

Inhalt

VORWORT	6	REZEPTE	46
BASICS	10	GESICHT	49
DIE RICHTIGEN ZUTATEN	13	Make-up-Entferner und Gesichtslotionen	50
Aus Reformhaus und Bioladen	14	Gesichtswässer und Feuchtigkeitssprays	60
Aus Tante-Emma-Laden und Ethno-Store	16	Gesichtscremes, Lotionen und Öle	66
Aus dem Garten, von Hecken und vom Strand	19	Gesichtspeelings und -masken	77
Aus Küche und Badezimmer	21	Für die Augen	86
Aus dem Onlinehandel	22	Für Lippen und Wangen	89
Ätherische Öle	24	KÖRPER	93
DIE ARBEITSGERÄTE	27	Badezusätze	94
Grundausstattung	28	Körperpeelings	104
Verpackung und Aufbewahrung	30	Körperbutter und Lotionen	109
DIE WICHTIGSTEN TECHNIKEN	33	Für Hände und Füße	113
Extrakte	34	HAARE	125
Tenside, Konservierungsmittel und Emulgatoren	38	Shampoos und Haarspülungen	126
Verwendung von pH-Streifen	40	Pflege und Styling	130
Arbeiten mit Trockensubstanzen	42	DER LETZTE SCHLIFF	137
Verwendung von Sucragel	43	ANHANG	
Wichtiges zu Lagerung und Sicherheit	44	Zutatenglossar	140
		Bezugsquellen	156
		Register	158
		Danksagung	160