



Чек - лист по уходу за лицом.

Список процедур по уходу за кожей лица, необходимых для улучшения качества кожи и поддержания ее баланса.

1. Утро:

☐ **1.1** Гель для умывания.

Легкий гель для умывания, который подходит для ежедневного использования (не содержащий в себе эффекта скрабирования)

☐ **1.2** Лосьон для лица.

Это необходимо, для того, что бы поры после умывания сузились, для дальнейшего воздействия с кожей тональных или иных средств.

☐ **1.3** Крем.

Используем утром утренний крем, для легкого увлажнения кожи, не нагружая эпидермиальный слой кожи.

☐ **1.4** Патчи.

Используем патчи, для улучшения циркуляции крови в области глаз, для разглаживания верхнего слоя кожи и снятия отека.

2. День:

☐ **2.1** Крем.

Используем дневной крем для поддержания PH-баланса эпидермиса и влаги во внутренних слоях кожи. (подходит для тех, кто не пользуется макияжем, или в те дни, когда вы без макияжа.

3. Вечер:

☐ 3.1 Тоник.

Тоник (для снятия макияжа/очищающий) снимает слой пыли накопившийся за день и косметические средства. Необходим для раскрытия пор, для последующего очищения.

☐ 3.2 Пенка для умывания.

Вечером необходимо использовать именно пенку, а не гель, т.к. кожа находится весь день под косметическими средствами и эпидермиальный слой кожи уязвим.

☐ 3.3 Лосьон.

Необходимо убедиться, что мы до конца очистили кожу. Так же, лосьон способствует сужению пор, что необходимо перед нанесением крема.

☐ 3.4 Крем.

Используйте ночной крем или крем, имеющий более жирный состав, на основе масел подходящих вашей коже, т.к. в ночное время кожа более осушается, и травмируется от трения об постельное белье.

☐ 3.5 Сыворотка вокруг глаз.

Вечером необходимо дать нашей коже вокруг глаз отдохнуть от напряжения за весь день, снять усталость поможет охлаждающая сыворотка вокруг глаз, она не только освежит, но и увлажнит кожу, предотвращая утренние круги под глазами.

Выполняя правильный уход, ваше лицо будет сиять!!!

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

как это убрать?