Načerpejte energii a zlepšete si náladu

Jaké vůně vám zpříjemní den

Parfémy, sprchové gely, krémy i tělová mléka dovedou mnohem více, než jen krásně vonět a rozmazlovat pokožku

Odborníci říkají, že každou vůni, kterou člověk zaregistruje, si jeho mozek zapamatuje napořád

Smyslné a ovocné tóny

Aroma sladkých hrušek, jablek, broskví či fíků přímo svádí ke snění – třeba o dovolené. To vyvolává lepší náladu i pocit lehkosti. Takto laděný parfém vás bude příjemně doprovázet celý den. Tip: trochu parfému můžete nastříkat také do vlasů.

Parfémovaná voda Azalée Lalique, info o ceně v obchodě

Vůně Royal Marina Rubis, Marina de Burbon, FAnn parfumerie, info o ceně v obchodě

Sprchový gel Aquolina, FAnn parfumerie, 259 Kč

Toaletní voda Anaïs Anaïs Premier Délice, Cacharel, 1040 Kč

Blahodárné zelené tóny

Oživující, plné energie a v dokonalém souladu s přírodou: kompozice s tóny zeleného čaje, ale i výraznější kořeněné vůně bylinek dodávají pocitovou rovnováhu. Také proto se často využívají třeba při relaxaci ve wellness centrech. Pokud jste nervózní či unavená, naneste si „zelený" parfém nebo si dopřejte svěží koupel.

Sprchový gel se zeleným čajem a neroli, www.erbario.cz, 259 Kč

Šampon Rozmarýn a oliva, Garnier, 58 Kč

Sprchový gel Zelený čaj, Roger & Gallet, 245 Kč

Tělové mléko Fresh Verveine, Compagnie de Provence, www.nordicday.cz, 388 Kč

Příjemné aroma květin

Jsou jako lehké pohlazení – líbivé květinové výtažky báječně uvolňují a navozují hezké pocity. Kromě parfémů jsou skvělé také nejrůznější květinové krémy, tělová mléka parfémované sprchové gely nebo pěny do koupele. Velmi praktické do kabelky jsou také tuhé parfémy.

Pěna do koupele s vůní květin, Avon, 139 Kč

Tuhý parfém Růže, L'Occitane, 250 Kč

Sprchový gel You Dazzle, Oriflame, 149 Kč

Růžový krém Rosa canina, Nobilis Tilia, 329 Kč

Energizující citrusy

Citron, limetka, pomeranč či grep jsou skvělou vzpruhou proti únavě. Postarají se o osvěžení pokožky, dodají energii i optimismus. Vedle toaletních vod vás povzbudí také citrusová mýdla, mléka, krémy a sprchové gely, které jsou ideální například pro ranní sprchování.

Tělový parfém Happy Mist, Mandarinka & Yuzu, Rituals, 469 Kč

Sprchový gel Revive, Radox, 61 Kč

Parfémovaná voda Citron a růžový pepř, Speziali Fiorentini, www.erbario.cz, 499 Kč

Sprchový a koupelový gel Citron, Crabtree & Evelyn, 420 Kč

Vůně dokážou vyvolat pocity blaha

Jak mohou mít vůně takový účinek?

Ač se to nezdá, nečicháme jen nosem. Další „senzory" se nacházejí třeba na pokožce, v ústech nebo v plicích. Ty zachycují molekuly vůní, které se tak dostávají do lidského těla.

Kdy vůně vnímáme nejintenzivněji?

Je to při uvolněném rozpoložení. Pokud se třeba po koupeli natíráte krásně voňavým olejem nebo tělovým máslem, příjemné pocity se násobí.

Můžeme vůně vědomě využívat?

Ano. Noste svou oblíbenou vůni stále u sebe a čichejte k ní, když zažijete něco pěkného. Váš mozek si brzy spojí vůni s hezkým pocitem. Potom bude stačit přičichnout pouze na kratičký okamžik, a budete se tak cítit lépe.

Připravila: Martina Kubálková, foto: jump, profimedia.cz, Fotolia.com (3), shutterstock a archiv firem