



**MIREILLE**

**MELEMI I BALZAMI**

BESPLATAN E-BOOK

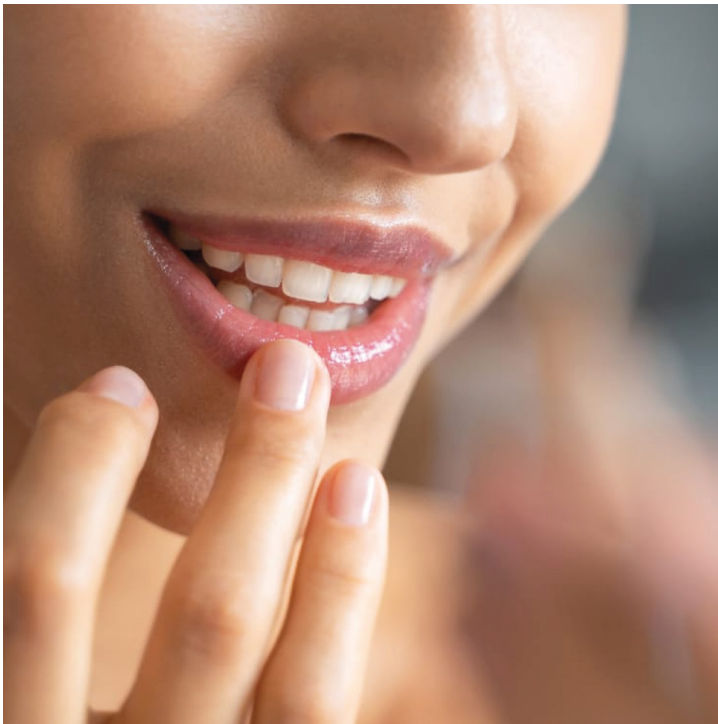
# Uvod

Balzami su nešto što prvo naučite raditi kada poželite krenuti u svijet prirodne kozmetike. Za izradu balzama i melema potrebna Vam je jedna staklena čaša, vaga, vodena kupelj, koju uvijek možete improvizirati, žlica i lončić u koji ćete puniti. Praktički sve što možda već i imate kod kuće.

Predznanje nije potrebno, ali je potrebno dobro poznavati svoju kožu i posebnu pozornost obratiti na kvalitetu sirovina. Bilo da koristite biljna ulja ili eterična ulja. O tome ćemo putem nekog drugog e-book-a.



Za Vas sam ovaj put odabrala nekoliko jednostavnih, ali korisnih balzama, koji će Vam dobro doći u svakodnevnom životu, za cijelu obitelj i kroz cijelu godinu.



# Balzam za usne

Krenut ćemo od balzama koji nam je neophodan kroz cijelu godinu, a to je balzam za usne.

Usne je vrlo važno njegovati kroz cijelu godinu, a još je važnije da ih štitimo. Štitimo ih od sunca, vjetra, hladnoće i visoke temperature – dakle zaista cijelu godinu.

Ovo je jednostavna formulacija, brzo gotova i za sve uzraste.

## Rp./

Za 10 grama

- Cera alba (pčelinji vosak) 2 g
- Softisan 649 1 g
- Ulje ricinusa 4,5 g
- Acticire 0,5 g

## Izrada

Sve sastojke odvažite u staklenu čašu i stavite grijati. Čim se vosak otopio, promiješajte i balzam punite ili u stikove ili lončice.

Ovdje nam je Softisan 649 jako važan, jer je on prirodna zamjena za lanolin i on će napraviti zaštitni sloj na usnama. Tako one neće gubiti vlagu, a balzam neće kliziti izvan ruba usana. Naravno možete dodati neku aromu ili boju, prema želji.



# Njega kožice oko noktiju

Gdje se, nakon usana, najčešće pojavljuje suha koža/kožica? Oko noktiju.

Posebno je to naglašeno kod ljudi koji rade u zaštitnim rukavicama, često peru ruke ili općenito imaju suhu kožu. Ovaj balzamić će kožu omekšati i hraniti upravo te suhe i ispucale dijelove. O zanokticama da i ne pričamo.

