


Happyroutine



Ma nouvelle routine de nettoyage



Le démaquillage

Ma sélection d'huiles végétales les mieux adaptées à votre peau Printemps :

L'huile de noyaux d'abricots



C'est une des huiles les plus douces. Elle est tolérée par tous, même les bébés et les peaux réactives. Son odeur est neutre et elle est facile à utiliser grâce à sa texture très légère. Très riche en vitamine A, l'huile de noyaux d'abricots régénère et assouplit la peau. C'est une huile qui a un très bon rapport qualité/prix.

Ses propriétés :

- Illuminatrice, effet bonne mine
- Régénérante et revitalisante, retarde les effets du vieillissement cutané
- Tonifiante, assouplissante, émolliente, protège la peau de la déshydratation

Spécificités :

- Texture : fluide, toucher gras
- Couleur: jaune à orangée
- Odeur : légère de noix et d'amande amère
- Potentiel oxydatif : peu sensible

L'huile de macadamia



Assouplissante et nourrissante, c'est une huile qui pénètre très bien dans la peau. L'huile de macadamia possède de grandes propriétés antidéshydratation. Egalement cicatrisante et apaisante, c'est une huile qui est souvent utilisée en massage pour stimuler la circulation.

Ses propriétés :

- Assouplissante, nourrissante et antidéshydratation
- Stimule la microcirculation
- Très bonne pénétration cutanée
- Cicatrisante et apaisante

Spécificités :

- Texture : assez visqueuse, toucher sec
- Couleur: jaune verdâtre
- Odeur : rappelant l'huile de noisette
- Potentiel oxydatif : peu sensible

L'huile de jojoba



Je ne vous le cache pas, c'est mon huile chouchoute de tous les temps ! Pourquoi ? Parce que sa composition est la plus proche de celle du sébum. Elle convient absolument à tous les types de peau. Parmi ses nombreuses propriétés, elle est l'huile régulatrice du sébum par excellence. Elle est aussi protectrice et anti-âge. Mais cette perfection a un coût et l'huile de jojoba fait partie des huiles les plus luxueuses aujourd'hui.

Ses propriétés :

- Protège de la déshydratation et freine les pertes en eau
- Rééquilibrante, régule les sécrétions de sébum
- Pénètre en profondeur sans laisser de film gras
- Action calmante et cicatrisante
- Protectrice et adoucissante
- Lutte contre le vieillissement cutané, maintient la souplesse et l'élasticité de la peau, aide à lisser et à raffermir la peau

Spécificités :

- Texture : assez visqueuse, toucher sec
- Couleur: jaune
- Odeur : légère de noix
- Potentiel oxydatif : peu sensible

Le nettoyage

Ma sélection de cosmétiques les mieux adaptées à votre peau Printemps :

Le savon saponifié à froid



C'est un savon fabriqué selon un procédé traditionnel artisanal. Il est principalement composé d'huiles végétales et de glycérine végétale, émollissante et hydratante.

C'est un cosmétique de très grande qualité, doux pour la peau.

Contrairement aux savons classiques, il ne décape pas le film hydrolipidique et ne contient que des ingrédients naturels.

Certains savons saponifiés à froid sont « surgras ». On a alors ajouté des huiles végétales et/ou des beurres végétaux en fin de fabrication. Il est dans ce cas plus nourrissant pour la peau.

Ses propriétés :

- Contient de la glycérine qui hydrate la peau
- Les ingrédients ne sont pas chauffés et préservent leurs qualités
- Méthode de fabrication respectueuse de l'environnement
- Fabriqué à partir d'ingrédients naturels
- Tensioactif doux pour le nettoyage du visage

L'éponge Konjac



Le konjac est un légume qui pousse dans les forêts d'Asie.

Ses racines transformées en farine, permettent d'obtenir une pâte, qui moulée et mélangée avec de l'eau forment l'éponge Konjac,

Surprenant !

C'est un produit cosmétique qui a toute sa place dans la salle de bain car il peut nettoyer en profondeur sans abîmer la peau.

L'éponge Konjac peut être enrichie en argiles ou en plantes pour améliorer ses bienfaits, en fonction de son type de peau.

Ses propriétés :

- Exfolie en douceur
- Elimine les peaux mortes
- Désincruste les pores
- Stimule la micro-circulation
- 100% végétal et biodégradable
- Sans additifs ni colorants

Le tonique

Ma sélection d'hydrolats les mieux adaptées à votre peau Printemps :

L'hydrolat de menthe poivrée



C'est un hydrolat antibactérien. Il est idéal en cas d'imperfections. Son odeur est stimulante et tonifiante. Il va donner un grand coup de frais à votre visage ! La menthe poivrée active aussi la circulation cutanée.

Ses propriétés :

- Tonifie la peau et active la microcirculation cutanée
- Antibactérien
- Rafraîchissant
- Apaise les démangeaisons

Spécificités :

- Odeur : puissante, fraîche, mentholée, aux notes sucrées
- Bien-être :
 - apaise les tempéraments explosifs et irritables
 - stimulant mental, aide à s'éveiller, à se concentrer et à garder la tête froide

L'hydrolat de romarin à verbenone



Cet hydrolat est purifiant et régule les sécrétions de sébum. Il a également des propriétés antioxydantes. L'hydrolat de romarin à verbenone est idéal pour les peaux qui brillent.

Ses propriétés :

- Purifiant et régulateur des sécrétions de sébum
- Tonique de la peau
- Antioxydant

Spécificités :

- Odeur : fraîche, aromatique et herbacée, aux notes de miel
- Bien-être :
 - énergisant
 - aide à se concentrer et à se recentrer, renforce les capacités de mémorisation, d'analyse et de synthèse
 - renforce la confiance en soi et aide au contrôle des émotions

L'hydrolat de géranium



Cette plante est une excellente équilibrante de la peau. Parmi ses grandes propriétés, elle est astringente et antiseptique. Elle va donc aider à resserrer les pores et limiter la prolifération des bactéries.

Ses propriétés :

- Astringente et antiseptique, excellent équilibrant cutané
- Apaisant cutané et anti-inflammatoire
- Tonique cutané
- Hémostatique
- Rafraîchissante en cas de bouffées de chaleur

Spécificités :

- Odeur : fraîche, très fleurie et rosée
- Bien-être :
 - aide à se libérer de situations difficiles quand on se sent «mal dans sa peau»
 - aide à trouver l'équilibre et à rester centré
 - harmonise les aspects yin et yang d'une personne et aide à se construire un environnement positif en chassant le négatif



**J'espère que ce carnet vous aidera à sélectionner
les merveilleux cosmétiques pour retrouver
l'Happyderme qui est en vous !**

Pour toutes questions concernant la méthode
BE CHANGE ©, je vous invite à les poser à
hello@happyderme.fr

Prenez soin de vous !

A très vite,

Marion

Les informations contenues dans ce livret concernant les propriétés des plantes sont issues du livre « Le grand guide de l'aromathérapie et des soins beauté naturels » de Aude Maillard.

Les informations mises à votre disposition sont à caractère informatif. Elles ne sauraient en aucun cas remplacer une consultation médicale, ni engager notre responsabilité. Pour tout usage à des fins thérapeutiques, nous vous conseillons de consulter un professionnel de santé.