

# Routine by La Famille Tortue

## Peau normale

### Matin

1  
**Rafraîchir**

**Hydrolat /Eau florale :**  
Vaporisez directement sur la peau et retirez l'excédent avec un coton lavable

2  
**Hydrater**

**Sérum/Aloe:**  
Appliquez sur le visage et le cou.  
Ou mélangez-le directement à votre crème dans votre main (sinon le gel peut boulocher)

3  
**Hydrater/  
Protéger**

**Crème hydratante :**  
Appliquez sur le visage et le cou. Pour plus de confort, mélangez 2 gouttes de votre huile (celle du soir) à la crème directement dans le creux de votre main

### Soir

1  
**Nettoyer**

**Huile :**  
Mettez quelques gouttes d'huile dans votre main, appliquez sur visage sec. Massez du bout des doigts visage, cou, yeux et lèvres. Humidifiez vos doigts, recommencez. Rincez ensuite à l'eau tiède.

2  
**Nettoyer**

**Savon :**  
Appliquez le savon sur visage humide, massez du bout des doigts visage, cou, yeux et lèvres, rincez, tamponnez un carré de coton lavable propre sur le visage

3  
**Enlever le calcaire**

**Hydrolat /Eau Florale :**  
Vaporisez directement sur la peau et appliquez votre hydratant immédiatement

4  
**Hydrater**

**Sérum/Aloe:**  
Appliquez sur le visage et le cou.  
Ou mélangez-le directement à votre crème dans votre main (sinon le gel peut boulocher)

5  
**Nourrir**

**Huile :**  
Appliquez 2 ou 3 gouttes sur l'ensemble du visage et du cou.