



À effectuer chaque semaine, les masques visage contribuent à la beauté de votre peau. Le masque astringent a pour but de resserrer les tissus, les vaisseaux sanguins et les pores et à activer la circulation,

## Masque astringent / Masque "lifting"

### Masque à la fraise

- Mixez ou écrasez 300gr de fraises, 2 c à s. de miel ou de crème fraîche.
- Laissez poser le mélange **20 à 30 minutes** sur visage propre. Rincez et passez votre visage à l'eau froide.
- **Astuce** : préférez la crème fraîche si vous avez une peau sèche, et le miel si votre peau est grasse ou mixte.

### Masque au Rhassoul

- Dans un bol contenant de la **poudre ou du rhassoul concassé**, ajoutez de l'eau tiède jusqu'à obtenir une pâte épaisse.
- Ajoutez une goutte d'huile essentielle de Tea Tree (antiseptique), de lavande (relaxante et désinfectante) et de cyprès (rééquilibrante et tonique)
- Après avoir passé votre visage à l'eau tiède, étalez le mélange sur votre peau et **laissez poser 15 minutes**
- **Astuce** : ajoutez l'eau tiède au rhassoul cuillère par cuillère pour éviter une texture trop liquide.

### Masque à la tomate (peaux grasses)

- Récupérez le jus de **2 tomates fraîches** (fourchette ou centrifugeuse)
- Incorporez **100ml de lait** et laissez reposer 24h au frigo
- Incorporez de la **poudre de rhassoul** ou de l'**argile verte** jusqu'à obtenir une crème épaisse
- Appliquez sur visage et cou, laissez **poser 15min** et rincez à l'eau tiède

### Masque à la levure (peaux sèches)

- Mélangez dans un bol : **1 jaune d'œuf**, 1 sachet de **levure pâtissière**, 1 cuillère d'**huile d'olive**.
- Laissez poser 25 minutes et rincez à l'eau tiède.

### Masque astringent "minute"

- Montez en neige un **blanc d'œuf** au fouet ou avec un robot. Laissez poser **20 minutes** sur votre visage et rincez !