

## Gesundheitstipp

**„Verwöhnprogramm für Kopfhaut und Haare“  
durch die Anwendung einer**

# Tonerde Haarpackung

Die Packung reinigt und entschlackt die Kopfhaut und kräftigt die Haare!



### **So wird's gemacht:**

- grüne Tonerde in eine Schale geben und mit Wasser einen Brei anrühren
- 2-3 Tropfen ätherisches Öl z.B. Lavendel hinzugeben
- 1-2 Teelöffel Mandelöl hinzugeben
- alles gut vermengen bis eine glatte Masse entsteht
- die Masse in einer dünnen Schicht auf der Kopfhaut verteilen
- die Packung 20 Minuten einwirken lassen und dann mit Zitronenwasser gründlich ausspülen ( Saft von einer Zitrone pro Liter Wasser)