

Con pancita y a la moda

La Bella Belly ofrece masajes para mujeres encintas

DE LA REDACCIÓN

La Bella Belly promete hacer del embarazo de cualquier mujer una experiencia inolvidable. La nueva boutique y spa ubicada en Village on the Green ofrece productos y masajes específicos para mujeres encintas, desde aceites contra las estrías, vestidos de noche, lencería y artículos como pañaleras y pañuelitos.

"Estoy extremadamente emocionada de tener la oportunidad de transformar la experiencia de las mujeres embarazadas y nuevas madres", aseguró Tamarra Billings, propietaria del lugar y madre de una pequeña de 3 años.

Para las embarazadas que no quieren perder su estilo de vestir, La Bella Belly ofrece ropa de la mejor calidad, funcional, de temporada y que incluso puede usarse después del embarazo. Las marcas elegidas por Billings incluyen a Michael Stars, Habitual Jeans, Lotta Designs, Maternal America, Liz Lange, Chiarakruza y Theality.



BEN TORRES/AL DÍA

Sandy Abel, de 29 años y con cinco meses de embarazo, visita la tienda La Bella Belly, una opción para mujeres que no quieren perder su estilo mientras están encinta.

Masajes a la orden

Para combatir con el estrés e incomodidad, La Bella Belly ofrece un spa íntimo y original diseñado específicamente para las futuras y nuevas madres, di-

rigido por una terapeuta autorizada que se especializa en técnicas prenatales de relajación.

La Bella Belly Maternity, en Village on the Green, está ubicada cerca del centro comercial Galleria, en el 5301 Alpha Ro-

ad, Suite 16, en Dallas. Si deseas más información visita www.labellabellymaternity.com. La boutique está abierta de martes a sábado de 10 a.m. a 6 p.m.; el domingo de 12 a 5 p.m.

Toquecito de elegancia

Si creías que las pashminas eran prohibidas por sus precios, mejor mira en una popular tienda de internet



CORTESÍA

DE LA REDACCIÓN

Después de conocer los productos de pashmina de Nepal en una visita al sur de Asia, Charlene Martina decidió extender su viaje para aprender todo lo que había que saber sobre la pashmina. Visitó a muchos artesanos para observarlos en su oficio y conocer sus historias.

"Los artesanos en Nepal son sorprendentes. Tienen mucho cuidado en tejer sus secretos tradicionales en cada pieza", asegura Martina.

En parte, es por eso que las pashminas de Nepal son conocidas como las más finas del mundo.

Cuando Martina regresó a Texas, trajo consigo pashminas para dar a sus amigos para el Día de San Valentín.

Rápidamente se corrió la voz sobre sus glamorosos regalos y la gente quería saber dónde se podían comprar. Así que empezó a importar bufandas y chalets de pashmina y a venderlos a los almacenes del área.

Le encantaba la idea de ofrecer a los clientes un artículo de lujo para engalanar su guardarroba. Ya que había más de 40 colores para elegir, quería que la gente pudiera disfrutar dos, tres, cuatro o más pashminas para combinar. Pero los vendedores al por menor truncaron este sueño cuando aumentaron los precios a tal grado que la mayoría de la gente no podía comprar una pashmina.

En thepashminastore.com consigues precios entre los 30 y los 500 dólares.

Así que en el 2003, Martina dejó de abastecer a los almacenes y empezó a vender sus pashminas directamente en www.thepashminastore.com.

Sus precios van desde 29.99 dólares por una bufanda de pashmina y seda hasta 499.99 por una manta tamaño queen.

También tiene una variedad de productos en cachemir de dos o tres hebras, como su popular línea de mantas de cachemir para bebé.

Ahora las órdenes promedio en línea son de dos o más pashminas y el porcentaje de personas que compran más de una vez supera el 20 por ciento. Hasta ahora, The Pashmina Store ha vendido más de 100,000 productos de pashmina y cachemir.

Blair Rhodes, hijo de Martina, y su nuera, Nattakitta Rhodes, que dirigen el negocio en línea, lo atribuyen a los productos auténticos de The Pashmina Store, sus precios justos y el servicio a los clientes.

Ofrecen envíos gratis, abastecimiento de productos, una política de devolución de 30 días y un tiempo de respuesta por correo de un día.

Además, respaldan la calidad de sus productos, con lo que garantizan la completa satisfacción de sus clientes.

San Valentín: ¿Y qué regalo sería para él?

Por CHELSEA J. CARTER

Los Ángeles — ¿Te quiero? Díselo con diamantes. Con perfume. Con flores.

Enfrentémoslo, es relativamente fácil para los hombres encontrar el regalo del día de San Valentín que diga "te quiero"; sólo hace falta encender el televisor o abrir una revista para inspirarse.

