

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie

6

1 PEELINGI

ZACZNIJ OD OCZYSZCZANIA CIAŁA

Antycellulitowy peeling do ciała	14	Odświeżający peeling limonkowy	24
Peeling kawowy	16	Peeling pomarańczowy	26
Peeling w kostkach	18	Delikatny peeling rozjaśniający skórę	28
Drożdżowy peeling do cery tłustej	20	Owocowy peeling enzymatyczny	30
Drożdżowy peeling z migdałami	20	Peeling do ust	32
Peeling jabłkowy	22	Peeling do stóp	34

2 SPECYFIKI DO KĄPIELI

W WANNIE I POD PRYSZNIC

Aromatyczne pastylki	42	Kolorowe galaretki do kąpieli	52
Relaksacyjna cytrusowa sól do kąpieli	44	Muszelki do kąpieli	54
Sól do kąpieli z cytryną i limonką	44	Kokosowe babeczki do kąpieli	56
Sól Kleopatry	46	Musujące babeczki	58
Różana musująca sól do kąpieli	48	Kąpiel z zieloną herbatą	60
Sól detoksykująca	50	Różane kulki do kąpieli	62

3 MYDŁA

NAWILŻAJĄCE I ODŻYWCZE

Mydlane BHP	72	Podstawowe mydło glicerynowe	92
Moje pierwsze mydło	74	Babeczki glicerynowe	96
Mydło lawendowe	78	Mydło z loofah	98
Mydło owsiane	80	Mydło z kasztanów	100
Mydło piernikowo-dyniowe	82	Savon noire	104
Peelingujące mydło kawowe	84	Mydło w płynie	108
Mydło z węglem aktywnym	88	Mydło w płynie glicerynowe	108
Mydło pszczelarza	90	Szampon cytrynowy	110

4 WŁASNORĘCZNY KOSMETYK

JEST WSPANIAŁYM PREZENTEM

Lawendowe serduszka do kąpieli	114	Kakaowe babeczki z kremem	118
Aromatyczna sól do kąpieli	116	Żel pod prysznic	122