

12 منتجات منزلية للاسترخاء في نهاية اليوم!

العالم مكان مخيف في الوقت الحالي ، ولا جدوى من إنكاره. يبدو أنه في كل مرة نقوم فيها بفتح هواتفنا أو التحقق من إخطار تويتر ، يقوم شخص ما في مكان ما بشيء فظيع. من السياسة إلى البيئة ، من المؤكد أننا لسنا وحدنا في القول أنه في بعض الأحيان تحتاج إلى منح نفسك استراحة عقلية للاسترخاء. بالنسبة لنا ، ينطوي ذلك على بعض التدليل الذاتي الجيد القديم في راحة منزلك. لا تحتاج إلى الكثير لإعداد منتج صحي خاص - واحد فقط من المنتجات الرئيسية والملحقات ، وسوف تشعر بأن معدل ضربات القلب يعود إلى المستوى البشري العادي. تذكر فقط ترك هاتفك في الغرفة الأخرى وخصص الوقت لك أنت فقط. تحقق من كل ما نوصي به لجلسة هادئة في المنزل.

1. فقاعة وأملاح الحمام

عندما تتخيل أمسية تبعث على الاسترخاء في المنزل ، نراهن على أن هناك فرصة بنسبة 99٪ تتضمن حمام فقاعات رائع. كل ما يتطلبه الأمر هو بعض المنتجات الرئيسية لاتخاذ لعبة الاستحمام الخاصة بك إلى المستوى التالي.



2. الشموع

إضافة ترحيبية لأي حمام ، أو جلسة تأمل ، أو حتى مكتبك ، فإن الشمعة المعطرة الجميلة ستقلل حتى أكثر الأيام إرهاقاً. اخلق جوًا مثاليًا للتفكير الهادئ أو احتساء كوكتيل مستحق.

3. الأقنعة وأدوات العناية بالبشرة

إذا كنت تواجه يومًا صعبًا (أو أسبوعًا أو شهرًا أو سنةً صعبةً) ، فمن المحتمل أن يظهر ذلك على وجهك. دلك نفسك في منتجك الصحي الخاص في منزلك بعد الاستحمام مع بعض مستحضرات العناية بالبشرة ، يفضل قناعك المفضل ، دلك الوجه النظيف ، وطبق زيت الوجه المليء بمكونات البشرة المفعمة والمغذية.

4. الكا نا بيدول

على الرغم من أنه لا يزال هناك الكثير من الأبحاث التي يتعين القيام بها بشأن آثار الكانابيديول، هناك أدلة كافية على أنه يساعد على تخفيف القلق والتوتر. تظهر الصيغ الجديدة في كل مكان ، لكن تبقى عددًا محدودًا من المفضلة لدينا .



5. زيت الأوكالبتوس

بالإضافة إلى علاج الحالات التنفسية ، يعتبر زيت الأوكالبتوس منتجًا أروماثيرابيدًا شائعًا (قويًا) يريح الرأس والحواس. استنشاق ببطء بضع قطرات على يدك أو استخدم الناشر. يمكن استخدام العلاج بالعطور أيضًا لعلاج الأمراض الجسدية والعاطفية الأخرى.

6. نظام تطهير الوجه

يمكن أن يؤثر التعامل مع الضغوطات المختلفة على بشرتك ، ناهيك عن السباق المرعب مع الزمن. نظام التطهير هو أفضل صديق لبشرتك ، مما يساعده على البقاء واضحًا وحيويًا بغض النظر عما يحدث في حياتك المزدحمة. يشمل فرش التنظيف الدوارة التي تعمل بسرعة في إزالة الأوساخ والماكياج المتجذرة - إنها مقاومة للماء حتى يمكنك وضعها في الحمام معك!

7. قناع الكولاجين الذهب

من قال أن عليك أن تكون ملكًا كي تتمكن من دفع ثمن علاجًا جيدًا للعناية بالبشرة؟ أقنعة الكولاجين الذهب ، وسوف تجعل بشرتك تبدو منتعشة. لسنوات ، كانت العلاجات الذهبية سرا مخبأ جيدا من قبل صناعة العناية بالبشرة ، وهي متاحة في النهاية للاستخدام في راحة منزلك. تساعد هذه الأقنعة المجددة على عكس عملية الشيخوخة وتضفي على بشرتك الانتعاش والانتعاش الذي تحتاجه بشدة.

8. قناع تجدد تحت العين

بين ساعات طويلة في العمل والتقاط الأطفال من العديد من أنشطة ما بعد المدرسة ، من السهل تطوير عيون متعبة ومؤلمة. أقنعة تحت العين مثالية لتقليل تورم العينين المنتفخة مع الخطوط الدقيقة والتجاعيد وأقدام الغراب. هذا القناع تحت العين بنفس جودة أي علاج تحصل عليه في المنتج الصحي.

