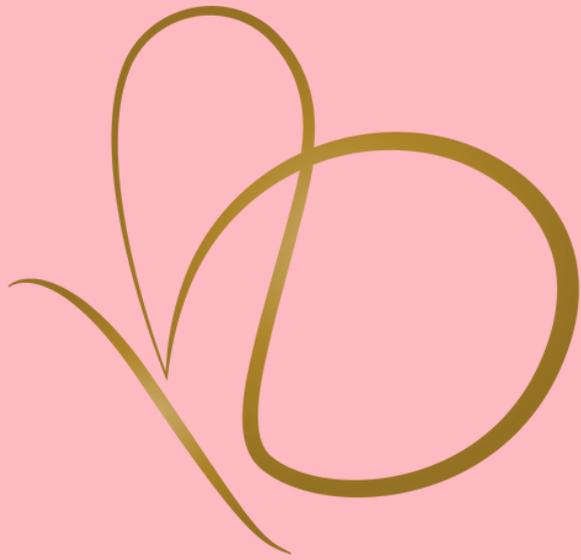


LA BEAUTÉ DE L'INTÉRIEUR VERS L'EXTÉRIEUR



Younik Beauty



# Younik Beauty



CONSEILS

*Beauté*

---

## Sublimez votre beauté naturelle

Chez YOUNIK BEAUTY, nous croyons que toutes les femmes sont belles, mais que toutes ne savent pas se mettre en valeur.

C'est pourquoi, après des années de recherche, de pratique et de formation, j'ai eu envie de partager avec vous le plus grand nombre des services cosmétiques qui proposeraient une nouvelle approche de la beauté, plus naturelle, plus authentique.



---

## Dix conseils pour prendre soin de sa peau

Les conseils prodigués ici sont purement cosmétique et convient à des personnes n'ayant pas de problème de peau particulière ou une pathologie.

Si vous avez des problèmes de peau plus sévère je vous conseille vivement de consulter un dermatologue.

Je reste à votre disposition pour toute information complémentaire.

*La beauté de  
l'intérieur vers  
l'extérieur*

# Dix CONSEILS



## 1

### Boire beaucoup d'eau

Boire beaucoup d'eau au moins 1 l par jour, il faut savoir que le corps est composé à près de 70% d'eau. Il a donc besoin d'eau pour fonctionner correctement et cela va aussi pour la peau. Les infusions, tisanes sont aussi possible. Je vous donne un secret que je ne donne qu'à mes mariés, c'est l'infusion de Vétiver (aussi connu comme infusion aphrodisiaque) une racine tropicale connue en Afrique pour nettoyer le corps de l'intérieur. Cette racine lutte contre les toxines et beaucoup d'autres choses. Essayez et remerciez moi plus tard. Top secret !  
Boire 2 tasses de cette infusion chaude par jour 3-4 par semaine.  
Acheter le produit [ici](#)



## 2

### Intégrer de la vitamine C

Intégrer la vitamine C en gélules dans votre routine une prise par jour le matin de préférence. La vitamine C est un antioxydant il permet de lutter contre le vieillissement cutané ce qui va donner de l'éclat à la peau et il va aussi vous aider contre la fatigue des préparatifs.  
Disponible en pharmacie



## 3

### Faire un bain de vapeur

Faire un Bain de vapeur 1 à 2 fois par semaine de préférence avant le gommage et le masque. Il faut chauffer de l'eau laisser, bouillir, mettre dans un bol placer sa tête par-dessus recouverte par une serviette. C'est un vrai hammam, un institut de beauté à domicile. La vapeur chaude a un effet bénéfique sur la peau : elle ouvre les pores, élimine les toxines, les saletés et les bactéries.

# Dix CONSEILS



4

## Se nettoyer la peau matin et soir

Se nettoyer le visage matin et soir avec un gel doux adapter à votre type de peau. Ce geste permet également d'enlever les particules de pollution qui ont tendance à s'y accrocher et à l'étouffer, ainsi que l'excès de sébum (surtout pour les peaux mixtes et grasses, pour les peaux normales et les peaux sèches privilégiez un lait nettoyant). Je recommande la marque Cerave. Il faut prendre en fonction de votre type de peau, on peut déterminer cela ensemble si vous ne connaissez pas le vôtre.

