

Beauty Masken selbstgemacht

Die Schule nervt, die Mathearbeit hast Du in den Sand gesetzt und außerdem noch Stress mit Deinen Eltern? Tu Dir was Gutes! Wie wär's mit einem Beauty-Nachmittag für Dich und Deine BF? Kosmetikprodukte sind zu teuer? Kein Problem, es müssen gar keine Drogerieartikel sein. Im Gegenteil. Die schaden manchmal der Haut mehr, als dass sie pflegen.

Probiert doch mal, Gesichtsmasken selber zu machen. Das geht ganz einfach, ist günstig und vor allem ohne Konservierungsstoffe. Und alles, was Ihr dazu braucht, findet Ihr in der Küche.

Aber bevor es losgeht, hier noch ein paar Dinge, die Ihr beachten solltet:

- Die Masken sollten immer frisch und auch nur aus frischen Zutaten zubereitet werden. Fertige Masken nicht länger als 24h im Kühlschrank aufbewahren
- Vor dem Auftragen solltet Ihr Eure Gesichtshaut reinigen, denn sind die Poren noch mit Make-up verstopft, können die Pflegesubstanzen nicht in die Haut eindringen. Ihr könnt auch nach der Reinigung als Vorbereitung ein Kamillen-Dampfbad machen. Wie das geht, erfahrt Ihr hier.
- Da die Augenpartie sehr sensibel ist, solltet Ihr sie bei der Anwendung jeder Maske aussparen

1. Quarkmaske – Bei großporiger Haut

- * 2 Esslöffel Quark
- * 1 Teelöffel Zitronensaft

Quark und Zitronensaft vermengen und die Maske 15 Minuten einwirken lassen. Anschließend mit warmen Wasser abspülen. Durch die Säure in der Zitrone verengen sich die Poren, das

Hautbild wirkt feiner und ebenmäßiger.

2. Joghurt-Honigmaske – Für superweiche Haut

- * 5 Esslöffel Naturjoghurt
- * 1 Esslöffel Honig

Einfach Joghurt und Honig verrühren und auf's Gesicht geben. Dann 15-20 Minuten einwirken lassen und anschließend mit einem Kosmetiktuch die Reste abnehmen. Die Haut fühlt sich danach gleich viel weicher an und strahlt.

3. Mit Leinsamen gegen Pickel

- * 1 EL Leinsamen (geschrotet)
- * 2 EL heißes Wasser

Mische die Leinsamen mit dem Wasser und lasse die Mischung ein paar Minuten abkühlen, bis sie lauwarm ist. Reibe sie Dir sanft ins Gesicht und lasse sie ca. 20 Minuten einwirken. Danach einfach mit lauwarmen Wasser abspülen.

Du wirst feststellen, dass sich die Entzündung der Pickel um einiges verringert hat.