

Nem tudnak ellenállni egymásnak azok, akik hajnalig összebújnak

Tesztelje a kapcsolatát

▶ **Ágyra fel, derítse ki, mit árul el önökről az alvás közbeni testbeszéd!**

Dr. Pam Spurr szexológus szerint alvási szokásaink igen csak árulkodóak: attól függően, hogy milyen alakzatot veszünk fel kedvesünkkel, levonhatjuk a következtetést a kapcsolatunkra nézve.

Háttal



Ha a párok a saját térfelükön alszanak egymásnak háttal fordítva, akkor bizalomhiány merülhet fel a kapcsolatban. Ilyenkor nem árt meggyőződni arról, hogy nem él-e kettős életet valamelyik fél.

Összebújva



Ha a férfi a hátán fekszik, a nő pedig a férfi karja alá bújik, azt jelzi, hogy egyikük sem tud ellenállni a másiknak, és még éjszaka is érezni akarják a partner közelségét. Persze nem kimondottan ez a legkényelmesebb póz az alváshoz. Amikor viszont a nő fekszik a hátán, a férfi pedig a karja alá bújik, az a szexológus szerint nem jelenthet mást, mint hogy a férfinak egy igazán érzelmes kapcsolatra van szüksége. Kérdés azonban, hogy nem túl sajnálatraméltó-e egy ilyen partner.

Grafikák: Sára Tamás

Kiskifli

A hölgyek körében talán ez az egyik legnépszerűbb póz, hiszen ekkor érzik magukat a legnagyobb biztonságban

Kanál

Amikor a férfi a nő mögött fekszik, az úgynevezett kanál pózban, akkor védi párját, mindamellett egy meglehetősen érzéki alvási formáról van szó. Ekkor a nő biztonságban érzi magát, a férfi megóvja őt. A kanál testhelyzet a klasszikus kapcsolatra utal. Amikor viszont a nő fekszik a férfi mögött, az egyértelműen arról árulkodik, hogy a nő a fő mozgatórugója a kapcsolatnak, biztosítja a férfit arról, hogy szereti. A férfinak itt nem kell félnie attól, hogy a partnere elhagyja.

kedvesükkel éjjel is!

Kiszorítva



Amikor a férfi vagy a nő az ágy nagyobb részét elfoglalja, a másik úgy érezheti, mintha ki lenne szorítva az ágyból. Ilyenkor általában egyikük sem alszik valami jól. Előfordulhat, hogy mindez a partner „mérete” miatt van így, hiszen ha valaki nagyon magas vagy szélesebb az átlagnál, az igényli a nagyobb teret. Amennyiben nem erről van szó, akkor az említett fél meglehetősen önző a kapcsolatban, partnere pedig szemmel láthatóan tudomásul veszi a leosztott szerepeket, és behódol a másik akaratának. Az ilyen típusú kapcsolatok az esetek döntő többségében nem egészségesek, és valamelyik fél igencsak elnyomottnak érzi magát.

Rideg Lilla

Békülés nélkül ne lépjen be a hálószobába!

Fotó: AFP

Egyvalami mindenestre alvási pózoktól függetlenül is bizonyos: ha lefekvés előtt a partnerek veszekednek, mindig ki kell békülniük. Azok a párok, akik lefekvés előtt nem beszélnek meg a problémáikat, biztosan nem fognak jól aludni. Ha vannak, akik jobban szeretnek egy kicsit távolabb aludni párjuktól, ám mégis tudatni akarják vele az érzelmeiket, mindenképp öleljék meg szerelmüket.



Csak egy csók
Már ennyi elég, hogy tudassa a másikkal: vége a vitának

Tavaszi bőrápolás 3 lépésben

Dr. Csatlósé Nagy Judit kozmetikus elárulja a legfontosabb teendőket.

1. Megtisztulás

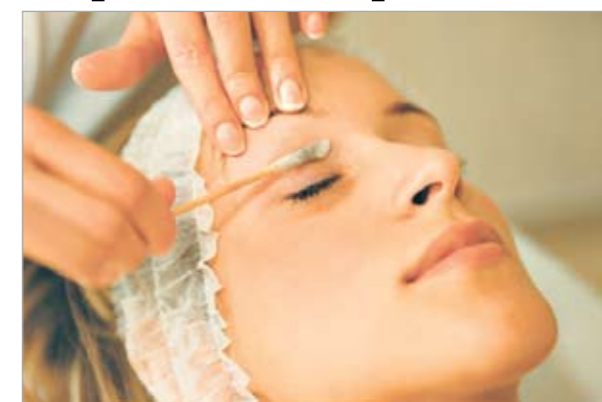
4-7 napos méregtelenítő kúra, infrasaunázással kombinálva.

2. Felfrissülés

A smink és más szennyeződések eltávolítása után jöhet a peeling, az elhalt bőrszövetek eltávolítása. Gőzöléssel puhítjuk a bőrt, majd következik a tisztítás: a komedók, pattanások eltávolítása. Végül összehúzó, nyugtató pakolással és egy hidratáló masszázssal zárjuk a kezelést – mondja a kozmetikus.

3. Megújulás

Az alapkezelés után 10 nappal különféle exkluzív kezelésekkel is kényez-



tethetjük magunkat. A selyemből készült kozmetikumok szerkezete teljesen azonos a bőr fehérjéinek felépítésével, ezért minden bőrtípus kezelésére alkalmasak. Egyre divatosabb az aranykezelés is, ami lassítja az öregedést, serkenti a sejtek működését és megújulását, ráadásul még fényvédelmet is biztosít.

Felejtse el a gyantát!

Sokan szívesen lemondanak a gyantázásról, borotválásról, és egyre többen választják a lézeres szőrtelenítést, az IPL-t. - 4 hónapon át tartó, havi egy kezelés után 4 hónap szünetet követően ismételt kezelésekkal eredményesen szabadulhatunk meg a nem kívánt szőrszálainktól – magyarázza dr. Csatlósé Nagy Judit kozmetikus.



Több információt kaphat a témáról a www.dermatica.hu oldalon.

HIRDETÉS

Dr. Batz