



---

Ανακαλύψτε το χρώμα μαλλιών  
που σας ταιριάζει



ELEANA THANOU  
BEAUTY COACH

Είμαι η **Ελεάνα Θάνου, beauty coach** και υπέρμαχος της φυσικής ομορφιάς. Δραστηριοποιούμαι στο χώρο της αισθητικής από 19 ετών, έχοντας εξειδικευτεί, μεταξύ άλλων, στην **περιποίηση των μαλλιών**.

Μέσα από εκπαιδεύσεις και σεμινάρια στην Ελλάδα και το εξωτερικό, έχω καταφέρει να δημιουργήσω την δική μου «σχολή» στον τρόπο με τον οποίο παρέχω υπηρεσίες σε αυτόν τον τομέα. Χιλιάδες γυναίκες έχουν αφευθεί στα χέρια μου και έχουν δει την αλλαγή που επιθυμούσαν στην εικόνα τους.

Θεωρώ ότι είναι μια μορφή τέχνης το να βρίσκεις τι είναι αυτό που χρειάζεται ένας άνθρωπος για να νιώσει καλύτερα βλέποντας τον εαυτό του στον καθρέφτη.

Ο βασικός κανόνας της είναι η αγάπη. Βλέπω με αγάπη κάθε γυναικείο πρόσωπο που φτάνει σε μένα για να δει την αλλαγή που επιθυμεί.

Ως **beauty coach**, το πρώτο πράγμα που κάνω είναι να μεταδώσω σε κάθε γυναίκα που έχω απέναντί μου το μήνυμα της ενδυνάμωσης και την αξία που έχει κάθε φυσικό χαρακτηριστικό της.

---

“Τα μαλλιά είναι για μένα μια  
διαρκής πηγή έμπνευσης.”

---

Είναι ένας τρόπος έκφρασης της θηλυκότητας, ένα πολύτιμο κόσμημα στην εμφάνιση κάθε γυναίκας. Το χρώμα των μαλλιών είναι ένα στοιχείο που καθορίζει σε μεγάλο βαθμό την εικόνα τους. Σίγουρα, όμως, δεν είναι το μόνο σημαντικό για μένα, πρωταρχικής σημασίας είναι η υγεία των μαλλιών. Κανένα χρώμα δεν μπορεί να αναδειχθεί σε μαλλιά ταλαιπωρημένα, θαμπά και αδύναμα, με ακατάλληλο κούρεμα -δηλαδή αταίριαστο με τις αναλογίες του προσώπου.

Αν σκέφτεστε να προχωρήσετε σε αλλαγή του χρώματος στα μαλλιά σας και θέλετε να βρείτε το ιδανικό για αυτά, να θυμάστε ότι κανένα δεν μπορεί να δείχνει εντυπωσιακό, το τριχωτό της κεφαλής χρειάζεται **εντατική αναδόμηση**.





## Color Prepare//

Πώς θα προετοιμάσετε τα μαλλιά σας πριν την αλλαγή χρώματος

Τα μαλλιά σας αφηγούνται μια μικρή ιστορία για τη ζωή σας. Είναι ένας καθρέφτης της καθημερινότητάς σας. Αν δεν έχετε ποιοτικές συνήθειες - δηλαδή δεν τρέφεστε σωστά, δεν ενυδατώνεστε και δεν κοιμάστε επαρκώς- τότε, αυτό θα είναι πάντα ευδιάκριτο. Πριν την αλλαγή χρώματος, καλό θα ήταν να δούμε μαζί, αν χρειάζονται **θεραπεία** και ποια θα μπορούσε πραγματικά να τα ωφελήσει.



