**20.2.2023**

# TZ – Jak na kvalitní domácí péči o vlasy

**Každodenní péče je základ krásných a zdravých vlasů. Odborníci ze** [**salónu Klier**](https://www.klier.cz/) **pro vás připravili několik rad a tipů, jak se o vlasy doma starat.**

**Základní pravidla pro domácí vlasovou péči**

* [**Kvalitní vlasová kosmetika**](https://shop.klier.cz/) je to nejdůležitější. Při jejím výběru je nejlepší poradit se s kadeřnicí, která vaše vlasy zná. Ale i v Klieru pro vás mají pár tipů na produkty, které jsou TOP a můžete je zakoupit v kterémkoliv salónu Klier nebo na [e- shopu Klier](https://shop.klier.cz/). Pro poškozené vlasy je skvělá řada [Resistance od Kérastase](https://shop.klier.cz/index.php?route=product/search&search=resistance), pro ty suché řada [Nutritive Kérastase](https://shop.klier.cz/index.php?route=product/search&search=resistance). Blond vlasy ocení péči [Blond Absolu Kérastase](https://shop.klier.cz/index.php?route=product/search&search=blond%20absolu) a pro brunetky, zrzky a barvené vlasy je skvělá řada Chroma Kérastase.

[E-shop Klier](https://shop.klier.cz/) nyní nabízí i velmi [výhodné balíčky kvalitní vlasové kosmetiky](https://shop.klier.cz/index.php?route=product/search&search=výhodný%20set)!

* Každodenní rutina péče o vlasy zahrnuje mytí vlasů **šamponem**, ošetření **kondicionérem**, občas **masku na vlasy** a pravidelný **styling**.
* Je pár úkonů, do kterých se ale doma raději nepouštějte, ať vám nezbydou oči pro pláč a nevratně poškozené vlasy. Raději je svěřte do rukou oblíbené kadeřnice. Patří sem **barvení vlasů**, **kvalitní střih** a **pravidelná sezónní hloubková výživa**, která ve vlasech vydrží i několik týdnů.
* I vaše vlasy ocení **zdravý životní styl**. Důležitý je pravidelný pitný režim, kvalitní strava s dostatkem bílkovin, vitamínů a minerálů a hodně spánku.

**Pár tipů odborníků ze salónu Klier pro domácí péči o vaše vlasy**

* Nikdy **nechoďte spát s mokrými vlasy**. Není to zdravé pro vlasy, ani pro vlasovou pokožku. Také úprava „přeleželých“ vlasů je pak o dost náročnější. Vlasy po umytí nechte proschnout (pokud nemáte tolik času, tento krok můžete vynechat), prosušte je fénem z 80 % a poté foukejte přes kulatý kartáč do požadovaného tvaru. Pokud vlasy opravdu nejdříve hodně prosušíte, použijete hubici na fén (vlasy pak nelítají všude okolo, ale drží se na kartáči, a také je to pro vlasy zdravější, jelikož nejsou tak blízko topného tělesa fénu), už stačí jen trénovat a nevzdávat se. Odměnou vám bude krásný, hladký a objemný účes, který vydrží.
* Při úpravě vlasů si klidně pomozte **žehličkou na vlasy**. Můžete je žehlit do rovna, nebo natočit do moderních volných vln. Vaše kadeřnice vám určitě ráda v pár minutách vysvětlí, jak na to. Spoustu inspirace najdete i na internetu. Pokud vlasy žehlíte, použijte vždy [termoochranu od Kérastase](https://shop.klier.cz/index.php?route=product/search&search=thermique).
* Velkým hitem na domácí vlny je **tvarování vlasů „za studena“ pomocí šátku**. Vlhké vlasy jednoduše natočíte okolo šátku (nebo si s ním zaplete cop). Během spánku vlasy proschnou, ráno jen sundáte šátek a sexy vlny jsou na světě.

[Salóny Klier](https://www.klier.cz/) jsou pro vás k dispozici na 33 místech České republiky. Nabízí příjemné ceny, otevřené jsou 7 dní v týdnu, a navíc bez objednávání! Více informací a vaše nejbližší kadeřnictví najdete na[**www.klier.cz**](http://www.klier.cz/)[.](https://www.google.com/search?q=vlny+pomoci+šátku&rlz=1C1GCEA_enCZ815CZ815&source=lnms&tbm=vid&sa=X&ved=2ahUKEwjzmL_pm_r8AhUkposKHQ6eD4YQ_AUoA3oECAEQBQ&biw=1920&bih=979&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:b1a6cded,vid:Nl50GMcZrc0)





[Kontakty:](https://www.google.com/search?q=vlny+pomoci+šátku&rlz=1C1GCEA_enCZ815CZ815&source=lnms&tbm=vid&sa=X&ved=2ahUKEwjzmL_pm_r8AhUkposKHQ6eD4YQ_AUoA3oECAEQBQ&biw=1920&bih=979&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:b1a6cded,vid:Nl50GMcZrc0)

## [Kadeřnictví KLIER](https://www.google.com/search?q=vlny+pomoci+šátku&rlz=1C1GCEA_enCZ815CZ815&source=lnms&tbm=vid&sa=X&ved=2ahUKEwjzmL_pm_r8AhUkposKHQ6eD4YQ_AUoA3oECAEQBQ&biw=1920&bih=979&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:b1a6cded,vid:Nl50GMcZrc0) Mediální servis:

[www.klier.cz](https://www.google.com/search?q=vlny+pomoci+šátku&rlz=1C1GCEA_enCZ815CZ815&source=lnms&tbm=vid&sa=X&ved=2ahUKEwjzmL_pm_r8AhUkposKHQ6eD4YQ_AUoA3oECAEQBQ&biw=1920&bih=979&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:b1a6cded,vid:Nl50GMcZrc0) cammino…

[www.instagram.com/kadernictvi\_klier\_cz](http://www.instagram.com/kadernictvi_klier_cz) Dagmar Kutilová

[www.facebook.com/klierkadernictvicr](http://www.facebook.com/klierkadernictvicr) e-mail: kutilova@cammino.cz

[www.cammino.cz](http://www.cammino.cz/)