

Solare + make-up: piano di riapplicazione

Prepara l'uscita e segna ogni volta che rimetti il solare.

Nome del solare, SPF e indicazione UVA:

Quantità usata e orari previsti per le prossime applicazioni:

Prima applicazione alle ore:

Dove e quanto resterò all'aperto:

Prima di uscire

- ☐ Viso: almeno 1 cucchiaino di solare.
- ☐ Applico il solare circa 15 minuti prima di espormi.
- ☐ Applico il trucco sul solare asciutto, con tocchi leggeri.
- ☐ Porto un cappello a tesa larga e un balsamo labbra SPF 30+.

Quando riapplico il solare

- ☐ Ogni due ore quando resto all'aperto.
- ☐ Subito dopo il bagno o dopo aver sudato.
- ☐ Dopo essermi asciugata con l'asciugamano.
- ☐ Segno l'ora e preparo la prossima applicazione.

Come rimetto il solare sopra il trucco

- ☐ Cerco ombra, pulisco le mani e tampono il sudore.
- ☐ Rimuovo il fondotinta se impedisce una stesura uniforme del solare.
- ☐ Riapplico sul viso la stessa quantità e copro le altre zone esposte, poi ritocco il trucco.

Kit: solare, specchio, dischetti, struccante delicato e prodotti per il ritocco.

Registro delle applicazioni

Segna quando rimetti il solare e quando dovrai farlo di nuovo.

Ora / situazione	Acqua o sudore	Che cosa ho fatto	Problema / prossima applicazione
1			Problema: Prossima applicazione:
2			Problema: Prossima applicazione:
3			Problema: Prossima applicazione:
4			Problema: Prossima applicazione:

Non affidarti solo al trucco con SPF. Un SPF più alto non permette di aspettare più a lungo prima di riapplicare il solare.