

# De juiste huidverzorging

*weet jij waar die uit bestaat?*



JA



NEE

# Waarom is een goede huidverzorging nou zo belangrijk?

Zie je huid als een jas die continu gepoetst moet worden om jou te blijven beschermen tegen kou en shade.

Die jas wil je zo goed mogelijk bewaren en beschermen want je wil jezelf comfortabel voelen, maar tegelijkertijd wil je ook niet ziek worden.

Zo werkt je huid eigenlijk ook.

Je huid beschermt je o.a. tegen wisselingen in temperatuur. Maar biedt ook weerstand als je door hartje Amsterdam loopt, en veel uitlaatgassen op je huid krijgt.

Stel je voor. Je bent lekker gezellig binnen in de winter, knus en warm. Maar buiten sneeuwt het en vriest het -10 graden.

Plots moet je toch naar buiten, als je dan naar buiten stapt en je krijgt een klap in je gezicht van de kou, moet je huid als een razende gaan werken om jouw lichaam te blijven beschermen. Hard werken dus!

En dat vraagt om hulp,  
door middel van de juiste verzorging.





# Wat is dan een goed begin?

Het allerbelangrijkste is de reiniging. Om nog weer even het voorbeeld van de jas terug te halen: ik kan mijn leren jas wel lekker in de was zetten om hem soepel te houden, maar als het vuil van die dag er nog op zit, is dat niet zo fris.

Dat geldt wederom voor je huid net zo.

De meest fantastische crèmes en serums zullen hun werk niet optimaal kunnen doen, als de reiniging niet zijn juiste werk heeft gedaan. En dat is zonde.

Dus laten we gaan kijken waar een juiste reiniging dan wel uit moet bestaan.



# De juiste reiniging vinden

De juiste reiniging vind je vaak bij het merk of in de lijn waar je je crèmes en serums ook van hebt. Afgezien daarvan zijn er nog meer criteria waar een goede reiniging aan moet voldoen. Namelijk:

- *De huid niet verder uitdrogen maar ook de beschermingslaag niet aantasten.*
- *Niet alleen het oppervlakkige vuil weghalen, maar ook de diepte opzoeken*
- *Geeft je reiniging ook voeding?*
- *Afgestemd zijn op jouw huidconditie (niet alleen wat je zelf prettig vindt, maar ook wat jouw huid nodig heeft)*

Hoe je je reiniging moet gebruiken verschilt per product, maar er is wel een regel. Wees vriendelijk voor je huid. Het is niet nodig om heel hard te gaan wrijven of inmasseren; doe dit juist zachtjes.

Je huid wordt er net zo schoon door, en zal zelfs minder roodheid vertonen.

Verwijder het product door te splashen met water, of met een warme doek.

Gebruik je (veel) make-up? Reinig je huid dan 2x keer.



# Leuk zo'n schone huid, maar hoe nu verder?

In het dagelijks gebruik zou je nu eventueel een lotion aanbrengen, om vervolgens je serum en crème op te doen. Maar laten we even een tussenstop houden bij een peeling en een masker.

Een stralende huid willen we allemaal. En met onze dagelijkse skincare producten werken we daar ook hard aan. Maar je ontkomt er niet aan dat bij periodes je huid soms wat vaal of vermoeid kan blijven. Dan is dit duo er om dat weer te verhelpen!

Een peeling zorgt er op een milde wijze voor dat je dode huidcellen worden verwijderd. Maar niet alleen dat! De structuur van je huid wordt verfijnd, lijntjes verzachten, pigmentvlekken worden minder, je huid is in staat voeding beter op te nemen uit producten, en het belangrijkste: je huid gaat weer stralen!

Als we dan toch goed bezig zijn, sluiten we deze af met een masker. En die kan voor verschillende redenen. Misschien wil je wel extra op pigmentatie werken, of verhelderen. Of misschien vind jij de lijntjes juist wel heel erg belangrijk. Laat je goed informeren over wat er allemaal mogelijk is. En om het makkelijk te houden, sommige maskers kunnen 's nachts tijdens het slapen op de huid blijven!





# Oké, nu is mijn huid schoon, gepeeld en gevoed. Wat nu?

Breng je lotion aan d.m.v een katoenen watje of een spray.

En dan kunnen we nu echt over tot de orde van de dag. Waarschijnlijk heb jij met je huidcoach besproken waar je je aan stoort, en wat er volgens jou beter moet worden aan je huid. Wellicht heeft ook jouw huidcoach nog iets gezien aan je huid, en moet er nu een product gekozen worden.

