



NATURA • WIEDZA • PASJA • PIĘKNO



Ponad

600

receptur
naturalnych
kosmetyków

Kompletny, uporządkowany
i praktyczny przewodnik
po tworzeniu
naturalnych kosmetyków

NATURALNE
SKUTECZNE
ŚWIADOME
PIĘKNO

KREM
NAWILŻAJĄCY
z aloesem i zieloną herbatą

Wydanie premium



Prawa autorskie i ważna informacja



1) Prawa autorskie

Ten materiał jest chroniony prawem autorskim. Przeznaczony jest wyłącznie do użytku osobistego i edukacyjnego. Kopiowanie, odsprzedaż oraz rozpowszechnianie całości lub części treści bez pisemnej zgody autora jest zabronione.



2) Charakter materiału

Ten przewodnik ma charakter edukacyjny i praktyczny. Zawarte w nim receptury i wskazówki mają wspierać Cię w tworzeniu naturalnych kosmetyków w domu lub w pracy zawodowej.



3) Bezpieczeństwo

- Wykonaj test płatkowy przed pierwszym użyciem.
- Zachowuj higienę podczas przygotowywania kosmetyków.
- Oznaczaj produkty nazwą i datą przygotowania.
- Przestrzegaj zalecanego czasu przydatności do użycia.
- W przypadku silnego podrażnienia – zaprzestań stosowania.



4) Jak korzystać z przewodnika

- Czytaj uważnie składniki i ich właściwości.
- Stosuj receptury zgodnie z podanymi ilościami.
- Używaj czystych narzędzi i sprawdzonych surowców.
- Notuj wyniki testów i własne obserwacje.



Wskazówka

Testuj uważnie, obserwuj skórę i dostosowuj receptury do swoich potrzeb. Naturalna pielęgnacja to podróż – krok po kroku.





Spis treści



	Strony 04–13	Moduł 01 – Fundamenty naturalnej kosmetyki
	Strony 14–20	Moduł 02 – Naturalne mydła w kostce
	Strony 21–26	Moduł 03 – Naturalne mydła w płynie
	Strony 27–32	Moduł 04 – Naturalne szampony
	Strony 33–38	Moduł 05 – Naturalne odżywki do włosów
	Strony 39–44	Moduł 06 – Naturalne balsamy i kremy nawilżające do ciała
	Strony 45–49	Moduł 07 – Naturalne peelingi do ciała
	Strony 50–56	Moduł 08 – Oczyszczanie twarzy
	Strony 57–62	Moduł 09 – Peelingi i toniki do twarzy
	Strony 63–69	Moduł 10 – Olejki, sera i kremy pod oczy
	Strony 70–74	Moduł 11 – Naturalna ochrona dzienna i formuły ochronne
	Strony 75–80	Moduł 12 – Receptury ukierunkowane na potrzeby skóry i włosów
	Strony 81–85	Moduł 13 – Praktyka tworzenia własnej kolekcji kosmetyków
	Strony 86–89	Moduł 14 – Bonusy, aktualizacje i plan działania



Jak korzystać ze spisu treści



Znajdź interesującą Cię kategorię
i od razu przejdź do sprawdzonych receptur.



Wprowadzenie

Ten przewodnik powstał, aby wspierać Cię w tworzeniu naturalnych kosmetyków w sposób świadomy, bezpieczny i uporządkowany. Znajdziesz tu sprawdzone receptury, jasne wyjaśnienia i praktyczne wskazówki, które pomogą Ci rozwijać wiedzę i budować własną praktykę.



1) Co znajdziesz w tym przewodniku

- sprawdzone receptury naturalnych kosmetyków,
- jasne wyjaśnienia składników i ich działania,
- zasady bezpieczeństwa i dobrej praktyki,
- praktyczne wskazówki i inspiracje do tworzenia.



2) Dla kogo jest ten materiał

Dla osób, które tworzą kosmetyki w domu i chcą robić to świadomie, a także dla tych, którzy rozwijają bardziej zaawansowaną i profesjonalną praktykę.



3) Jak zbudowana jest receptura



4) Zasada świadomego testowania



Obserwuj reakcje swojej skóry, wykonuj testy płatkowe, prowadź dokumentację i dostosowuj receptury do swoich potrzeb. Świadomość i uważność to klucz do bezpiecznego i satysfakcjonującego tworzenia.



Szybki start

1



Przygotuj stanowisko pracy.

2



Wybierz recepturę i przeczytaj ją uważnie.

3



Odważ składniki z dokładnością.

4



Zanotuj wynik i swoje obserwacje.



Moduł 01 |

Podstawy naturalnej kosmetyki



Czym jest naturalna kosmetyka

Naturalna kosmetyka to produkty oparte na składnikach pochodzenia roślinnego, mineralnego lub zwierzęcego, tworzonych z poszanowaniem natury, zdrowia i równowagi skóry oraz włosów.



Dlaczego warto

- ✦ Świadomy skład – wiesz, co nakładasz na skórę.
- ✦ Prostota – mniej zbędnych składników, więcej natury.
- ✦ Możliwość personalizacji – dopasujesz receptury do swoich potrzeb.
- ✦ Kontakt z surowcami – poznasz ich działanie i właściwości.
- ✦ Praktyczne podejście – wiedza, którą od razu wykorzystasz w praktyce.



