



Czysty początek dnia: Rytuał porannego oczyszczenia skóry



Partner publikacji: MIYA Cosmetics
Redakcja: uroda i Zdrowie


MIYA
COSMETICS

uroda  zdrowie.pl

Witajcie!

Poranek to nie tylko kawa i chwila dla siebie. To także czas na łagodne, ale skuteczne **oczyszczenie skóry twarzy**.

Choć wieczorny demakijaż wydaje się kluczowy, **poranny rytuał** oczyszczania odgrywa równie ważną rolę. Budzimy skórę do życia, zmywamy pozostałości nocnej pielęgnacji i przygotowujemy ją na kolejne godziny.

Ten **mini-ebook** pokaże Ci, jak zadbać o cerę z delikatnością i skutecznością, wykorzystując siłę rytuału, naturalnych składników i innowacyjnych produktów **MIYA Cosmetics**, ale też jak i dlaczego warto pielęgnować skórę z uważnością.

* Podkreślone słowa w ebooku możecie klikać, aby poznać więcej szczegółów.

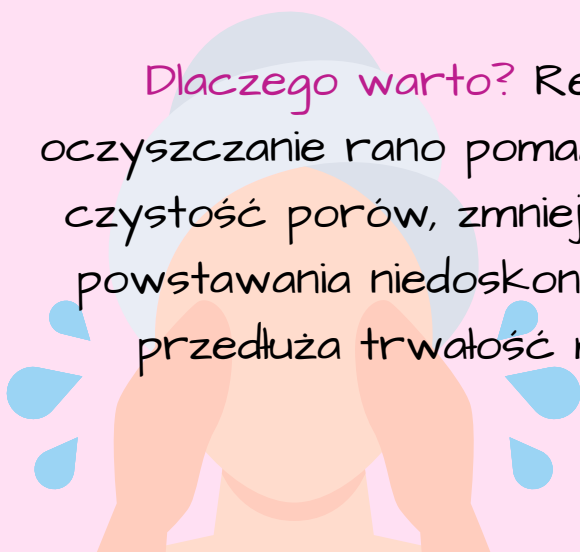
Dlaczego oczyszczamy skórę rano?

Skóra w nocy intensywnie pracuje: regeneruje się, wydziela sebum, usuwa toksyny. Rano musimy usunąć pozostałości sebum, potu i nocnych kosmetyków.

Oczyszczona skóra lepiej wchłania aktywne składniki pielęgnacyjne.

Ciekawostka: skóra o poranku ma inne pH niż wieczorem - to dobry moment na wspomaganie jej równowagi biologicznej.

Dlaczego warto? Regularne oczyszczanie rano pomaga utrzymać czystość porów, zmniejsza ryzyko powstawania niedoskonałości oraz przedłuża trwałość makijażu.



Poranny rytuał oczyszczania z MIYA – krok po kroku

Demakijaż i oczyszczenie skóry:

- Emulsja do demakijażu - Może być używana jako pierwszy i drugi krok w dwuetapowym oczyszczaniu skóry.

Oczyszczanie:

- Żel do mycia BLESS THE LESS - mleczna formuła z hydrolatem z pomarańczy, betainą i niacynamidem.
- Dla skóry tłustej: myBALANCEgel z azeloglicyną i probiotykiem - działa sebowregulująco i oczyszczająco.

Tonizacja:

- SuperTONIC - antyoksydacyjny spray z witaminą C i żeń-szeniem.
- Lub: bogata esencja tonizująca BLESS THE LESS - działa jak tonik i serum w jednym.

Sprawdź nasz artykuł i dowiedz się więcej o upcyklingu
marki MIYA Cosmetics
BLESS THE LESS sztuka świadomej pielęgnacji



Jak dobrać produkty do swojej skóry?

Zrozumienie potrzeb skóry to klucz do skutecznej pielęgnacji. Zamiast kierować się jedynie opisem produktu, **odpowiedz sobie** na kilka pytań:

- Czy moja skóra jest napięta po umyciu, czy przesuszczona w strefie T?
- Czy pojawiają się u mnie niedoskonałości, zaczerwienienia, szorstkość?
- Jak wygląda skóra rano - szara i zmęczona, czy raczej nadreaktywna?

