



**Guide Ultime pour Maîtriser le Rouleau de Gua Sha en
Quartz Rose : Techniques, Astuces & Bienfaits"**
Offert exclusivement par JeVeuxÇa.



Bienvenue dans l'univers apaisant du Gua Sha ! Ce rouleau en quartz rose est bien plus qu'un accessoire de beauté : c'est un outil de self-care qui va transformer votre routine. Dans ce guide, vous apprendrez à l'utiliser comme une pro, même si vous débutez. Prête à rayonner ? ✨

Les Bienfaits du Gua Sha :

-  Stimule la circulation sanguine.
-  Réduit les poches et les cernes.
-  Détoxifie la peau en éliminant les impuretés.
-  Relaxe les muscles faciaux et diminue les tensions.

Préparation de la Peau



1. **Nettoyez votre visage** avec un démaquillant doux.
2. **Appliquez une huile ou un sérum** pour faciliter le glissement du rouleau.
3. **Placez le rouleau au réfrigérateur 10 minutes** pour un effet fraîcheur boosté.

Techniques de Base



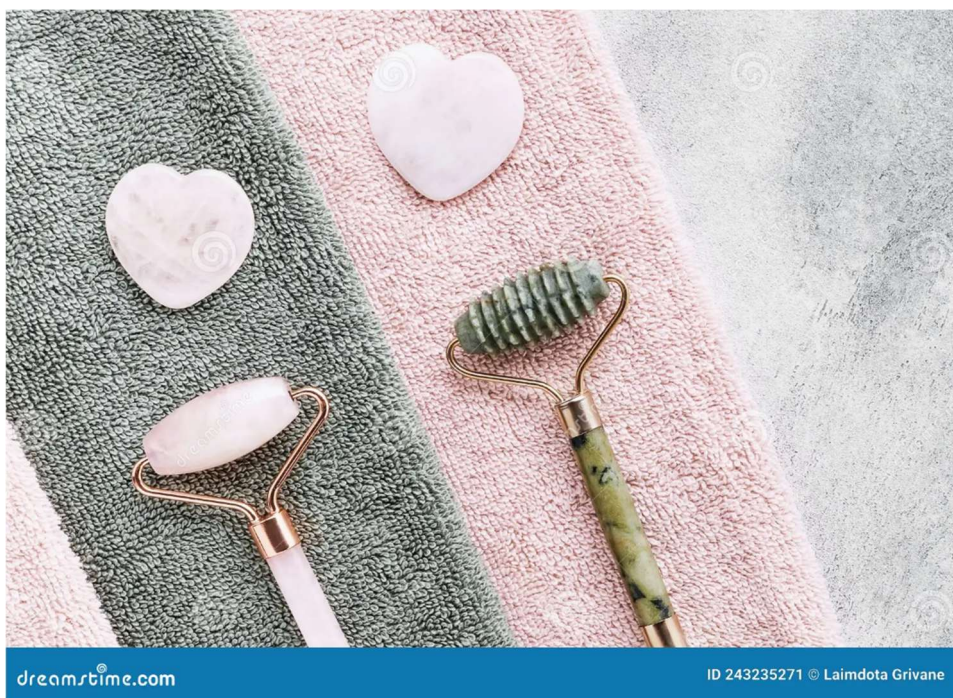
1. **Front** : Roulez de bas en haut, en partant des sourcils vers la racine des cheveux.
2. **Joues** : Roulez du menton vers les oreilles, en suivant la ligne de la mâchoire.
3. **Contour des yeux** : Mouvements très doux de l'intérieur vers l'extérieur.
4. **Cou** : Descendez doucement du menton vers les clavicules.

Astuce : *"Utilisez une pression légère et répétez chaque mouvement 3 à 5 fois."*

Routine Quotidienne Recommandée

- **Matin** : 5 minutes pour dégonfler les poches et préparer la peau au maquillage.
- **Soir** : 10 minutes pour relâcher les tensions et booster la régénération nocturne.

Conseils d'Entretien



- **Nettoyage** : Essuyez-le après chaque utilisation avec un chiffon doux et de l'eau savonneuse.
- **Recharge énergétique** : Placez-le à la lumière de la lune pour "recharger" le quartz rose.

FAQ

Questions :

Combien de temps avant de voir des résultats ?

→ 2 à 4 semaines d'utilisation régulière.

"Puis-je l'utiliser sur une peau acnéique ?

→ Oui, mais évitez les zones inflammées.

"Quelle huile utiliser ?

→ Optez pour notre sérum léger <http://www.jeveuxca.com>