Fiche Recette : Le Masque Apaisant à l'Argile Blanche & Calendula

Un rituel de douceur pour votre peau

Ce masque est un moment de pause et de réparation. Il apaise les peaux échauffées ou sensibilisées, les nourrit en douceur et leur redonne de l'éclat. C'est un véritable soin qui vous aide à vous reconnecter à vous-même.

Les ingrédients

- 1 c. à soupe d'argile blanche (kaolin)
- 1 c. à café de macérat huileux de calendula
- 1 c. à soupe d'hydrolat de lavande ou de camomille

Les étapes de préparation

1. Dans un petit bol, mélangez délicatement l'argile avec l'hydrolat jusqu'à obtenir une pâte souple et homogène.
2. Ajoutez le macérat de calendula. Mélangez à nouveau doucement pour bien l'incorporer à la préparation.
3. Appliquez le masque en couche fine sur votre visage propre, en évitant le contour des yeux et des lèvres.
4. Laissez poser 5 à 10 minutes. Il est crucial de ne jamais laisser le masque sécher complètement ! Vaporisez un peu d'hydrolat si besoin.
5. Rincez à l'eau tiède en douceur.

Le Conseil du jour

Prenez ce temps pour vous, respirez. Ce geste simple est aussi un moment pour écouter les besoins de votre peau.