

Cosima Bellersen Quirini

Natur- kosmetik

einfach selbst gemacht



Ulmer

*Bevor es
losgeht*

*An die
Töpfe,
fertig
los!*

*Selbst
kreativ
werden*

- 8 WISSEN, WAS DRIN IST
- 9 UNSERE HAUT
- 12 HAARE, ZÄHNE UND NÄGEL
- 14 MEINE KOSMETIK- WERKSTATT
- 16 DIE ROHSTOFFE
- 24 TIPPS FÜR DEN EINKAUF

- 28 BASISWISSEN
- 32 GESICHTSPFLEGE
- 44 GESICHTSREINIGUNG
- 50 RUND UM DIE AUGEN
- 53 LIPPENPFLEGE
- 56 KÖRPERPFLEGE
- 64 DUSCHEN UND BADEN
- 68 BABY- UND KINDER- HAUT
- 70 HAARPFLEGE
- 77 FÜR HÄNDE UND NÄGEL
- 80 FÜR DIE FÜSSE
- 83 ZAHNPFLEGE
- 85 SONNENSCHUTZ
- 87 WUND- UND HEILSALBEN
- 91 MINIKURS SEIFEN

- 94 DAS RICHTIGE VERHÄLTNIS
- 96 BASISREZEPTE
- 99 WELCHER STOFF FÜR WELCHEN HAUTTYP?
- 108 DAS GROSSE 1X1 DER ZUTATEN

SERVICE

- 138 FRAGEN UND ANTWORTEN
- 140 QUELLEN UND ADRESSEN
- 144 ZUR AUTORIN