



Olá pessoal, preparados para mais uma data comemorativa?! Quanta data legal tem em janeiro hein... Então vamos lá!



Dia do Esteticista

No dia 18 de janeiro comemora-se o dia do esteticista. Essa data foi instituída pela lei no 12.592/2012. A lei tem por objetivo regulamentar a profissão de esteticista no Brasil, além de proteger os direitos dos profissionais de estética, de cabeleireiros, barbeiros, manicures, pedicures, depiladores e maquiadores. Essa regulamentação em âmbito federal, visa um maior controle sobre esses profissionais para que sigam um padrão de qualificação.

Os esteticistas podem trabalhar tanto por conta própria, quanto serem contratados, por um salão de beleza, um spa, consultório de dermatologia entre outros. A sua especialidade pode variar em estética facial (do rosto) ou corporal.



Agora vamos a nossa lista de atividades, que hoje vai divertir e relaxar toda a família.



SPA em casa

Nessa atividade vamos tirar um tempinho para relaxar com a criançada. A atividade pode ser feita para eles ou por eles, dependendo da idade das crianças.

Como fazer

A ideia é separar três atividades relaxantes para fazer nas crianças, como um banho calmante com chá de camomila, uma limpeza de pele com direito a pepino nos olhos, uma massagem, que tal pedicure e manicure também, use a criatividade e relaxe com seus filhos.

Vamos ao salão

Essa atividade será como uma excursão, vamos levar a criançada para dar uma volta, vamos a um salão de beleza. Você pode escolher aqueles salões infantis que hoje já oferecem mais do que apenas cabeleireiro, com serviços estéticos específicos para crianças. Se na sua cidade não houver esse tipo de serviço, pode ir a um centro de estética.

Massagem relaxante

O objetivo dessa atividade é simplificar para quem não se animar de fazer o dia de SPA. Apenas uma massagem relaxante e calmante.

Como fazer

Em um ambiente calmo e com pouca luz, coloque uma música baixa e tranquila. Pegue um óleo para fazer a massagem. A massagem deve ser feita com a pessoa deitada de barriga para baixo e confortável, sendo recomendado utilizar entre 5 a 10 gotas de óleo essencial, que devem ser bem espalhadas por todas as regiões a massagear.



Depois de espalhar o óleo, deve colocar as mãos lado a lado sobre o fundo das costas, e deve iniciar a massagem fazendo movimentos circulares de dentro para fora e ligeiramente para cima. As massagens devem ser feitas usando as pontas dos dedos ou os nós dos dedos, dependendo da preferência e devem durar no mínimo 10 minutos para que faça o efeito pretendido.

Este tipo de massagens são especialmente eficazes à noite, pois relaxam o corpo e a mente e ajudam a dormir melhor. Além disso, para potencializar o seu efeito relaxante pode optar por tomar um banho bem quente antes da massagem, que vai relaxar e funcionar como uma espécie de aquecimento para o corpo.

Banho relaxante

Essa atividade tem uma proposta semelhante a atividade acima, simplificar o dia do SPA.

Como fazer

Separe um balde, bacia ou uma piscina pequena aonde a criança ainda consiga ficar sentada dentro. Coloque água morna, e em um copo a parte prepare um chá de camomila bem concentrado. Misture o chá na água morna do banho, coloque a criança dentro. O ambiente é muito importante para ajudar na sensação de acalmar, então prepare o banho em um ambiente sem ruídos altos, com uma luz mais baixa.

Ditado estourado

Nessa atividade vamos brincar dessa brincadeira bem antiga, só que faremos uma adaptação para o nosso tema, usando somente palavras ligadas a estética.



Materiais

Balões coloridos, pequenos papéis, fita adesiva, palito de churrasco.

Como fazer

Pegue os papéis e escreva palavras ligadas ao tema estética, como unha, esteticista, rosto, limpeza, massagem, etc. Depois coloque cada papel dentro de um balão e encha o balão. Depois coloque o balão preso em uma parede ou um quadro.

A brincadeira é cada criança ir ao quadro estourar o balão e escrever ou soletrar a palavra. Quem acertar mais palavras ganha um pequeno brinde.



Bem galera, esse foi o dia do esteticista. Um profissional que cuida da beleza, mas também da saúde da nossa pele, cabelos e etc. Espero que se divirtam e também relaxem com nossas atividades até a próxima.