



## **GEBRUIKSAANWIJZING SINAASAPPELSCHIL POEDER**

Sinaasappelschil poeder zit vol met vitamines en antioxidanten. Een prachtig ingrediënt voor haar- en gezichtsmaskers.

### **Recepten-ideeën haar:**

Dit haarmasker kan alleen of met andere plantenpoeders worden gebruikt:

- Voeg sinaasappelschilpoeder toe aan yoghurt en maak een pasta. Wrijf dit mengsel goed in je hoofdhuid en haar en laat het een paar uur intrekken. Afwassen met water. Het helpt roos- en hoofdhuidproblemen te voorkomen.
- Meng sinaasappelschilpoeder met olijfolie tot je een dunne pasta krijgt en wrijf in je hoofdhuid en over je hele haar. Laat dit een uur staan. Wassen met shampoo. Het maakt je haar glanzend en zacht en voorkomt ook haaruitval.
- Meng het sap van de sinaasappel met (bio en rauwe) honing en (gedistilleerd) water en breng het aan op het haar als een conditioner na het wassen. Laat het nu 10 minuten zitten en spoel het af. Doe dit twee keer per week of zelfs driemaal en resultaten zijn al na een paar keer gebruiken zichtbaar.
- Meng het schilpoeder met wat citroensap en olijfolie en breng het daarna twee keer per week aan en laat het een tot twee uur intrekken.

### **DOE EEN TEST BIJ LICHT HAAR!**

#### **Hoeveelheid:**

- Kort haar: 3 eetlepels
- Middellang haar: 4-5 eetlepels
- Lang en dik haar: 5 of meer eetlepels

#### **Recepten-ideeën gezicht/huid:**

U kunt elk van de onderstaande combinaties gebruiken die het beste bij uw huid passen. Breng het aan en laat het 10 minuten intrekken. Was het daarna af met lauwarm water.

- 2 el vers sinaasappelschilpoeder, 1 el appelciderazijn en 1 el honing.
- 1 eetlepel sinaasappelschilpoeder, walnootpoeder en sandelhoutpoeder.
- 1 el sinaasappelschilpoeder, een snufje kurkuma en 1 el honing.
- 1 el sinaasappelschilpoeder en 2 el yoghurt of melk.
- 1 el sinaasappelschilpoeder en 1 el Multani mitti en rozenwater.

#### **Sinaasappelschilpoeder voor acnelittekens of als scrub of reiniger.**

2 el sinaasappelschilpoeder en 1 el haveremout. Aanbrengen en 15 minuten op je gezicht laten zitten. Wassen met koud water om de poriën te sluiten.



Sinaasappelschilpoeder voor de droge huid.

- 1 el sinaasappelschilpoeder, 1 el honing en rozenwater. Laat het 10 minuten intrekken en was het daarna af met lauwwarm water.
- 1 el sinaasappelschilpoeder en 2 el melk. Laat 5-10 minuten op je gezicht intrekken en was met lauwwarm water.

**Let op:** Laat het masker niet uitdrogen. Spray zo nodig een hydrolaat op het gezicht om het. Masker vochtig te houden. Zodra het droog wordt onttrekt dit vocht uit de huid.