



La nostra piccola guida per una pelle sempre protetta, splendente e giovane

NEL QUOTIDIANO:

Al **mattino**: detergere il viso con un **latte detergente** delicato, che lasci la pelle idratata e morbida (la pelle del viso non deve “tirare” dopo la detersione) infine sciacquare con acqua tiepida;

Procedere con un **tonico** più o meno alcolico a seconda del tipo di derma, in modo da richiudere i pori dilatati, disinfettare, tonificare e rinfrescare la pelle;

Applicare una **crema idratante, nutriente** o **anti-age**, accompagnata da un **siero** per il contorno occhi e labbra per prevenire le così dette “zampe di gallina”;

Bere almeno 1,5 lt d'**acqua** durante il giorno;

Alla **sera**: struccare delicatamente il viso con un **prodotto delicato**, con particolare attenzione a occhi e labbra, detergere e applicare il **tonico** come al mattino;

Applicare una **crema restitutiva e nutriente**;

Evitare bevande alcoliche;

Dedicare almeno 2 minuti al **muovere la muscolatura facciale** per renderla tonica ed elastica.



Prendersi cura della nostra pelle è essenziale per la salute e la bellezza del nostro viso.

DURANTE L'ARCO DELL'ANNO

Effettuare 2 **pulizie viso**: la prima in **primavera** per preparare la pelle all'estate, la seconda in **autunno** per ricostituire il derma e prepararlo all'inverno, in modo che la pelle sia più ricettiva ai trattamenti ed ai prodotti che si applicheranno;

Effettuare almeno un **trattamento** al mese in base al tipo di pelle: per le pelli mature sarà necessario un trattamento al colla- gene, per le pelli secche sarà opportuno un trattamento di idratazione profonda, per le pelli grasse sarà importante effettuare dei trattamenti sebo-riequilibranti e così via...

Cambiare tipologia di **creme** dall'estate all'inverno, con texture leggere e fresche, come i sieri, durante la stagione calda e altre, più corpose e cremose, durante il periodo invernale;

Utilizzare prodotti di **buona/ottima qualità** e a base **naturale**, senza prolungare l'uso dello stesso prodotto per troppo tempo in quanto la pelle si "abituata" e la crema non sortirà più gli effetti desiderati;

Vi sono in commercio (potete trovarle anche presso il nostro centro) particolari miscele di **tisane** che favoriscono il ricambio cellulare, l'eliminazione delle tossine e dei liquidi in eccesso, esse sono un toccasana irrinunciabile non solo per la pelle ma anche per l'intero organismo!

Chiedi allo staff!



Via Gaiardina 2/A
46020—Villa Poma (MN)
INFO E APPUNTAMENTI:
Tel: 0386/565410
www.equilibrioebenessere.it

Ci trovi anche su Facebook e Instagram!