

Anita Bechloch

The Glow - Naturkosmetik selber machen

Leseprobe

[The Glow - Naturkosmetik selber machen](#)

von [Anita Bechloch](#)

Herausgeber: Gräfe und Unzer Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b19620>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Vorwort.....	7
Die Basics	9
Skincare selbst herstellen	10
»The Glow«	14
Wie erkenne ich, welcher Hauttyp ich bin?	18
10 einfache Tipps.....	20
Die Rohstoffe.....	24
Bevor es losgeht,.....	32
Die Rezepte.....	39
Für das Gesicht	40
Gentle Oil Cleanser	42
Herbal Toner	44
Augen-Make-up-Entferner	47
Gentle Cleansing	48
Cleansing Cream	51
Fizzy Herbai Tabs	52
Clarifying Mask	55
Moisture Mask	56
Detoxing Mask	58
Antioxidant Mask	61
Bright Skin Mask	62
The Glow Serum.....	65
Eye Bahn	66
Rich Moisturizer	68
Light Moisturizer	71
Easy Lip Balm	73
Tinted Lip Gloss	74
Sanfte Pflege	76
BabyOil.....	77
Baby Balm.....	77





Für den Körper.....	78	Glossar.....	118
Ginger Lime Scrub.....	80	Übersicht der verwendeten Zutaten mit Bezugsquellen.....	120
Rosemary Mint Detox Scrub.....	83	Übersicht ätherische Öle.....	122
Grapefruit Sugar Scrub.....	84	Register.....	124
The Glow Showergel.....	87	Service.....	126
Detoxing Body Oil.....	88	Impressum.....	128
Body Butter.....	90		
Body Glowtion.....	93		
Herbai Deodorant.....	94		
Hand & Nail Balm.....	97		
Lavender Mint Shaving Oil.....	98		
Foot Scrub.....	101		
Detox-Day.....	102		
Kürbissuppe.....	103		
Ratatouille.....	103		
Bad und Wellness.....	104		
Peace of Mind Bath Oil.....	106		
Detox Bath Salts.....	109		
Badepraline.....	111		
Massagebar.....	112		
SOS Balm.....	115		
Beauty Sleep Pillow Mist.....	117		





Anita Bechloch
[The Glow - Naturkosmetik selber machen](#)

128 Seiten, kart.
erschienen 2015



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise
www.narayana-verlag.de