Najważniejsze zasady

- 01 Higiena – czyste narzędzia i stanowisko pracy to podstawa bezpieczeństwa.
- 02 Jakość składników – wybieraj sprawdzone, świeże i naturalne surowce.
- 03 Dokładność – precyzyjne odmierzanie to klucz do udanej receptury.
- 04 Obserwacja skóry i włosów – reaguj na potrzeby i dostosowuj pielęgnację.



Pamiętaj

Naturalne nie znaczy automatycznie odpowiednie dla każdego. Każda skóra i każdy organizm są inne.



Od surowca do gotowego produktu



Wybór składników
Świadome dobranie surowców o odpowiednich właściwościach.



Przygotowanie
Odważenie, odmierzanie i przygotowanie bazy.



Wykonanie
Połączenie składników zgodnie z recepturą.



Test
Sprawdzenie konsystencji, pH i działania.



Ocena
Obserwacja efektów i ewentualne modyfikacje.



Filozofia kosmetyków naturalnych



Świadoma pielęgnacja

Naturalna pielęgnacja zaczyna się od świadomych wyborów. Sięgamy po składniki, które znamy i rozumiemy, tworząc kosmetyki spójne z naszymi wartościami i potrzebami. To podejście oparte na wiedzy, doświadczeniu i uważności.

5 filarów podejścia naturalnego



PROSTOTA



JAKOŚĆ



PRZEJRZYSTOŚĆ
SKŁADU



PERSONALIZACJA



SZACUNEK DLA
SKÓRY I ŚRODOWISKA

Korzyści praktyczne

- lepsze rozumienie formuł
- kontrola nad recepturą
- dopasowanie do potrzeb
- rozwój własnego stylu pracy



Czego unikać

- ✗ przypadkowe mieszanie
- ✗ nadmiar olejków eterycznych
- ✗ brak oznaczeń
- ✗ pośpiech

“Dobra receptura to nie tylko skład, lecz także uważność i konsekwencja.”



Higiena pracy i bezpieczeństwo

Tworzenie naturalnych kosmetyków to przyjemność i kreatywność, ale także odpowiedzialność. Zachowanie higieny i zasad bezpieczeństwa to klucz do skutecznych i bezpiecznych produktów.



1) Przygotowanie stanowiska

- ✓ Czysta powierzchnia robocza.
- ✓ Zdezynfekowane narzędzia i akcesoria.
- ✓ Czyste, suche opakowania.
- ✓ Ręcznik papierowy pod ręką.
- ✓ Porządek na biurku – wszystko pod kontrolą.



2) Bezpieczna praca ze składnikami

- Dokładnie odmierzaj składniki zgodnie z recepturą.
- Olejki eteryczne stosuj w zalecanych stężeniach – są bardzo skoncentrowane.
- Używaj czystych łyżeczek, szpatulek i pipetek.
- Nie łącz nieznanymi surowców bez sprawdzenia ich właściwości i kompatybilności.



3) Test płatkowy



1
Nalóż niewielką ilość produktu na skórę wewnętrznej strony przedramienia.



2
Pozostaw na 24–48 godzin, nie zmywaj i nie zakrywaj miejsca testu.



3
Obserwuj skórę. Brak reakcji oznacza, że produkt jest dla Ciebie odpowiedni.



4) Kiedy przerwać stosowanie

- Silne podrażnienie.
- Pieczenie utrzymujące się dłużej niż kilka minut.
- Wysypka lub zaczerwienienie.
- Niepokojąca reakcja organizmu.

Złota zasada

Bezpieczeństwo i higiena są ważniejsze niż szybkość wykonania.

Niezbędne narzędzia i wyposażenie



1) Podstawowe wyposażenie



waga kuchenna precyzyjna



miseczki



łyżeczki



szpatułki



trzepaczka



blender ręczny



2) Do kontroli i pomiaru



termometr



pipety



cylinder miarowy



paski pH



notes recepturowy



3) Opakowania



słoiczki



butelki z pompką



butelki z kroplomierzem



etykiety



4) Praktyczne wskazówki

- Utrzymuj narzędzia w czystości i suchości.
- Oddziel akcesoria do fazy wodnej i tłuszczowej.
- Regularnie dezynfekuj narzędzia mające kontakt z kosmetykiem.
- Przechowuj wszystko uporządkowane i w zasięgu ręki.

Minimalny zestaw na start

- ✂ waga kuchenna
- ✂ miseczki i łyżeczki
- ✂ szpatułka i trzepaczka
- ✂ termometr
- ✂ pipety
- ✂ słoiczek 50 ml z etykietą
- ✂ notes recepturowy



Surowce bazowe w praktyce



1) Oleje roślinne

Przykłady: jojoba, migdałowy, kokosowy, arganowy. Odżywiają, zmiękczą i chronią skórę. Stanowią bazę wielu receptur – od lekkich serum po bogate balsamy.



2) Masła i tłuszcze

Przykłady: shea, kakaowe, kokosowe. Nadają kosmetykom odpowiednią konsystencję i zapewniają intensywne odżywienie oraz ochronę skóry.



3) Hydrolaty i wody

Przykłady: różany, lawendowy, rumiankowy. Nawilżają, tonizują i wspierają skórę. Doskonałe jako baza wodna w tonikach, mgiełkach i emulsjach.



4) Glinki i pudry

Przykłady: zielona glina, biała glina, owies. Oczyszczają, matują lub łagodzą w zależności od rodzaju. Wzbogacają maseczki, peelingi i zasyпки.



5) Składniki aktywne

Przykłady: aloes, gliceryna, witamina E, pantenol. Wspierają działanie kosmetyku – nawilżają, koją, regenerują lub chronią skórę. Używaj ich świadomie i w odpowiednim stężeniu.



