых соблазнительных тел на нашей сцене и персона, представляющая косметическую линейку для тела Solutions от AVON в Украине – Алена Винницкая – поделилась секретами привлекательности.

**– Как вам удается «держать марку»?**

– Лично я на первое место ставлю спорт, точнее – физкультуру, и физические нагрузки, потому что мышцы должны быть в тонусе. На втором месте – питание.

На третьем – косметические средства. Но надо учитывать, что все три этих пункта – строго обязательны. Секрет успеха – в комплексном подходе.

**– Какие нагрузки, по-вашему, оптимальны?**

– Идеально заниматься спортом три раза в неделю. Я прекрасно знаю тот набор упражнений, который мне необходим: люблю работать с собственным весом и маленькими гантельками. В моем случае этого достаточно, потому что у меня нет задачи сбросить вес или нарастить мышцы, я просто хочу быть в тонусе. А еще мне очень нравится пилатес. Однако не думайте, что я такая правильная и все это строго соблюдаю. Понятно, иногда мне просто лень. Но я стараюсь держать себя в ежовых рукавицах, так как точно знаю, что бывает со мной, когда расслабляюсь.

**– Наверняка не обойтись без диет...**

– Строго на диете я сижу только перед ответственным мероприятием: съемками клипа или выхо-

дом в свет. А вообще, я предпочитаю раздельное питание. Это известный способ, многие им пользуются. При раздельном питании и одном дне голодания в неделю можно позволить себе практически все: и булочки, и сладости, и пельмени. Вообще, режим питания нужно соблюдать: плотнее завтракать и стараться не ужинать.

**– Что же делать, если иногда перед сном так и тянет к холодильнику?**

– Перебить аппетит легким салатом или кусочком сыра с сухим вином.

**– Ваша кожа – результат вашего труда?**

– В большой степени. Косметикой для тела я пользуюсь каждый день, особенно весной и осенью, когда коже не хватает витаминов, и она начинает шелушиться. Но и лето – не исключение: вот уже много сезонов подряд я не позволяю себе выходить на пляж без защитного средства. Очень нравятся кремы и лосьоны Solutions, они помогают бороться с разными проблемами на всех участках тела, есть специальные средства для груди, талии, бедер... В принципе, я – фанат косметики. Помните, в сериале «Секс и город» героиня Сары Джессики Паркер чуть ли не в каждой серии, общается с подругами по телефону перед сном, сидит на кровати и наносит на ноги крем? Вот это точно про меня!

**– Если вам так нравится косметика, не логично ли было попробовать себя в роли продавца-консультанта?**

– Вы знаете, у меня бы это получилось! Потому что чего-чего, а косметики я очень много перепробовала и имею свой багаж знаний. Продукцией AVON пользуюсь уже давно и точно знаю, что ей можно доверять, потому что продукция действительно качественная, а моя близкая подруга как раз является продавцом-консультантом этой марки.

**– В этом году вы стали лицом косметической линейки для тела Solutions от AVON в Украине. А почему Вы выбрали AVON и именно линию для тела?**

– AVON – это американская компания, которая производит качественную косметику уже более 120 лет, средства серии Solutions для тела – это те продукты, которые действительно помогают женщинам становиться красивее, тем более, что их может себе позволить практически любая женщина.

Более того, мне очень импонирует то, что AVON заботится не только красоте, но и о здоровье женщины. Для меня большая честь быть Послом программы AVON «Вместе против рака молочной железы» в Украине. Я приглашаю всех на нашу ежегодную благотворительную акцию «Один день пшкки заради життя», которая состоится в Киеве 26 сентября.

**– Какой вы видите свою миссию в качестве лица этой торговой марки?**

– Я хочу на собственном примере показать, что красота – это не сложно, если подходить к уходу за собой грамотно и систематически. Ведь красивое ухоженное тело – это залог уверенности в себе для каждой женщины.

OK!  
ВЫЯСНИЛ,  
ЧТО ВЫГЛЯДЕТЬ  
КАК ЗВЕЗДА –  
НЕ ВОПРОС



Антицеллюлитный комплекс для тела Lipo 24 с формулами день/ночь