



1. Wstęp
  2. Bezpieczeństwo kosmetyków syntetycznych i naturalnych
  3. Jak przedłużyć "życie" kosmetyku ?
  4. Kiedy składniki kosmetyków przenikają a kiedy nie ?
  5. Triki producentów i mity kosmetyczne
    - a. Mit 1. Naturalnie znaczy bez chemii ?!
    - b. Mit 2. Dobieraj kosmetyki do wieku
    - c. MIT 3. Hipoalergiczne kosmetyki to te naturalne
    - d. MIT 4. Kosmetyki naturalne są bardziej bezpieczne od tych syntetycznych i nie uczulają.
    - e. TRIK 1 : 100% skuteczności naturalnych składników aktywnych
    - f. TRIK 2. Produkt w 100% naturalny, przyjazny zwierzętom
  6. Naturalne czy syntetyczne? Odwieczna walka między modą a potrzebami skóry.
    - a. Zalety i wady kosmetyków naturalnych
    - b. Czym różnią się kosmetyki naturalne od kosmetyków naturalnych wegańskich?
    - c. Podrażnienie i uczulenie na kosmetyk - Jak je odróżnić ?
  7. Składniki kosmetyczne
    - a. Składniki najczęściej alergizujące w kosmetykach – naturalne
    - b. Składniki najczęściej alergizujące w kosmetykach – syntetyczne
    - c. Naturalna pielęgnacja - substancje aktywne, wyciągi, ekstrakty, oleje i masła.
- 2. Cera naturalnie**
1. Rodzaje cer - Który z nich masz Ty ?
  2. Podstawy domowej pielęgnacji, czyli wskazówki istotne dla Twojej skóry
  3. Skuteczna pielęgnacja w 5 krokach.