Podpowiedź: Zmieniaj pielęgnację sezonowo - zimą więcej ochrony i odżywienia, latem lekkość i filtr UV.

Przykładowe kombinacje MIYA:

- Cera sucha, zmęczona: emulsja BLESS THE LESS + Hello Yellow
- Cera tłusta, z rozszerzonymi porami: myBALANCEgel + myPREserum
- Skóra wrażliwa i reaktywna: żel BEAUTY.lab + I love Me z wodą różaną



Mikronawyki – małe rzeczy, które robią dużą różnicę

Mikronawyki to drobne, codzienne czynności, które z czasem **budują zdrowe nawyki** i realnie wpływają na wygląd oraz kondycję skóry.



Co dają mikronawyki?

- Wzmacniają poczucie sprawczości i rytmu dnia
- Utrzymują stały poziom nawilżenia i ochrony skóry
- Zmniejszają stres oksydacyjny - a więc i oznaki starzenia
- Ułatwiają budowanie trwałej rutyny pielęgnacyjnej

Przykłady:

- Codzienny masaż twarzy z olejkami - poprawia krążenie, wspiera detoksykację
- Wklepywanie produktów zamiast pocierania - zmniejsza podrażnienia
- Kilka głębokich oddechów podczas tonizacji - wspiera układ nerwowy



myWONDERbalm – kremy, które dopasujesz do swojej cery

Kremy myWONDERBALM to wyjątkowe połączenie kremu do skóry twarzy, szyi i dekoltu, lekkiej bazy pod makijaż oraz balsamu do ciała i kremu do rąk. Te wielofunkcyjne kosmetyki zostały jeszcze lepiej dopasowane do konkretnych typów skóry, a przy tym zyskały jeszcze bardziej naturalny skład - minimum 97% składników jest pochodzenia naturalnego.

Chociaż kremy myWONDERBALM od dawna są na ryn.ku, to w zeszłym roku ich formuły zostały odświeżone. Skład został wzbogacony o wyjątkowy Happy Complex (ekstrakt z babki lancetowanej i witaminy E), który wspiera dobre samopoczucie i niweluje oznaki zmęczenia, nadając skórze zdrowy, zrelaksowany wygląd.

Dodatkową zaletą są nowe kompozycje zapachowe, które poprawiają nastrój i przywodzą na myśl bez troskie wakacje, a dzięki ograniczeniu potencjalnych alergenów - zredukowano ryzyko podrażnień.

Wszystkie kremy myWONDERBALM zostały przebadane dermatologicznie i okulistycznie.

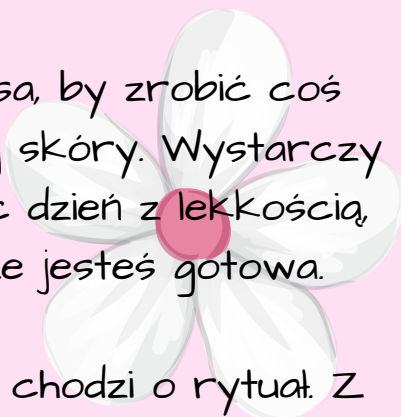
myWONDERbalm – kremy, które dopasujesz do swojej cery

- I'm Coco Nuts - do skóry mieszanej i tłustej, reguluje sebum, nawilża.
- Hello Yellow - dla cery pozbawionej blasku i z przebarwieniami.
- I love Me - ukojenie dla skóry suchej i naczynkowej.
- Call Me Later - regeneracja dla skóry bardzo suchej i dojrzałej.

Ciekawostka: Zapach kremu ma wpływ na układ limbiczny - odpowiedzialny za emocje. Dlatego zapachy jak mango, róża czy pinezki potrafią realnie poprawić nastrój.



Poranek to Twoja szansa, by zrobić coś dobrego dla siebie i swojej skóry. Wystarczy kilka minut, by rozpocząć dzień z lekkością, blaskiem i pewnością, że jesteś gotowa.



Nie chodzi o perfekcję - chodzi o rytuał. Z MIYA Cosmetics, wtedy pielęgnacja staje się nie tylko skuteczna, ale też przyjemna.



Zagraj z nami w kosmetyczne BINGO!

Partner publikacji: MIYA Cosmetics

Redakcja: Uroda i Zdrowie