## Rp./

Za 10 grama

- Mango maslac 2 g
- Kandelila vosak 2,4 g
- Ulje pšeničnih klica 1 g
- Ulje ricinusa 1 g
- Ulje sezama 2,4 g
- Cetiol C5 1 g
- Eterično ulje limuna 1 kap
- Eterično ulje čajevca 1 kap

## Izrada

Sve sastojke osim eteričnih ulja odvažite u staklenu čašu i stavite grijati dok se vosak ne otopi, promiješajte. Dodajte eterična ulja i punite toplo u lončić.

Ulje pšeničnih klica, bogato vitaminom E hranit će kožu, zagladiti ispucale dijelove i potaknuti obnovu.







# Balzam za masažu lica

Ako se još malo zadržimo na koži i blagodatima koja nam balzami daju, onda ćemo svakako spomenuti jedan lijepi balzam za masažu lica, ali u njemu nećemo koristiti pčelinji vosak, jer bi mogao začepiti pore lica i izazvati stvaranje prištića.

No, zato ćemo koristiti ulje argana i ulje ploda divlje ruže, bogata antioksidansima, koja će kožu nahraniti i, ono najvažnije, pomoći joj zadržati vlagu unutar kože.

## Rp./

Za 10 grama

- Stearinska kiselina 5 g
- Lanette 16 5 g
- Cetiol C5 5 g
- Ulje argana 5 g
- Ulje ploda divlje ruže 10 g
- Ulje sezama 19,7 g
- Eterično ulje sjemena mrkve 0,3 g

## Izrada

Sve sastojke, osim eteričnih ulja odvažite u staklenu čašu i stavite grijati dok se vosak ne otopi, promiješajte. Dodajte eterična ulja i punite toplo u lončić.

Preporučujem Vam ovaj divan balzam osobito nakon nekog hidra seruma (predlažem hijaluronski).

# Balzam za utrljavanje kod reume

Kada je u pitanju naša obitelj, najosjetljiviji članovi uvijek su naša djeca i naše bake i djedovi, pa ćemo iduća dva balzama posvetiti njima.



## Rp./

Za 10 grama

- Pčelinji vosak 7,5 g
- Uljni macerat kantariona 7,5 g
- Ulje kokosa 28,75 g
- Eterično ulje borovica 1,75 g
- Eterično ulje limunski eukaliptus 2,5 g
- Eterično ulje ružmarin cineol 2,5 g

## Izrada

Sve sastojke, osim eteričnih ulja odvažite u staklenu čašu i stavite grijati dok se vosak ne otopi, promiješajte. Dodajte eterična ulja i punite toplo u lončić.

Ovdje imamo sinergiju eteričnih ulja koja će djelovati protuupalno, relaksirajuće i lagano analgetski. Ovaj je balzam potrebno utrljati na bolno i zahvaćeno mjesto.



# Balzam za lakše disanje

Ovaj vrlo jednostavan balzam za lakše disanje možemo izraditi i za djecu stariju od 3 godine.

**Rp./**

Za 10 grama

- Pčelinji vosak 7,5 g
- Uje suncokreta 37,5 g
- Eterično ulje ravintsare 2 g
- Eterično ulje bor bijeli 1,5 g
- Eterično ulje ružmarin verbenon 1,5 g

