лицо

чеклист ухода за собой

- [ ] **1.** касторовое масло на ресницы и брови

2. каждый день

3. утро

- [ ] **3.1** зубы
- [ ] **3.2** умывалка
- [ ] **3.3** японский массаж для лица
- [ ] **3.4** маска для лица
- [ ] **3.5** крем для лица

4. вечер

- [ ] **4.1** зубы
- [ ] **4.2** умывалка
- [ ] **4.3** мист

- [ ] **4.4** тоник
- [ ] **4.5** сыворотка
- [ ] **4.6** крем для лица
- [ ] **4.7** массаж кварцевыми массажерами
- [ ] **4.8** касторовое масло на ресницы и брови
- [ ] **4.9** бальзам для губ

5. раз в 2-3 дня

- [ ] **5.1** маски для лица
- [ ] **5.2** кофейный скарб

6. каждую неделю

- [ ] **6.1** чистка пор
- [ ] **6.2** депиляция ненужных волос
- [ ] **6.3** маска пиллинг
- [ ] **6.4** пиллинг для лица

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?