

Massage du visage en suivant le flux lymphatique

C'est un massage drainant. Vous pouvez le faire tous les jours. Il est important de le faire sur le visage propre (parfaitement démaquillé) en utilisant un peu d'huile végétale (abricot, argan, olive, coton, sésame etc.)

Partez toujours du milieu du visage vers l'extérieur, en descendant sur les côtés du cou jusqu'aux clavicules. Répétez chaque geste trois fois.



