

Live Love Eco

easy self made

GEZICHTSMASKERS

Gezichtsmasker voor de droge huid

- 1 stuk komkommer (ongeveer 1/4 van een hele)
- 1 el platte kaas

In je mixer samen pureren, op je gezicht aanbrengen en 15 minuten laten inwerken. Daarna met lauwwarm water afspoelen.

Anti-Rimpel-Gezichtsmasker

- 1 appel
- 1 el honing

De appel raspen en met de honing mengen. Het masker op je gezicht aanbrengen en een half uurtje laten inwerken. Daarna met lauwwarm water afspoelen.

Voor een strakke huid: steeds voldoende water drinken!

Masker voor de onreine huid

- 2 tomaten
- 1 el honing

Tomaten schillen en pletten. Tomaten met honing mengen (of mixen). Tomaten reinigen diepgaand de huid en de honing werkt ontstekingsremmend. 15 min laten inwerken. Daarna met lauwwarm water afspoelen.

Live Love Eco

easy self made

Peeling-Masker

- 1 deel suiker
- 1 deel olijfolie

Suiker en olijfolie goed mengen. Masker aanbrengen, zachtjes masseren en met lauwwarm water afspoelen. *Je kunt dit masker ook als lichaamspeeling gebruiken (het suikeraandeel dan wel iets verhogen).*

Opmerking: zelfgemaakte gezichtsmasker bereid je best vers en gebruik je onmiddellijk.

Andere mogelijke ingrediënten

2 el Basisingrediënt
+ ingrediënt naar behoefte

Basisingrediënten (2 el)

Vochtinbrengend

- Komkommer (geraspt)
- Avocado (geplet)
- Banaan (geplet)
- Platte kaas
- Melk
- Karnemelk
- Plantaardige olie
- Joghurt
- Room
- Aloe Vera
- Honing
- Eigeel

Live Love Eco



easy self made

Ontstekingsremmend

- 1-2 el haveremout
- 1 tl appelazijn
- 1-2 tl cacao
- 1 tl kaneel (ongeveer 50% van de mensen zijn allergisch aan kaneel!)
- 1 el curcuma (opgelet met kledij want laat sporen na)

Onreine huid

- 1-2 middelgrote tomaten
- 1 handvol aardbeien
- ½-1 blokje verse gist
- 1 el citroen- of appelsiensap
- 1-2 el gekookte pompoen

Voor een strakkere huid

- 1 halve appel (geraspt)
- 1-2 el wortelpuree of -sap
- 1 handvol druiven (geplet)
- 1-2 el meloen

Peeling effect

- 1 el koffiegruis
- 1 el suiker
- 1 el zout
- 1 el haveremout
- 1 el geraspte noten

Combineer om je gevoeligheid uit te testen in het begin enkel 2 ingrediënten.