



6krokový průvodce

**K HARMONIZAČNÍMU
MYTÍ VLASŮ**

bez kosmetiky

www.hanamoneam.cz

6 KROKŮ



A TEĎ SI JE POPÍŠEME DETAILNĚJI!

CO BUDETE POTŘEBOVAT?

1. **Ajurvédské bylinky** (nejvhodnější na tento způsob mytí jsou:

- [Reetha](#)
- [Amsha](#)
- [Shikakai](#)

Pokud nemáte ajurvédské bylinky, můžete použít **žloutky** (4–6 ks)
(opravdu jen žloutky, bílky oddělte a použijte v kuchyni)

2. Aplikační lahvičku

Pokud nemáte, můžete použít láhev od vody se „savičkou“ a nebo si ji pořídíte [tady>>](#) (Případně ji získáte jako [součást balíčku](#) zdarma).

Smíchejte bylinky podle návodu. Ideálně 3 PL bylin a 250 ml teplé vody, kolem 55 – 60 stupňů (nejteplejší voda z kohoutku).

Můžete je míchat přímo v lahvičce. Pozor, při třepání směs vystříkne).
Pozor, ať se vám směs nedostane do očí, štípe to!

Pokud nemáte bylinky, použijte 4–6 žloutků (opravdu jen žloutky, bez bílku a také bez přidané vody, případně maximálně 1 PL na 1 žloutek.).

1 OTEVŘETE VLASY

Použijte vždycky teplou vodu (ne horkou a ne studenou). Důkladně vlasy namočte, spláchněte povrchové nečistoty a prach, a připravte pokožku na mytí. Nešetřete vodou a vlasy i pokožku sprchujte nejméně 1 minutu.

2 APLIKUJTE PRODUKT



Aplikujete cca třetinu připravené směsi rovnoměrně na několik míst pokožky hlavy.

Nanášejte opravdu na pokožku, ne přímo na vlasy. Zbytečně by vám to po vlasech steklo.

Dávejte pozor, ať vám směs nenateče do očí.

3 PROMASÍRUJTE POKOŽKU

Promasírujte pokožku, ale nedrhněte si vlasy. Délkami se v tuto chvíli vůbec nezabývejte a soustřeďte se jen na pokožku. Se směsí pracujte stejně, jakobyste měla na hlavě šampon. Toto první mytí vám nebude pěnit, přesto masírování věnujte dostatek času a pozornosti.

4 SMYJTE PRODUKT



Pokud chcete, nechte bylinky nebo žloutky cca minutku, nebo dvě působit. Následně je důkladně spláchněte z celé hlavy i vlasů.

Použijte příjemně teplou vodu, určitě ne studenou, protože ta vaše vlasy neumyje. Se směsí splachujete i mastnotu a nečistoty.

5 ZOPAKUJTE MYTÍ

Znovu naneste směs na několik míst pokožky hlavy žloutky. Nanášejte opět z lahvičky přímo na vlasovou pokožku.

Opět promasírujte pokožku, ale nezatávejte si vlasy. Poté opět opláchněte a **mytí ještě jednou zopakujte**. při posledním (3.) mytí už se má vytvořit bohatá pěna jako ze šamponu. Pokud se pěna nevytvoří, udělala jste někde v procesu nebo míchání chybu.

UZAVŘETE VLASY



Po mytí vlasy uzavřete kyselým oplachem. Zalijte [bylinky na oplach](#) horkou vodou (jako čaj) a scedte. Přidejte citronovou šťávu (z ½ citronu nebo 2 lžičky jablečného octa).

Pokud nemáte bylinky, použijte pouze citron nebo jablečný ocet s vodou.

Mějte vlásky plné lásky ♡

Hana Moneam



Odhalte jednoduchou cestu pro své zdravé vlasy

[Chci se podívat](#)