

Ecoterapia

Colecția 'Do it Yourself'

Ghid cu rețete pentru KIT de Hidratare

5x

Rețete
mix ăleieri

Află cum
îți poți menține
pielea sănătoasă

Ce este 'Do it Yourself'?

Este un concept prin care ești invitat să îți creezi propriile produse de îngrijire personală și DIY, folosind ingrediente provenite din agricultură organică pe care le vei regăsi în KITurile tematice Ecoterapia.





Importanța Hidratării Pielii



Pielea reprezintă bariera dintre mediul extern și organism fiind considerată cel mai mare organ al corpului nostru. Este cea care suportă toate vicisitudinile impactului cu mediul extern: frig, raze UV, poluare, radiații, asigurând protecție împotriva bacteriilor, echilibrul electrolitic și hidrolitic.

O piele sănătoasă pe lângă un aspect frumos înseamnă și protecție eficientă a organismului împotriva factorilor dăunători.

Cum să păstrăm o piele sănătoasă?

Pentru ca această să se prezeve este necesar ca pielea să nu fie lipsită de principalii nutrienți astfel încât să se păstreze echilibrul hidro-lipid. Filmul hidro-lipidic poate fi distrus de diverși factori externi: curățarea feței cu substanțe agresive pentru pilele, factori meteo, etc.

Indiferent de tipul de piele hidratarea adecvată înseamnă o piele sănătoasă iar procesul de îmbătrânire este încetinit. În absența hidratării pielea noastră își va pierde elasticitatea, fermitatea și aspectul sănătos. În abordarea modului de hidratare al pielii trebuie să ții cont de vârstă, tipul de piele, zona care se dorește hidratată.

Hidratarea trebuie să facă parte din rutina zilnică indiferent de vârstă. Pe piață există numeroase produse care ne promet asigurarea refacerii filmului hidro-lipidic însă cele mai multe dintre acestea conțin și alte substanțe care vor produce daune pe termen lung sau scurt.

Pentru cei care iubesc produsele făcute acasă cât și pentru cei care sunt la început și doresc să facă o schimbare în modul de îngrijire am creat în cadrul conceptului "Do It yourself" kitul esențial de hidratare cu produse exclusiv organice.

Te încurajăm să descoperi un nou mod de îngrijire al pielii 100% natural și bio, fără chimicale dăunătoare.

Rețete ser hidratant pentru față



Te încurajăm să descoperi un nou mod de îngrijire al pielii 100% natural și bio, fără chimicale dăunătoare.

Mai jos vom prezenta câteva sugestii de rețete ce pot fi concepute cu ajutorul acestui kit.

De reținut!

În sticluta roll on adaugați ingredientele, puneți capacul și agitați bine. Lăsați la loc răcoros și întunecat 12-24 ore.

Se va aplica pe față și zona gâtului, dimineața și seara, după curățarea în prealabil a tenului.

Ten gras



- 10 ml de Ulei de sâmburi de Struguri
- 2 picături de Ulei esențial de Lavandă
- 1 picătură de ulei esențial de Tămâie
- 1 sticlă roll on de 10 ml

Ten uscat



- 10 ml de Ulei de Avocado
- 2 picături de Ulei esențial de Lavandă
- 1 picătură de ulei esențial de Tămâie
- 1 sticla roll on de 10 ml

Ten mixt



- 5 ml Ulei de Avocado
- 5 ml Ulei de Sâmburi de Struguri
- 1 picături de Ulei esențial de Lavandă
- 1 picătură de ulei esențial de Tămâie
- 1 sticla roll on de 10 ml



2

Rețete Ulei de Masaj Hidratant

De reținut!

Într-o sticlă cu capac puneți ingredientele, pune-ți capacul și agitați sticlă bine. Produsul rezultat poate fi folosit imediat însă este de preferat să stea 12-24 de ore la loc răcoros și întunecat. În funcție de condițiile de păstrare poate fi folosit până la 1 an.

Se va aplica după duș, pe pielea umedă.

Ulei hidratant pentru piele uscată



Din kitul pentru hidratare se vor folosi:

- 30 ml Ulei de Avocado
- 8 picături de Ulei esențial de Lavandă
- 4 picături Ulei esențial de Tămâie
- 4 picături Ulei esențial de Tea Tree

Ulei hidratant pentru piele grasă



Vei avea nevoie de:

- 30 ml Ulei de Sâmburi de Struguri
- 6 picături de Ulei esențial de Lavandă
- 5 picături Ulei esențial de Tămâie
- 5 picături Ulei esențial de Tea Tree

Retete pentru diffuser



O atmosferă purificată și oxigenată ajută la menținerea unui ten sănătos. Va recomandam sa utilizati zilnic difuzorul de aromaterapie cate 1-2h/zi.

Pentru difuzorul cu apă vă propunem să încercați următoarele rețete:

Nectar



În difuzorul de aromaterapie adaugați 120 ml apă
5 picături de ulei esențial de Lavandă, 3 picături de
ulei esențial de Tămâie și 4 picături de Tea Tree.

Do It Yourself



Încearcă și tu propria rețetă respectînd regula: la 120 ml apă poți adauga între 7-10 picături de ulei esențial. Aceleași rețete le poti încerca și la nebulizator, fără apă și dublând numărul de picături de ulei esențial sau conform specificațiilor producătorului .



Ai o rețetă cu care te mândrești? O poți trimite la adresa: ecoterapia.mag@gmail.com iar noi o vom publica pe pagina noastră pentru sub numele tău pentru a fii apreciată și de alte persoane.

Mulțumim pentru că ai ales acest Kit. Te așteptăm pe ecoterapia.ro cu multe alte Kituri din colecția "Do It Yourself" cu care vei putea să îți prepari singur produse din ingrediente de calitate, organice: săpunuri, bombe pentru baie, șampon, gel de dus sau chiar creme și loțiuni de corp.

De asemenea te invităm să descoperi oferta noastră de uleiuri esențiale și ape florale provenite exclusiv din cultură organică.

Cu drag, Viorica M.C.
Ecoterapia.ro