**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**

**дополнительного образования детей Киселевского городского округа «Центр развития творчества детей и юношества»**

***Памятка***

***Типы кожи, рецепты приготовления мыла в домашних условиях***



***Составитель*:**

**Кардашова Ольга, объединение «Фитнес»**

***Руководитель*:**

**Филатьева Елена Владимировна, педагог дополнительного образования**

**Нормальная кожа** *имеет бежево-розовый оттенок, мягкая, гладкая, свежая, чистая, эластичная, умеренно матовая. На ней нет красных пятен или воспаленных участков, небольшие поры. Также на ней не увидишь угрей, черных и белых точек и гнойных прыщиков.*

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| Рецепты:Кремовое мыло с ароматом корицы*Мягкое мыло для деликатного ухода за кожей, обогащенное витамином Е и увлажняющим кремом. Теплый пряный аромат корицы согреет и вернет душевную гармонию в холодные неуютные дни.**100 г детского мыла, 1 ст.л. оливкового масла, половина чайной ложки увлажняющего крема, содержимое 1 капсулы витамина Е, несколько капель эфирного масла корицы, краситель «карамель» для красоты.*Огуречное мыло с базиликом*Огуречный сок в составе мыла превосходно очищает и питает кожу, а трава базилика успокаивает, снимает раздражение и дарит мылу красивый зеленый цвет.**100 г детского мыла, 60-80 мл огуречного сока, 2 ч.л. оливкового масла, одна-две чайные ложки сухого и толченого базилика, несколько капель эфирного масла пачули.* |

Сухая кожа*имеет розово-желтоватый цвет. Она нежная, тонкая, с маленькими порами, склонная к шелушению. В молодости она выглядит хорошо - персиковые щеки, отсутствие жирного блеска, угрей и прыщиков. Но также она имеет и свои недостатки. На ней легко появляются мелкие морщинки и глубокие складки. Она болезненно реагирует на умывание водой с мылом, появляется ощущение стянутости. При холоде и ветре может возникнуть покраснение и шелушение.*

#### Рецепты:

#### Молочно-медовое мыло

*Нежное, увлажняющее мыло.*

*100 г детского мыла, 2/3 стакана молока, 2 ч.л. меда, 1 ст.л. облепихового масла (обладает заживляющими и противовоспалительными свойствами + дает красивый цвет), 1 ч.л. глицерина, до 15 капель любого травяного или цитрусового эфирного масла, для красоты – цветки ромашки.*

Жирная кожа*в основном встречается у молодых людей во время полового созревания и примерно у 10-ти% взрослого населения. Имеет желто-серый или землистый цвет, смотрится блестящей и маслянистой. Чаще всего встречается в центральной части лица - лоб, нос, подбородок. На ней видны расширенные поры, склонна к высыпаниям.*

#### Рецепты:

#### ***Мыло»Овсянное»***

*Расплавить кусок детского мыла (100г) с половиной стакана воды или травяного отвара. Вмешать 1 столовую ложку молотой овсянки, ½ чайной ложки миндального масла, масло розмарина (5 капель), лаванды или мяты и ½ чайной ложки сока лимона. Хорошо перемешать и охладить в формочке. Мыло хорошо очищает и тонизирует жирную кожу, сужает поры.*

#### Взбитое мыло «Персиковый десерт»

*Очень красивое и нежное мыло.*

*200 г детского мыла, 2 ч.л. персикового масла, несколько капель розового масла, по 2-3 капли розового и желтого красителя, сухие соцветия.*

Комбинированная кожа*, или еще ее называют смешанной, сочетает в себе 2 типа. Это сухая, и иногда даже нормальная кожа в области щек, и более жирная в Т-зоне (лоб, нос, подбородок). Этот тип самый распространенный.*

#### Рецепты:

#### Домашнее мыло для лица:

*15 мл масла какао или жожоба. 50 мл крепкого настоя*[*ромашки аптечной*](http://www.web-zdrav.ru/index.cgi/fitoslovar?id=338)*. 10 мл миндального масла. 5 мл меда (если нет аллергии на мед). 8 капель эфирного масла розового дерева или лаванды.*

#### Кофейное мыло-скраб

*Удаляет ороговевший слой клеток и глубоко очищает кожу, делая ее нежной и бархатистой.*

*100 г детского мыла, 100 г молока, 1 ч.л. свежесмолотого кофе, 2 ч.л. масла какао, 7 капель шоколадного или ванильного ароматизатора, пара капель коричневого красителя для красоты.*