

SKRÁŠŤOVACÍ DEŇ – STAROSTLIVOSŤ O VLASY A PLEŤ

V akom veku sa žena považuje za krásnu? V každom, absolútne v každom...

Krása a výzor zaberá veľmi dôležité miesto v živote každej ženy. Vekom však pribudnú vrásky, šedivé vlasy, to sú viditeľné zmeny, okrem ktorých sa však zmení aj niečo oveľa dôležitejšie a to je vnútorná harmónia, rovnováha, pokoj, dobré zdravie a prístup k životu primeraný veku. S vekom však môže prísť aj únava, ktorá sa výrazne odrazí na celkovom vzhľade človeka.

Pre „znovu naštartovanie“ pocitu, že „som krásna a cítim sa skvele“ sa snažíme aj v Nízkoprahovom dennom centre pre deti a rodinu Dúha.

A keďže staré známe porekadlo „Vlasy robia človeka“ platí pre ženu v každom veku a nič ženu nezmení k lepšiemu viac, ako pekný účes, organizuje sa v centre pravidelne „Skrášľovací deň – starostlivosť o vlasy“. Počas tohto dňa sa dobrovoľníčka venuje vlasom našich klientiek, kedy ich strihá a radí, ako sa starať o vlasy v zrelom veku.

Samozrejme, ku kráse patrí aj krásna pleť. V našom centre sa organizuje i „Skrášľovací deň – starostlivosť o pleť“, kedy si klientky oddýchnu pri masáži tváre a maskách na tvár, doprajú si relax a nabijú sa energiou.

V budúcnosti by sme sa chceli povenovať starostlivosti o ruky a nechty, relaxačným, pohybovým a dýchacím cvikom.

Pevne veríme, že aktuálna situácia nám naše plány nezhatí a budeme sa môcť i naďalej stretávať a venovať aktivitám, ktoré posilnia telo i ducha.

Stanislava Stuchliková Schumerová
Pracovník NSSDR Dúha

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.