



Domowe kuracje z KURACJĄ TWARZY I DEKOLTU

Twarz i dekolt:

Zabieg przeznaczony dla skóry suchej i szorstkiej, alergicznej, z pierwszymi zmarszczkami. Odświeża, wygładza, głęboko nawilża naskórek i dostarcza składników odżywczych. Ujędrnia skórę.

Peeling: delikatny peeling najlepiej wykonać sproszkowanymi suszonymi płatkami róży z dodatkiem oleju roślinnego i olejku eterycznego o ulubionym zapachu (oleju dodajemy tyle aby uzyskać konsystencję gęstej papki). Można także wykorzystać gotowe preparaty do twarzy. Nanosimy peeling na twarz i delikatnie masujemy przez około 5 minut. Peeling oczyszcza i wygładza skórę oraz przygotowuje ją na przyjęcie aktywnych składników.

Masaż: wykonywany jest mieszanką oleju z dzikiej róży i oleju z jojoby z dodatkiem naturalnych olejków eterycznych ylang ylang i neroli. Do masażu można także użyć olej z baobabu i kiełków pszenicy oraz olejki eteryczne o ulubionym zapachu. Masaż poprawia napięcie tkanek skóry, zwiększa ich ukrwienie. Masujemy twarz przez około 15 minut i pozostawiamy na kolejne 15 pozwalając na relaksujące działanie olejków oraz na wchłonięcie substancji aktywnych.

Maska odżywcza: nakładamy preparat **Kuracja twarzy i dekoltu**, lekko wmasowując go w skórę i pozostawiamy do wchłonięcia na około 20-30min. Po upływie tego czasu nadmiar preparatu ścieramy.





Domowe kuracje z **KURACJĄ** **TWARZY I DEKOLTU**

Twarz i dekolt:

Zabieg przeznaczony dla mało jędrnej, zmęczonej, zestresowanej skóry. Uspokaja ją, regeneruje, wygładza naskórek, poprawia jego elastyczność i koloryt.

Peeling: delikatny peeling najlepiej wykonać:

płatkami owsianymi namoczonymi w wodzie z dodatkiem mleka i olejku eterycznego o ulubionym zapachu, płatkami owsianymi namoczonymi w wodzie i oleju roślinnym w proporcji 1:1 (jojoba, avocado, wiesiołek lub zwykła oliwa z oliwek) z dodatkiem naturalnych olejków eterycznych (np.neroli, cytryna albo róża), sproszkowanymi suszonymi ziołami np. rozmaryn (liście), skrzyp (ziele), rumianek (koszyczek) albo sproszkowanymi suszonymi płatkami róży z dodatkiem oleju roślinnego i olejku eterycznego o ulubionym zapachu (oleju dodajemy tyle, aby uzyskać konsystencję gęstej papki).

Nanosimy preparat na twarz i delikatnie masujemy przez około 5 minut. Peeling pozostawia skórę jedwabiście gładką i elastyczną. Wspomaga proces eliminacji toksyn i przygotowuje skórę na przyjęcie aktywnych składników

Kuracji twarzy i dekoltu.

Maska odżywcza: nakładamy preparat **Kuracja twarzy i dekoltu**, lekko wmasowując go w skórę i pozostawiamy do wchłonięcia na około 20-30min. Po upływie tego czasu ścieramy nadmiar preparatu i rozpoczynamy masaż.

Masaż: masaż rozluźni mięśnie twarzy, poprawi napięcie tkanek skóry zwiększając ich ukrwienie i redukując ewentualne obrzęki, ułatwi także eliminację szkodliwych produktów przemiany materii. Do masażu wykorzystujemy olej z macadamii albo z avocado z dodatkiem olejku z neroli i cytryny (lub według uznania) można dodatkowo dodać kilka kropli witaminy A i E. Masujemy twarz przez około 15 minut i pozostawiamy na kolejne 15 minut, pozwalając na relaksujące działanie olejków oraz na wchłonięcie kolejnych substancji aktywnych. Po upływie tego czasu nadmiar preparatu ścieramy.



Domowe kuracje z REGENERACJĄ SKÓRY DŁONI I STÓP

Zabieg regenerująco-wygładzający na dłonie:

Ciepła kąpiel zmiękczająca: z dodatkiem mleka i oleju z jojoby albo oliwy z oliwek oraz kilku kropli olejku eterycznego o ulubionym zapachu (polecamy: pomarańczowy lub lawendowy, mają działanie ściągające i aseptyczne). Dłonie trzymać w kąpieli około 20 minut. Dbać o utrzymanie odpowiedniej, komfortowej temperatury kąpieli.

