

Domowe maseczki to prosty i tani sposób na poprawę kondycji naszej skóry. Są zrobione z naturalnych składników: jogurtu, drożdży, miodu, soku z cytryny, ogórka itp. Nakładamy je co najmniej raz w tygodniu, najlepiej zamiennie raz odżywczą, raz nawilżającą a raz oczyszczającą. Chwila relaksu i odprężenia 😊

Jak nakładamy maseczki, kilka wskazówek:

- Załóż opaskę na włosy, by odstąpić czoło lub podepnij wsuwką włosy opadające na twarz
- Umyj buzię i osusz dokładnie ręcznikiem
- Nałóż równomiernie maseczkę na twarz, omiń okolice oczu i ust
- Odczekaj wymagany czas
- Zmyj maseczkę letnią lub chłodną wodą
- Nałóż ulubiony krem

1. MASECZKA Z DROŻDŻY I MLEKA

Łagodzi podrażnienia i stany zapalne, lekko osusza zmiany, oczyszcza z zanieczyszczeń, zmiękcza i wygładza skórę. Maseczka ta jest przeznaczona przede wszystkim dla cery trądzikowej

Składniki:

- ¼ kostki drożdży
- 1 łyżka ciepłego mleka

Wymieszaj wszystkie składniki i nałóż grubą warstwę na twarz. Pozostaw na 20 minut i po tym czasie spłucz maseczkę ciepłą wodą

2. Maseczka z jabłka

Maseczka do cery tłustej z trądzikiem

Składniki:

- jabłka 2szt.
- miód 2 łyżki
- płatki owsiane 1-2 łyżki

Kwaśne jabłka umyć i zetrzeć na tarce, wymieszać z miodem i drobnymi płatkami owsianymi (łyżkę lub dwie jako zagęstnik ułatwiający utrzymanie maseczki na twarzy). Nałożyć maseczkę na twarz i pozostawić na 10 – 15 minut. Zmyj twarz chłodną wodą

3. Maseczka z jogurtu naturalnego

Maseczka odżywcza

Składniki:

- jogurt 1 szt.

Delikatnie go nakładaj przed pójściem spać, poczekaj aż całkowicie wsiąknie, a następnie usuń jego resztki za pomocą okrężnych ruchów i przemyj twarz ciepłą wodą

4. Pyszna maseczka czekoladowa 😊

Składniki:

- gorzka czekolada- starte 2 łyżeczki
- serek homogenizowany 2 łyżeczki
- szczypta cynamonu

Wszystkie składniki wstaw do ciepłej kąpieli wodnej i mieszaj aż powstanie gęsta papka. Po wystygnięciu nałóż na 20 min. na twarz, a następnie delikatnie zmyj ciepłą wodą.

5. Domowa maseczka z jajka

Składniki:

- 1 jajko

Jajko rozbijamy do miseczki porządnie mieszamy a następnie smarujemy dokładnie całą twarz. Po upływie 20 minut dokładnie zmywamy maseczkę chłodną wodą

Maseczka z jajka regeneruje skórę, nawet tę podrażnioną i przesuszoną, intensywnie nawilża. Znajdujące się w żółtku witaminy A, E, D oraz witaminy z grupy B, a także fosfor i potas intensywnie odżywiają skórę.

6. Maseczka z kawy

Składniki:

- zaparzona kawa mielona 2 łyżeczki

- mleko 0,5 łyżeczka
- brązowy cukier 1 łyżeczka
- sok z cytryny 0,5 łyżeczki

Wszystkie składniki dokładnie mieszamy i nakładamy na twarz. Po upływie 10 minut spłukujemy ciepłą wodą.

Maseczka z kawy usuwa cienie pod oczami, oznaki zmęczenia i napina skórę. Robimy ją z zaparzonych fusów kawy mielonej. Możemy dodać do niej mleko (będzie bardziej odżywcza), brązowy cukier (zadziała jak peeling) lub sok z cytryny (rozjaśni przebarwienia).

