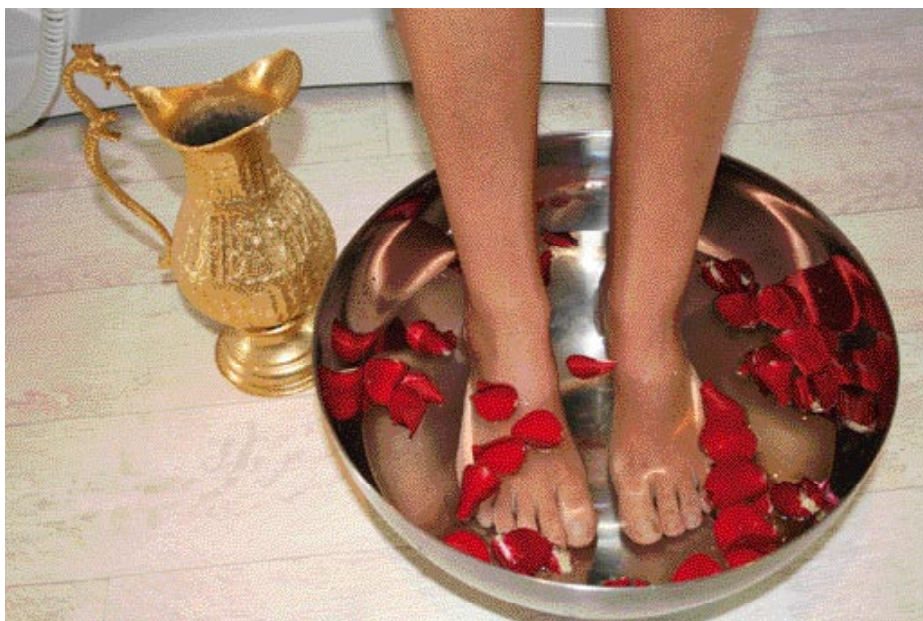


OOSTERSE VOETVERZORGING

De voormalig Iranese schoonheidsspecialist en voetverzorgster Mitra La Grand is een gedreven vrouw. Al in haar geboorteland had ze een passie voor verzorging en sinds kort kan ze die ook in Nederland in de praktijk brengen. In haar salon in Emmeloord geeft ze haar klanten niet alleen oosterse voetverzorging, ze geeft er ook training in aan voetdeskundigen.



Mitra begint met een warm voetenbad met bloemenwater en verse rozenblaadjes.

Massage met deegrollers is iets dat uit het Oosten komt. Mitra heeft meegemaakt dat het in eerste instantie met name gebruikt werd om af te vallen. “Maar pas je het aan en maak je de grepen zachter, dan is het een mooie aanvulling voor in de salon. Het zorgt dan voor een heerlijke ontspanning en verbetering van de doorbloeding, zeker in combinatie met het warme bloemenwater en de kruiden.

Traditioneel bloemenwater

In de oosters ingerichte salon krijgt de klant allereerst een warm voetenbad met bloemenwater en verse rozenblaadjes. Mitra: “Met



De warme compressen blijven zo'n vijf minuten zitten.

name in de wintertijd krijg ik hier veel vrouwen met koude voeten. Dit bad voelt dan heerlijk aan en bevordert de ontspanning.” Daarna weekt ze de kompressen, die in de vorm van een voet zijn gestikt, in het warme bloemenwater. Die doet ze om de voeten en sluit dat met een plastic voetje af. Ze laat dit een minuut of vijf zitten, zodat de dode huidcellen en het eelt erna makkelijker te verwijderen zijn. Met een eigen ontwikkelde scrubbal gaat ze eerst over een handschoen, waarmee ze vervolgens de dode huidcellen verwijdert. De klanten waarderen de zachte huid die daardoor ontstaat zeer.

Masker

Het eelt verwijdert Mitra met een lavasteen. De specialiste vindt het heerlijk om zelf kruiden te mengen voor een voetenmasker. “Zo krijgt iedereen datgene wat hij of zij nodig heeft. Voor voeten die sterk transpireren, doe ik daar bijvoorbeeld cyprus en salie bij.” Met een borsteltje brengt ze het masker op de voeten aan. Ze dekt dit warm toe om het te laten intrekken. Nadat ze het masker er in het voetenbad heeft afgespoeld, start ze met de massage. Afhankelijk van wat de cliënt aan kan en als prettig ervaart, vermeerderd of vermindert ze de druk met de handen of de rollers.

