

DIY Green Tea Face Mask

What you need:

- Loose green tea
- 1 Tablespoon olive oil
- Spoon
- Bowl for mixing



What you will do:

1. Crush 3 tablespoons of the green tea leaves into small pieces with your hand or spoon.
2. Add 1 tablespoon of olive oil to the bowl
3. Mix Really well and wait a few minutes for the leaves to soak up the oil.
4. Apply to your face (AVOID YOUR EYE AREA)
5. Keep the mask on your face for 10-15 minutes, sit back and relax.
6. Wash the mask off with warm water

The history of green tea and face masks:

- Green tea was discovered in 2737 B.C. by accident when a Chinese Emperor drank some water that had been boiled after a tea leaf fell in the water.
- Green tea originated in China for medicinal purposes.
- Green tea is overflowing with antioxidants, which boost your immune system and give you energy.
- With its antioxidant, anti-inflammatory, and antimicrobial properties, a green tea face mask can help benefit your skin by cleansing and moisturizing the skin
- Not only can it protect your skin from premature aging, UV damage, redness, and irritation, but it also can fight off bacteria that can lead to acne breakouts.



Mascarilla de Té Verde de Bricolaje

Lo que necesitas:

- Té verde suelto
- 1 cucharada de aceite de oliva
- cuchara
- Tazón de fuente para mezclar



Qué harás:

1. Triturar 3 cucharadas de las hojas de té verde en trozos pequeños con la mano o la cuchara.
2. Añadir 1 cucharada de aceite de oliva al bol
3. Mezclar muy bien y esperar unos minutos para que las hojas para absorber el aceite.
4. Aplicar sobre su cara (EVITE SU ÁREA DE LOS OJOS)
5. Mantenga la máscara en su cara durante 10-15 minutos, siéntese y relájese.
6. Lavar la mascarilla con agua tibia

La historia del té verde y las máscaras faciales:

- El té verde fue descubierto en 2737 B.C. por accidente cuando un emperador chino bebió un poco de agua que había sido hervida después de que una hoja de té cayó en el agua.
- El té verde se originó en China con fines medicinales.
- El té verde está rebotante de antioxidantes, que estimulan tu sistema inmunológico y te dan energía.
- Con sus propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y antimicrobianas, una máscara facial de té verde puede ayudar a beneficiar su piel al limpiar e hidratar la piel
- No solo puede proteger su piel del envejecimiento prematuro, el daño uv, el enrojecimiento y la irritación, sino que también puede combatir las bacterias que pueden conducir a brotes de acné.

