# Cum sa te ingrijesti cu produse home-made

ADPM iti propune astazi cateva tratamente naturiste pe care trebuie neaparat sa le incerci daca vrei ca parul, pielea si mainile tale sa arate precum in reclame!

Tratamentele naturiste reprezinta alegerea perfecta atunci cand vine vorba despre ingrijirea parului ori a pielii.



**Pentru par**

Toate ne dorim un par lung si stralucitor, iar o masca formata din ulei de masline si rozmarin in cantitati egale si cateva picaturi de ulei de nucsoara, aplicata seara de seara pe radacina firului de par, va avea mai mult ca sigur efectul

scontat.

Fiindca tot suntem aproape de Halloween, afla ca poti folosi dovleacul si altfel decat pentru a face masti inspaimantatoare. Combina pulpa de dovleac cu iaurt si ou, aplica masca pe par si las-o sa-si „faca treaba” vreme de aproximativ jumatate de ora, apoi clateste.

Poti „confectiona” un balsam home-made din 100 de grame de maioneza si pulpa de avocado. Aplica pasta obtinuta din combinarea celor doua ingrediente minune si las-o sa actioneze circa jumatate de ora.



**Pentru ten**

Tenul uscat are de suferit in sezonul rece, dar o masca formata din banana pisata si miere va rezolva cu siguranta problemele pe care le intampini.

Pentru tenul gras, iti propunem o masca pentru realizarea careia ai nevoie de miere si cateva capsune.

Problemele tenului mixt se pot rezolva rapid cu ajutorul unei masti din pulpa de avocado si miere pentru omogenizare.



**Pentru maini**

Poti elimina problema mainilor prea uscate cu ajutorul unei lotiuni obtinute din amestecul a o treime de ceasca de glicerina si doua treimi de ceasca de apa de trandafiri.



**Pentru picioare**

O lingurita de miere, una de extract de vanilie si doua de ulei de migdale sunt ingedientele potrivite pentru o extraordinara crema care va da finete picioarelor tale.

Sursa: www.agentiadepresamondena.com

---

# Cum sa scapi de riduri cu masti naturiste – Adio Botox!

Cu siguranta nu stiai ca o masca din lapte si cacao, capsune

si albus de ou sau papaya si iaurt ti-ar putea fi un aliat de nadejde in lupta contra ridurilor!

Nu trebuie sa-ti epuizezi toate resursele financiare pe tratamente revolutionare de ultima generatie pentru a lupta contra ridurilor. Exista si alte alternative mult mai accesibile din toate punctele de vedere – masti naturiste pe care le poti prepara in intimitatea casei tale si ale caror costuri sunt minime. Poate ca nu te vor scapa complet si in mod miraculos de riduri, insa cu siguranta vei vedea o schimbare in bine.

**Lapte si cacao**

Pudra pura de cacao (neindulcita) este bogata in antioxidanti si are o multime de beneficii atunci cand vine vorba despre protejarea tenului. Laptele contine acid lactic, exfoliind, netezind tenul si eliminand celulele moarte. Atunci cand amesteci aceste doua ingrediente minune si iti aplici masca pe fata, pielea ta va fi mai stralucitoare, iar ridurile fine usor estompate.

Amesteca laptele cu pudra de cacao pana se formeaza o pasta, aplica pe tenul curat si limpezeste cu apa calduta dupa 5 minute.

**Fulgi de ovaz si miere**

Mierea este una dintre minunele naturii in ceea ce priveste produsele naturale de ingrijire a pielii. Nu doar ca este intens hidratanta, dar are proprietati antioxidante si antibacteriene. Fulgii de ovaz functioneaza pe post de usor exfoliant, lasand tenul mai fin si revigorand-ul. Contine de asemenea zinc, seleniu si cupru, avand astfel abilitatea de a lupta contra ridurilor.

Combina parti egale de miere si fulgi de ovaz. Aplica apoi masca si las-o sa actioneze timp de 15-20 de minute.

**Seminte de struguri si afine**

Afinele sunt bogate in vitamina C si contin antociani, care cresc nivelul de colagen din piele. Uleiul din seminte de struguri nu este deloc gras, dar hidrateaza foarte bine tenul, fiind bogat in acizi grasi esentiali. Acestia din urma il transforma intr-un ulei anti-imbatranire a pielii.

Combina un sfert de masura de afine si o lingurita si jumatate de ulei de seminte de struguri. Amesteca-le bine si aplica masca pe fata. Clateste bine dupa 10 minute!

**Papaya si iaurt**

Papaya este bogata in enzima numita papaina, elimina celulele moarte si lasa pielea mai stralucitoare ca niciodata. Iaurtul este bogat in proteine si acid lactic.

Amesteca parti egale din cele doua ingrediente si aplica un strat gros din pasta obtinuta, pe fata. Relaxeaza-te, iar dupa 15-25 de minute clateste. Pentru un plus de stralucire, poti adauga cateva picaturi de suc de lamaie sau ananas.

**Capsune si albus de ou**

Iata o masca anti-aging care are in acelasi timp si efect anti-acneic. Capsunele au abilitatea de a patrunde in adancul porilor si de a elimina bacteriile. Nu doar ca aceasta masca de va ajuta sa scapi de inesteticele puncte negre, dar iti va intineri vizibil tenul.

Ai nevoie de piure de capsune amestecat cu albus de ou, masca pe care o vei lasa sa actioneze vreme de 15 minute.

Sursa: www.agentiadepresamondena.com