Jak dobierać surowce

Zawsze kieruj się funkcją kosmetyku, potrzebami skóry oraz właściwościami składników. Dobieraj surowce świadomie, z prostotą i w harmonii z naturą. Czasem mniej znaczy więcej.



Jak czytać receptury i personalizować formuły

1 Anatomia receptury

nazwa	• Krem nawilżający z aloesem do skóry mieszanej														
przeznaczenie	•  Nawilża, koi i wspiera barierę ochronną skóry.														
składniki	•  <table><tr><td>Hydrolat z róży</td><td>60 g</td></tr><tr><td>Olej jojoba</td><td>20 g</td></tr><tr><td>Emulgator Olivem 1000</td><td>5 g</td></tr><tr><td>Aloes żel</td><td>10 g</td></tr><tr><td>Gliceryna roślinna</td><td>3 g</td></tr><tr><td>Witamina E</td><td>0,5 g</td></tr><tr><td>Olejek lawendowy</td><td>4 krople</td></tr></table>	Hydrolat z róży	60 g	Olej jojoba	20 g	Emulgator Olivem 1000	5 g	Aloes żel	10 g	Gliceryna roślinna	3 g	Witamina E	0,5 g	Olejek lawendowy	4 krople
Hydrolat z róży	60 g														
Olej jojoba	20 g														
Emulgator Olivem 1000	5 g														
Aloes żel	10 g														
Gliceryna roślinna	3 g														
Witamina E	0,5 g														
Olejek lawendowy	4 krople														
ilości	•														
wykonanie	•  Fazę olejową podgrzej do 70°C. Fazę wodną podgrzej do 70°C. Połącz fazy i mieszaj do emulsji. W temp. poniżej 40°C dodaj dodatki.														
wskazówki	•  Idealny na dzień i na noc. Stosuj na oczyszczoną skórę. unikaj okolic oczu.														
przechowywanie	•  Przechowuj w chłodzie. Zużyj w ciągu 3 miesięcy.														

2 Na co zwracać uwagę



Proporcje

Zachowuj proporcje faz i składników dla stabilności i skuteczności.



Kolejność

Dodawaj składniki w odpowiedniej kolejności – to wpływa na efekt.



Temperatura

Przestrzegaj zaleceń temperatur.
To klucz do udanej emulsji.



Typ skóry lub włosów

Dopasuj składniki do potrzeb swoich lub osoby, dla której tworzysz kosmetyk.



Rodzaj opakowania

Wybierz opakowanie odpowiednie dla formuły i jej przechowywania.

3 Bezpieczna personalizacja



Zmieniaj jeden składnik na raz,
np. jeden olej bazowy.



Zamień jeden hydrolat
na inny o podobnym działaniu.



Modyfikuj jeden element tekstury,
np. zagęszczacz lub emulgator.



Testuj, obserwuj i zapisuj efekty
każdej zmiany.



5 Praktyczna rada



Najlepsze formuły powstają z małych zmian
i dobrych notatek. Eksperymentuj świadomie
i ciesz się procesem tworzenia!



4 Notatki po wykonaniu

- ☐ Konsystencja
- ☐ Zapach
- ☐ Odczucie na skórze / włosach
- ☐ Reakcja skóry
- ☐ Termin przydatności



Jak bezpiecznie modyfikować receptury i stosować zamienniki

Zamiennik składnika to surowiec, który może pełnić podobną funkcję w recepturze. Nie wystarczy jednak, że ma podobną nazwę – liczy się działanie, właściwości i sposób użycia. Zawsze analizuj, co wnosi dany składnik i dobrane zamienniki z rozważą.

- ✿ **Najpierw określ funkcję surowca** w recepturze, dopiero potem szukaj zamiennika.
- ✿ **Lekkie, średnie i ciężkie oleje** nie zawsze są wymienne – różnią się wchłanianiem i działaniem na skórę.
- ✿ **Masło roślinne** zamieniaj wyłącznie na inne masło o podobnej konsystencji i temperaturze topnienia.
- ✿ **Woda, napar ziołowy i hydrolat** to nie to samo – różnią się składem i działaniem.
- ✿ **Olejek eteryczny** nie jest zwykłym olejem roślinnym – ma inne stężenie i silniejsze działanie.
- ✿ Modyfikacja receptury może zmienić jej konsystencję, zapach, kolor, trwałość i działanie produktu.
- ✿ W recepturach mydła zmiana składnika może wymagać ponownego obliczenia ilości wodorotlenku sodu.

Bezpieczna kolejność modyfikacji receptury

- 1  Sprawdź funkcję składnika.
- 2  Wybierz surowiec z tej samej kategorii.
- 3  Zachowaj proporcje lub przelicz recepturę.
- 4  Przygotuj małą partię testową.
- 5  Zapisz rezultat w karcie receptury.
- 6  Oceń konsystencję, zapach, pH i stabilność.

✿ Droga od składnika oryginalnego do bezpiecznego zamiennika ✿



Składnik podstawowy	Możliwa kategoria zamiennika	Na co uważać
 Olej jojoba	Lekki olej roślinny	Szybkość wchłaniania
 Masło kakaowe	Twarde masło roślinne	Twardość produktu
 Hydrolat rumiankowy	Łagodny hydrolat roślinny	Zapach i wrażliwość skóry
 Glinka zielona	Inna glinka kosmetyczna	Siła oczyszczania
 Cukier	Drobny składnik peelingujący	Wielkość drobinek

Trwałość, konserwacja i prawidłowe przechowywanie kosmetyków

1



Czym jest trwałość kosmetyku

Trwałość to czas, w którym kosmetyk zachowuje swoje właściwości, bezpieczeństwo i jakość. Zależy od składu, pH, rodzaju opakowania, sposobu przechowywania i zastosowanych konserwantów.

