



Quelles Routines Naturelles pour chaque Type de Peau

Peau Normale :

Son besoin : Garder son équilibre

Huiles cosmétiques : Rose Musquée, Jojoba, Amande douce

Exfoliant : Sucre (1 x semaine)

Masque : Argile blanche + Charbon activé (1 x par mois)

Tonique : Eau de rose ou Aloe Vera

Peau Sèche

Son besoin : Restaurer le film hydrolipidique et l'hydratation de la peau

Huiles Cosmétiques : Argan, Onagre, Avocat

Exfoliant : Bicarbonate de sodium ou sucre fin (1 x semaines ou au besoin)

Masque : Argile blanche (1 x par mois)

Tonique : Eau de rose ou Aloe Vera

Peau Grasse :

Son besoin : Réguler la production de sébum et purifier la peau.

Huiles Cosmétiques : Jojoba, Pépin de Raisin, Aloe Vera en gel

Exfoliant : Sucre + citron (1 x semaine)

Masque : Argile verte ou Argile blanche + Charbon activé (1 à 3 x par mois)

Tonique : Thé vert ou Eau D'Hamamélis

Peau Mixte :

Son besoin : Équilibrer la production de sébum et hydrater

Huiles Cosmétiques : Jojoba, Pépin de Raisin, Aloe Vera en gel

Exfoliant : Sucre (1 x semaine)

Masque : Argile Blanche et Argile verte (zone T) (1 x par mois)

Tonique : Eau de fleur d'oranger ou Aloe Vera

Peau Sensible :

Son besoin : Réduire les irritations et les démangeaisons

Huiles Cosmétiques : Églantier, Amande douce, Tournesol

Exfoliant : Bicarbonate de sodium (1 x semaine)

Masque : Argile Blanche (1 x par mois)

Tonique : Eau de rose ou Aloe Vera

Peau Mature :

Son besoin : Régénérer, raffermir les tissus et redonner de l'éclat

Huiles Cosmétiques : Onagre, Argan, Jojoba

Exfoliant : Café moulu (1 x semaine)

Masque : Argile rouge ou Argile blanche + thé vert matcha (1 x par mois)

Tonique : Eau de fleur d'oranger ou Thé vert

Peau déshydratée:

Son besoin : Restaurer l'hydratation de la peau!

- ▶ Hydratez vous!
- ▶ Brumisez-vous la peau avec des **eaux florales, minérales** ou avec du **gel d'Aloe** dilué
- ▶ Évitez l'exposition au soleil
- ▶ Consommez avec modération:
Alcool, Tabac et Caféine