Warszawa, 18 grudnia 2019

Informacja prasowa

**Świąteczny prezentownik – zatroszcz się o zdrowie najbliższych**

**Świąteczna gorączka powoli nabiera tempa. Każdego roku wielu z nas ma ten sam dylemat – czym obdarować najbliższe osoby? Przy świątecznym stole, życząc sobie i im, by jak najdłużej cieszyli się dobrym zdrowiem i zachowali pełnię sił, dorzucamy zazwyczaj drobny upominek. Ciepły sweter i kolejna para skarpet to miłe podarunki, jednak o wiele bardziej trafionym prezentem okaże się ten, który odzwierciedli troskę o ich zdrowie i dobre samopoczucie. Co wybrać na upominek pod choinkę dla Rodziców i Dziadków? Podsuwamy kilka praktycznych propozycji!**

Z prezentami dla najbliższych mamy często nie lada problem – twierdzą zazwyczaj, że mają przecież wszystko i nic im nie potrzeba. Zamiast kolejnego zestawu kosmetyków dla Mamy, swetra dla Taty lub pary ciepłych skarpet dla Babci i Dziadka, warto zastanowić się nad bardziej spersonalizowanym upominkiem.

**Dla aktywnych**

Czy wiecie, że ludzie, którzy częściej przebywają na dworze i podejmują aktywność fizyczną, cieszą się zdecydowanie lepszym wzrokiem? Jakość życia ma bowiem ogromny wpływ na jakość widzenia. Doskonałym prezentem dla aktywnych seniorów będą kijki nordic walking. Takie dynamiczne spacery poprawiają krążenie krwi – również w gałkach ocznych – i usprawniają działanie układu oddechowego. Dodatkowo, w trakcie chodu, angażowane są zarówno dolne, jak i górne partie ciała, a to zapewnia całościowy trening ciała. Alternatywą prezentu gwiazdkowego dla aktywnych seniorów będzie karnet na basen. Pływanie nie obciąża stawów ani kręgosłupa i łagodzi bóle mięśni. Zapewnia także trening ogólnorozwojowy organizmu, a przy okazji pomaga zrzucić nadprogramowe kilogramy oraz doskonałe odpręża i odstresowuje.

**W trosce o spokojny sen**

Powszechnie wiadomo, jak zbawienny wpływ na organizm ma zdrowy sen. Dla osób, które celebrują i cenią go sobie w sposób szczególny, profilowana poduszka ortopedyczna okaże się idealnie trafionym prezentem. Kształt takiej poduszki doskonale dostosowuje się do ciała, ułatwia przyjęcie prawidłowej pozycji podczas snu, a dodatkowo niweluje bóle karku i pleców.

**Na ogrzanie**

W dojrzałym wieku uczucie zimna może być również związane z osłabieniem organizmu, problemami z krążeniem i innymi chorobami. Aby skutecznie i szybko rozgrzać organizm, warto zaopatrzyć najbliższych w dobrej jakości koc elektryczny lub tańszy, ale równie przydatny termofor. Takie ogrzewające gadżety sprawdzą się szczególnie w okresie jesienno-zimowym, kiedy uczucie zimna staje się bardziej dotkliwe.

**Zamiast kolejnego swetra – wizyta w salonie optycznym**

Zapewne zauważyliście nie raz, jak Wasi Rodzice czy Dziadkowie, próbując coś przeczytać, odsuwają tekst od oczu. Uskarżają się na rozmazany obraz, prawda? Okazuje się, że aż 86%[[1]](#footnote-1) osób po 40. przyznaje się do problemów ze wzrokiem. Z wiekiem nasze oczy, podobnie jak pozostałe organy, starzeją się bezpowrotnie. Zjawisko to nazywamy prezbiopią (Informacje na temat prezbiopii i kampanii Czas Na Wzrok 40+ znajdziesz na stronie www.czasnawzrok.pl). To zupełnie naturalny, fizjologiczny proces, któremu w prosty sposób można zaradzić, dobierając szkła progresywne. To soczewki, które zapewniają wyraźne widzenie dali, bliży i odległości pośrednich – takie praktyczne 3w1, bez konieczności noszenia dwóch lub więcej par okularów. Warto odpowiednio wcześnie wyręczyć najbliższych i zadbać o to, by nie odczuwali już dyskomfortu, związanego ze słabszym widzeniem. W tej sytuacji trafionym pomysłem na gwiazdkowy prezent dla Mamy, Taty, Babci lub Dziadka, będzie voucher na wizytę w salonie optycznym na badanie wzroku lub – jeśli badanie mają już za sobą – voucher na zakup soczewek progresywnych i opraw okularowych. W salonie optycznym specjalista – okulista lub optometrysta dokonuje precyzyjnych, indywidualnych pomiarów i na ich podstawie dobiera szkła, a optyk dopasowuje do nich oprawy.

Pamiętajmy, że najlepszym sposobem na wybór prezentów dla najbliższych jest obserwowanie ich i wsłuchanie się w to, co próbują nam czasem przekazać między wierszami. Wówczas każdy, podarowany z troską o ich zdrowie prezent, wywoła szczery uśmiech i sprawi, że zrobi im się o wiele cieplej na duszy.

**Kontakt dla mediów:**

Joanna Nagiel

Senior Account Executive

Marketing & Communications Consultants

tel.: (+48) 728 397 226

e-mail: nagiel@mcconsultants.pl

1. Źródło cytowanych danych statystycznych: badanie opinii, postaw, zwyczajów i wiedzy na temat dbania o wzrok, przeprowadzone na zlecenie Grupy Essilor przez PBS Sp. z o.o. w styczniu 2018 r, na reprezentatywnej grupie Polaków n=602 w wieku 40-55 lat. [↑](#footnote-ref-1)