Waarzeh

Waarzeh is het Perzische woord voor deegroller. De benodigdheden voor de diverse massages liggen klaar op een schaal. Ze zet niet alleen de instrumenten in voor de behandeling, ze masseert ook met de handen. “Dat vinden mijn klanten juist zo lekker. Bovendien merk ik zo goed welke delen gevoelig zijn.” Na het verdelen van warme olie over de voet, de enkel en het onderbeen, begint ze met een effleurage over de hele voet. Ze pakt daarna ook de onderbe-



Met de eigen gemaakte scrubbal en een handschoen worden de dode huidcellen verwijderd.

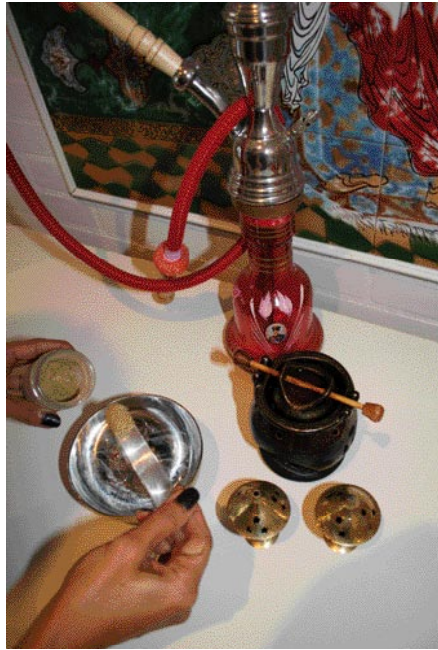
nen en de enkels goed mee. Als de doorbloeding is aangezet, neemt ze de deegroller ter hand. “Om af en toe een punt door middel van een drukpuntmassage wat intensiever aan te pakken, neem ik de punt van de deegroller. Maar ook kun je met de platte kant goed effleureren.”

Met de haar aangeboren oosterse gastvrijheid biedt Mitra haar klant ter afsluiting nog een speciaal voor haar samengesteld kopje Iranese thee aan met een Oosters koekje.

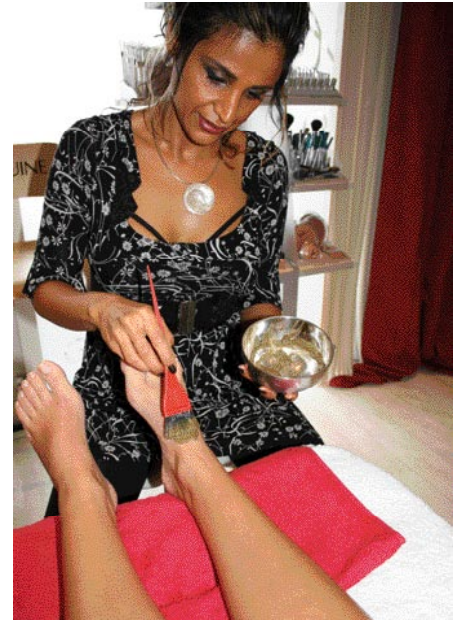
Voor meer informatie, ook over trainingen: www.beaugrandvisage.nl



Eelt wordt verwijderd met een lavasteen.



Mitra mengt zelf kruiden voor het masker.



Het masker wordt met een borsteltje aangebracht.



De voeten worden schoongespoeld in het voetenbad.



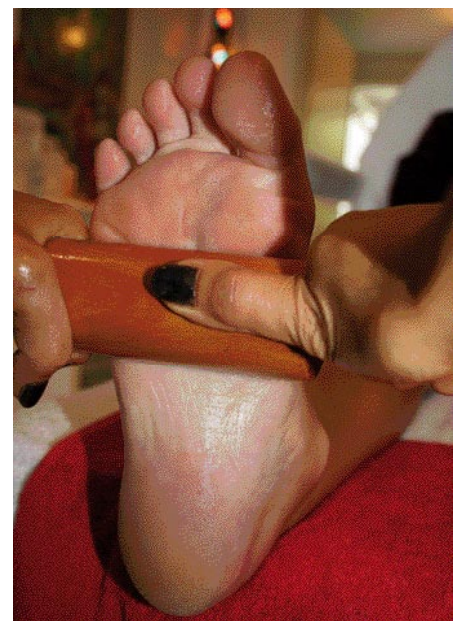
De benodigdheden voor de massage.



Mitra begint met een effleurage over de hele voet.



Met de punt van de deegroller zet Mitra extra druk.



Ook met de platte kant kun je goed effleureren.