



GLOW-UP

Capelli Estate 2025

Checklist

✨ *Una routine furba per rinforzare, nutrire e far splendere la tua chioma... anche al mare.*

Da fare ogni settimana:

- *Hair oiling (2x)*
→ Usa Olio di ricino Pura D'Or per la crescita, o Olio di argan Satin Naturel per nutrire e lucidare le punte.

- *Maschera nutriente (1x)*
→ Fai una maschera con Olio di oliva Benvolio e miele su capelli umidi, oppure prova l'infuso con rosmarino e chiodi di garofano.

- *SPF per capelli e cute*
→ Applica un termoprotettore con filtro UV o un cappello nelle ore di sole intenso. Dopo la spiaggia, risciacqua sempre con acqua dolce.



GLOW-UP

Capelli Estate 2025

Checklist

Da inserire a tavola:

*Mandorle e semi ogni mattina
→ Biotina, omega-3 e vitamina E:
perfetti per rinforzare dall'interno.*

→ Prova anche i semi di lino Satin Naturel nei frullati o nello yogurt.

Styling intelligente:

Niente calore, sì a leggerezza

→ Capelli 2a? Prova olio di jojoba post-shampoo.

→ Capelli 2b? Definisci con gel d'aloe vera + una goccia di olio.

→ Massaggia la cute con applicatore cuoio capelluto per stimolare la crescita.

 *Consiglio: stampala o salvala nelle Note per tenerla sempre con te. Puoi anche spuntarla ogni settimana per tenere traccia del tuo percorso glow ✨*