

## SPA w naszej grupie.

Dnia 14.04.2020r. w ramach zajęć grupowych z panią Asią, zrobiłyśmy sobie dzień piękności. Poznałyśmy naturalne sposoby dbania o dłonie, które w tym trudnym czasie są przesuszone ciągłym myciem i dezynfekowaniem. Pani Asia pokazała nam jak robić masaż dłoni, peeling, moczyłyśmy też dłonie w krochmalu oraz siemieniu lnianym.

---

Po takim zabiegu wcieraliśmy w nasze dłonie odpowiednie kremy lub żel aloesowy. Potem nakładałyśmy sobie maseczki przygotowane z naturalnych składników takich jak jajka, marchew, ogórki, skrobia ziemniaczana. Po ponad godzinnych zabiegach wszystkie czułyśmy się zadbane i zrelaksowane a nasze dłonie są gładkie .