Acheter [ici](#)



5

## Faire un gommage

Faire un gommage doux 1 fois par semaine pour les peaux normales et sèche et 2 fois par semaine pour les peaux mixtes et grasses. Les gommages permettent d'éliminer les cellules mortes accumulées à la surface de l'épiderme. Les gommages favorisent une meilleure oxygénation de la peau et stimulent la micro-circulation. Le faire après le bain de vapeur de préférence.



6

## Faire un masque

Faire un masque adapté à votre type de peau 1 a 2 fois par semaine. Utiliser l'argile rose et l'hydrolat de rose pour les peaux normales et sèches. L'argile rose est plus adaptée aux peaux sensibles et délicates, elle est purifiante, adoucissante, apaisante et redonne de l'éclat à la peau. Utiliser l'argile verte et l'hydrolat de romarin pour les peaux mixtes et grasses. L'argile verte a une grande capacité absorbante, antiseptique et antibactérienne : elle purifie la peau en absorbant eau, huile et impuretés. Le masque se fait après le gommage sur une peau humide. Lien pour les argiles et les hydrolats [ici](#)

# Dix CONSEILS



## 7

### Appliquer une lotion

Appliquer une Lotion l'hydrolat de rose pour les normales et les peaux sèches, délicate et romarin pour les peaux mixtes est grasses le matin et le soir après le nettoyage. La lotion vient parfaire l'étape de nettoyage, elle purifie, boost, apaise, augmente l'efficacité des soins et donne une peau nette.



## 8

### Appliquer un serum

Appliquer un Serum de Vitamine C. Que ce soit pour stimuler la production de collagène, atténuer les signes de l'âge, ou encore corriger les cernes, la vitamine C est un ingrédient de soin de la peau qui apporte beaucoup de bienfaits. Pour moi l'ingrédient secret d'une peau en bonne santé, sans tache et éclatante. Appliquer après la lotion le matin. Je recommande Florence C sur amazon. Acheter le produit [ici](#)



## 9

### Appliquer une crème de jour

Appliquer une crème de jour avec un indice de protection Uv (Ultraviolets) adapté à votre type de peau. L'utilisation quotidienne d'une crème de jour est un grand bienfait, car elle aide à protéger la peau en lui permettant de rester hydratée. La crème solaire permet de protéger la peau des UV et d'éviter les coups de soleil ce qui a long terme fera disparaître les taches sur le visage. Je recommande la gamme avene hydrance. Acheter le produit [ici](#)

# Dix CONSEILS



## 10 Appliquer une crème de nuit

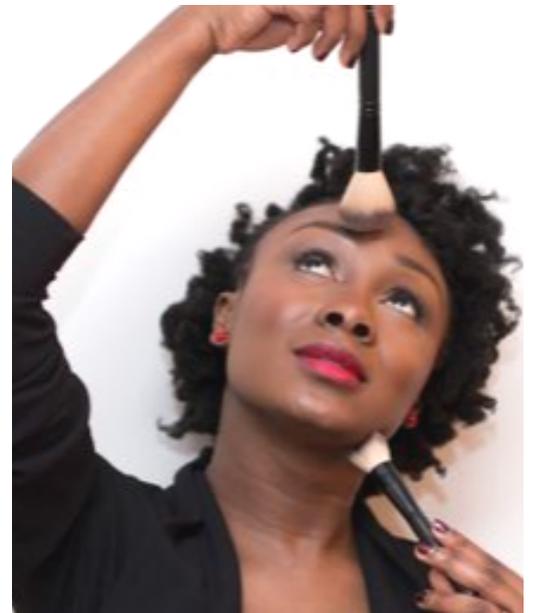
Appliquer une crème de nuit. La peau profite naturellement de la nuit pour se régénérer. La crème de nuit aide l'épiderme dans cette opération en lui apportant une hydratation sur mesure et en atténuant les traces de vieilleses. Il en existe beaucoup faites vous plaisir avec celui qui est adapté à votre type de peau.

---

La liste est non exhaustive mais c'est un bon début pour bien prendre soins de sa peau.

On peut en discuter de vive voix si vous avez des questions

Merci de faire confiance à Younik Beauty, votre partenaire beauté.





# Younik Beauty

+33 6 63 16 04 11

[WWW.YOUNIKBEAUTY.COM](http://WWW.YOUNIKBEAUTY.COM)

[CONTACT@YOUNIKBEAUTY.COM](mailto:CONTACT@YOUNIKBEAUTY.COM)