

بتبليل جسمك بالماء الدافئ ثم ضع كمية منه على البشرة الرطبة وذلك بحركات دائرية لطيفة لمدة 15-30 ثانية، مع التركيز على المناطق الخشنة مثل الكوعين والركبتين. اشطف الجسم جيداً بالماء الفاتر وجففه برفق ثم ضع مرطباً لترطيب البشرة.