

Plein soleil sur ma cure détox pour prolonger l'été

Vous avez beau avoir pris soin de vous tout l'été, à votre retour de vacances, c'est la « cata »...
Votre peau est totalement desséchée, terne, abimée...
Les rayons du soleil, l'eau de mer ou chlorée des piscines... ont fragilisé votre peau.
Et pour se protéger, votre peau est devenue plus épaisse, plus rugueuse mais aussi plus sèche...
Bienvenue à la peau de croco !

Pourquoi une cure détox pour la peau ?

Notre peau est le reflet de notre environnement : pollution et stress fatiguent notre peau, sans compter les effets de l'alimentation de l'été : barbecue, apéros ou encore le manque de sommeil...

Notre corps se défend mais quand c'est trop, c'est trop ! il stocke les toxines pour les éliminer plus tard et cela se voit ; le teint devient terne, les cernes apparaissent, les imperfections de la peau augmentent...

La solution : une cure détox pour éliminer les toxines et repartir sur des bases saines et une peau sublimée. La **durée d'une cure détox est de 1 mois minimum** (le temps d'un renouvellement cellulaire complet).

Dans l'idéal, pendant cette cure, évitez de surcharger la peau en limitant le maquillage.

Les deux conseils pour une cure détox efficace afin de retrouver fraîcheur et beauté

Une cure de détox n'est pas un remède miracle mais plutôt des pratiques qui corrigent les mauvaises habitudes !

Deux conseils pour une cure détox aux effets garantis en seulement trois à quatre semaines !

PREMIER CONSEIL

Cela commence dans l'assiette ! Moins de café, plus de tisanes et de boissons détox, plus de sommeil.

Le matin, à jeûn, au réveil, un grand verre d'eau tiède avec du jus de citron. Effet bonne mine garantie !

Au cours de la journée, optez pour des boissons détox telles que thés et tisanes détox.

Aux repas, privilégiez les céréales complètes, les légumes (artichaut, cresson, aubergine, choux) et les fruits (ananas, kiwi, pomme, myrtille), et surtout évitez les aliments gras et préférez les dîners légers...

Après quelques jours, votre corps le ressentira, votre peau aussi !

DEUXIEME CONSEIL



Pas besoin de modifier toute votre routine beauté. Il suffit d'y intégrer tout simplement, **un Gommage Onatur 1 à 2 fois par semaine pour activer la micro-circulation, éliminer les cellules mortes et aider à la régénération cellulaire**. Attention tout de même, le but n'est pas de décaper la peau, la douceur est de mise !

Point fondamental post Gommage : l'hydratation !

Une peau correctement hydratée saura mieux se défendre face aux agressions extérieures grâce aux **Huiles Précieuses Onatur** à la texture fluide et légère contenant des antioxydants, véritables barrières aux radicaux libres et aux effets de la pollution !

Une cure détox efficace UN GOMMAGE + UNE HUILE PRÉCIEUSE

LES GOMMAGES CORPS ET VISAGE *Onatur*

Les Gommages permettent de **débarrasser la peau de toutes les impuretés** et rétablissent le bon fonctionnement de la **peau** qui retrouve alors son aspect doux et satiné.

Le Gommage est une **étape essentielle du rituel de beauté**. Il **prépare la peau à recevoir ses soins** et assure une **plus grande efficacité** des crèmes, laits ou huiles qui pénétreront plus en profondeur.

Conseil : le Gommage convient à tous types de peaux à l'exception des peaux très sensibles.

LES PROPRIÉTÉS DES GOMMAGES *Onatur*

L'argile a un fort **pouvoir d'absorption des impuretés**. Elle a une **action cicatrisante et reminéralisante** grâce à sa richesse en minéraux tels que le calcium, magnésium, potassium et sodium.

L'argile et les fines **particules de coque d'amande ou de graines de roses musquées** conjuguent leur **action exfoliante** pour débarrasser la peau de ses cellules mortes.

L'argile **stimule, tonifie et raffermi** la peau. Le **grain de peau est affiné**, la peau retrouve son éclat et sa douceur.

L'effet conjugué du massage exfoliant avec l'action tonique de l'eau florale et de l'huile essentielle de romarin (Gommage Corps) ou de l'eau florale de rose de Damas et de l'huile essentielle de géranium rosat (Masque Gommant Visage), activent la micro circulation et procurent une sensation vivifiante.



LES HUILES PRÉCIEUSES *Onatur*

Ces Huiles Précieuses *Onatur* sont un **cocktail de 9 huiles végétales**, avec ou sans huiles essentielles, spécialement choisies pour leurs propriétés sur le fonctionnement de la peau et leur capacité de diffusion.

100% issues de l'agriculture biologique et obtenues par pression mécanique à froid, ces huiles riches en acides gras essentiels, en vitamines, minéraux et en oligoéléments aux propriétés traitantes, apportent les soins dont votre peau a besoin.

