



De perfecte skincare routine

STEP BY STEP GUIDE

DE HUIDBARRIÈRE

Good to know! Wat is nu juist 'huidbarrière'? Wel, dit is een belangrijke beschermingslaag voor je huid. Deze barrière zorgt er voor dat je huid wordt beschermd tegen schadelijk invloeden van buitenaf (koude, vervuiling, UV-stralen...) en zorgt ervoor dat noodzakelijke voedingsstoffen niet kunnen ontsnappen.

Jammer genoeg kan deze fragiele huidbarrière makkelijk beschadigd worden door zonneshade, stress, slechte levensstijl,.. maar ook door het gebruik van verkeerde huidverzorgingsproducten. Dit kan zich uiten in heel wat verschillende problemen: acné, droogte, schilfering, eczeem,... Elke huid uit dit op een andere manier.

Een goede skincare routine is daarom van uiterst belang. Heb je geen idee hoe je hieraan moet beginnen? Wil je hier veel meer over te weten komen? Dan ben je aan het juiste adres ! Ik help je graag op weg ..

LET'S GO !

GOOD THINGS HAPPEN TO THOSE WHO REMOVE THEIR MAKE-UP BEFORE BED

Onze huid krijgt dagelijks ontzettend veel te verduren. We zien dit niet altijd (denk maar aan luchtvervuiling, uitlaatgassen, fijn stof, UV-stralen,...) maar zonder dat we het beseffen voelen we dit wel. Vuil en talg hopen zich op doorheen de dag waardoor je poriën verstopt geraken. Dit resulteert in een doffe/grauwe teint, de PH-waarde van je huid wordt uit balans gebracht waardoor andere huidproblemen zich kunnen ontwikkelen. Als uiteindelijk gevolg zorgt dit hele proces er voor dat onze huidveroudering sneller evolueert. Dit is wat we net niet willen, toch?! Daarom is het van uiterst belang dat we dagelijks onze huid reinigen!

DO'S

- ⇒ Pas je reinigingsproduct aan naargelang je huidtype: elk reinigingsproduct bevat andere ingrediënten en elk huidtype vraagt een aangepast 'recept'. Stem deze dus af op elkaar en creëer een match 'made in heaven'.
- ⇒ Maak je gezicht nat voor je reinigt: een gouden tip, zeker wanneer je last hebt van een gevoelige huid, couperose, rosacea,... Ga je het product aanbrengen op een droge huid, dan moet je veel harder wrijven om dit mooi te kunnen verdelen en dat veroorzaakt extra irritatie.
- ⇒ Kies voor een reiniger die je verwijdert met water: wanneer je enkel reinigingsproduct gebruikt in combinatie met een watje ga je niet alle vuil- en make-upresten kunnen verwijderen.

DON'TS

- ⇒ Enkel je huid wassen met water: dit is géén reiniging! Hierdoor zullen vuil- en make-upresten in je poriën blijven zitten en gaan ze de conditie van je huid uit balans halen.
- ⇒ Spoel je reiniger niet af met te heet water: dit droogt je huid uit.
- ⇒ Je gezicht droog wrijven: wrijving = kans op extra irritatie. Dep je gelaat dus altijd droog.

HOE WAT EN WANNEER?

Hoe vaak we onze huid moeten reinigen hangt af van je huidtype.

droge/gevoelige huid



1x/dag bij voorkeur 's avonds. Je kan je huid 's ochtends opfrissen met Toning Water.

normale/gecombineerde huid



luister naar de nood van je huid. Je kan 1 à 2x/dag reinigen.

vette huid



2x/dag

Er zijn ontzettend veel verschillende soorten reinigers op de markt. Zoek naar die match 'made in heaven' en bepaal je product volgens je huidtype. Het kan perfect normaal zijn dat je doorheen het jaar switcht van type product. De conditie van je huid verandert ook regelmatig, zo kan je tijdens de koude wintermaanden meer last hebben van dehydratatie dan tijdens de zomer.



AHAVA ALL IN ONE TONING CLEANSER.

Een lichte, all-in-one, drievoudige formule die effectief make-up, vuil en onzuiverheden verwijdert van gelaat en ogen. Het helpt om de poriën te verkleinen en de huid voelt proper, getonifieerd en zacht aan.

Geschikt voor alle huidtypes. (€29)



AHAVA REFRESHING CLEANSING GEL

Verwijder zachtjes make-up en onzuiverheden met AHAVA's Dode Zee mineralen bevattende afwasbare gel. Deze zeepvrije gel laat de vette huid fris aanvoelen, proper en gehydrateerd.

Geschikt voor de gecombineerde/vette huid. (€22,80)



AHAVA GENTLE FACIAL CLEANSING FOAM

Een zachte gezichtsreiniger op waterbasis, die met elke druk op het pompje wordt omgezet in een zijdezachte, luchtige, lichte schuim. Verwijdert vuil en onzuiverheden in een oogwenk en laat zelfs de meest gevoelige huid fris en soepel aanvoelen.

