

Perl 
KREM ŚLIMAKA PERŁOWEGO
 



Proste kroki do świetnego samopoczucia
i młodego wyglądu.

Zalety masażu Gua Sha

Głównym atutem używania płytki gua sha jest działanie przeciwzmarszczkowe i ujędrniające. Masaż płytką wpływa na poprawę owalu twarzy, jędrności i elastyczności skóry. Działa liftingująco, zwiększa ukrwienie, korzystnie wpływa na cyrkulację krwi i zmniejsza obrzęki. Przywraca skórze blask, przynosząc niesamowity relaks.



Jak wykonać masaż twarzy płytką Gua Sha krok po kroku.

Masaż twarzy płytką gua sha lub tylko dłońmi nie jest trudny, jednak chcąc uzyskać naprawdę widoczne efekty, powinniśmy się do niego odpowiednio przygotować.

KROK 1: DEMAKIJAŻ

Aby masaż był skuteczny, twarz i szyja muszą być dokładnie oczyszczone. Można również dodatkowo złuszczyć skórę, wykonując peeling. To sprawi, że zastosowane do masażu kosmetyki wnikną głębiej i zadziałają bardziej skutecznie.

KROK 2: SERUM, KREM lub OLEJEK

Płytką powinna być stosowana na lekko natłuszczonej skórze. Najlepiej wybrać do tego celu kosmetyki ujędrniające, przeciwzmarszczkowe czy nawilżające, co sprawi, że działanie płytki będzie bardziej spektakularne. Doskonale sprawdzi się do tego serum No.4 Zawiera naturalne oleje, które działają ujędrniająco i regenerująco – skóra staje się jedwabście gładka, jędrna i napięta.

KROK 3: MASAŻ

Masaż płytką wykonuj na oczyszczonej skórze wraz ulubionym serum czy olejkiem, ułatwi to przesuwanie płytki po skórze. Masaż ma na celu stymulowanie mechanizmów naprawczych, przynosi ulgę, uczucie rozluźnienia mięśni i wewnętrznego ciepła. Rozgrzana skóra zostaje pobudzone do intensywniejszej pracy i regeneracji.



Szyja

Masaż qua sha zaczynamy od szyi. Płytkę ustawiamy krawędzią do skóry i przesuwamy ją posuwistym ruchem od obojczyka w stronę żuchwy.

Powtarzamy ten proces kilkakrotnie, aż wymasujemy w ten sposób całą szyję. Masaż tej części ciała działa odprężająco, usprawnia przepływ limfy, dzięki czemu znikają obrzęki z twarzy, wygładzamy zmarszczki. Masaż mięśni szyi niweluje opadanie kącików ust ku dołowi i nadaje nam pogodny wyraz twarzy.

Wykonaj min 10 powolnych ruchów.



Żuchwa i broda

Budowa płytki doskonale układa się do naszej twarzy. Wcięcia płytki tak przyłoż do twarzy, abyś mogła dolną część kamienia wcisnąć jak najgłębiej pod szyję, tuż pod żuchwą. Przesuwaj płytkę od brody po linię żuchwy w kierunku uszu. Masaż tej części twarzy pomoże usunąć nam „chomiczki”, uwidoczni linię żuchwy, rozluźni mięśnie żwaczy, wygładzi zmarszczki marionetki.

Wykonaj min 10 powolnych ruchów.



Policzki

Szerszą część gua sha przykładamy do twarzy, zaczynając od wgłębienia między nosem a policzkiem, wzdłuż ust i zmarszczki nosowo - wargowej, następnie wykonujemy luftingujące ruchy, dosyć mocno przyciskając kamień i przeciągając aż do ucha, pod kością policzkową.

Masaż tej części twarzy, pomoże w likwidacji zmarszczki nosowo - wargowej, ujędrni skórę, poprawi kontury twarzy.

Wykonaj min 10 powolnych ruchów.



Kość policzkowa

Szerszą część gua sha przykładamy do twarzy wzdłuż nosa. Ruch dłoni wykonujemy od nosa po całej długości kości policzkowej, w kierunku skroni, intensywnie przyciskając gua sha. Masaż tej części twarzy, uniesie policzki, poprawi owal twarzy, wygładzi bruzdę nosowo - wargową, jednocześnie wygładzamy kurze łapki.

Wykonaj min 10 powolnych ruchów.



Łuk brwiowy

Serduszkciem qua sha wykonujemy masaż oczu. Płytkę przykładamy do łuku brwiowego, zaczynając od wewnętrznej części oka. Przesuwamy kamień wzdłuż brwi w kierunku skroni, na końcu podnosząc łuk brwiowy ku górze. Masaż tej części twarzy, podnosi opadający łuk brwiowy, otwiera oko, wygładza zmarszczki wokół oczu. Mięsień marszczący brwi, znajduje się tuż przy łuku brwiowym, dlatego masując go, jednocześnie wygładzasz łwią zmarszczkę.

Wykonaj min 10 powolnych ruchów.



Czoło

Dowolną szeroką częścią gua sha robimy masaż czoła. Najpierw wykonujemy masaż podłużny, od linii brwi po linię włosów. Czoło podziel na cztery części, zewnętrzną część brwi i wewnętrzną część brwi, tak samo z drugiej strony. Masaż tej części twarzy wygładza zmarszczki poziome czoła, unosi brwi, wygładza łwią zmarszczkę. Wykonaj min 10 powolnych ruchów na każdej części czoła.



Masaż czoła w drugą stronę.

Dowolną szeroką częścią quasha robimy masaż czoła. Wykonujemy masaż podłużny, od środka czoła po skroń. Czoło podziel na cztery części, nad łukiem brwiowym i pod linią włosów, tak samo z drugiej strony. Masaż tej części twarzy wygładza zmarszczki pionowe czoła, unosi brwi, wygładza łwią zmarszczkę.

Wykonaj min 10 powolnych ruchów na każdej części czoła.



Nazywam się Mariola Piłat, jestem założycielką marki PERLEcosmetic.pl.

Gdy już byłam „kobietą 40+” zwiększyło się moje zamiłowanie do naturalnego dbania o siebie, skupianiu się na potrzebach swojego ciała i duszy. Obudziła się we mnie chęć poszukiwania i poznawania naturalnych metod pielęgnacji.

I tak przyszła kolej na naturalne masaże, które w połączeniu z kosmetykami PERLE, mogą zastąpić nam nawet te bardziej inwazyjne zabiegi estetyczne.

Działają one na poszczególne partie twarzy, pobudzając mikrokrążenie, usprawniając przepływ limfy a także ujędrniając skórę.

Dbanie o siebie to nie tylko wygląd, ale to oznacza dobry nastrój, to uśmiech, to pewność siebie, to mniejszy stres i najważniejsze, pokochasz SIEBIE.

