

SZÉPSÉGKALENDÁRIUM - NAPI ÁPOLÁS száraz, érett vagy érzékeny bőrűeknek

Ez a napi ápolási program segítségedre lesz, hogy helyesen végezd el a bőröd ápolását. A reggeli és esti rutin mellett kiegészítő tippeket is tartalmaz. Írd be az oszlopokba az általad használt kozmetikumok nevét, így biztos, hogy a megfelelő sorrendben teszed fel majd a bőrödre.

BŐRTÍPUS	SZÁRAZ BŐR		ÉRETT BŐR		ÉRZÉKENY BŐR*	
	REGGEL					
	típus	kozmetikum neve	típus	kozmetikum neve	típus	kozmetikum neve
letisztítás	arctej		arctej		arctej	
tonizálás	alkoholmentes arcvíz		arctonik		alkoholmentes arcvíz	
szemápolás	szemápoló krém		szemápoló krém		szemápoló krém	
nappali ápoló	tápláló krém		ránctalanító krém		tápláló/védő krém	
smink mindhárom bőr-típusra vonatkozik	alapozó		pirosító		szemhéjfedék	
	púder		rúzs/szájfény		szempillaspirál	
napi tipp	Smink alá használj sminkalapot, vagy egy feszesítő emulziót, ampullát. Próbáld ki egy feszesítő alapozót!				Ha nagyon piros és irritált a bőröd, ne használj sminket!	
	ESTE					
	típus	kozmetikum neve	típus	kozmetikum neve	típus	kozmetikum neve
sminklemosás	A szempillaspirál és a szemfesték könnyen eltávolítható, ha benedvesített vattára teszed a sminklemosó folyadékot, majd pár másodpercig a szemedre helyezed. Uána a belső szemzugtól kifelé és a szempillák tövétől kicsit lefelé, de oldalirányba töröld a szemed. Ezzel a technikával elkerülhető, hogy a szempillákat nagyon erősen kelljen dörzsölni. Nem ég majd utána a szemed és könnyebben lejön a szemfesték.					
letisztítás	arctej		arctej		arctej	
tonizálás	alkoholmentes arcvíz		arctonik		alkoholmentes arcvíz	
szemápolás	szemápoló krém		szemápoló krém		szemápoló krém	
éjszakai ápoló	tápláló éjszakai krém		tápláló éjszakai krém		nyugtató krém	
+ ápolás	tápláló olaj/ szérum		ránctalanító szérum/emulzió		nyugtató szérum	
testápolás	tápláló krém/ balzsam		tápláló krém/ balzsam		tápláló krém/ balzsam	

* Az érzékeny bőr ápolása nem könnyű. Többfajta érzékenység létezik. Ha sokszor piros, vagy húzódo, érdes a bőröd, mindenképpen keress fel szakembert, hogy megállapítsa, milyen ápoló termékek valók a bőrödre.

© Csányi Andrea 2014 © Borsche Annamária 2014

Kiegészítő tippekért keress fel a www.szepleszel.hu/magazin blogot. Ha pedig kozmetikumot szeretnél, akkor a www.szepleszel.hu webáruházat.

További letölthető táblázatokért látogasd meg: www.rendteremto.hu