

## Gesundheitstipp

**„Hände so zart wie.....“**

*Dank einer  
Avocadoöl - Sheabutter Handmaske!*

**Unser Pflegetipp bei rissigen und spröden Händen.**

### So wird's gemacht:

1. 2/3 Sheabutter mit 1/3 Avocadoöl mischen
2. 1-2 Tropfen Lavendelöl zur Mischung hinzugeben
3. Die Hände mit dieser Mischung 1-2 Minuten einmassieren und warten bis die Mischung in die Haut eingezogen ist
4. für eine verstärkte Wirkung:  
nach dem Einmassieren Baumwollhandschuhe anziehen und die Maske über Nacht einziehen lassen.....wirkt Wunder!