Concrètement, ces Huiles Précieuses *Onatur* **penètrent rapidement dans la peau pour lui apporter leurs bienfaits tout en formant un film lipidique à la fois nourrissant, hydratant et protecteur.**

La cure détox pour le Visage

LE MATIN



1. Commencez par un **nettoyage tout en douceur** avec la **Lotion purifiante nettoyante *Onatur*** à l'eau florale de rose de Damas et à l'aloé vera.
2. **Appliquez** en légers massages une noisette de votre **Huile Précieuse nourrissante sans huiles essentielles *Onatur*** ou votre **Crème purifiante rose aloe vera *Onatur*** pour les peaux mixtes grasses.
3. Appliquez votre **Crème teintée claire *Onatur*** pour les petites imperfections et les rougeurs ou la **Crème teintée foncée *Onatur*** pour prolonger votre bonne mine bronzée de l'été.

Conseil : pour une cure détox efficace, laissez respirer sa peau en limitant le maquillage.

La cure détox pour le Visage (suite)

LE SOIR

1. **Nettoyez** votre peau des impuretés et du maquillage de la journée avec le **savon saponifié à froid** *Onatur* (rose, tamanu, cèdre atlas, camomille, bourrache ou estragon) pour un nettoyage efficace et tout en douceur. Faites crémier votre savon entre vos mains et appliquez sur votre visage la crème obtenue en massages circulaires pour éliminer toutes les impuretés de la journée, puis rincez à l'eau.
2. **Terminez** le démaquillage avec une **Eau Florale** *Onatur* Rose de Damas ou Fleur d'oranger.

UNE A DEUX FOIS PAR SEMAINE (une fois pour les peaux sèches, deux fois pour les peaux grasses)

1. **Appliquez** le **Masque Gommant purifiant rose aloe vera à l'argile** *Onatur* qui permet de détoxifier et de débarrasser la peau des toxines, des excès de sébum et des peaux mortes et **redonner de l'éclat au teint**. L'argile va absorber les toxines et les impuretés de la peau tout en lui apportant ses minéraux afin de cicatriser, reminéraliser et apaiser la peau...

Appliquez en **couche épaisse** et laissez poser environ **10 minutes** puis gomez en légers mouvements circulaires en insistant sur la zone T. Souvenez vous que **l'argile ne doit jamais sécher** car seule l'humidité permet les échanges avec la peau : apport de minéraux et absorption des impuretés, des déchets et des toxines par l'argile. Vous pouvez vaporiser avec l'eau florale pour réhumidifier si besoin.

2. **Rincez à l'eau claire.**
3. **Appliquez** votre **Huile Précieuse nourrissante sans huiles essentielles** *Onatur* sur peau encore humide en mouvements circulaires ou votre **Crème purifiante rose aloe vera** pour les peaux mixtes grasses.

La cure détox pour le Corps

Une à deux fois par semaine : un Gommage Corps + une Huile Précieuse

(une fois pour les peaux sèches, deux fois pour les peaux grasses)

1 - LE GOMMAGE CORPS KARITE ROMARIN *Onatur*



* **Nettoyez** votre peau avec le **savon saponifié à froid** *Onatur* rose, tamanu, cèdre atlas, camomille, bourrache ou estragon, puis **rincez** à l'eau claire.

* **Appliquez** avec les doigts en couche légère le **Gommage Corps Karité Romarin** *Onatur*.

* **Massez délicatement** en mouvements circulaires du bas vers le haut (dans le sens de la circulation sanguine de retour) pour débarrasser la peau de toutes les impuretés qui asphyxient les pores avec le **gant en coton ramie** *Onatur* pour éliminer les toxines accumulées en surface, les peaux mortes et activer la microcirculation. **Laissez agir quelques minutes** (ne pas laisser sécher l'argile)

* **Rincez** à l'eau claire afin d'éliminer le gommage.

2 - LES HUILES PRECIEUSES *Onatur*

Après le rinçage du **Gommage Corps** et sur une peau encore mouillée, appliquez le **matin** : l'**Huile Précieuse tonifiante raffermissante et détoxifiante** *Onatur*, **ou le soir** l'**Huile Précieuse relaxante hydratante** *Onatur*.

Appliquez en filets d'huiles sur tout le corps, massez délicatement de bas en haut (dans le sens de la circulation sanguine de retour) pour hydrater et restaurer le film protecteur de la peau.

Conseil : pour les femmes enceintes ou les personnes qui évitent les huiles essentielles, Onatur vous propose son Huile Précieuse nourrissante sans huiles essentielles.



Onatur

N°SIRET 530 305 648 00012 R.C.S Angers
TVA/CEE FR 71 530 605 648
Fline Martigné Briand 49540 Terranjou (France)

