

Do it yourself



„Mach Dir selber Deine Gesichtscreme- auf dich persönlich abgestimmt“

Es ist gar nicht so schwierig und aufwendig, wie man denkt.

Man braucht dazu:

- ❖ natürliche Zutaten (Bio/Vegan)
- ❖ ggf. fettige Öle (zur Pflege)
- ❖ ätherische Öle (abgestimmt auf deine Bedürfnisse)
- ❖ bisschen Zeit
- ❖ sauberen Arbeitsplatz
- ❖ Tiegel, Tuben...

Basisrezepte Cremes:

- ❖ Sheabutter oder Kakaobutter (kalt aufschlagen oder erwärmen)
- ❖ je nach Hauttyp fettes Öl (frakt. Kokos, Jojoba- oder Argan Öl)
- ❖ wenn es schnell gehen soll: Spa Hand+Body Lotion (auch für das Gesicht geeignet)

Alles gut miteinander vermischen, die ätherischen Öle am Ende dazu geben und nochmals vermischen. Achte auf absolute Sauberkeit

Tipps und Anregungen findest du bei DIY doTERRA, Buch „The Glow“ und auch in meiner „Duften Öl Fibel“ oder unter Rezepte