

# KOSMETYKI DOMOWEJ ROBOTY



## **Drogie Wychowanki.**

Nadal nie są czynne salony fryzjerskie i kosmetyczne, dlatego proponuję kilka sposobów na pielęgnację włosów i ciała. Kosmetologia weszła do „kuchni”, bo tam teraz musimy szukać produktów na maseczki czy płukanki do włosów.

## **Kosmetyki domowej roboty.**

### **1. Balsam do ciała z masłem kakaowym i shea oraz olejem słonecznikowym**

#### **- składniki:**

- 3/4 szklanki masła kakaowego,
- 1/2 szklanki masła shea,
- 1 szklanka oleju słonecznikowego,
- 2 łyżeczki witaminy E - może być z kapsułek

**Przygotowanie** - masła rozpuścić w kąpieli wodnej, dodaj witaminę E i olej, wymieszaj i włóż do lodówki do schłodzenia, po zastygnięciu wyjmij z lodówki i miksuj aż do uzyskania puszystej konsystencji i jasnej barwy, włóż do ciemnego pojemnika, przechowuj w ciemnym i suchym miejscu do 4 miesięcy

### **2. Domowy sposób na kruche i łamliwe paznokcie**

- możemy je wzmocnić mocząc 5 min. w ciepłym mleku lub oliwce,
- plamy na paznokciach usuniesz octem winnym, który sprawi, że staną się one również lśniące.

### **3. Sposób na zabrudzenia na dłoniach**

- np. po całodziennym w ogrodzie lub podczas porządków
- zalej kilka plasterków cytryny ciepłą wodą, a następnie mocz w niej ręce, ręce będą czyste i pachnące.

#### 4. Piękne brwi

- będą odżywione, lśniące i doskonale ułożone, jeżeli codziennie będziesz je czesać szczoteczką namoczoną w oleju lub oliwce, to samo można robić z rzęsami.

#### 5. Włosy gładkie i lśniące

- ocet jabłkowy rozrób z wodą - szklanka wody i 2 łyżki octu,
- po zwykłym myciu włosów płucz tym roztworem włosy, następnie letnią wodą,
- efekt po kilku dniach.

#### 6. Jak rozjaśnić włosy w domu

- wystarczy zrobić wywar z rumianku i stosować do płukania po każdym myciu na jasne włosy,
- na ciemne włosy w celu ich lekkiego rozjaśnienia stosujemy **pastę cynamonową**:
  - 4 łyżeczki cynamonu na 500 ml wody,
- nakładaj pastę na włosy i trzymaj kilka godzin, zmyj i zastosuj odżywkę,
- ta pasta może być stosowana raz w tygodniu.

#### 7. Sposoby na wypadanie włosów

- **maseczki na bazie jaj**:
  - jajko + cytryna,
  - jajko + jogurt,
  - jajko + okej kokosowy,
  - jajko + oliwa z oliwek,
- wszystkie maski nałóż na włosy, trzymaj 30 min. i spłucz letnią wodą
- maseczki stymulują wzrost włosów, ale może również przywrócić naturalny połysk i objętość włosom.

#### 8. Zaskórniki na twarzy

- wymieszaj 2 łyżeczki octu i 2 łyżki mąki kukurydzianej,
- nałóż miksturę na zaskórniki i po 10 - 15 sekundach zmyj ciepłą wodą.
- po zaskórnikach nie będzie śladu,
- na koniec zastosuj na twarz krem nawilżający.

## 9. Ujędrnianie skóry

### - peeling kawowy:

- 3 łyżki fusów po kawie, - 1 łyżka miodu, 1,5 łyżki oliwy z oliwek,
- składniki wymieszać i nałożyć na skórę,
- dzięki niemu usuniesz martwy naskórek, ujędrnisz i wygładzisz skórę.

## 10. Domowy samoopalacz

- cztery czarne torebki herbaty zaparz w 3/4 szklanki wody połącz z 1/3 szklanki kakao i 1/2 szklanki oleju kokosowego lub słonecznikowego,
- zblenduj do uzyskania gładkiej i jednorodnej masy.

## 11. Smakowite maseczki do twarzy

np.

- miodowa - działa gojąco, łagodzi podrażnienia,
- awokado - łagodzi, nawilża i odżywia,
- ogórkowa - nawilża, rozjaśnia, wybiela, reguluje wydzielanie serum,
- poza tym wszystkie owoce, nabiał, herbatki, płatki owsiane, jajka, oleje, fusy po kawie i inne produkty z kuchni, nadają się by odżywić naszą cerę po zimie,
- domowe maseczki są naturalne i dużo lepiej wpływają na naszą skórę.

## 12. Rzeczy, które możesz dodać do kąpieli

- mleko - nawilża skórę
- zioła - redukują stres
- olejki - nawilżają, relaksują
- imbir - usuwa katar
- płatki owsiane - łagodzą podrażnienia skóry
- sól - rozluźnia mięśnie
- soda - złuszczenie naskórka.

Pozdrawiam

Katarzyna Jankowska