



MES FICHES  
RECETTES

## GOMMAGE VISAGE

### Ingrédients :

- 2 c. à soupe d'argile blanche ultra-ventilée (pharmacie, enseigne bio)
- 2 c. à soupe de poudre d'amande
- 1 c. à soupe d'huile d'amande douce
- *Facultatif : eau florale*

### Matériel :

- Mélanger tous les ingrédients
- Ajouter un peu d'eau pour humidifier (eau florale)
- Laisser reposer quelques minutes

### Utilisation :

- Appliquer sur le visage et le cou en massages circulaires, éviter les yeux
- Rincer

  
Le gommage doit être  
utilisé de suite.  
Il ne se conserve pas.



prevention@mcommemutuelle.com  
**ENGAGÉS ENSEMBLE POUR VOTRE SANTÉ**