DAS GÖNNE ICH MIR JETZT

Unsere FEELGOOD@HOME Daily Rituals

Meine Morgen-Routine

Das Tee-Ritual

It's Workout Time!

Power Food

FÜR HAUT & HAARE

Zeit für Beauty

FEELGOOD@HOME

Good Night! Abend-Ritual

Meine Morgen_Routine

#stay at home

Um den Tag hoffnungsvoll zu starten, gönnt euch jetzt 5 Tropfen *Visarôme Atone* auf eine Schale lauwarmes Wasser (ca. ½ Liter).
Spült das Gesicht, Hals, Arme mehrmals und atmet den belebenden Duft von erfrischender Minze, stärkendem Rosmarin, Thymian & Koriander tief ein.
Die Haut nicht abtrocknen, sondern direkt Pflegecreme auftragen.

Das Tee-Ritual

#stay at home

Jetzt mit einem La Biosthétique Tee Ruhe & Entspannung in den Alltag bringen und sich einen Moment nur für sich gönnen! Schon die Vorbereitung des Tee-Rituals trägt zur Wirkung dieses Wohlfühl-Programms bei. Wer seinen Tee also auf rituelle Weise genießt, baut automatisch bewusste Entspannung in seinen Alltag ein. Suchen Sie sich für Ihr Tee-Ritual ein stilles Plätzchen, an dem Sie ungestört die Seele baumeln lassen können. Unser biologisch angebauter Kräutertee ist von höchster Qualität, füllt den Wasseraushalt wieder auf, enthält wertvolle Antioxidantien und schmeckt dazu richtig lecker.

Fitnessstudios und Sportvereine sind momentan geschlossen, Lauf- & Yoga-Kurse abgesagt und zuhause fällt uns langsam die Decke auf den Kopf. Gerade jetzt ist ein Quick-Workout zuhause die perfekte Möglichkeit, um sich ohne großen Aufwand fit und beweglich zu halten. Ein Workout lässt sich auch in den eigenen 4 Wänden absolvieren: Einfach die Matte ausrollen, optional Equipment wie Hanteln oder Kettlebell bereitlegen – los geht's!

Power Food

FÜR HAUT & HAARE

#stay at home

Lebensmittel für schöne Haut, Haare und Nägel: Generell tut dem Körper eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung mit viel Gemüse, Obst, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen, Samen und Kernen gut.

Nehmt Euch jetzt die Zeit und verwöhnt Euren Körper mit einer abwechslungreichen Ernährung, genießt Eure Mahlzeiten, trinkt reichlich. Ihr werdet feststellen, wie gut das auch Eurer Schönheit tut!

FEELGOOD@HOME — MIT INDIVIDUELLEN PRODUKT SETS

Sehnt Ihr Euch auch gerade jetzt nach etwas Schönem, Genuss für die Sinne und Momenten der Entspannung?

Nutzt die Zeit zu Hause für eine extra Pflegeeinheit — mit unseren FeelGood@Home Sets lässt sich das Zuhause zum eigenen Home Spa machen!

#stayhome #stayhealthy

Good Night! Abend-Ritual

#stay at home

Für euer Abend-Ritual spült ihr die Haut nach der *individuellen Hautreinigung* mit *Visarôme Ridulé* (5 Tropfen auf eine Schale lauwarmes Wasser – ca. ½ Liter) und atmet den entspannenden Duft von Bitterpomeranze, Bergamotte, Mandarine, Jasmin und Rose ein. Natürlich könnt Ihr das ausbauen, z.B. mit einem entschlackenden Hand- & Fußbad, einer ausgiebigen Handmassage,... So entspannt heißt es dann: Gute Nacht!

Meine Morgen_ Routine
#stay at home
LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Das Tee-Ritual
#stay at home
LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

It's Workout Time!
#stay at home
LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Power Food
FÜR HAUT & HAARE
#stay at home
LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Zeit für Beauty
FEELGOOD@HOME
#stay at home
LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Good Night!
Abend-
Ritual
#stay
at
home
LA BIOSTHETIQUE®
PARIS