Στη δουλειά μου, βασική μου αρχή είναι να αναλύω στον άνθρωπο που με εμπιστεύεται όλες τις προοπτικές που έχουν τα μαλλιά του και να του εξηγήσω πού μπορεί να οδηγήσει η κάθε επιλογή του. Αν μια γυναίκα που θέλει να προχωρήσει σε αλλαγή χρώματος ή σε ανανέωση του υπάρχοντος, δεν θα την προτρέψω να βιαστεί για να το κάνει. Πρώτα θα μιλήσουμε για την κατάσταση στην οποία βρίσκονται τα μαλλιά της και έπειτα θα βρούμε μαζί ποιο είναι το **ιδανικό χρώμα** γι'αυτά.

Μια θεραπεία η οποία μπορεί να προσφέρει εντυπωσιακό αποτέλεσμα και την οποία συνιστώ ανεπιφύλακτα, είναι **«Color Prepare»**, δηλαδή η θεραπεία προετοιμασίας των μαλλιών πριν την βαφή.

Η θεραπεία προετοιμάζει ιδανικά τα μαλλιά για βαφή, παρατείνει τη ζωτικότητα του χρώματος, αποτρέπει τον αποχρωματισμό και το θάμπωμα και προστατεύει το τριχωτό της κεφαλής από τους ερεθισμούς των χημικών.

---

“Οι παράγοντες που επηρεάζουν  
την επιλογή του χρώματος ”

---

Γνωρίζω πολύ καλά ότι η εποχή που διανύουμε δεν επιτρέπει σε όλες τις γυναίκες να απολαμβάνουν τις υπηρεσίες ομορφιάς από τα χέρια των ειδικών. Είμαι στο πλευρό κάθε γυναίκας που θέλει το καλύτερο για τον εαυτό της με όσο το δυνατόν μικρότερο κόστος και προσπαθεί να προσφέρει φροντίδα στο πρόσωπο και το σώμα της μόνη της στο σπίτι της. Θα ήθελα μέσα από αυτόν τον μικρό οδηγό για την περιποίηση των μαλλιών σας, να σας παροτρύνω να συνεχίζετε να προσφέρετε αγάπη στον εαυτό σας, με όποιο μέσο έχετε στα χέρια σας. Όταν μια γυναίκα βάφει μόνη της τα μαλλιά της, το αποτέλεσμα υπάρχει περίπτωση να είναι εντυπωσιακό, υπάρχει περίπτωση και να μην είναι. Δεν παύει, όμως, να είναι αξιόλογο, για έναν πολύ σημαντικό λόγο: γιατί το κατάφερε **ΜΟΝΗ ΤΗΣ!**





Δεν υπάρχει ένα και μόνο ιδανικό χρώμα μαλλιών για κάθε γυναίκα. Υπάρχουν αυτά που ταιριάζουν στο **στιλ** και την **προσωπικότητά** της, την **διάθεσή** της και την **εποχή** που το υιοθετεί.

**Ο τόνος της επιδερμίδας και το χρώμα των ματιών** είναι σίγουρα δύο ακόμα σημαντικά κριτήρια που επηρεάζουν την επιλογή του τελικού χρώματος.





