

# TALLER DE HIGIENE NATURAL



M<sup>a</sup> Carmen Sanz

Este taller está pensado para todas las personas que sientan cierta responsabilidad por su salud y la del planeta.

La posibilidad de que nuestra higiene diaria esté libre de sustancias perjudiciales, o directamente tóxicas, para nuestra piel es un cambio importante que podemos sumar a una alimentación más consciente y sana.

Muchas veces, por desconocimiento, falta de tiempo, presupuesto o interés, tomamos de los estantes del supermercado aquello que la publicidad nos vende como bueno.

Cuando paramos atención, descubrimos que hay una gran cantidad de productos que nos prometen “naturales” y que a veces solo son una pantalla para subir su precio.

Con este taller aprenderemos:

- Que es y como funciona nuestra piel
- Que sustancias más o menos dañinas están en las fórmulas comerciales
- Que sellos nos garantizan un producto orgánico
- Productos naturales para nuestras elaboraciones:
  - Plantas
  - Oleatos
  - Extractos
  - Arcillas
  - Ceras
  - Aceites esenciales
- Elaboración de recetas básicas para la higiene diaria:
  - Jabón de manos
  - Jabón líquido
  - Gel de baño
  - Champú
  - Mascarilla capilar
  - Desodorante
  - Pasta de dientes

Todo este material hecho con sencillez desde recetas básicas y efectivas, que cambiarán vuestros hábitos higiénicos y que podréis regalar a los vuestros.

El taller tiene una duración de 8h.