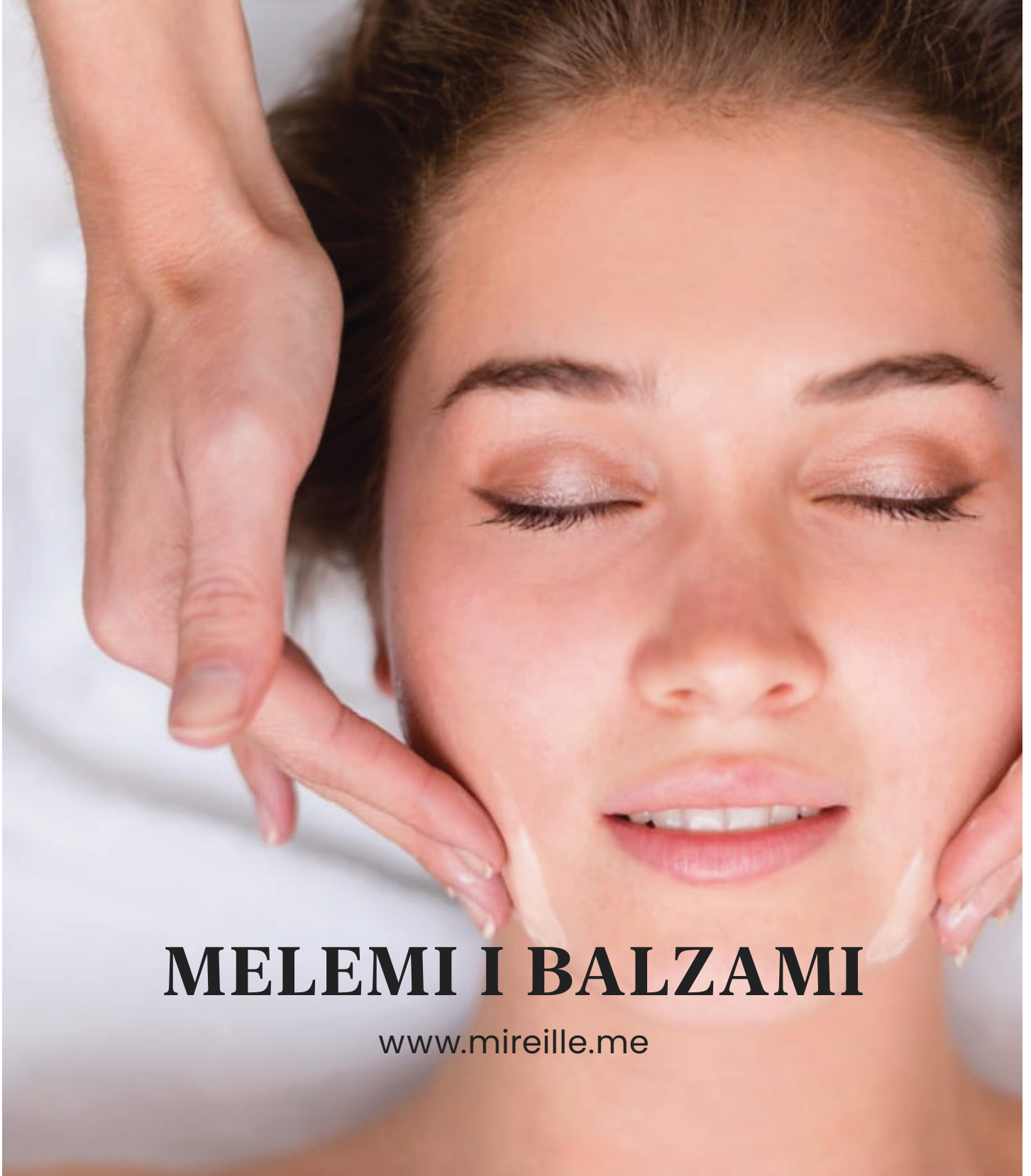
## Izrada

Sve sastojke, osim eteričnih ulja odvažite u staklenu čašu i stavite grijati dok se vosak ne otopi, promiješajte. Dodajte eterična ulja i punite toplo u lončić.

Nekoliko puta na dan malu količinu balzama nanesite na područje prsa i leđa, a možete i na tabane.



Želim Vam da uživate u ovim malim kreacijama, ali poseban naglasak stavljam na kvalitetu sirovina, a najviše na kvalitetu eteričnih ulja – eterično ulje bez naznačenog kemotipa, može biti i sintetsko ulje, stoga budite oprezni!



**MELEMI I BALZAMI**

[www.mireille.me](http://www.mireille.me)