

Les plans beauté de Chloé



L'HUILE D'OLIVE

Septembre 2022



By Question des Qi Libres

Série N°2

L'HUILE D'OLIVE CONTRE L'ACNÉ

Ingrédients :

1 goutte d'huile d'olive

Application :

1 / Lavez-vous les mains

2 / Appliquer la goutte d'huile sur les zones à traiter

L'HUILE D'OLIVE APAISE LES MAINS SÈCHES

Ingrédients :

Quelques gouttes d'huile d'olive

Préparation et application :

1 / Verser quelques gouttes d'huile d'olive dans le creux de votre main

2/ Masser vos mains délicatement

A renouveler autant de fois que nécessaire.

L'HUILE D'OLIVE HYDRATE LE CORPS

Ingrédients :

Quelques gouttes d'huile d'olive

Préparation et application :

1 /Après la douche

2/Verser quelques gouttes d'huile d'olive dans le creux de votre main

3/ Masser votre peau avec l'huile d'olive en insistant sur les zones plus sèches telles que les coudes, les genoux, les talons

A renouveler autant de fois que nécessaire.

L'HUILE D'OLIVE BASE POUR EXFOLIANT

Ingrédients :

Quelques gouttes d'huile d'olive

1 poignée de gros sel

Préparation et application :

1 / Humidifier la peau

2 / Verser quelques gouttes d'huile d'olive dans le creux de votre main et ajouter y le sel

3 / Masser votre peau dans un mouvement circulaire

A renouveler 1 fois par semaine.

L'HUILE D'OLIVE NOURRIT LES CHEVEUX SECS

Ingrédients :

Quelques gouttes d'huile d'olive

Préparation et application :

1 /A appliquer avant le shampoing

2/Verser quelques gouttes d'huile d'olive sur vos cheveux

3/ Masser vos cheveux du cuir chevelu vers les pointes délicatement

4/Laisser poser entre 30 et 60 min dans un bonnet de douche

5/Rincer à l'eau tiède

6/ Laisser sécher à l'air libre

A renouveler 1 fois par semaine.

L'HUILE D'OLIVE STIMULE LA REPOUSSE DES CILS

Ingrédients :

Quelques gouttes d'huile d'olive

Préparation et application :

1 / Lavez-vous les mains

2 / Versez quelques gouttes au creux de la main et trempez un doigt on-tige avant de l'appliquer délicatement sur la base des cils en évitant l'intérieur de l'oeil.

3 / Laissez reposer quelques minutes

4 / Rincez à l'eau tiède à l'aide d'un coton à démaquiller.

Vous pouvez retrouver toutes les publications sur:

Mes réseaux sociaux :



questiondesqilibres



@coaching.questiondesqilibres

Les versions téléchargeables en PDF

sur mon site web :

<https://questiondesqilibres.webador.fr>



By Question des Qi Libres