



פילינג לפנים

ציוד וחומרים: 1 כוס שיבולת שועל טחון דק/ מלח/ סוכר, $\frac{1}{2}$ כוס שמן צמחי (שקדים/ זית/ קוקוס) 5 טיפות שמן לבנדר/ תפוז, קערה, צנצנת בינונית

הוראות הכנה:

- 1 ערבבו בקערה את הרכיבים
- 2 מלאו את הצנצנת וסגרו אותה
- 3 שטפו את הפנים, הוציאו כף מהצנצנת ועסו את עור הפנים
- 4 שטפו היטב ויבשו בטפיחות קלות

הסבר

מטרת הפילינג היא הסרת תאים מתים, ניקוי שאריות לכלוך המצטברים בין התאים והמרצה של הדם לעור.

פעולת הפילינג מנקה את העור ומאפשרת התחדשות תאי עור ולכן יש לבצע פעולה זו אחת לשבוע (ולא באופן יום יומי)

