

SMAROWIDŁO NA ZAJADY

Składniki:

1 łyżeczka wazeliny

10 kropel olejku pichtowego

Sposób przygotowania:

Wymieszać składniki, nałożyć na usta. Gotowe. Przechowywać w zamkniętym pojemniczku. Usta będą natłuszczone, a olejek pomoże zagoić ranki.

Warto także smarować kącki ust czystym olejkiem pichtowym. Pomaga także codzienne picie kilku kropel olejku, ponieważ wzmacnia odporność. Polecam.

Olejek pichtowy działa immunostymulująco (pobudza układ odpornościowy ustroju), żółciopędnie.

Można w nieskończoność wyliczać zalety olejku pichtowego. Najlepszy olejek pichtowy to ten najczystszy, czyli taki, który nadaje się do spożycia. Apteki i sklepy zielarskie często mają w swojej ofercie olejek pichtowy do użytku zewnętrznego, ale jest zanieczyszczony, więc niewiele wart.

ALTERNATYWA DLA PASTRÓW OCZYSZCZAJĄCYCH PORY

Składniki:

1 łyżka octu jabłkowego

1 łyżka wody

bawełniane płatki kosmetyczne

Sposób przygotowania:

Mieszymy ocet z wodą. Nasączamy płatki i rozciągamy je delikatnie z każdej strony tak, aby przykryły nos. Przy pierwszym użyciu czas aplikacji nie powinien przekroczyć 10 minut. Jeśli nie odczujemy żadnej negatywnej reakcji skórnej, następnym razem zwiększamy czas do 30 minut. Podobnie postępujemy z oczyszczaniem brody i czoła. Należy stosować 1-3 razy w tygodniu.

PASTA DO ZĘBÓW

Z każdej nowej wybielającej pasty do zębów jestem zadowolona zwykle tylko do pierwszego użycia. Potem czar pryska i okazuje się, że pasta nie działa tak, jak sobie tego życzyłam. Postanowiłam poeksperymentować w tej materii.

Składniki:

1 łyżeczka sody oczyszczonej

1 łyżeczka soku z cytryny

1 łyżeczka soli (najlepiej morskiej)

Sposób przygotowania:

Zmieszać składniki, nałożyć na szczoteczkę do zębów, umyć zęby.

Sposób trochę kontrowersyjny, ponieważ często stosowany preparat z sody i soli może zdzierać szkliwo. Myślę, że używanie preparatu raz, najwyżej dwa razy w tygodniu nie zaszkodzi. Pierwsze użycie nie gwarantuje wybielenia zębów i usunięcia ciemnych osadów z kawy, herbaty, czy papierosów, natomiast umyte w ten sposób zęby na pewno będą błyszczące i gładziutkie. Uwaga – ma fatalny smak. No chyba, że ktoś jest fanem słonego:)

No dobra, ale co z oddechem? Na to też jest sposób – olejek miętowy. Możemy wypłukać nim usta lub dodać kroplę do preparatu.

TONIK CYTRYNOWY

Cytryna ma dużo witaminy C. Sok i miąższ mają właściwości ściągające, oczyszczające i odtłuszczające. Cytryna przywraca skórze naturalną równowagę kwasową, warunkuje aktywność przeciwrodnikową i stymulującą syntezę kolagenu. Poprawia ukrwienie skóry, rozjaśnia i wygładza, chroni przed szkodliwymi skutkami zanieczyszczeń środowiska a także przed promieniami UV, przyspiesza odbudowę naskórka i hamuje powstawanie zmarszczek. Bardzo aktywnie działa w przypadku przebarwień, szczególnie wskazana przy pielęgnacji dłoni.

Postanowiłam spróbować jej działania na twarzy. Ponoć pomaga pozbyć się zaskórników. No i rzecz jasna rozjaśnia.

Tonik cytrynowy jest bardzo prosty w przygotowaniu.

Sposób pierwszy:

Składniki:

3 łyżki soku z cytryny

200 ml wody

Sposób przygotowania:

Wymieszać sok z cytryny z ciepłą przegotowaną wodą. Wacikiem przemywamy twarz. Przechowujemy w lodówce. Stosujemy dwa razy dziennie.

Sposób drugi:

Składniki:

1 cytryna

Sposób przygotowania:

Wyciskamy sok z całej cytryny. Wacikiem przemywamy twarz raz dziennie. Pozostawiamy na 10 minut, po czym zmywamy wodą.

<http://drogeriadomowa.wordpress.com> niewegańska strona

PEELING BAZA PEELINGU:

- oliwa z oliwek - cukier trzcinowy grubszy lub jakaś drobna kaszka (np. krakowska) Składniki łączymy i peeling gotowy:-) "Grubość" peelingu możemy sobie odpowiednio dostosowywać eksperymentując z różnej wielkości ziarnami kasz czy cukru. Świetnym dodatkiem by peeling był pełen zapachu jest sok z cytryny lub pomarańczy. Można również dodać pączki kwiatowe (jaśmin, rumianek, peonia, konwalia, lawenda) czy zioła (trawa cytrynowa, mięta). Szybko się go robi, prosto i za każdym razem można uzyskać inny, niezwykle efekt! Polecam

ANTYPERSPIRANT:

sok z cytryny:-) - ściąga pory i przeciwdziała poceniu się

ODŻYWKA DO WŁOSÓW (trzymamy kilkanaście minut do pół godz, spłukujemy i myjemy szamponem):

- nakładamy na włosy: olej kokosowy lub oliwę z

WZMACNIANIE PAZNOKCI

Posmarować paznokcie i wyciśniętymi połówkami cytryn

TONIK RUMIANKOWY

Zalać wrzątkiem rumianek. Kiedy się ostudzi używać jak tonik. Pozostałe torebki, można użyć jako okład na oczy

MLECZKO DO TWARZY I CIAŁA

oliwa z oliwek i kilka kropel cytryny

olej kokosowy i kilka kropel olejku cynamonowego (lub sam)

PEELING

olej kokosowy, kawa, cynamon, cukier brązowy

lub kawa dodana do naszego żelu pod prysznic