

Зміст

Вступ	4
Догляд за волоссям	5
Коса з трьох пасом	8
Іспанський вузол	11
Французька коса	12
Коса навиворіт	16
Колосок	20
Коса з чотирьох пасом	24
Коса з п'ятьох пасом	26
Риб'ячий хвіст, або дракончик	30
Колосок з п'ятьох пасом	33
Коса-джгут	38
Мушля	41
Шрояндочки	45
Шіара	48
Метелик	51
Афродіта	56
Клю	60
Орхідея	64
Аделі	67
Беатріс	71
Феєрія	76
Каскад	80
Шарліз	84
Французький водоспад	88
Івана Купала	92

«Зачіска впливає на те, як складається день,
а зрештою і життя».

Софі Лорен

Вступ

Підкреслити свій стиль та індивідуальність, кожного дня бути новою, оригінальною ба навіть загадковою будь-яка жінка може за допомогою доглянутого волосся, укладеного в елегантну зачіску.

Мистецтво плетіння кіс прийшло до нас з Греції. Ще в Стародавній Греції шляхетні жінки відрізали коси у своїх рабинь, щоб виготовити накладні пасма і вплести їх у свою косу.

На Русі розкішна об'ємна коса завжди вважалася символом жіночої краси, і що довшою вона була, то більше цінувалася. Кількість заплетених кіс вказувала на соціальний статус їх володарок: одна коса — незаміжня дівчина, дві коси — заміжня жінка.

Зачіски з косами залишаються модними і в наш час. Всесвітньо відомі кутюр'є на показах колекцій прикрашають косами зачіски своїх моделей.

Коси — один з найкрасивіших і найпрактичніших способів укладки волосся. Зачіска з косами буде доречною будь-де і будь-коли. Вона органічно поєднується з будь-яким стилем одягу — джинсами, вечірньою сукнею, весільним вбранням і діловим костюмом. Її можна зробити також, збираючись на пляж чи пікнік.

Добравши свій власний спосіб плетіння волосся і зачіску, що враховують особливості вашого типу волосся, фігури, форми

обличчя, можна вигідно підкреслити ваші переваги й відволікти увагу від того, що ви воліли б приховати.

Якщо ви маєте овальну форму обличчя і довге густе волосся, вам пасуватимуть будь-які зачіски з косами.

Якщо ваше обличчя кругле, вам пасуватиме коса, що починається трохи вище маківки, заплетена по всій довжині волосся і закінчується невеличким хвостиком чи вузликом. Можна підняти частину коси, що звисає, і зафіксувати її на маківці.

Якщо ви маєте обличчя квадратної форми, вам пасуватиме коса-дракончик, яка заплетена спочатку по всій голові, а потім переходить у звичайну косу. Така коса створює плавні лінії, що згладжують контур обличчя.

Для дівчат з трикутною формою обличчя буде влучно зробити косу-колосок у поєднанні з довгим чубчиком і вільними пасмами, які прикриватимуть вуха, а для дівчат з прямокутним обличчям — коса-дракончик, що заплетена до шиї і закінчується довгим хвостиком.

Плетіння коси навколо голови візуально подовжить шию, приховає завузькі вилиці, зацентрує увагу на привабливих елементах зовнішності — наприклад, витончених маленьких вушках. Грецька коса, заплетена у вигляді обруча, приверне увагу до гарного



високого чола, зробити виразнішими брови та очі. Традиційна французька коса дуже зручна для повсякденної зачіски і до того ж вельми жіночна — слабке плетіння не стягує волосся, створюючи враження вільної і нескладної укладки.

Величезна кількість різноманітних варіантів допоможе знайти свій стиль практично кожній модниці, отже, сміливо можете шукати свій образ, і ви обов'язково знайдете його. Будьте красивими, не бійтеся використовувати щось нове і отримуйте від життя заслужене задоволення.

Почніть вивчати техніку плетіння косичок, покрокові фото допоможуть зрозуміти принципи створення навіть найскладніших варіантів.

Якщо ви початківець у цій справі, не треба відразу ж братися за складні варіанти. Оберіть найпростішу зачіску з косами і навчіться виконувати її ідеально. Не здавайтеся, якщо спочатку зачіска матиме не той вигляд, про який ви мріяли!

Пам'ятайте, що плести коси потрібно у спокійному і розслабленому стані. Якщо ви відчуваєте, що починаєте нервувати через невдалі спроби, краще відволіктися на щось інше і спробувати плести знову лише після того, як заспокоїтесь.

Навчайтеся з радістю і натхненням! Ми певні, що дуже скоро результат ваших зусиль перевершить ваші найсміливіші сподівання!

Догляд за волоссям

Довге й гарне волосся — мрія будь-якої дівчини. Воно додає шарму, чарівності і жіночності. Однак догляд за ним — заняття непросте. Волосся вимагає постійного ретельного і дбайливого догляду.

Що ж включає в себе правильний догляд за волоссям?

Для грамотного й ефективного догляду за волоссям важливо правильно визначити тип свого волосся.

Нормальне — еластичне, міцне, добре відбиває світло, переливається на сонці.

Жирне — має нездоровий тьмяний блиск, невдовзі після миття масніє, злипається і здається брудним, неохайним.

Сухе — погано відбиває світло, внаслідок чого воно виглядає тьмяним, не має глянцею. Воно легко рветься, плутається, важко розчісується, січеться на кінчиках.

Змішане — це, як правило, довге волосся — жирне біля коренів і сухе на кінцях внаслідок того, що воно недостатньо змащується жиром по всій довжині. Кінчики волосся часто січуться.

Принцип вибору засобів з догляду простий: уважно читайте текст на упаковці і використовуйте ті засоби, які призначені для вашого типу волосся. Щоб зрозуміти, що певні засоби вам не підходять, достатньо одно- чи дворазового застосування, а от для того, щоб визначитися, що вони саме для вас, необхідно регулярно користуватися ними хоча б протягом декількох тижнів. Якщо ви підібрали засоби, які вас повністю влаштовують, міняти їх варто лише у разі зміни стану вашого волосся.

Краще застосовувати шампунь і ополіскувач однієї марки — вони відповідають

