Téma 4 – Starostlivosť o kučery v lete

V lete sú vlasy vystavené slnečnému žiareniu, vlhkosti, vetru, chlóru a morskej soli, čo môže spôsobiť suchosť a poškodenie.

a)Ochrana pred UV žiarením a vodou

Používaj produkty s UV ochranou (napr. spreje s UV filtrami). Nanes ochranný olej alebo kondicionér pred kúpaním v bazéne alebo mori. Po kúpaní si opláchni vlasy sladkou vodou, aby si odstránila soľ alebo chlór.

b)Ľahká hydratácia a minimalizácia krepovatenia

Používaj ľahké produkty – hydratačné spreje, peny alebo gély bez alkoholu. Osviežuj vlasy medzi umytiami vodou s aloe vera alebo leave-in kondicionérom. Snaž sa sušiť vlasy na vzduchu, aby si zabránila ich prehriatiu.

c)Starostlivosť po slnku

Raz týždenne aplikuj obnovujúcu masku alebo olejový zábal. Ak sú končeky suché, pravidelne ich zvlhčuj olejom alebo krémom

💡 Tipy na celoročnú starostlivosť:

- Používaj saténový/hodvábny vankúš, aby sa znížilo trenie.

- Dôsledne sleduj, čo tvojim kučerám vyhovuje a prispôsob rutinu podľa potreby.

- Ak máš pocit, že tvoje vlasy sú preťažené produktmi, urob raz za čas čistiaci umývací rituál (s jemným čistiacim šampónom).

Každé kučery sú iné, takže najlepšia starostlivosť je vždy individuálna! 😊