RECEPTURY:

a) OLIWKA DO CIAŁA – nieoczywiste sposoby nawilżania skóry.

Nauka prawidłowego użycia olejków eterycznych.

200 ml – olej płynny/oleje mieszane/maceraty Olejki eteryczne: do 10 kropel wszystkiego razem	Przygotowanie: Odmierzyć olej i przelać do pojemnika, dodać olejków eterycznych i dobrze wymieszać.

b) PEELING ZIOŁOWY

20 ml – olej kokosowy (dwie płaskie łyżki) 20 ml – olej płynny/mieszanina/maceraty 10 ml – gliceryd 80 – 100 ml – sól/cukier Suszone zioła – jako dodatek (nie więcej niż 10 ml) lub glinki Olejki eteryczne: do 10 kropel wszystkiego razem	Przygotowanie: Odmierzyć dokładnie oleje, lekko rozpuścić w ciepłej kąpieli, dodać gliceryd i pozostałe składniki i dobrze wymieszać, aż powstanie pasta.

c) MAŚĆ ŚWIERKOWA – ROZGRZEWAJĄCA pokaz przygotowania bazy do maści świerkowej oraz przygotowanie na jej podstawie maści rozgrzewającej

Przygotowanie bazy dla 20 osób (prowadzący): 100 g smalcu x 20 = 2 kg 10 g żywicy x 20 = 200 g Maść świerkowa rozgrzewająca: 100 ml bazy z żywicą (w formie płynnej) Do 20 kropel ol. Etr. – olejki rozgrzewające	Przygotowanie bazy (wykonuje prowadzący): Rozpuścić smalec dodać żywicę i mieszać, aż się rozpuści. Gdy zacznie stygnąć przecedzić. Przygotowanie: Odmierzyć bazę przelać do pojemnika, dodać wybrane olejki eteryczne i dobrze wymieszać. Przechowywać w temp. Pokojowej.

d) MAŚĆ PROPOLISOWA – pokaz przygotowania bazy oraz przygotowanie maści na oparzenia I RANY

Przygotowanie bazy dla 20 osób (prowadzący): 100 g smalcu x 20 = 2 kg 10 g propolisu suchego x 20 = 200 g Maść propolisowa gojąca: 100 ml bazy z propolisem (w formie płynnej) Do 20 kropel ol. Etr. – olejki o działaniu gojącym	Przygotowanie bazy (wykonuje prowadzący): Rozpuścić smalec dodać propolis i mieszać, aż się rozpuści. Gdy zacznie stygnąć przecedzić. Przygotowanie: Odmierzyć bazę przelać do pojemnika, dodać wybrane olejki eteryczne i dobrze wymieszać. Przechowywać w temp. Pokojowej.

e) TONIK DO TWARZY – czyli stoper upływu czasu – sposób na piękną cerę

20 ml ocet domowy 20 ml. Gliceryt 40 ml hydrolat 120 ml woda przegotowana ciepła ale nie gorąca	Przygotowanie: Odmierzyć wszystkie składniki do pojemnika i wymieszać wszystko razem.

f) ANTYPERSPIRANT – jak dawniej nasze babcie radziły sobie ze świeżością ciała oraz dezynfekcji.

10 gram (2x płaska łyżeczka) ałunu 60 ml wody 20 ml hydrolatu 10 ml gliceryny (nie glicerydu!!!)	Przygotowanie: Ałun odmierzyć i wsypać do pojemnika, wodę odmierzyć i wlać do pojemnika. Dobrze wymieszać Następnie odmierzyć pozostałe składniki i przelać do pojemnika, wszystko zmieszać,