

Naturkosmetik

Gurkenmaske:



- 2 Esslöffel gemahlene Haferflocken
- etwas Gurke, das Innere entfernen, sonst ist die Maske zu wässrig.
- Gurke mit Schale pürieren und mit den Haferflocken vermengen. Auf die Haut auftragen und 15 Minuten einwirken lassen, dann mit lauwarmen Wasser abwaschen.

Kastanie-Zitrus-Shampoo:

- ¼ pflanzliche Kernseife,
- Orangen/Zitronenschalen
- Zwei Roskastanien
- Circa 250ml Wasser
- Das Wasser, geraspelte Kernseife und geschälte Kastanien zum Kochen bringen. Am Ende Orangen oder Zitronenschalen hinzufügen und kurz mitkochen. Zum Schluss abkühlen, absieden und in ein Glas füllen.



Pflegende Haarmaske



- 2 Teebeutel Kamille
- Saft einer halben Zitrone
- 125 ml Wasser
- 2 EL Olivenöl
- Wasser aufkochen, Kamillenteebeutel 15 Minuten ziehen lassen, danach abkühlen und Olivenöl hinzufügen. Maske kann bis zu 30 Minuten einwirken und hat nebenbei ein Aufhellungseffekt.

Pfefferminz-Zahnpasta

- 2 EL Kokosöl
 - 1 EL Natron
 - 1 Tropfen Pfefferminzöl
- In einem Glässchen oder Behälter Kokosöl und Natron zu einer MaÙe verrühren, dann Pfefferminzöl dazugeben. Am besten mit einem Löffel eine kleine Menge rausnehmen, auf die Zahnbürste auftragen und losschrubben.



Peeling deiner Wahl:

- 300 g Zucker/Salz
 - 120 ml Olivenöl/Sonnenblumenöl
 - Je nach Geschmack: Kakaopulver, Duftöle, Zimt oder Abgeriebene Schale einer Zitrone/Orange dazugeben
- Mehrere Wochen haltbar, Einfach unter Dusche auftragen und sich mit einreiben.

Tipps wenns mal schnell gehen muss:

- Kaffeesatz eignet sich super als belebende Maske oder Peeling für den gesamten Körper
- Paar Tropfen Kokosöl in die Haarspitzen, verleiht eurem Haar Feuchtigkeit und Glanz.
- Orangen/Zitronenschalen aufbewahren, in ein Behälter, mit Tafelessig aufgießen und 2-3 Wochen stehen lassen. Fertig ist der Allzweckreiniger!
- Spröde Lippen? Einfach ein bisschen Oliven/kokosöl drauf schmieren 😊

Viel Spaß beim ausprobieren

Euer Greenpeace Jena