Astuces pour être belle et zen - 1/1

Comment obtenir un sourire éclatant ? Des cheveux soyeux ? Une peau à croquer ?...

Pour avoir un sourire éclatant plusieurs possibilités existes. En voici deux :
Procure-toi des feuilles de sauge et après tes brossages quotidiens, frotte tes dents avec celles-ci, brillance au assurée !

Le citron, qui a de multiples propriétés dues à sa composition, sera un allié idéal pour préparer tes dents à rester en bonne santé. Pour cela, presse un citron dans un verre et avec le jus recueilli, brosse toi les dents. Action à répéter deux fois par semaine.

Une peau à croquer :
Tu connais l'huile d'amande douce ? Une peau mate et plus douce que de la soie, c'est possible avec quelques gouttes au creux de la main que tu étales doucement chaque matin.

Doux et soyeux grâce à la camomille, la plante amie des cheveux blonds :
Plusieurs fois par semaine, mélange quelques gouttes d'huiles essentielles de camomille à ton shampoing. Enfin laisse sécher ta crinière au soleil, il-lu-mi-na-ti-on garantie !

Des cheveux bien nourris :
Deux fois par mois, casse deux oeufs et mélange-les avec un peu d'huile d'olive, bref, un masque parfait à garder pendant plus ou moins sept minute.

La fraise, on ne fait pas que la manger !
Mixe 100gr de fraises et une cuillerée à soupe de miel. Ensuite, étale ton masque sur le visage en évitant les contours des yeux. Garde le pendant 15minutes et rince soigneusement à l'eau tiède. Très bon pour la peau sèche !

Des ongles en bonne santé :
4 fois par semaine, coupe un citron en deux et enfonce tes ongles dans la pulpe pendant 15 secondes, cela a pour action de les blanchir et de les rendre moins cassants.

La brillance des cheveux :
Rince tes cheveux à l'eau fraîche mélangée avec du jus de citron, brillance as-su-rée !