

Stop je voeten niet weg; geef ze een fijne verwenbehandeling!

## Maak je voeten zomerklaar!

ALMERE – Klaar voor het feest, maar de voeten vergeten? Herkent u dit? Voeten zijn een ondergeschoven kindje. We maken ons mooi op, maar vergeten onze trouwe onderdanen. Voetverzorging behoort tot een stukje persoonlijke verzorging van uw lichaam. Voeten mogen best wat meer aandacht hebben.

**A**nne-Marie Prins is dé specialist op het gebied van voetverzorging en massage. Sinds drie jaar heeft zij een mooie praktijk in de Noorderplassen-West 'Pedicure en massagepraktijk Noorderplassen-West'. "Mensen komen binnen met pijnlijke voeten (eelt, likdoorns enzovoort) en gaan pijnvrij de deur weer uit. Dat geeft mij heel veel voldoening. Daar hoort natuurlijk een prettig en relaxed gevoel bij. Dit komt tot uiting in zowel de pedicure als in de massagebehandeling."

Dat haar vak haar passie is, blijkt uit de vele reacties van haar trouwe klanten. Anne-Marie houdt van haar werk en straalt dat uit: interactie met mensen en het bieden van een luisterend oor geeft haar veel voldoening. Anne-Marie: "Veel mensen denken dat een voetenbehandeling pijnlijk is. Het tegendeel is waar: een pedicurebehandeling moet juist ontspannend en relaxed aanvoelen." Behandelingen vinden ook 's avonds plaats!



### Kortingsactie

Knip dit artikel uit en ontvang 15% korting! Deze actie geldt tot 1 juli 2011.

*Danny: "Als diabetespatiënt ben ik gevoelig voor infecties, en daarom kom ik bij Anne-Marie voor een pedicurebehandeling. Met suikerziekte is het noodzakelijk je voeten goed te laten verzorgen en te controleren. Dit gebeurt één keer in de zes weken. Anne-Marie is deskundig en heeft verstand van zaken. Zij signaleert problemen direct en werkt nauw samen met de huisarts. Daarbij is de behandeling heerlijk ontspannend en lig ik relaxed in een mooi ingerichte ruimte."*

*Janine: "Een massage bij Anne-Marie is heerlijk ontspannend. Anne-Marie is een sympathieke no-nonsense vrouw met gedegen vakkennis. Bij massage werkt ze zorgvuldig alle spiergroepen af. Ze voelt het goed aan als ergens iets vast zit. Bij een pedicurebehandeling gaat ze gedegen en zeer hygiënisch te werk."*

Pedicure en massagepraktijk  
Noorderplassen-West  
Drijfanker 53  
1319 DC Almere  
036 - 7851741  
annemarie@pedicuremassage.nl  
www.pedicuremassage.nl

Sta eens stil bij uw voeten!

## Mei 2011: de l

ALMERE - Lichaamsverzorging houdt de aandacht bij uw voeten! Als de teenslippers en korte broek kunnen, is het prettig dat óók u aandacht hebben gehad. Geen ontsien of droge plekken, maar voeten die geen pijn doen en u pijnloos door de zomer loodsen. Voet en de Week van de Pedicure, die op 21 mei 2011 wordt gehouden, roept u op om te staan bij uw voeten.

### Wist u dat?

Voeten bestaan uit 52 botjes, dit is een kwart van alle botten in het lichaam. Voeten leggen gemiddeld 185.000 kilometer af tijdens hun leven, dit is zo'n 4 keer de wereld rond. Voeten zitten tweederde van hun leven opgesloten in schoenen. Voeten worden net als je neus en oren groter bij het ouder worden. Voeten hebben 250.000 zweetkliertjes, deze produceren bijna een kwart liter zweet per dag.

### Belangrijk voor u:

- Knip je nagels recht en niet te kort en knip geen hoekjes af, dit voorkomt ingroeiën;
- Droog je voeten goed na het

baden  
de tene  
- Was de  
zeep;  
- Loop in  
liever c  
voeten;  
- Draag s  
materia  
- Wissel  
nen en  
luchten  
- Draag i  
ken;  
- Koop 's  
zijn je v  
ochtend  
- Gebruik  
huid so  
houden

## Weet wat u do reumatische v

ALMERE – De Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten (NVvP) kiest elk jaar een thema om zo het vak podotherapie meer bekendheid te geven.

Een podotherapeut is zeer breed opgeleid met betrek-

# Inner Touching: praktijk voor