

## Masque au concombre

### Ingrédients :

- 1/2 concombre
- 1 yaourt

### Préparation :

Epluchez le concombre, car les pesticides se trouvent à la surface de la peau.

Coupez-le en morceaux et mixez-le tout simplement avec le yaourt.

Laissez poser 15 min.

Propriétés du concombre Gorgé d'eau, le concombre hydrate la peau, la nettoie et lui donne de l'éclat. Plein de vitamine C, il est connu pour ses qualités assainissantes et astringentes.

## MASQUE À L'AVOCAT POUR LES PEAUX DÉVITALISÉES

### Ingrédients :

- Un 1/2 avocat
- Deux cuillerées à soupe d'huile d'olive
- Le jus d'un demi citron
- Une cuillerée à soupe de miel

### Préparation :

Dans un bol ou un mortier, couper un demi avocat bien mûr, puis ajouter les ingrédients

Bien écraser le tout à l'aide d'un pilon en bois ou un fouet de cuisine, jusqu'à obtenir une pâte bien homogène.

### Mode d'emploi :

Poser une couche bien épaisse sur le visage, laisser poser une dizaine de minutes, puis rincer à l'eau avec l'aide de mini éponges.

La masque est prêt à l'emploi, il est préférable de l'utiliser le soir (à cause du citron qui est photosensibilisant).

Renouveler le masque chaque semaine pour un effet plus net.

Le citron a des vertus intéressantes pour éclaircir la peau et faire disparaître les tâches brunes.

## Masque au curcuma

### **Ingredient :**

- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 cuillère à café de curcuma
- 1 cuillère à soupe d'huile d'amande douce
- lait

### **Préparation :**

Commencez par protéger vos vêtements car le curcuma colore très efficacement, et portez des gants propres.

Dans un petit bol, mélangez les ingrédients et autant de lait qu'il faut pour obtenir une consistance crémeuse ni liquide ni épaisse.

### **Mode d'emploi :**

Appliquez votre masque sur le visage, en évitant soigneusement les yeux, les cils, les sourcils et les racines des cheveux, car le curcuma est épilatoire et peut enlever vos sourcils.

Laissez le masque pendant 20 minutes, puis rincez à l'eau tiède, puis relavez avec un nettoyant doux afin d'éliminer les résidus de curcuma, et appliquez une solution tonique légère.

Le masque au curcuma révèle l'éclat de la peau, resserre les pores, et réduit les rougeurs et l'inflammation.

Il aide également estomper les taches sombres inesthétiques et cernes sous les yeux, tout en éliminant les poils indésirables.

En outre, il est anti-vieillesse et combat les rides tout en laissant la peau douce et lisse.