



ПРАВИЛЬНЫЙ ДОМАШНИЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА В РАЗНОЕ ВРЕМЯ ГОДА

Самое время скорректировать свой домашний уход за кожей!

Даже если ты посещаешь косметолога, уделять внимание коже лица необходимо каждый день в домашних условиях.

Для начала разделим уход по сезонам:

Уход в холодное время года

Уход в теплое время года

ХОЛОДНОЕ ВРЕМЯ ГОДА

Для холодного времени года коже требуется больше питания. Соответственно и средства ухода будут более насыщенные и плотные по текстуре.

УТРЕННИЙ уход в холодное время года:

1. Умывание водой
2. Тоник
3. Патчи под глаза
4. Сыворотка по типу кожи
5. Питательный крем на лицо
6. Крем более лёгкой текстуры на кожу вокруг глаз

ВЕЧЕРНИЙ уход в холодное время года:

1. Мицелярная вода для снятия макияжа
2. Очищающее средство по типу кожи
3. Тоник
4. Сыворотка с гиалуроновой кислотой
5. Питательный крем или питательная ночная несмываемая маска для лица.

ТЕПЛОЕ ВРЕМЯ ГОДА

Для тёплого времени года подходят более легкие текстуры кремов, сывороток, масел и масок.

В это время года можно не наносить крем - пусть кожа ночью отдыхает и дышит. Используйте крем только в том случае, если чувствуете, что кожа стянута.

УТРЕННИЙ УХОД в тёплое время года:

1. Очищающее средство по типу кожи
2. Тоник
3. Патчи под глаза
4. Сыворотка для лица по типу кожи
5. Увлажняющий крем для лица с защитой от солнца и крем для кожи вокруг глаз

ВЕЧЕРНИЙ УХОД в тёплое время года:

1. Мицелярная вода для снятия макияжа
2. Очищающее средство по типу кожи
3. Тоник или лосьон (для жирной кожи)
4. Сыворотка

ЛАЙФХАК

Утром и вечером протирайте лицо кубиком льда. Желательно с цветами ромашки. Она не только придаёт тонус коже, но и снимает воспаления, смягчает и заживляет кожу.

Не удивляйтесь, но вне зависимости от времени года наносите солнцезащитное средство.

Так как ультрафиолетовые лучи обладают мощным, повреждающим кожу, действием. И даже белый снег, отражая солнечные лучи, еще больше усиливает воздействие ультрафиолета.

Летом используйте 50% солнцезащитное средство, а зимой - 15%.

Каждый день делайте маску для лица.

Чем разнообразнее вариации, тем лучше.

Таким образом кожа не будет привыкать и результат будет ещё лучше.

Раз в неделю делайте пилинг или скраб для лица.

Люби себя, ухаживай и заботься о себе!
И обязательно распечатай этот чек-лист,
чтобы ничего не забыть!

Еще больше полезных советов
в моем профиле:

@ bogachkina_y

