

Bij camouflagetherapie hebben wij u uitgelegd hoe u camouflage moet aanbrengen. Hieronder wordt dit stapsgewijs nog eens uitgelegd.

Wat heeft u nodig?

- Reinigingsproduct (crème, milk of lotion)
- Basiscrème
- Twee spatels
- Make-up sponsjes (latex)
- Poederkwasten
- Fixeerpoeder
- Fixeerspray

Stappenplan

De volgende stappen zijn belangrijk bij het aanbrengen.

1. Huid reinigen

Reinig uw huid met een PH-neutraal product en lauw water. Camouflage komt het best tot zijn recht op een schone huid. Om schilfertjes te verwijderen kunt u eventueel een peeling gebruiken.

2. Basiscrème aanbrengen

Bij een droge huid brengt u eerst een basiscrème aan. Dit is vooral erg belangrijk na het scheren. Bij pigmentstoornissen gebruikt u een zonnebrandcrème van minimaal SPF 20 die goed in de huid wordt opgenomen.

3. Camouflage aanbrengen

U haalt een klein beetje camouflagecrème met een spatel uit het potje. Met uw vinger brengt u de camouflagecrème

aan (met een licht drukkende en draaiende beweging). Begin aan de rand van het te camoufleren huidgebied en werk naar binnen toe. Vervaag de randen met een droog of licht vochtig latex make-up sponsje. Eventueel kunt u hiervoor ook een wattenstaafje of penseeltje gebruiken.

Kwasten reinigt u met lauw water en vloeibare zeep. Sponsjes kunt u (in een waszakje) wassen in de wasmachine.

4. Fixeerpoeder opbrengen

Met fixeerpoeder maakt u de camouflage waterafstotend. Breng met een poederkwast ruim poeder aan op de gecamoufleerde huid. Laat het poeder 7 tot 20 minuten intrekken. Borstel het overtollige poeder af met een schone poederkwast. Daarna dept u de huid met een vochtig watje om de laatste restjes overtollig poeder te verwijderen. Als de camouflage dof oogt, licht sprayen met een waterspray of een plantenspuit.

5. Fixeerspray opbrengen

Fixeerspray maakt de camouflage veegvaster. Spray op ongeveer 30 cm afstand een dun laagje over de camouflage. De spray mag niet in de ogen komen en mag daarom niet in het gezicht gebruikt worden.

6. 's Avonds reinigen

Breng een beetje reinigingscrème aan op het gecamoufleerde gebied. Licht masseren waardoor de reinigingscrème zich vermengt met de camouflagecrème en was de huid schoon.