

## **Liebe Hortkinder, hier kommt eine Schönheitsidee für euch!**

Nutze die Zeit zu Hause für eine Schönheitskur für die Hände und die Haare:

Wir hatten gestern im Hort einen Dutt-Tag! Weißt du wie das geht? Kämm den Staub aus den Haaren, Haare hoch, Haargummi rein und fertig ist der Dutt!

Und nicht nur die Haare hatten wir schön, nein, wir haben den Händen etwas Gutes getan!- Mach es auch:

Erst ein **Handpeeling**: Dazu brauchst du :

Zucker, Zitronensaft und Olivenöl

Nimm ca. 100 Gramm Zucker für deine Hände und mische Olivenöl unter, bis es zu einer Masse sich verbindet! Ein Schuss Zitronensaft gibst du nun hinzu. Reibe deine Hände ein, jeden Finger, die Handoberfläche und die Handinnenseite. Wenn deine Hände gut gepeelt sind, wäschst du sie mit lauwarmen Wasser ab.

Danach kommt noch eine schöne **Handmaske**: Hierfür brauchst du:

Quark, 1 Eigelb und ein Schuss Öl

Nimm ca. 150 Gramm Quark und verrühre es mit 1 Eigelb und gebe ein Schuss Öl hinzu.

Umhülle deine Hände mit der Quarkmasse, lass deine Hände, deinen Kopf und deinen Körper für 10 Minuten ruhen, wenn du magst, höre ein Hörbuch.

Danach wasche deine Hände lauwarm ab.

Und - wie fühlt es sich an ?