2



Produkt bezwodny vs. produkt z fazą wodną

Produkt bezwodny

- ✦ Nie zawiera wody.
- ✦ Ryzyko rozwoju drobnoustrojów jest znikome.
- ✦ Zazwyczaj ma bardzo długą trwałość.
- ✦ Najczęściej nie wymaga konserwantów.

Produkt z fazą wodną

- ✦ Zawiera wodę, hydrolat, napar ziołowy lub sok roślinny.
- ✦ Woda znacząco zwiększa ryzyko rozwoju mikroorganizmów.
- ✦ Wymaga konserwacji i odpowiedniego przechowywania.

3



Czym może być faza wodna

Faza wodna to nie tylko woda. Może to być woda destylowana, hydrolat, napar ziołowy lub sok roślinny. Wszystkie te składniki wspierają formułę, ale zwiększają ryzyko rozwoju drobnoustrojów.

4



Witamina E to antyoksydant, nie konserwant

Witamina E chroni oleje i tłuszcze przed utlenianiem, ale nie hamuje wzrostu drobnoustrojów w fazie wodnej. Nie zastępuje konserwantu.

5



Czym jest konserwant i dlaczego jest ważny

Konserwant to substancja hamująca rozwój bakterii, drożdży i pleśni. Musi być dobrany odpowiednio do typu formuły, pH oraz zakresu skuteczności. Zawsze przestrzegaj zalecanych stężeń producenta.

6



Co wpływa na trwałość kosmetyku

- ✦ Wyższa temperatura – przyspiesza degradację składników i rozwój drobnoustrojów.
- ✦ Wilgoć – sprzyja rozwojowi mikroorganizmów.
- ✦ Światło – może utleniać składniki i zmieniać kolor oraz zapach.
- ✦ Brudne dłonie i łyżeczki – wprowadzają zanieczyszczenia do kosmetyku.
- ✦ Rób małe partie – świeży kosmetyk to większe bezpieczeństwo i lepsza jakość.

Oznaki zepsucia kosmetyku:



zmiana
zapachu



zmiana
koloru



zmiana
struktury



obecność
gazu



pleśń



nietypowy
osad



Zasada: w przypadku wątpliwości produktu nie należy stosować.



Ważne:

Kosmetyki naturalne nie są automatycznie bezpieczne tylko dlatego, że zawierają składniki roślinne.

Produkty z fazą wodną wymagają kontroli higieny, pH, konserwacji i stabilności.

Rodzaje opakowań



butelka
z pipetą



śłoiczek



atomizer



opakowanie
airless



mydelniczka

Rodzaj produktu	Główne ryzyko	Zalecane opakowanie
 Olejek do twarzy	Utlenianie olejów	Ciemna butelka z pipetą
 Maśło do ciała	Kontakt z wodą i dłońmi	Czysty śłoiczek lub opakowanie airless
 Tonik	Rozwój drobnoustrojów	Butelka z atomizerem
 Krem	Niestabilność emulsji i mikroorganizmy	Opakowanie airless
 Mydło w kostce	Nadmiar wilgoci	Przewiewna mydelniczka

Pomiar pH, temperatura i kontrola jakości produktu



1 Czym jest pH?

pH to skala (0–14) określająca, czy produkt ma odczyn kwaśny, obojętny czy zasadowy.



2 Gdzie mierzymy pH?

pH mierzymy głównie w produktach, które zawierają fazę wodną, np. hydrolaty, żele, emulsje, toniki, kremy.



3 Dlaczego nie mierzymy pH olejów i masel?

Czyste oleje i masła roślinne bez dodatku wody nie mają fazy wodnej, dlatego pomiar pH nie ma zastosowania.



4 Paski wskaźnikowe a miernik pH

Paski są szybkie i wygodne – idealne do orientacyjnego pomiaru. Elektroniczny miernik pH jest dokładniejszy i polecany do regularnej kontroli.



5 Znaczenie kalibracji miernika

Miernik należy regularnie kalibrować (najlepiej przed każdym użyciem), by zapewnić wiarygodny wynik pomiaru.



6 Wpływ pH na kosmetyk

pH wpływa na komfort skóry, skuteczność konserwantów oraz stabilność formuły i składników aktywnych.



7 Kontrola temperatury

Kontroluj temperaturę podczas topienia masel i wosków oraz łączenia fazy wodnej i olejowej. Przegrzewanie może osłabić niektóre składniki aktywne i zapachowe.



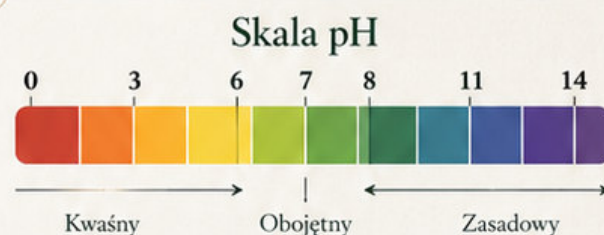
8 Podstawowa ocena gotowego produktu

Zwróć uwagę na wygląd, zapach, jednolitość, konsystencję, pH oraz zachowanie produktu po kilku dniach.