Geschikt voor alle huidtypes. (€30)



AHAVA SILKY SOFT CLEANSING CREAM.

Vederlichte, maar toch luxueuze rijke minerale reiniger, die bij contact met water verandert van crème in een zijdezachte melk en wegsmelt op de huid. Verwijdert make-up, vuil, overtollige oliën en onzuiverheden moeiteloos zonder het essentiële vocht van de huid te verwijderen. Laat de huid extra fris, extra schoon en verkwikkend aanvoelen. Verbeterd de algemene gezonde uitstraling. Sterk aanbevolen voor droge, gedehydrateerde en rijpe huid. (€30)

TONING WATER

Dit product wordt jammer genoeg nog héél vaak vergeten. Toning Water is een absolute must-have in je dagelijkse skincare routine. Ik leg je even uit waarom:

- ➡️ Belangrijke transporteur: ik raad je aan om na je toning water, wanneer je gelaat er nog vochtig door is je serum of dag-of nachtcrème erop aan te brengen. Zo zal je Toning Water een belangrijke transporteur worden om je daaropvolgende product nog meer naar de diepte van je huid te kunnen begeleiden.
- ➡️ Bevat belangrijke ingrediënten: zo is de Toning Water van Ahava een concentraat van Dode Zee mineralen en bevat het belangrijke ingrediënten zoals allantoine, komkommer en natuurlijke extracten. Deze zorgen er voor dat je hydratatie mooi op niveau blijft, irritaties verminderen, je huid gekalmeerd, verfrist en verzacht wordt.

Wanneer je het juiste product hebt, wordt je huid helemaal happy van een Toning Water i.p.v. dat het irritaties en droogte veroorzaakt zoals vele denken.

💡 Extra tip: krijgen we te maken met een hete zomer? Giet tijdens deze periode je Toning Water in een waterspuitje en vernevel dit over je gelaat. Zalige verfrissing!

(Ahava Toning Water €19)

EXFOLIATION IS THE KEY TO A GLOWY SKIN

En dan hebben we het niet over wekelijkse scrubs maar wel over een dagelijkse exfoliator. Ze verwijderen op een zachte manier dagelijks je dode huidcellen, zo voorkom je verstopte poriën, puistjes, gerstekorrels (milia) of een doffe en oneffen teint. Daar bovenop geef ik je nog extra voordelen op een rijtje:

⇒ maakt de ruwe huid gladder en zachter

⇒ ontstopt de poriën

⇒ vermindert de zichtbaarheid van rimpels

⇒ verbetert het hydratationiveau

⚠ Let op met wekelijkse scrubs! Deze bevatten vaak een hele grove korrel waardoor je de huidbarrière helemaal kan beschadigen. Laat je daarom steeds adviseren.

(Coming soon)

DAGCRÈME

Bij het kiezen van je dagcrème is er één gouden regel: pas je dagcrème aan volgens je huidtype !

Doe je dit niet, dan kan je heel wat huidproblemen in de hand werken. Je kan last hebben van extra onzuiverheden of acné maar je kan je huid ook extra gaan uitdrogen. Kies bij voorkeur ook een dagcrème met een zonnefactor. Hierdoor ben je altijd beschermt tegen schadelijke UV-stralen.

Moet dit doorheen het volledige jaar? ABSOLUUT!

Ook al lijkt de zon niet fel te schijnen tijdens de herfst of winter, toch brengen de UV-stralen schade toe! SPF-factors staan zeker en vast op het menu tegen huidveroudering en wanneer je gevoelig bent aan pigmentatie, zal het proces voor de aanmaak van pigment ook in een versnelt tempo werken!

Vergeet jij dus ook niet je hals en decolleté mee in te smeren?

(Meer info over de verschillende dagcrèmes van Ahava via www.kbelle.be)

NACHTCRÈME

Is een aparte nachtcrème een absolute dagelijkse must? Wat mij betreft niet. Ik durf bij bepaalde huidtypes aanraden om hun dagcrème ook 's avonds te gebruiken wanneer je huid er nood aan heeft. Denk dan vooral aan de vette en gecombineerde huidjes. Heb je een droge of gedehydrateerde huid? Dan is dit uiteraard wel een onmisbare topper! Een nachtcrème is vaak wat rijker van textuur. Dit vindt de vette huid niet altijd aangenaam, de droge huid daarentegen zal veel meer comfort ervaren en heeft nood aan alle actieve ingrediënten ervan. Pas dus daarom weer je crème aan naargelang je huidtype.

Wanneer mag je je dagcrème niet 's nachts aanbrengen? Als deze een SPF-factor bevat. Dat is absoluut geen aanrader, in dat geval kies je wel best voor een aparte nachtcrème.