Peeling: najlepiej wykonać namoczonymi płatkami owsianymi. W tym celu garść płatków owsianych zalewamy gorącą wodą i mieszamy tak aby uzyskać konsystencję papki. Można dodać ulubiony olejek eteryczny. Kiedy płatki namiękną наносimy papkę na dłonie i delikatnie masujemy przez około 5 minut. Peeling dokładnie oczyszcza i wygładza skórę, usuwa martwe komórki naskórka nie powodując podrażnień.

Można także zastosować peeling cukrowy (brązowy cukier w oleju z jojoby lub w oleju z pestek winogron, ulubione olejki eteryczne): kryształki brązowego cukru, zmieniające swoją wielkość w czasie zabiegu, delikatnie masują i oczyszczają skórę. Oprócz wygładzenia, zawarte w kosmetyku witaminy, tłuszcze i minerały występujące w olejach roślinnych zapewnią skórze dłoni doskonałą regenerację i nawilżenie.

Maska odżywcza: następnie nakładamy preparat **Regeneracja skóry dłoni i stóp** i wmasowujemy ją w dłonie przez około 10 minut, nakładamy bawełniane rękawiczki, można pod nie włożyć foliowe. Dłonie pozostawiamy w ciepłe (po to rękawiczki) przez co najmniej 30 minut. Można też zostawić na całą noc.

Parafina: Aby wzmocnić efekt maski odżywczej można na maskę dodatkowo nałożyć warstwę ciepłej parafiny, a na to dopiero rękawiczki foliowe i bawełniane. Parafina wspomaga wchłanianie innych preparatów pielęgnacyjnych. Długo utrzymuje ciepło, które stopniowo oddaje. Dzięki temu poprawia krążenie podskórne, uelastycznia i rozluźnia mięśnie.

Domowe kuracje z REGENERACJĄ SKÓRY DŁONI I STÓP

Zabieg regenerująco-wygładzający na stopy:

Rozgrzewająca, mleczna kąpiel stóp: z dodatkiem mleka, olejków eterycznych: cynamonowego i imbirowego (mają działanie aseptyczne i rozgrzewające, zmniejszają napięcie mięśni) oraz oleju z jojoby albo z macadamii. Stopy trzymać w kąpieli nie krócej niż 20 minut. Dbać o utrzymanie odpowiedniej, komfortowej temperatury kąpieli.

Peeling: najlepiej sprawdza się peeling solny. Przygotowujemy go dodając do 1 szklanki śmietany 5-6 łyżek soli gruboziarnistej i łyżeczkę oliwy z oliwek lub innego oleju roślinnego: np. oleju z jojoby lub wiesiołka. Wymieszane składniki nakładamy na stopy i pocieramy kolistymi ruchami. Sól rozpuszcza się podczas masażu. Solny peeling sprawi, że chropowate miejsca staną się gładkie. Można także zastosować peeling ze zmielonych pestek moreli lub migdała w oleju z wiesiołka, z dodatkiem ulubionego olejku eterycznego, peeling cukrowy lub wykorzystać gotowy preparat.

Relaksujący masaż z naturalnymi olejkami eterycznymi: masaż wykonujemy przez około 20 minut; wykorzystujemy do niego mieszankę oleju np. z baobabu i z makadamii, z dodatkiem 1 łyżeczki **Regeneracji skóry dłoni i stóp** oraz z kilkoma kroplami olejku pomarańczowego i cynamonowego (w zależności od upodobań).

Maska odżywcza: następnie nakładamy preparat **Regeneracja skóry dłoni i stóp** i wmasowujemy ją w skórę stóp przez około 10 min, nakładamy bawełniane skarpety, można pod nimi owinąć stopy folią. Stopy pozostawiamy w cieple przez około 30 minut. Można zostawić na całą noc.

Parafina: Aby wzmocnić efekt maski odżywczej, można na maskę dodatkowo nałożyć warstwę ciepłej parafiny, a na to dopiero skarpety. Parafina wspomaga wchłanianie innych preparatów pielęgnacyjnych. Długo utrzymuje ciepło, które stopniowo oddaje. Dzięki temu poprawia krążenie podskórne, uelastycznia i rozluźnia mięśnie.