WAŻNA UWAGA TECHNICZNA

Dla każdej konkretnej receptury należy podać docelowy zakres pH, sposób jego pomiaru oraz metodę ewentualnej korekty. Nie należy podawać jednego uniwersalnego pH dla wszystkich kosmetyków.



Podstawowa kontrola gotowej receptury

- Oceń kolor i zapach.
- Sprawdź, czy produkt jest jednolity.
- Obserwuj, czy fazy się nie rozdzielają.
- Zmierz pH, jeżeli produkt zawiera wodę.
- Zapisz datę przygotowania.
- Obserwuj produkt przez kolejne dni.
- Wykonaj próbę uczuleniową przed zastosowaniem.



Karta receptury i dziennik testów

Twoja receptura zasługuje na więcej niż tylko dobrą pamięć.
Zapisuj każdy szczegół, obserwuj efekty i wybieraj świadomie.
Systematyczność to klucz do tworzenia kosmetyków, które naprawdę działają.

KARTA RECEPTURY

Nazwa produktu: _____

Numer receptury: _____ Data przygotowania: _____

Wielkość partii: _____ Przeznaczenie produktu: _____

Typ skóry lub włosów: _____

Lista składników:	Ilość każdego składnika w gramach:	Procentowy udział składników:
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Temperatura przygotowania: _____ Zmierzone pH: _____

Rodzaj opakowania: _____ Data rozpoczęcia testu: _____

Obserwacje po 24 godzinach:

Obserwacje po 7 dniach:

Obserwacje po 30 dniach:

Wprowadzone zmiany: _____

Ocena zapachu: _____ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Ocena konsystencji: _____ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Ocena łatwości aplikacji: _____ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Wnioski do kolejnej partii: _____

Dlaczego warto prowadzić dziennik?



pozwała powtórzyć
udaną recepturę;



pomaga znaleźć
przyczynę
niepowodzenia;



ułatwia
kontrolowanie
zamienników;



pozwała
porównywać różne
proporcje;



wspiera świadome
i odpowiedzialne
tworzenie
kosmetyków.





Moduł 02 –

Naturalne mydła w kostce

Od podstawowej receptury do botanicznych
wariantów z aloesem, glinkami,
olejami i ziołami.

Poznaj zasady tworzenia naturalnych mydeł,
naucz się świadomie dobierać oleje i odkryj
receptury inspirowane bogactwem roślin.



Podstawy tworzenia naturalnego mydła metodą na zimno



1 Czym jest zmydlanie?

Zmydlanie to reakcja tłuszczów z odpowiednio obliczoną ilością zasady.



2 Rola składników

Oleje i tłuszcze dostarczają pielęgnujących właściwości, woda destylowana jest rozpuszczalnikiem, a wodorotlenek sodu (NaOH) uruchamia proces.



3 Obliczenia mają znaczenie

Ilość wodorotlenku sodu zależy od rodzaju i ilości tłuszczów. Zawsze należy przeliczać recepturę w wiarygodnym kalkulatorze mydlarskim.



4 Przetłuszczenie

To celowy nadmiar tłuszczu ponad ilość wymaganą do zmydlenia. Zapewnia łagodność, pielęgnację i wyższe pH końcowe mydła.



5 Zasady bezpieczeństwa

Praca z zasadą wymaga precyzji, ochrony osobistej i zdrowego rozsądku.



6 Czas i dojrzewanie

Mydło potrzebuje czasu, aby procesy w nim zachodziły w pełni dobiegły końca. Przechowuj kostki w suchym, przewiewnym miejscu.



Najważniejsza zasada bezpieczeństwa

Wodorotlenek sodu jest substancją silnie żrącą.

Mydła nie wykonuj bez odpowiedniego sprzętu ochrony osobistej, dokładnych obliczeń i znajomości zasad pierwszej pomocy.



Zasady bezpiecznej pracy



Używaj precyzyjnej wagi cyfrowej.



Stosuj rękawice ochronne.



Noś okulary ochronne.



Zakładaj długie rękawy.



Pracuj w dobrze wentylowanym pomieszczeniu.



Nie używaj naczyń ani narzędzi aluminiowych.



Zawsze dodawaj wodorotlenek sodu do wody, nigdy odwrotnie.



Przechowuj z dala od dzieci i zwierząt.

Proces tworzenia mydła – 10 kroków



1

Przygotowanie stanowiska.



2

Odważenie wszystkich składników.



3

Przygotowanie roztworu zasady.



4

Rozpuszczenie i połączenie olejów.



5

Doprowadzenie składników do odpowiedniej temperatury.



6

Blendowanie do lekkiego śladu.



7

Dodanie składników dodatkowych.



8

Przelanie do formy.



9

Krojenie.



10

Dojrzewanie i kontrola gotowego mydła.



Naturalne mydło aloesowe

Delikatna receptura o kremowej pianie
i świeżym, roślinnym charakterze.