7. Maseczka z miodu

Składniki:

- miód 2 łyżki
- mleko 2 łyżki

Ta maseczka, jest kolejnym dowodem, że najprostsze połączenia są najlepsze. Przygotowaną mieszankę nakładamy na twarz. Po upływie 20-30 minut zmywamy ją letnią wodą. Maseczka łagodzi podrażnienia, nawilża i odżywia naszą skórę

8. Maseczka z siemienia lnianego

Składniki:

- 2 łyżki świeżo zmielonego siemienia lnianego
- 1/4 szklanki gorącej wody

Zmielone siemię lniane zalewamy gorącą wodą i odstawiamy na kilkanaście minut. Taką mieszankę nakładamy na twarz na 15 minut. Taka maseczka zregeneruje wysuszony naskórek, dzięki dużej zawartości witaminy E

9. Maseczka z wody od gotowania ryżu

Składniki:

- ryż 2-3 łyżki
- 6 łyżek wody
- mleko 1 łyżka
- miód 1 łyżka

2 lub 3 łyżki ryżu zalej zimną wodą i gotuj, aż zmięknie, po czym odcedź. Nie wylewaj wody – będzie Ci jeszcze potrzebna! Ziarna ryżu opłucz w zimnej wodzie i odcedź ponownie, po czym rozgnieć je widelcem. Dodaj łyżkę mleka – najlepiej ciepłego i pełnotłustego – i łyżkę płynnego miodu, po czym wymieszaj. Jeżeli uważasz, że maseczka jest zbyt gęsta, możesz do niej dodać trochę więcej mleka – powinno być letnie – lub odrobinę jogurtu albo mleka kokosowego. Gdy składniki się połączą, nałóż maseczkę na twarz i szyję i zostaw na pół godziny. Najlepiej spłucz maseczkę wodą, w której gotował się ryż – pozostała tam część jego cennych składników. Maseczkę stosuj raz lub dwa razy w tygodniu, a szybko zobaczysz efekty. Twoja skóra stanie się nie tylko gładza i bardziej nawilżona – wyrówna się też jej koloryt, a zmarszczki ulegną spłyceniu.

10. Maseczka z banana

Banany są nie tylko smaczne i zdrowe, ale również mogą nam się przydać w przygotowywaniu domowych maseczek. Zawierają witaminę B, która zapobiega procesom starzenia się skóry, witaminę A, która rozjaśnia przebarwienia i pomaga zmniejszyć zmiany trądzikowe oraz witaminę E, która zapobiega przesuszeniu skóry.

a) Maseczka z banana rozjaśniająca przebarwienia

Składniki:

- 1 banan
- miód 1 łyżeczka
- sok z cytryny 1 łyżeczka

Należy wymieszać jednego dojrzałego banana rozniecionego widelcem z łyżeczką miodu i łyżeczką soku z cytryny. Maseczkę należy trzymać ok 15 minut i zmyć dokładnie letnią wodą. Maseczka spowoduje rozjaśnienie przebarwień na skórze, działa antybakteryjnie dzięki zawartemu w niej miodowi.

b) Maseczka z banana dla cery tłustej

Składniki:

- glinka zielona 1 łyżeczka
- banan 1 szt.
- sok z ananasa 1 łyżeczka

Należy wymieszać ze sobą 1 łyżkę glinki zielonej (do kupienia w drogerii), ze zgniecioną ćwiartką banana i sokiem z ananasa (1 łyżeczka). Maseczkę należy nałożyć do wyschnięcia glinki, czyli ok. 20 min. i dokładnie zmyć. Sok z ananasa działa nawilżająco, zmniejsza stany zapalne i przyspiesza gojenie się drobnych ranek.

c) maseczka z banana dla cery suchej

Składniki:

- banan 1 szt.
- awokado 1 szt.
- miód 1 łyżka

Należy zmieszać ze sobą 1/3 rozniecionego banana i 1/3 awokado razem z łyżką miodu. Maseczkę należy nałożyć na 15 minut, a następnie dokładnie spłukać wodą. Awokado ma działanie nawilżające i łagodzące.

d) maseczka z banana dla cery wrażliwej

Składniki:

- banan 1 szt.
- jogurt naturalny lub maślanka
- miód 1 łyżeczka

Maseczkę mogą również stosować osoby, które przesadziły nieco ze słońcem. Maseczka działa łagodząco i nawilżająco. By ją przygotować należy wymieszać pół rozniecionego banana z 1/4 kubeczka jogurtu naturalnego lub maślanki i łyżką miodu. Nałożyć na twarz i pozostawić na 15 minut, następnie spłukać.