Als we zichtbaar verschil in de huid willen zien, zowel bij huidverbetering als bij anti-aging, is het belangrijk de diepte op te zoeken. Tenslotte speelt het zich daar allemaal af, en is dat op de oppervlakte maar van redelijk korte duur.

Dus... diepte opzoeken. Dat doen we d.m.v. een serum. Een serum is vaak wat krachtiger dan een crème, en ook een stuk dunner. Zo kan deze dieper in je huid komen, om daar dus ook een verschil te kunnen maken.

Als je echt graag aan de slag wilt met je huid, is dit dus een onmisbaar product.

Deze kunnen we helemaal op jouw huid afstemmen.

Wil je een vol serum, of juist wat luchtiger?

Moet deze matteren of juist meer glans brengen?

Een botox like effect of juist hydrateren?

Het kan allemaal!



## ...en dat geldt ook voor je crème

Ook je crème kan je dus volledig afstemmen op je eigen wens. Weet wel dat het advies is om overdag een andere crème te gebruiken dan 's nachts, en wel met deze reden.

Overdag schijnt de zon. Je ziet deze niet altijd, maar hij is er wel. Daarom zeggen we altijd het volgende:

UV-A = aging. Verouderen. Iets wat we niet willen, maar wist je dat deze straling er altijd is en ook overal doorheen kan? Wil je niet sneller gaan verouderen, dan zul je je hier dus tegen moeten gaan beschermen.

UV-B = Burn. Verbranden. Dit is de straling waar je in het gunstige geval een mooie kleur van krijgt, en in het slechte geval de blaren op een rode huid hebt staan.

Belangrijk dus voor overdag altijd een SPF te dragen. Deze kan al in je dagcrème verwerkt zitten, en aangezien we van gemak houden is dat alleen maar fijn!



# Maar in de nacht heb ik geen SPF nodig toch?

Dat klopt, die heb je inderdaad 's nachts niet nodig. Maar... je huid is 's nachts wel intensief aan het herstellen van wat er overdag allemaal gebeurd is.

En daar is voeding voor nodig.

Daarom houden we in de nacht ook wel van een vollere crème, om zo je huid net even wat meer comfort te kunnen geven. Ook deze ga je natuurlijk inzetten voor wat jij belangrijk vindt. Dus anti-rimpel of misschien juist wel liftend.

Vergeet zowel voor overdag, als voor de nacht niet je hals ook mee te pakken. Ook je hals heeft intensieve verzorging nodig, en die willen we net zo graag stralend en verzorgd houden.





# Ready to go! Of toch niet?

Zou kunnen! Maar aangezien we nu toch goed bezig zijn, pakken we het laatste stukje er ook nog even bij. Namelijk de oogverzorging.

Wist je dat je huid rondom de ogen 3x zo dun is als in het gezicht? En je gemiddeld per dag zo'n 20.000 keer knippert. Wauw!

Dat vraagt wel om een specifieke verzorging. En daarvoor hebben we voor ieder probleem en iedere wens een speciaal product.

Let er op dat als je oogproducten aanbrengt, je deze altijd op het harde gedeelte rondom het oog aanbrengt. Kom je dichterbij, dan zit je op het zachte gedeelte rondom de ogen en heb je eerder kans op irritatie. En dat is niet de bedoeling natuurlijk. Neem de hoeveelheid van een speldenknop en breng die aan rondom beide ogen. Dit mag je kloppend doen, of met strijkbewegingen.



# Hoe kan ik mijn huid nog meer verbeteren?

Alle skincare stappen voor thuis hebben we nu doorgenomen dus je bent helemaal up-to-date met wat je allemaal kunt, en waar je goed op moet letten.

Het mag vanzelfsprekend zijn dat de ene crème de ander niet is: hetzelfde geldt ook voor merken.

Jouw huidcoach kan je precies vertellen wat het beste voor jou is dus maak gebruik van die kennis!

Hoe fijn is het om te weten dat jij een veilig product gebruikt, waar geen chemische of gevaarlijke toevoegingen in zitten. Wij als huidexperts kunnen soms van schrikken van wat er allemaal in voor kan komen.

Weet dat wij altijd met 100% veilige producten werken, die aan alle eisen en standaards voldoen.

En alleen op deze manier kunnen wij jou een gezonde huid bieden.



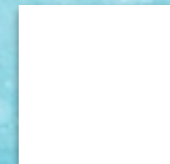


# De juiste huidverzorging

*weet jij waar die uit bestaat?*



JA



NEE