

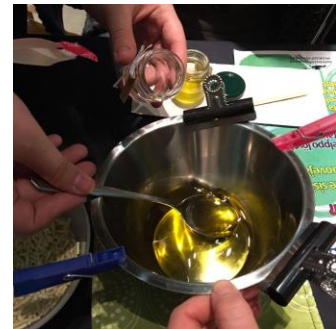
HELPPOJA LUONNONKOSMETIIKKAOHJEITA:

Flunssavoide

1/2 dl oliiviöljyä
2 tl mehiläisvahaa
1 rkl kaakaovoita
10 tippaa eteerisiä öljyjä: eukalyptus, mänty, piparminttu, laventeli
2-3 tippaa pikiöljyä

Sulata öljyt (oliiviöljy, mehiläisvaha ja kaakaovoi) vesihauteessa. Voit käyttää esim. leivontakulhoa ja kattilaa, kunhan saat kulhon upotettua veteen. Varo kuitenkin, että kattilasta ei pääse vettä kulhoon, jossa sulatat aineita.

Laita vähän yli puolivälin seosta purkkiin esimerkiksi ruokalusikalla. Lisää joukkoon max. 10 tippaa eteerisiä öljyjä, voit laittaa yhtä tai useampaa öljyä. Lisää pikiöljyä.



Sekoita (puhtaalla lusikalla tai puutikulla) kunnes voide jäähtyy ja kiinteytyy. Käyttö flunssan oireiden lievittämiseen hierottuna rintakehään ja kaulalle. Voi käyttää myös huulilla.

Ihana huulivoide

15 g mehiläisvahaa
10 g kaakaovoita
5 tl oliiviöljyä tai jojobaöljyä
5-8 tippaa piparminttuöljyä

Sulata kaakaovoi, oliiviöljy ja mehiläisvaha vesihauteessa. Annostelee purkkiin ja lisää piparminttuöljyä. Sekoita öljyseosta, kunnes se jäähtyy kiinteäksi voiteeksi.

Virkistävä mustikkakasvonaamio

2-3tl valkosavijauhetta
½ tl mustikoita
½ tl juoksevaa hunajaa
1tl ruusuvettä (tai tarpeen mukaan)
2-4 tippaa eteeristä öljyä laventeli tai piparminttu

Sekoita kaikki ainekset tasaiseksi tahnaksi ja levitä ohuelti kasvoille. Anna vaikuttaa noin 5min/kunnes naamio hieman kuivahtaa. Huuhtelee huolellisesti lämpimällä vedellä. Säilyy jääkaapissa noin viikon.

Kylpysuola

- 3 tl karkeaa merisuolaa
- 1tl ruususuolaa
- 5 tippaa eteeristä öljyä
(laventeli, piparminttu tai appelsiini)
- 1 tl murskattuja yrttejä esim. laventelinkukkia
(pari tippaa karamelliväriä)



Sekoita ainekset keskenään. Käytä lämpimässä kylvyssä tai jalkakylvyssä.

Ranskalainen kauneusvoide

- 1 rkl manteli tai macadamia öljyä
- 2 rkl kookosöljyä
- 2 tippaa omenaviinietikkaa
- 2 tippaa eteeristä öljyä (laventeli, piparminttu, ruusu)

Sekoita öljyt keskenään. Lisää varovasti viinietikka ja eteerinen öljy. Vatkaa, kunnes seos viilenee voidemaiseksi.

Banaanihiusnaamio kuiville hiuksille

- ¼ banaania
- 2 tl kookosöljyä
- 2 tl hunajaa
- 2 tl oliiviöljyä

Sekoita ainekset tasaiseksi tahnaksi. Hiero naamio kuiviin hiuksiin ja anna vaikuttaa 10-15 minuuttia. Pese sen jälkeen hiukset normaalisti reilulla shampooolla, että hiuksiin ei jää banaania. Hellii kuivia hiuksia!

Barbados kuorinta vartalolle

- 1 ½ rkl kookosöljyä
- 1 tl macadamiaöljyä
- 2-3 tl raakaruokosokeria
- 1 tl sitruunamehua
- 3 tippaa appelsiini eteeristä öljyä
- 3 tippaa lime eteeristä öljyä

Mittaa kookosöljy ja macadamiaöljy purkin pohjalle. Sekoita kuohkeaksi. Lisää eteeriset öljyt ja sekoita hyvin. Lisää sokeri ja lopuksi sitruunamehu. Käytä suihkussa tai kylvyssä iholle, kuorii kuolleen ihosolukon pois ja jättää ihon ihanan pehmeäksi.