Wielkość partii:
1000 g olejów /
około 10–12 kostek



Poziom trudności:
średni



Metoda:
na zimno



Czas aktywnej pracy:
około 60–75 minut



Czas dojrzewania:
4–6 tygodni



Kompozycja olejów

składnik	gramy	%
Oliwa z oliwek	400 g	40%
Olej kokosowy	250 g	25%
Masło shea	150 g	15%
Olej rycynowy	100 g	10%
Olej słonecznikowy	100 g	10%
Razem oleje	1000 g	100%



Woda destylowana: 330 g



Wodorotlenek sodu: 136 g



Przetłuszczenie: 6%



Dodatek aloesowy: 30 g żelu aloesowego



Opcjonalny zapach:
do 15 g kompozycji zgodnej
z limitem bezpieczeństwa



Krok po kroku

- 1 Przygotuj stanowisko pracy, załóż rękawice i okulary ochronne.
- 2 Przygotuj ług: odmierz wodę, powoli wsyp sodę kaustyczną, mieszając do całkowitego rozpuszczenia. Odstaw do ostudzenia.
- 3 Odmierz i przygotuj oleje oraz masła. Rozpuść stałe składniki i połącz w jednej misce.
- 4 Ostudź obie fazy do temperatury około 35–40°C.
- 5 Zmiksuj krótko blenderem do uzyskania lekkiego śladu (tracce lekkiego).
- 6 Dodaj żel aloesowy i delikatnie wymieszaj do połączenia.
- 7 Mieszaj łagodnie szpatułką, aby nie napowietrzać masy.
- 8 Przelej masę do formy i wyrównaj wierzch.
- 9 Izoluj lekko ręcznikiem, aby mydło przeszło fazę żelową.
- 10 Pozostaw w formie na 24–48 godzin. Wyjmij, pokrój na kostki i pozostaw do dojrzewania na 4–6 tygodni w przewiewnym miejscu.



Praktyczne wskazówki

- Żel aloesowy schłódź w lodówce, jeśli jest ciepły.
- Kontroluj temperaturę obu faz – zbyt wysoka może wpłynąć na kolor i zapach.
- Nie zwiększaj ilości aloesu bez wcześniejszych testów – wpływa on na konsystencję mydła.
- Prowadź notatki w karcie recepturowej – zapisuj uwagi, obserwacje i efekty każdej partii.



Efekt końcowy

kolor: jasny kremowy lub subtelnie zielonkawy
piana: kremowa i delikatna
zapach: świeży, łagodny i roślinny
wygląd: minimalistyczna kostka z delikatną dekoracją liścia aloesu

Naturalne mydło z zieloną glinką

Botaniczna kostka o mineralnym charakterze
i eleganckim, naturalnym kolorze.

Zielona glina to drobny proszek mineralny ceniony za zdolność wchłaniania nadmiaru sebum oraz nadawanie kosmetykom naturalnego, stonowanego koloru. Aby uniknąć grudek, należy ją starannie rozprowadzić przed dodaniem do masy.



Masa olejów: 1000 g

Kompozycja bazy tłuszczowej

	Oliwa z oliwek	450 g		45%
	Olej kokosowy	250 g		25%
	Masło shea	120 g		12%
	Olej słonecznikowy	100 g		10%
	Olej rycynowy	80 g		8%



Woda destylowana: 320 g



Wodorotlenek sodu: 136 g



Przetłuszczenie: 6%



Zielona glina: 20 g



Do rozprowadzenia glinki:
20 g hydrolatu lub niewielka
porcja oleju



Opcjonalna kompozycja
zapachowa: zgodna z limitem
bezpieczeństwa



Krok po kroku

1



Przesiej zieloną glinkę przez sitko,
aby usunąć ewentualne grudki.

2



Rozprowadź glinkę w niewielkiej ilości oleju
lub w odrobinie masy mydlanej do uzyskania
gładkiej pasty.

3



Dodaj rozprowadzoną glinkę do mydła
na lekkim śladzie.

4



Dokładnie wymieszaj do uzyskania jednolitego
koloru.

5



Pracuj sprawnie – niektóre dodatki mogą
przyspieszać gęstnienie masy.

!

- ✂ Powstawanie grudek glinki – zawsze przesiej i dokładnie rozprowadź.
- ✂ Zbyt duża ilość proszku – może wysuszać skórę i osłabiać pianę.
- ✂ Nierównomierny kolor – niewłaściwe rozprowadzenie glinki.
- ✂ Zbyt szybkie gęstnienie masy – pracuj sprawnie i miej wszystko przygotowane.
- ✂ Niewłaściwy zapach – stosuj kompozycje zgodne z limitem bezpieczeństwa.



Dwie odżywcze inspiracje: orzech brazylijski i kokos

Receptura A – Mydło z olejem z orzechów brazylijskich

Kremowa kostka z dodatkiem
odżywczego oleju roślinnego



Oleje i tłuszcze

• Oliwa z oliwek	400 g	40%
• Olej kokosowy	220 g	22%
• Masło shea	150 g	15%
• Olej z otręb ryżowych	130 g	13%
• Olej z orzechów brazylijskich	100 g	10%



Woda destylowana: 320 g



Wodorotlenek sodu: 134 g



Przetłuszczenie: 6%



Jak wykonać

1. Przygotuj ług i roztwór w letniej wodzie.
2. Odważ oleje i masła, delikatnie podgrzej do rozpuszczenia.
3. Połącz ług z tłuszczami, miksuj do śladu.
4. Wylej do formy, wygładź i zabezpiecz przed ciepłem.
5. Po 24–48 h wyjmij, pokrój i pozostaw do dojrzewania.

🕒 Czas dojrzewania: 5–6 tygodni



Uwaga: Ze względu na potencjalne alergie, etykieta i opis produktu muszą wyraźnie informować o zawartości składnika pochodzącego z orzechów.