(Meer info over de verschillende nachtcrèmes van Ahava via www.kbelle.be)

IT'S ALL ABOUT THE EYES

Je hebt het vast wel al gemerkt dat de huid rond je ogen gevoeliger en dunner (omdat ze minder talgklieren bevat) is en ze kan tot soms grootste frustratie wel wat aparte problematiek vertonen bv. donkere kringen, wallen, extra droogte of lijntjes en rimpeltjes. Daarom is het belangrijk dat we deze zone wat extra aandacht geven met zijdezachte producten. Je ogen zijn tenslotte het visitekaartje van je gelaat ... zeker in tijden van mondmaskers!



TIPS:



Ga voor een aparte oogmake-up verwijderaar, zeker wanneer je waterproof make-up gebruikt. Deze kan je niet altijd mooi verwijderen met een gewone reinigingsmelk. De make-up resten kunnen soms zelfs leiden tot een ontsteking.



Een aparte oogcrème is geen overbodige luxe. Dagcrème bevat vaak teveel actieve werkstoffen waardoor ze irritaties rondom de ogen kunnen veroorzaken. Oogcrèmes zijn speciaal aangepast aan de gevoelige zone en hebben dus een zachtere werking.



Heb je een extreme droge huid rond je ogen? Gebruik dan een oogserum! Jawel, dit bestaat wel degelijk! Een aantal dagen serum gebruiken en je merkt een intens verschil!



Er bestaan hele leuke oogmaskers die een instant glow geven. Deze patchen optimaliseren het hydratationiveau meteen waardoor je een stralende blik krijgt. Heb je last van wallen? Leg de maskers even in de koelkast. Het verfrissend effect zorgt ervoor dat wallen direct zullen verminderen.



AHAVA EYE MAKE UP REMOVER

Een aangename, effectieve eye make-up remover samengesteld met voedende eigenschappen van Dode Zee mineralen. Het laat de ogen zuiver aanvoelen. (€19,90)



AHAVA DEAD SEA OSMOTER EYE CONCENTRATE

Dit baanbrekende, huidoptimaliserende serum voor de oogcontouren boost de hydratatie, helderheid en uitstraling, en het bekrachtigt de cellulaire functies van de huid om tekenen van veroudering onmiddellijk en continu tegen te gaan. Dead Sea Osmoter™ Eye Concentrate bevat een drievoudige concentratie aan AHAVA's eigen Osmoter™, een evenwichtig concentraat van Dode Zee mineralen dat de vitaliteit van de huid herstelt, alsook haar mogelijkheid om vocht op te houden. Voortdurend onderzoek gevoerd door AHAVA's wetenschappers ging verder dan de traditionele niveaus aan mineralen waardoor de ongelooflijke kracht van drievoudige Osmoter™ werd ontdekt om de cellulaire hydratatie te boosten en te zorgen voor een natuurlijke gloed van binnenuit waardoor een universeel, multi-voordelig serum voor alle huidtypes en leeftijden is ontstaan. Het resultaat is een zichtbaar jeugdige huid. (€48)



AHAVA DEAD SEA OSMOTER EYE CONCENTRATE

Vervaagt onmiddellijk fijne lijntjes en rimpels. Hydrateert en vermindert tekenen van vermoeidheid. Bevordert een frisse en stralende blik. Beschermt de oogzone tegen tekenen van vroegtijdige veroudering. Hydrogel patches zorgen voor een actievere en intensere werking. Ze voelen aan als een tweede huid en zijn gemakkelijk aan te brengen. (€7/stuks)

(Meer info over de andere verschillende oogcrèmes van Ahava via www.kbelle.be)

MIX AND MASK

Vul je dagelijkse skincare routine aan met een extra wekelijkse verzorging. Waarom introduceer je geen mask-Sunday? Even een me-time moment om te kunnen relaxen in combinatie met een gezichtsmaker naargelang de behoefte van jouw huid. Op deze manier kan je uw huid extra in de watten leggen om ze in optimale conditie te houden en krijg je de kans om te werken op extra onderliggende huidproblemen. Als je het mij vraagt, een topideetje!

(Ontdek het grote gamma aan single use maskers van Ahava via www.kbelle.be - €3/stuk)

AHAVA LOVER ?

Ben je benieuwd geworden naar de producten van Ahava? Deze 100% veganproducten zijn afkomstig van de Dode Zee. Zoals je wel weet, het grootste natuurlijke kuuroord ter wereld. Dagdagelijks wordt er aan vele mensen met huidproblemen geadviseerd om te gaan baden in de Dode Zee omwille van het positieve effect op de huid. Ook jij kan de unieke mineralencombinaties met al hun heilzame werkingen helemaal tot bij jou in de badkamer brengen. Meer informatie over de producten kan je terugvinden via onze webshop www.kbelle.be

**TAKING CARE OF YOUR SKIN IS MORE IMPORTANT
THAN COVERING IT UP**

