Warszawa, 26.03.2020 r.

Informacja prasowa

**Domowa pielęgnacja – sprawdzone sposoby na poprawę kondycji Twoich włosów**

**Najbliższe tygodnie spędzamy w domu. To czas na nadrobienie zaległości nie tylko w porządkach, serialach czy książkach, ale także pielęgnacji. Nie wiesz od czego zacząć? Nic tak nie zdobi kobiety jak zadbane włosy. Odpowiednie zabiegi poprawią ich kondycję i zapewnią piękny wygląd, a Tobie wspaniałe samopoczucie.**

Wraz z końcem zimy i sezonu na czapki, kondycja kosmyków jest zdecydowanie słabsza. Włosy mogą być matowe, a końcówki przesuszone i rozdwojone. Jest to zatem najlepszy moment na ich odświeżenie. – *Do skutecznej regeneracji włosów po zimie potrzebujesz ulubionej odżywki lub maski. Przy takiej ilości wolnego czasu możesz też poeksperymentować i wypróbować domowe sposoby. Najważniejszy jest sposób nałożenia oraz długość pozostawienia kosmetyku na włosach* – mówi Piotr Sierpiński, stylista fryzur z Poznania.

**#zostańwdomu we własnym SPA**

Pielęgnacja włosów to sama przyjemność. Podczas ciepłej kąpieli czy prysznica przy zapachowych świecach można się zrelaksować, a później przystąpić do regeneracji włosów, wykorzystując ulubioną drogeryjną odżywkę czy maskę. – *Dla wzmocnienia działania kosmetyku nakładamy go po kąpieli na umyte, wilgotne pasma. Odżywkę pozostawiamy na włosach nawet na kilka godzin, np. na noc. Gdy kosmyki podeschną, można zapleść je w delikatny warkocz. Nie ma potrzeby owijać głowy folią czy nakładać czepka. Warto jednak zabezpieczyć poduszkę, kładąc na niej ręcznik. Rano spłukujemy kosmetyk i gotowe. Efekt jest natychmiastowy – włosy są gładkie i lśniące –* zapewnia Piotr Sierpiński*.*

Jeśli nie masz w domu maski lub odżywki do włosów, możesz zrobić ją sama. – *Do przygotowania domowego kosmetyku potrzebujesz produktów, które zapewne masz w kuchni. W przypadku włosów suchych, warto postawić na mocno odżywcze banany i awokado, a także wygładzające miód i oliwę z oliwek. Na porost świetnie działa jogurt, natomiast jajko nawilża i nadaje miękkości pasmom* – przekonuje stylista fryzur. Niezwykle istotne jest, aby dokładnie połączyć ze sobą wszystkie składniki, uzyskując gładką papkę, którą łatwo nanieść na umyte uprzednio, ale odsączone z wody, włosy. Poniżej znajdują się receptury, dzięki którym Twoje włosy będą zdrowe i lśniące.

**Odżywcza moc banana i awokado** – połowę banana i awokado zmiksuj z trzema łyżkami mleka. Nałóż na włosy na min. 20 minut, a następnie umyj włosy szamponem i zmyj letnią wodą.

**Kompres z jogurtu na porost włosów** – 4 łyżki jogurtu naturalnego dokładnie wymieszaj z jajkiem. Nanieś na skórę głowy i włosy na min. 20 minut, a następnie umyj włosy szamponem i zmyj letnią wodą.

**Nawilżające jajko** – ubij białko jaja na sztywno i wymieszaj z żółtkiem. Nałóż na włosy i odczekaj min. 20 min, a następnie umyj włosy szamponem i spłucz letnią wodą.

**Wygładzający miód** – 4 łyżki miodu pszczelego (np. wielokwiatowego) połącz z 2 łyżkami oliwy z oliwek, a następnie rozprowadź na włosach i odczekaj ok. godziny. Po tym czasie zmyj produkt szamponem i spłucz letnią wodą.

Niezależnie od tego czy do domowej pielęgnacji włosów wykorzystasz gotowe kosmetyki, czy przygotujesz je sama – pamiętaj, aby kurację powtarzać regularnie. Dla utrzymania włosów w dobrej kondycji na stałe, takie odżywianie stosuj 2-4 razy w miesiącu.

***Piotr Sierpiński*** *to stylista fryzur, podchodzący do swojej pracy z ogromną pasją i zaangażowaniem. Posiada 13 lat doświadczenia w zawodzie, a jego specjalizacja to zagęszczanie i przedłużanie włosów. Jest właścicielem luksusowego atelier* [*Piotr Sierpiński, Hair*](https://piotrsierpinski.pl/) *w Poznaniu, uznanego przez magazyn Gala za Najlepsze Miejsce Beauty 2019.*

Kontakt dla mediów

Ewelina Jaskuła

Tel: +48 665 339 877  
E-mail: [ewelina.jaskula@goodonepr.pl](mailto:ewelina.jaskula@goodonepr.pl)