Receptura B – Naturalne mydło kokosowe

Twarda kostka o obfitej pianie
i prostym składzie



Oleje i tłuszcze

• Olej kokosowy	350 g	35%
• Oliwa z oliwek	300 g	30%
• Masło shea	150 g	15%
• Olej słonecznikowy	120 g	12%
• Olej rycynowy	80 g	8%



Woda destylowana: 320 g



Wodorotlenek sodu: 138 g



Przetłuszczenie: 8%



Jak wykonać

1. Przygotuj ług i roztwór w letniej wodzie.
2. Odważ oleje i masła, rozpuść i połącz.
3. Wlej ług do tłuszczów, miksuj do śladu.
4. Wylej do formy, zabezpiecz i odstaw.
5. Po 24–48 h wyjmij, pokrój i pozostaw do dojrzewania.

🕒 Czas dojrzewania: 4–6 tygodni



Uwaga: Wyższy udział oleju kokosowego wpływa na twardość i pianę. Zachowaj równowagę, aby uzyskać najlepsze efekty.

Cecha	Orzech brazylijski	Kokos
Charakter kostki	Kremowy i odżywczy	Twardszy i bardziej piana
Główny wyróżnik	Olej z orzechów	Olej kokosowy
Wygląd	Beżowy lub kremowy	Jasny, czysty kolor
Ważna uwaga	Oznaczenie alergenu	Kontrola proporcji oleju kokosowego



Naturalne mydło neem z kompozycją ziołową

Wyrazista receptura roślinna
z rozmarynem, nagietkiem i olejem neem



Olej neem ma intensywny, charakterystyczny zapach, który nie każdemu odpowiada. Z tego powodu zwykle stosuje się go jako część kompozycji olejowej, a nie jedyny olej bazowy. Zapach ten należy uwzględnić już na etapie projektowania pełnej formuły – w tym doboru dodatków i kompozycji zapachowej.



Kompozycja olejów

• Oliwa z oliwek	420 g	42%
• Olej kokosowy	220 g	22%
• Masło shea	140 g	14%
• Olej słonecznikowy	140 g	14%
• Olej neem	80 g	8%



Woda destylowana: 320 g



Wodorotlenek sodu: 133 g



Przetłuszczenie: 7%



Nagietek suszony: 8 g



Rozmaryn: 4 g



Opcjonalnie glina: 10 g



Kompozycja zapachowa:
zgodna z dopuszczalnym limitem
bezpieczeństwa



Szczegółowy proces wykonania

- 01 Przygotuj roztwór ługu: odważ wodorotlenek sodu i dodaj do wody destylowanej. Mieszaj do całkowitego rozpuszczenia. Odstaw do ostygnięcia.
- 02 Odważ i przygotuj oleje. Masło shea oraz olej kokosowy delikatnie rozpuść, pozostałe oleje dodaj w formie płynnej. Wymieszaj.
- 03 Doprowadź obie fazy (olejową i ługową) do zbliżonej temperatury ok. 35–40°C.
- 04 Wlej roztwór ługu do olejów. Miksuj do uzyskania lekkiego śladu. Utrzymuj temperaturę mieszanki.
- 05 Dodaj olej neem, a następnie suszony nagietek, rozmaryn oraz glinę (jeśli używasz). Miksuj krótko, tylko do równomiernego rozprowadzenia dodatków.
- 06 Wlej masę do formy, wyrównaj wierzch i delikatnie opukaj formę, aby usunąć pęcherzyki powietrza.
- 07 Pozostaw mydło do stężenia na 24–48 godzin w miejscu o stałej temperaturze.
- 08 Wyjmij z formy, pokrój na kostki i odstaw do dojrzewania. Czas dojrzewania: 5–6 tygodni w przewiewnym miejscu.

Jak złagodzić intensywny zapach neem?

- ✍ Stosuj olej neem jako część całej kompozycji olejowej.
- ✍ Połącz go z dobrze zaprojektowaną kompozycją zapachową.
- ✍ Przygotuj małą partię testową.
- ✍ Oceń zapach ponownie po pełnym dojrzewaniu mydła.
- ✍ Nie maskuj zapachu zbyt dużą ilością olejków eterycznych.



Składniki kompozycji zapachowej stosuj zgodnie z aktualnymi limitami bezpieczeństwa podawanymi przez dostawców. Receptury nie powinny opierać się na przypadkowych ilościach podawanych jedynie w kroplach.



Mydło z kurkumą i ziołami

Naturalnie barwiona kostka z kurkumą, nagietkiem i aromatycznymi ziołami

Kurkuma nadaje mydłu odcienie od jasnej żółci po głęboki, złocisty pomarańcz – w zależności od ilości, mieszanki olejów, temperatury oraz czasu dojrzewania.

Receptura A – Mydło z kurkumą



• Oliwa z oliwek	400 g	40%
• Olej kokosowy	250 g	25%
• Olej rzepakowy	200 g	20%
• Masło shea	100 g	10%
• Olej rycynowy	50 g	5%

🚰 Woda destylowana	320 g
🧪 Wodorotlenek sodu (obliczony)	133 g
🌿 Przetłuszczenie	6%
🍲 Kurkuma kosmetyczna w proszku	2–3 g
🚰 Olej do rozprowadzenia kurkumy	10 g
🍯 Opcjonalna kompozycja zapachowa (bezpieczna)	15–20 g
🔥 Temperatura łączenia	38–42°C

🍲 Jak wykonać?

