

## Przyjaciółka od piękna radzi: zerwij z rutyną

data aktualizacji: 2021.04.22 autor: Joanna Młynarczyk



- Dobra pielęgnacja, dopasowana do potrzeb skóry potrafi zdziałać wiele - mówi Emilia Guzik. Przed wybuchem pandemii skierniewiczanka wielokrotnie pojawiała się na różnych miejskich eventach i zachęcała panie do świadomej pielęgnacji. (fot. Joanna Młynarczyk)

**Przed rokiem, w czasie kwarantanny, gdy nie mogła spotykać się z paniami na warsztatach, ruszyła z konsultacjami online. Emilia Guzik ze Skierniewic założyła grupę oraz otwarty blog, gdzie uczy panie świadomej pielęgnacji skóry. Jak twierdzi - czerpie z tego ogromną radość.**

- Spotykam się wirtualnie z paniami, bawię się, uczę, poznaję nowe produkty, testuję nowe linie kosmetyków. Wiem, że nie każda zakocha się w kosmetykach tak jak ja, ale zachęcam panie i nie tylko panie do tego, żeby zaczęły robić coś dla siebie - mówi Emilia Guzik.

Kim są kobiety, z którymi „spotyka się” wirtualnie?

- Od wnuczki do babci, od sprzątaczkę do latarki - każda chce być piękna, każda chce czuć się dobrze - mówi Emilia. - Sama wiele lat temu przeszłam z codziennej rutyny w wyjątkowy rytuał pielęgnacyjny, to takie przyjemne - mówi.

Przyznaje, że wcześniej nie przykładła wagi do pielęgnacji twarzy, mimo, że miała z nią problemy.

*- Nie dbałam o skórę, bo nikt nie pokazał mi jak to robić. Nie doświadczyłam profesjonalnego doradztwa. W życiu też makijażu sobie nie robiłam. Moje podejście do pielęgnacji zmieniło się, kiedy spotkałam swoją przyjaciółkę od piękna. Dziś sama nią jestem i czerpię radość z wspierania innych kobiet. Poznaję ich wiele, jedne znajomości zostają tylko na chwilę, inne przeradzają się w głębokie przyjaźnie - opowiada.*

Na spotkania na fanpage zaprasza dwa razy w tygodniu.

*- Lubię robić to rano, kiedy się budzimy, bo wtedy jest ta wyjątkowa okazja, żeby podarować swojej skórze energię do działania. Przed ekranem komputera zachęcam panie, żeby przez poranną pielęgnację ukochały swoją skórę, nakręciły się pozytywnie na dobry dzień - opowiada.*

Troska o skórę szczególnie jest ważna, kiedy kobieta przekracza 40-tkę. To najwyższy czas, żeby dla swojej skóry zacząć robić coś więcej.

Emilia Guzik przekonuje, że szminka, dobry krem to tylko narzędzie, wstęp do czegoś więcej, do wzbogacenia swojego rozwoju osobistego.

*- Niby zadbanie o skórę jest proste, ale może przynieść wiele radości z naszej kobiecości - mówi skierniewiczanka. - Komplementy, które panie otrzymują, podnoszą ich wartość, dodają im pewności siebie. Kobieta nagle dostrzega, że może więcej, niż do tej pory, kiedy zaprogramowana była tylko na pracę, dom, rodzinę - zwraca uwagę.*

Źródło: <https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/38453-przyjaciolka-od-piekna-radzi-zerwij-z-rutyna>