



www.lotus-bouche-cousue.fr

Une routine naturelle anti-acné de 7 jours

Voici une routine entièrement naturelle d'une semaine pour venir à bout des petits boutons d'acné qui empoisonnent le visage. Tous les détails sur le blog.

Chaque matin

- Nettoyer le visage avec le savon d'Alep.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer le gel d'Aloe Vera.

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si besoin.

Soir 1

- Nettoyer le visage avec le savon d'Alep.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Soir 2

- Nettoyer le visage avec le gommage AAA.
- Appliquer le masque d'argile et de yaourt.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Soir 3

- Faire le sauna facial.
- Effectuer la microdermabrasion.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Soir 4

- Nettoyer le visage avec le gommage AAA.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Soir 5

- Effectuer le masque à l'aspirine.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Soir 6

- Nettoyer le visage avec le gommage AAA.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Soir 7

- Nettoyer le visage avec le savon d'Alep.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Retrouvez
l'intégralité
des recettes sur

www.lotus-bouche-cousue.fr

pour une routine
naturelle