Subject: Wie viel Pflege ist übertrieben ?
Posted by Minox-user on Mon, 04 Aug 2008 13:20:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi leute,

ich mache mir gerade gedanken wie viele pflegeprodukte gut sind und wie viel unwichtig ist.

Ich weiß selber das cremes und so ein zeugs nicht Jünger machen, es ist nur eine unterstützung zu meinem Sportprogramm.

Wie gesagt bin ich ein sehr sportlicher Mensch, das heißt das ich jeden Tag sport mache (1 Tag Joggen, 1 Tag Fitness Center). Auch auf meine Gesundheit lege ich sehr viel wert und ernähre mich dementsprechend sehr gesund (keine Chips, schokolade, fettiges gebratenes, Pommes, fast food) eher viel gemüse, obst, müsli und ab und zu selbstgemachten kakao.

Nun lege ich aber auch auf Pflege viel wert. Auf die Produkte die ich benutze achte ich sehr darauf das sie nicht allzu viele schadstoffe haben und bei möglichkeit auch in Öko test gut abschneiden.

Ich benutze morgens und abends die Florena Intensiv creme, die mir ganz gut gefällt und auch nicht allzu viele schadstoffe wie propylenglykol oder silikone hat. Dazu verwende ich auch noch eine augencreme vom aldi auch jeweils morgens und abends die mir ganz gut gefällt. Desweiteren nehme ich zum Duschen sls freie baby shampoos und waschgels das ich auch morgens zum gesichtwaschen verwende und ab und zu mal handcreme falls meine hände trocken werden.

Nun überleg ich was von solchen dingen wie gesichtsmaske oder peeling zu halten ist? Wird das zu viel ? Weil ich möchte meinem körper nicht zuviel zumuten.

Ich hab beim Dm eine männer gesichtsmaske gefunden die mir eigentlich von der wirkung auch sehr gut gefallen hat aber inhaltstoffe wie : Kaolin und Dimecothine drin hatte. Meint ihr es währe ratsam sowas 1x die Woche zu benutzen?

Ich will für meinen Körper stets immer das Beste machen und deswegen wollte ich von euch mal einen rat holen!

gruß Minox