

### **Balzám na rty**

(léčivá mast, obzvláště na popraskané rty, která rty zároveň chrání)

4 díly (20g) olejového výluhu z měsíčku

4 díly (20g) tuku (z arašídů nebo kokosu)

1 díl včelího vosku

citronová nebo pomerančová silice apod.

Tuk a olejový výluh zahřejeme ve vodní lázni. Přidáme vosk a roztavíme ho (nesmí pak být příliš vařící). Do připraveného hrníčku kápneme několik kapek silice a opatrně vlijeme tekutou směs. Poté, co balzám zhoustne, zkrášlíme ho čerstvými květy.

### **Bylinné mýdlo**

5 vrchovatých lžic mýdlových vloček

1 lžice bylinného výluhu z levandule, růžových květů, heřmánku, rozmarýnu, měsíčku, šalvěje

1 lžička oleje (např. mandlového)

3 kapky silice k ovonění (levandule, mandarinka, máta)

Smícháme všechno dohromady v jedné nádobě (v kelímku od jogurtu) a masu prohněteme rukou. Z hmoty vytváříme různé formy – podle fantazie. Nakonec můžeme do mýdla vtlačit čerstvý květ.

### **Pleťové masky**

Normální/mastná pleť

100ml (20 lžiček) přírodního jogurtu

dostatek ovesné mouky

5ml teplého medu

1 kapka libovolného vonného oleje

Přírodní jogurt a mouku smícháme v pevnou pastu. Přidáme med a vonný olej a dobře vmícháme. 10-20 min necháme působit.

### **Pleťová voda**

Základní recept:

4 díly (40ml) bylinného výluhu

1 díl (10ml) výluhu z lihu či octa

trochu (3 kapky) silice

Přelijeme část bylin horkou vodou, necháme je nasáknout a pak procedíme. Zbytek bylin přelijeme lihem nebo jablečným octem, též necháme nasáknout a procedíme. Silici přidáme do lihového či octového výluhu. Smícháme obě tekutiny. Dobře protřepeme!

### **Přesličková pleťová voda na mastnou pleť**

výluh z přesličky

výluh z meduňky

meduňkový olej

### **Bylinná pleťová voda na nečistou pleť**

výluh z měsíčku a sedmikrásek

trochu včelího vosku roztaveného v teplé vodě

octový výluh z řeřichy

levandulový olej

### **Peeling pleti**

Pro všechny typy pleti

200g smetany

mořská sůl

1 kapka levandulového oleje

Smetanu a mořskou sůl smícháme v pastu. Ovoníme levandulovým olejem. Potřeme pleť a jemně vtíráme. Necháme chvíli působit a opláchneme teplou vodou.

### **Borůvkové tetování**

Výroba rostlinné barvy:

čerstvé borůvky

pšeničná mouka

Rozmačkáme borůvky, necháme je vzkypět a propasírujeme přes sítko. Šťávu trošičku zahustíme moukou. Dobře promícháme.

Tetování nejprve zkušebně načrtneme na papír. Kůži očistíme vatovým tamponem namočeném v lihu a ošetříme olejem z máty peprné. Tetování malujeme dřevěnou tyčinkou (původní metoda), štětcem nebo perem na tuš. Necháme dobře oschnout.

### **Prášek na zuby z šalvěje a máty peprné**

3 díly plavené křídly

2 díly laktózy

½ dílu sušených rozdrobených listů šalvěje a máty

Šalvěj bělí zuby a je dobrá na dásně. Máta peprná osvěžuje.

Sušené listy co nejvíce rozdrobíme. Odstraníme jemné větévky. Smícháme se zbývajícimi přísadami.

Na navlhčený kartáček na zuby dáme trochu prášku a čistíme si zuby tak, jak jsme zvyklí. Prášek na zuby je dobrá náhrada obvyklých zubních past. Sice nepění, zato je velmi účinný. Protože obsahuje mátu peprnou, při čištění zubů zezelená.