

4/2016

Pondělí 25. ledna

15 Kč

www.znoj-tyden.cz
týden



**Aktuální
hokejové zpravodajství
na str. 14 a 16**



Předškoláci zažili v praxi polytechnickou výchovu



ZNOJMO (rzt). Budoucí prvňáčci ze znojemské Mateřské školy na náměstí Armády v rámci dobré spolupráce mezi školami navštívili po skupinách dílny na Základní škole Mládeže. „Ráno jsme vyrazili do školy a tam na nás čekal pan učitel, který nás provedl dílnami, až jsme došli do té naší. Pan učitel dětem vše podrobně a trpělivě vysvětlil, názorně ukázal a poté už děti pracovaly samy. Pokud potřebovaly poradit, velké holky jim byly k ruce. Děti si vyrobily reflexní

přívěsek. Na návštěvu se těšily a také práce se jim moc líbila. Každý se pyšnil svým výrobkem a už měl vymyšlené, kam jej umístí - většinou na aktovky do školy, do které se od září chystají. Přišla za námi i paní ředitelka Mgr. Romana Loydová, která si s dětmi povídala i o zápise do školy, který děti čekal. Ještě jednou touto cestou chceme poděkovat za hezky strávený čas a milý přístup a budeme se těšit brzy nashledanou,“ uvedla Dana kolštomová z Mateřské školy na náměstí Armády.



RADY - PORADY

Jak pečovat o zralou pleť

Péče o pleť by se neměla zanedbávat v žádném věku, ať se jedná o muže či ženu. Kolem pětadvacátého roku začíná pleť pomalu stárnout, ztrácí elasticitu a správné napětí. Většina lidí se nebojí dojít si pro odbornou radu ke kosmetičce nebo k dermatologovi.



Základem péče o pleť je především správné odličování. Důležité je pleť odličovat 2x denně. Ráno pleť zbavíme všech nečistot, které se na ni usadily během noci. Ještě důkladněji však večer, kdy pleť celý den odolávala ličidlům a vnějším faktorům (prach, slunce, vítr a mnoho dalších). **Pleť nad 25 let:** věkem se nároky pleti zvyšují. Proto je dobré přemýšlet o přípravcích, které na ni nanášíme. Začíná se snižovat produkce kolagenu a elastinu. Používání hydratačních krémů obohacených o antioxidanty by mělo být

na denním pořádku. Doporučené přípravky: zpevňující krém Mercii (NOBILIS), tonizační krém Vesika (NOBILIS), hyaluronový fluid (ATOK), regenerační maska Jojoba (ATOK).

Pleť nad 30 let: v tomto věku je potřeba sáhnout po silnějších přípravcích, které dokážou sjednotit barevné nedokonalosti, rozjasnit pleť a dodat jí potřebnou hydrataci. Pokožka špatně váže vlhkost, vysušuje se a následně vznikají hlubší vrásky okolo očí a mezi obočím. Doporučené přípravky: pleťová voda Citron Grep (NOBILIS), šalvějový gel (NOBILIS), regenerační obličejový olej Aloe vera (ATOK).

Pleť nad 40 let a výše: pleť již vypadá unaveně, vrásky jsou viditelnější jak v obličejí, tak i na dekoltu a ostatních částech těla. Pleť nyní volá po zvýšené pozornosti. Omlazení pokožky o několik let můžeme dosáhnout pomocí dobře zvolených přípravků, ale také dodáním potřebných živin pomocí správné životosprávy. Doporučené přípravky: obličejový regenerační olej Růžový (NOBILIS), regenerační maska z mořských řas (NOBILIS), pleťová voda Rozmarýn (ATOK). Rada na závěr tedy zní, péče o pleť je důležitá v každém věku.

Jitka Pokorná