

Gesundheitstipp

Erfrischt und gepflegt durch den Sommer mit der Aloe vera

heilsame und erfrischende Aloe vera Maske für Gesicht
und Körper – so geht's:

**Zutaten: (für Einmalanwendung auf
Gesicht und Dekolleté)**

- 1-2 Teelöffel Aloe vera Saft
- 1-2 Esslöffel Quark
- 1 Teelöffel Honig

Anwendung:

1. alle drei Zutaten abmessen und miteinander vermengen
2. dünne Schicht auf Gesicht und Dekolleté bzw. den Körper auftragen
3. 15 Minuten einwirken lassen
4. mit lauwarmen Wasser abspülen

Eigenschaften der Aloe vera:

- beruhigt gerötete, gereizte, strapazierte Haut
- feuchtigkeitsspendend
- kühlend
- ideal nach dem Sonnenbaden, bei Insektenstichen und als natürliche Pflege bei sensibler, empfindlicher Haut

