



## Li vuoi biondi a tutti i costi? Ora puoi!

Per non rinunciare alla decolorazione anche in caso di capelli trattati e cute delicata, NHP propone la nuova polvere decolorante BLUE LIGHTENING POWDER SENZA AMMONIACA con formulazione protettiva. Arricchita con Aloe Vera di origine biologica, previene la disidratazione e permette di mantenere i capelli in ottima salute. Priva di ammoniaca, consente di schiarire fino a 6 toni in modo progressivo e controllato, garantendo risultati uniformi sia su capelli naturali che colorati. Indicata per tutte le tecniche di decolorazione, mèches, colpi di sole, balayages e decapaggi, è un prodotto che non può mancare in salone.

## 🇬🇧 Absolutely blond? Now you can!

*Not to give up bleaching the hair even in case of processed hair and delicate scalp, NHP presents the new BLUE LIGHTENING POWDER AMMONIA FREE with protective formula. Enriched with organic Aloe Vera, it prevents dehydration and helps to keep hair in excellent health conditions. Totally ammonia free, it allows to lighten hair up to 6 tones with a progressive and controlled action that grants uniform results on both natural and colored hair. Suitable for all bleaching techniques, mèches, highlights, balayages and color corrections, this is a must-have product for hair salons.*



## Fughe Relax

Il modo migliore per fuggire dalla stanchezza da lavoro è concedersi del tempo per coccolarsi. Un weekend alle terme è ciò che ci vuole per abbassare il livello di stress e rigenerare la mente. È importante scegliere una SPA tranquilla, lontana dalla frenesia delle metropoli. Regalatevi un rilassamento completo con trattamenti speciali come il massaggio con pietre calde che grazie alle pietre laviche, rilasserà i vostri muscoli in profondità sciogliendo la tensione. Oppure, concedetevi un massaggio goloso al cioccolato, la polvere di cacao utilizzata è ricca di sostanze antiossidanti che rallentano il processo di invecchiamento delle cellule. Infine, prendetevi per la gola con una cena gourmet a base di crostacei e bollicine. Vi assicuro che dopo un fine settimana così, sarete cariche per tornare al lavoro.

## 🇬🇧 Relaxing weekend

*The best way to be free by job stress is to give yourself time to relax. A weekend at health SPA is what you need to lower stress level and regenerate mind. It's important to find the perfect SPA: it has to be quiet and far from the city. Give yourself a total relax with special treatments as massages with warm stones: the lava stones will relax your muscles deeply, taking the nerves. Or take yourself a sweet chocolate massage: the cocoa dust is rich of antioxidant agents which slow down the cell degeneration. And then, enjoy a gourmet dinner with shellfish and champagne. I promise you: after that, you will be ready to be back at work!*

## Centrifugati: sani, colorati e gustosi

Le star lo adorano da sempre e alcune di loro ne hanno fatto l'epicentro della loro dieta. Si tratta dei smoothies. Sono un concentrato di frutta e verdura supersalutare. Infatti, al contrario del frullato, questo mantiene anche la polpa e le fibre permettendo un apporto migliore di vitamine e sali minerali. Dimagranti, depurativi, antiossidanti, in base agli ingredienti e alle combinazioni di frutta e verdura si può ottenere il centrifugato che fa per noi. Dalla carota nera al cavolo, dagli spinaci alle bietole, passando per kiwi e agrumi, sono tanti i prodotti di stagione che si possono utilizzare. Per iniziare la giornata con una carica di energia, centrifugate 8 foglie di cavolo, 2 pere e una nocca di zenzero. Per stuzzicare i vostri bambini, dovrete unire 1 mela, 2 arance, 1 carota e una manciata di menta. Se, invece, avete voglia di un centrifugato gourmet, centrifugate 4 cime di broccolo, 1 gambo di sedano, 1 mela, ½ limone e 1 cucchiaio di mandorle tritate.

## 🇬🇧 Smoothie: healthy, colored and tasty!

*The stars always adore it and some of them have made it the mainstay of their diet: it's the smoothie, became popular thanks to some Hollywood stars. Smoothies are fruits or vegetables concentrates really healthy. The smoothie is different from the milkshake: smoothies keep also flesh and fiber and let to soak up vitamins and mineral salts. Slimming, cleanse and antioxidant, you can prepare the perfect smoothie for you! Carrot, cabbage, spinach, chard, kiwi or orange: there are several ingredients you can use to create original smoothies. To start the morning, centrifugate 8 cabbage leaves, 2 pears and ginger. To whet your kids appetite, use 1 apple, 2 oranges, 1 carrot and peppermint. If you prefer a gourmet smoothie, use broccoli, celery, apple, lemon and minced almonds.*

