

Okład na uda i pośladki z algami i gliną bentonitową

Składniki na 50 g na jedną porcję okładu :

(33%) 16.5 g Algi lithothamnium mikronizowane

(31%) 15.5 g Woda destylowana

(31%) 15.5 g Glinka liliowa bentonitowa

(4.9%) 2.45 g Ekstrakt z alg aosa (Ulva lactuca).

(0.1%) 0.05 g Olejek cynamonowy z liści

Przydatne akcesoria:

Waga elektroniczna 200g dokładność 0,01g

Łyżka miarowa poj. 0,1 ml / 2,5 ml

Porcelanowy moździerz z tłuczkiem

Bagietka z łopatką 10 cm

Zlewka skalowana 100 ml

Zaczynamy

Krok 1 Odmierz i wsyp do naczynia sproszkowane algi oraz glinę.

Krok 2 Dodaj wodę, ekstrakt z alg oraz olejek. Odczekaj 2-3 minuty aż algi i błoto zaabsorbują wodę, wymieszaj.

Krok 3 Przed aplikacją okładu polecamy poświęcić 10 minut na masaż na sucho rękawicą Loofah. Taki masaż pobudzi krążenie oraz złuszczy martwe komórki naskórka, dzięki czemu wspomogę przenikanie w głąb skóry substancji aktywnych pochodzących z alg. Nie stosuj masażu, jeśli masz cere naczyniową, wrażliwą lub stany zapalne na skórze. Okład nakładaj na pośladki i uda dłońmi lub pędzlem. Aby nie dopuścić do wyschnięcia okładu i zachować ciepło ciała owiń uda folią spożywczą i przykryj ręcznikiem.

Krok 4 Po upływie ok. 20-25 minut okład spłucz pod prysznicem. Po zmyciu okładu zastosuj na uda i pośladki mieszankę olejów i olejków eterycznych, które posiadają działanie przeciwcellulitowe i ujędrniające, może to być np. olej makadamia z dodatkiem olejku grejpfrutowego.

Uwagi i przechowywanie

- Okład zużyj od razu.
- Nie mieszaj masetek z glinami metalowymi łyżeczkami. Używaj tylko łyżeczek drewnianych, plastikowych lub szklanych bagietek.
- pH = 6.05