

18.11.2020 prace użyteczne klasa II/III APDP

Moi Drodzy, ostatnio zajmowaliście się domem. Dziś zajmiecie się sobą. Znalazłam dla Was kilka maseczek, które można łatwo zrobić w domu. Zaznaczam, że chłopcy też mają skórę twarzy, która potrzebuje odżywienia. Maseczki są dla wszystkich, nie tylko dla dziewczyn. Musicie tylko zapytać rodziców, czy nie jesteście uczuleni na któryś ze składników. A może namówicie rodziców na wspólny relaks z maseczkami...

Obejrzyjcie filmik, na którym chłopak pokazuje, jak nakładać maseczkę. Pierwszy sposób mniej nas interesuje. Zwróćcie uwagę na drugi.

Domowa maseczka na twarz z drożdży

Składniki:

- 1/4 kostki świeżych drożdży
- 1 łyżka ciepłego mleka

Wymieszaj składniki i powstałą mieszanę nałóż grubą warstwę na twarz. Po 20 minutach zmyj ją ciepłą wodą. Maseczka z drożdży przeznaczona jest przede wszystkim do skóry trądzikowej. Łagodzi podrażnienia, dobrze wpływa na blizny po trądziku.

Do tej podstawowej receptury możesz, w zależności od typu cery dodawać np. kroplę oliwy (jeśli masz skórę przesuszoną) albo sok z cytryny (gdy walczysz z przebarwieniami).

Maseczka **łagodzi podrażnienia i stany zapalne**, lekko osusza zmiany, oczyszcza z zanieczyszczeń, zmiękcza i wygładza skórę. Stosuj ją raz w tygodniu.

Domowa maseczka na twarz z jajka

Składniki:

- 1 żółtko z kurzego jaja

Do przygotowania maseczki wystarczy tylko kurze żółtko. Należy nim posmarować twarz i po 20 minutach zmyć letnią wodą.

Maseczka z jajka regeneruje skórę, nawet tę podrażnioną i przesuszoną.

Nienasycone kwasy tłuszczowe odżywiają skórę i leczą dolegliwości skórne, takie jak trądzik czy egzema. Znajdujące się w żółtku witaminy A, E, D oraz witaminy z grupy B, a także fosfor i potas intensywnie odżywiają skórę.

Domowa maseczka na twarz z miodu

Składniki:

- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki ciepłego mleka

Ta maseczka, jest kolejnym dowodem, że najprostsze połączenia są najlepsze.

Przygotowaną mieszankę nałóż na twarz. Po upływie 20-30 minut zmyj ją letnią wodą. **Miód łagodzi podrażnienia, nawilża** oraz utrzymuje poziom wilgotności przez cały dzień. Miód ma również działanie odkażające.

<https://www.youtube.com/watch?v=gNI4IPe8NtA>