Handpeeling zum selber machen

Sehen eure Hände mittlerweile auch rau, rissig oder gerötet aus durch das ganze Händewaschen? Und das obwohl ihr sie sogar manchmal eincremst?   
Dann gönnt euren Händen mal eine Pause. Denn unsere Hände tun jeden Tag so viel für uns, dass wir sie auch mal pflegen sollten.

Stellt dafür euer eigenes Handpeeling her. Denn in den meisten gekauften Handpeelings ist noch viel Plastik drin, darauf könnt ihr bei eurem eigenen gut verzichten. ;)

Honig-Zucker-Handpeeling

4 EL Zucker

3 EL Honig

2 EL Olivenöl

Vermische zuerst den Zucker zusammen mit dem Honig in einer Schüssel und gib dann das Olivenöl dazu. Trage das Peeling sanft in kreisenden Bewegungen auf und lasse es für ca. 5 Minuten auf deinen Händen einwirken. Wasche anschließend das Peeling unter lauwarmen Wasser in kreisenden Bewegungen wieder ab.

Haferflocken-Olivenöl-Handpeeling

4 EL Haferflocken

5 EL Wasser

2 EL Olivenöl

1 EL Zitronensaft

Gib zuerst die Haferflocken mit dem Wasser in eine Schüssel und lasse sie für ca. 5 Minuten aufquellen. Füge dann das Olivenöl und den Zitronensaft hinzu und vermische das Ganze zu einer gleichmäßigen Masse. Massiere das Peeling vorsichtig auf deinen Händen für etwa 3 Minuten ein und wasche dann die Reste mit lauwarmen Wasser ab.

Kleiner Schönheits-Tipp:

Vergesst nach dem Peeling das anschließende Eincremen nicht. Denn durch das Peeling werden die oberen trockenen Hautschuppen entfernt, sodass die Haut nun besonders aufnahmefähig ist für Pflege.