

Olejowanie całego ciała

Uwielbiam ten sposób, zwłaszcza latem. Daje mi on tę cudowną pewność, że nakładam na skórę samo dobro i realnie ją odżywiam. Ciało staje się gładkie i aksamitne, a ja czuję, że naprawdę o siebie zadbałam.



Potrzebne składniki

🌿 olej lub oliwa dobrej jakości

Sposób użycia

Olej nakładaj na lekko wilgotną, czystą skórę. Zaczynij od stóp i powolnymi ruchami kieruj się w górę, w stronę serca.

Pora na prysznic. Spłucz ciało ciepłą, ale nie gorącą wodą. Tym razem zrezygnuj z mydła. Pozwól, by woda zabrała tylko nadmiar oleju – na skórze powinna zostać cieniutka, ochronna warstwa.

Osusz się delikatnie: Nie pocieraj ręcznikiem, raczej delikatnie przykładaj go do ciała.

Dlaczego to działa

Pod wpływem ciepła skóra łatwiej chłonie to, co w oleju najlepsze. Dzięki temu na długo pozostaje miękka i aksamitna w dotyku. Cienka warstwa oleju działa jak ochronny płaszczyk – zabezpiecza skórę przed utratą wody i zamyka nawilżenie tam, gdzie jest najbardziej potrzebne.

Ważne

Pamiętaj tylko o bezpieczeństwie – naoliwione stopy pod prysznicem bywają śliskie, więc stąpaj ostrożnie!



Anina rada:

Jeśli masz wolną chwilę, przed nałożeniem oleju lekko go podgrzej, wstawiając buteleczkę do miski z ciepłą wodą. Ciepły olej znacznie przyjemniej się rozprowadza i szybciej wnika w skórę.