



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. Détails sur le blog.

Jour 1

Matin

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

Soir

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

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

Jour 2

Matin

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

Soir

- 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.

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

Jour 3

Matin

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

Soir

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

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

Jour 4

Matin

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

Soir

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

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

Jour 5

Matin

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

Soir

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

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

Jour 6

Matin

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

Soir

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

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

Jour 7

Matin

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

Soir

- Faire le sauna facial.
- Appliquer le masque d'argile et de yaourt.
- Appliquer la lotion à l'aide d'un coton.
- Appliquer l'huile de jojoba.

Nuit

- Appliquer le traitement de nuit localisé si nécessaire.

*Retrouvez
l'intégralité
des recettes sur
www.lotus-bouche-cousue.fr
pour une routine
naturelle*