# Τι θα πρέπει να θυμάστε:

- 1. Ιδιαίτερη σημασία έχει το φυσικό χρώμα των μαλλιών μας.** Όσο πιο κοντά στο φυσικό σας χρώμα είναι το χρώμα που θα βάψετε τα μαλλιά σας, τόσο μικρότερη είναι η ταλαιπωρία που θα υποστούν κατά την βαφή. Οι ακραίες αλλαγές σίγουρα δεν προστατεύουν στο 100% την ποιότητα της τρίχας. Είμαι υπέρ των **σταδιακών αλλαγών** που έχουν προτεραιότητά τους την υγεία των μαλλιών. Στο χώρο μου, έχω φροντίσει να υπάρχει μια **οικολογική επιλογή βαφής μαλλιών** χωρίς αμμωνία και παραφαινυλενοδιαμίνη (PPD), με απαλή και κρεμώδη υφή που προστατεύει τα μαλλιά και το περιβάλλον.
- 2. Η εποχή** στην οποία θέλετε να προχωρήσετε σε αλλαγή του χρώματος των μαλλιών σας μπορεί να επηρεάσει την τελική επιλογή. Κάτω από το φως του ανοιξιάτικου και του καλοκαιρινού ήλιου, το χρώμα των μαλλιών σίγουρα δείχνει διαφορετικό και σίγουρα θέλουμε να είναι λαμπερό. Οι ψυχροί τόνοι είναι περισσότερο κολακευτικοί τον χειμώνα, ενώ οι θερμοί τους πιο φωτεινούς μήνες του χρόνου.
- 3. Αν θέλετε να προχωρήσετε σε μια μεγάλη αλλαγή στα μαλλιά σας,** πχ. από σκούρα καστανά να γίνουν ξανθά, τότε να είστε προετοιμασμένες για συχνή συντήρηση του χρώματος και ιδιαίτερη φροντίδα-δηλαδή μεγαλύτερα έξοδα για να τα διατηρείτε υγιή και εντυπωσιακά. Για να ανοίξετε το χρώμα των μαλλιών σας, μπορείτε να προχωρήσετε σε ανταύγειες ώστε να μην κάνετε αμέσως σε ντεκαπάζ.
- 4. Ο τόνος του δέρματος** είναι επίσης ένα σημαντικό κριτήριο για να βρείτε το χρώμα μαλλιών που σας ταιριάζει. Αν έχετε ανοιχτόχρωμη επιδερμίδα, τότε σας ταιριάζουν περισσότερα τα ψυχρά χρώματα, ενώ αν ο τόνος της επιδερμίδας σας είναι πιο σκούρος, τα ζεστά.
- 5. Άλλο ένα κριτήριο είναι το χρώμα των ματιών.** Αν έχετε ανοιχτόχρωμα μάτια, τότε μπορούν να σας κολακέψουν πολύ οι σκούρες αποχρώσεις μαλλιών, δημιουργώντας μια υπέροχη αντίθεση. Αν τα μάτια σας είναι σκουρόχρωμα, τότε οι πιο φωτεινές αποχρώσεις θα χαρίσουν λάμψη στο πρόσωπό σας.

Κάθε περίπτωση είναι για μένα μοναδική!

**Το ιδανικό χρώμα μαλλιών** είναι το άθροισμα πολλών σημαντικών παραγόντων. Δεν υπάρχει ένα. Υπάρχουν πολλά.

---

“Τα μαλλιά είναι ο καμβάς πάνω στον οποίο ένας hair artist μπορεί να δημιουργήσει μικρά έργα τέχνης ”

---

Αν είναι έμπειρος και αφουγκράζεται τις ανάγκες μιας γυναίκας, μπορεί να συνεργαστεί μαζί δημιουργώντας ένα θεαματικό αποτέλεσμα. Κάθε γυναίκα είναι μια ξεχωριστή περίπτωση. Μου αρέσει να δημιουργώ για εκείνη ένα μοναδικό αποτέλεσμα που δεν μπορεί να συγκριθεί με κανένα άλλο. Γι'αυτό, οι τεχνικές που χρησιμοποιώ κατά τη βαφή των μαλλιών, δημιουργούν χρωματικά εφέ που δύσκολα μπορεί κάποιος να τα αντιγράψει.

**Σας περιμένω για να βρούμε μαζί το χρώμα μαλλιών που σας συντροφεύει στην κάθε σας στιγμή!**

Με αγάπη,  
Ελεάνα Θάνου, beauty coach.



-----  
📍 Μάρκου Μπότσαρη 11  
166 75 Γλυφάδα  
☎ +30 210 894 3775, 210 894 6627  
✉ eleanathanoubc@gmail.com

-----  
📷 eleana\_thanou\_bc  
📘 eleanathanoubc  
🌐 eleanathanoubc.gr  
-----