



## Козметични процедури за гърди

Когато нанасяте маските за гърди бъдете внимателни и задължително избягвайте да третируте зоната около зърната. Извършвайте козметични процедури в гореща баня. Защото, когато кожата е загоряла, тя много по-добре попива и усвоява подхранващите вещества.

## Билкова отвара от розмарин и мащерка

Сварете 30 г мащерка и 30 г розмарин. Оставете отвара да изстине на стайна температура и с тампон нанесете от нея върху деколтето и гърдите. Оставете да действа около 15 минути и изплакнете със струя студена вода.

## Масаж на гърдите

Направете лек масаж на гърдите с кръгови движения. Започнете от горната им външна част, продължете движението надолу, заобикаляйки рното, и пак стигнете до изходната позиция. зъ

За масажа смесете малко олио от авокадо и жожоба. Авокадото е подходящо за чувствителна кожа и има регенериращи свойства, а жожобата хидратира и подхранва в дълбочина.

След тези процедури кожата на гърдите ще изглежда свежа и еластична.