

DIT LILLE HÅNDRITUAL

Vinterbløde hænder

En enkel sukkerscrub og et roligt øjeblik til dine hænder.

1 FRISK PORTION | CA. 5 MINUTTER

DET SKAL DU BRUGE

2 tsk. fint, hvidt sukker

1 tsk. olivenolie

AI-genereret stemningsbillede

DIT LILLE DECEMBERRITUAL

Et øjeblik til dig

Find også lidt håndcreme og et rent håndklæde frem.

1. Rør sammen

Bland sukker og olie i en ren, lille skål lige inden brug.

2. Massér ganske let

Fugt hænderne med lunkent vand. Fordel lidt scrub, og massér blidt i 20-30 sekunder uden at trykke. Undgå neglebåndene.

3. Skyl og plej

Skyl grundigt med lunkent vand, og dup hænderne tørre. Smør dem med din håndcreme.

4. Afslut med ro

Massér hver håndflade med den modsatte tommelfinger i 20 sekunder. Stryg derefter let ud langs hver finger. Åbn og luk hænderne roligt tre gange.

Vær nænsom Kun til hænder med hel, rask hud. Spring scrubben over ved tørre revner, eksem eller irritation, og brug blot håndcreme. Stop, hvis det svier. Olie kan gøre vasken glat.

Lav kun til én gang, og kassér eventuelle rester. Undgå ansigtet. Brug ritualet en sjælden gang som lidt ekstra forkælelse.