Pero para que las mujeres encuentren el regalo perfecto para los hombres, el proceso requiere un poco más de trabajo y creatividad, según expertos en relaciones de pareja.

"Creo que debes conocer a tu pareja. Debes saber con quién estás tratando", señala la sicoterapeuta y entrenadora de estilos de vida Stacy Kaiser.

"Debe ser lo que quieren, no lo que crees que quieren".

E incluso así, la psicóloga Joyce Brothers dijo que puede ser difícil encontrar el regalo indicado. Debe ser un detalle o expresión y lo más importante es que venga del corazón. "Lo que no cambia es la teología del amor", añadió.

Estas son cinco cosas sencillas que pueden decir "te quiero".

■ **Aparatos:** Kaiser dice que los aparatos, electrónicos o no, son el regalo más dado a los hombres. "Los hombres no compran estas cosas porque son lo último. Tienen a comprarlas porque las usan".

Pero en muchos casos, los hombres tienden a tener los últimos aparatos o planes de comprar lo que esté más a la moda, desde sistemas de videojuegos a televisores de pantalla plana. Para los artículos costosos, Kaiser aconseja que des una tarjeta de regalo para que él compre el aparato más de moda o accesorios, como un videojuego, que mejoren el uso del aparato.

Para los regalos más pequeños, considera comprar artículos que puedan ser personalizados y fáciles de tener a la mano, como marcos de fotografías digitales con capacidad de MP3. Los precios pueden variar de \$299.99 por el marco de fotografías de ocho pulgadas Ality Pixia, a el marco Royal Digital Photo frame con reloj a \$59.99.

■ **Lencería:** Aunque muchas veces se ve como un regalo para ellas, es para ellos, según la diseñadora Mary Green, que creó la ropa inte-



Unos boxers pueden resolver el dilema de San Valentín. A los hombres les gustan los regalos funcionales.

rior Mansilk para hombres. "Los hombres parecen tener ideas muy específicas sobre lo que les gusta en las mujeres", sostuvo.

Una forma de aprobarlo es dándole un certificado de regalo y permitiéndole que elija lo que le gustaría que te pusieras, indicó Kaiser.

Comprar ropa para dormir de hombre puede ser difícil. Brothers dice que la mayoría de los hombres prefieren ver una mujer en ropa sensual que usarla ellos.

Si le compras ropa para dormir, considera calzoncillos con logotipos de sus equipos de deportes favoritos o pijamas y una bata.

■ **Funcionalidad:** Si un hombre es admirador de los deportes, cómprale boletos para que asista a un juego, sugirió Kaiser. O si disfruta cocinar, cómprale un regalo para la cocina.

"La mayoría de los hombres quiere algo funcional. Quieren algo que puedan usar", aseguró.

■ **Trucos:** El mejor regalo, aseguran los expertos en relaciones, no es

siempre algo que se compra. En muchos casos un simple detalle puede decir "te quiero".

"Escríbete un pagaré de algo: cualquier cosa que sea suya y no tuya", aconseja Brothers.

Por ejemplo, haz cupones que pueda canjear para no hacer ciertos quehaceres de la casa, o deja que vea a su equipo favorito sin interrupción.

Considera un detalle romántico como un masaje en los pies o el cuerpo, dijo Brother.

■ **Díselo con palabras:** Brothers sostiene que comprar una tarjeta para el día de San Valentín no es la mejor forma de decir "te quiero". Dice que las mujeres deben escribir algo romántico junto a la tarjeta.

Mejor aún, las mujeres deben decirle lo que sienten por él.

"Es el mejor regalo. No creo que haya hombre en el mundo que no quiera saber que es adorado".

Carter escribe para Associated Press.

LO CUBRIREMOS

Your Texas STAR Program Partner

Lláme

1-888-672-2277

Affordable Health Insurance For Your Kids

Lláme

1-888-814-2352

Productos de Parkland Community Health Plan, Inc.

Sirviendo los condados de Collin, Dallas, Ellis, Hunt, Kaufman, Navarro y Rockwall

Consejos para bajar la presión arterial alta

Hay algunas cosas que puede hacer para bajar la presión arterial alta, como:

- ♦ Mantenerse a un peso saludable
- ♦ Reducir el consumo de sal y sodio
- ♦ Hacer ejercicio
- ♦ Dejar de fumar
- ♦ Llevar una dieta sana, que incluya:
 - ✓ Frutas
 - ✓ Vegetales
 - ✓ Productos lácteos bajos en grasa

Esta información es presentada por el Instituto Nacional del Corazón, el Pulmón y la Sangre y por Parkland Community Health Plan.