1. Przygotuj lug i roztwór w letniej wodzie. Odstaw do ostygnięcia.
2. Odważ oleje i masła, delikatnie rozpuść i połącz.
3. Rozprowadź kurkumę w 10 g oleju do całkowitego rozmieszania.
4. Połącz lug z tłuszczami. Miksuj do lekkiego śladu (ok. 35–40°C).
5. Wmieszaj rozprowadzoną kurkumę. Dodaj zapach (jeśli używasz).
6. Przelej do formy, wyrównaj wierzch.
7. Po 24–48 h wyjmij z formy i pozostaw do dojrzewania.

🕒 Czas w formie: 24–48 godzin ⌚ Czas dojrzewania: 4–6 tygodni

Receptura B – Mydło ziołowe z nagietkiem i rozmarynem



• Oliwa z oliwek	380 g	38%
• Olej kokosowy	220 g	22%
• Masło shea	140 g	14%
• Olej słonecznikowy	140 g	14%
• Olej rycynowy	70 g	7%
• Olej z pestek winogron	50 g	5%

🚰 Woda destylowana	300 g
🧪 Wodorotlenek sodu (obliczony)	126 g
🌿 Przetłuszczenie	7%
🌸 Suszony nagietek (płatki)	10–15 g
🌿 Rozmaryn – przygotowany napar lub olej (bezpieczny do kosmetyków)	30–40 g
🍲 Dodawanie ziół	przy lekkim śladzie
🍯 Dekoracja wierzchu	płatki nagietka i świeży rozmaryn
🍯 Używać wyłącznie przygotowanych ziół!	tak
🔥 Czas dojrzewania / przechowywanie	4–6 tygodni w suchym, przewiewnym miejscu

🍲 Jak wykonać?

1. Przygotuj napar z rozmarynu: zalej suszony rozmaryn wrzątkiem, ostudź i odcieź. Zastąp nim część wody zgodnie z przepisem.
2. Przygotuj lug i połącz z olejami. Miksuj do lekkiego śladu.
3. Wsyp płatki nagietka i wlej napar/olej z rozmarynu. Dokładnie wymieszaj.
4. Przelej do formy, posyp wierzch płatkami nagietka i gałązkami rozmarynu.
5. Po 24–48 h wyjmij z formy. Przechowuj w przewiewnym miejscu.

Praktyczne wskazówki

🍲 Kurkumę zawsze bardzo dokładnie rozprowadź w oleju.	🍲 Zaczynaj od małej ilości kurkumy – łatwiej dodać niż odbarwić.	🧤 Zabezpiecz powierzchnie pracy – kurkuma może barwić.	👁️ Kolor oceniał dopiero po pełnym dojrzewaniu mydła.	🌿 Nie zwiększaj dowolnie ilości dodatków roślinnych – może to zaburzyć recepturę.
---	--	--	---	---

Najczęstsze problemy podczas tworzenia mydła

Problem	Możliwa przyczyna	Działanie zapobiegawcze
masa gęstnieje zbyt szybko	zapach, wysoka temperatura lub intensywne blendowanie	pracować w niższej temperaturze i mieszać krócej
na powierzchni pojawia się biały nalot	kontakt świeżego mydła z powietrzem	odpowiednio zabezpieczyć formę
kostka jest zbyt miękka	zbyt dużo płynu lub miękkich olejów	ponownie sprawdzić proporcje receptury
widoczne są grudki dodatku	niedokładne rozprowadzenie proszku	wymieszać dodatek z niewielką porcją oleju
warstwy się rozdzielają	niedostateczne połączenie lub błędne proporcje	sprawdzić obliczenia i mieszać do właściwego śladu
mydło ma nieprzyjemny zapach	utlenione oleje lub zanieczyszczone surowce	używać świeżych składników i kontrolować przechowywanie

🌡️ Kontroluj temperaturę	⚖️ Precyzyjnie odmierzaj składniki	🕒 Uzbroj się w cierpliwość
🌀 Zapewnij dobrą wentylację	📖 Notuj swoje receptury	🌿 Używaj świeżych składników



Moduł 03 –

Naturalne mydła w płynie

Łagodne receptury z hydrolatami,
olejami roślinnymi, ekstraktami i ziołami

Poznaj praktyczne podstawy tworzenia
płynnych produktów myjących i naucz się
świadomie projektować ich zapach,
konsystencję oraz właściwości użytkowe.



Podstawy tworzenia naturalnych mydeł i produktów myjących w płynie

Dwa rodzaje płynnych produktów myjących

1. Mydło potasowe w płynie

Powstaje w wyniku zmydlenia tłuszczów z użyciem prawidłowo obliczonego wodorotlenku potasu. Najpierw wytwarza się gęstą pastę mydlaną, a następnie rozcieńcza ją zgodnie z recepturą.



	Reakcja zmydlenia z KOH → pasta → rozcieńczenie	Mieszanie składników → roztwór surfaktantów → gotowy żel/płyn
	9,0 – 11,0	4,5 – 6,5
	Zależna od stężenia mydła i rodzaju tłuszczów	Zależna od rodzaju surfaktantów i użytego zagęstnika
	Wymaga dokładnych obliczeń i kontroli reakcji zmydlenia	Wymaga doboru składników i łagodnego łączenia faz

2. Łagodny żel lub płyn myjący

Powstaje na bazie odpowiednio dobranych substancji powierzchniowo czynnych. Surfaktant pomaga połączyć wodę z zanieczyszczeniami, a podczas spłukiwania usuwa je ze skóry lub powierzchni.



Kluczowe aspekty, które różnią obie technologie

	Wodorotlenek potasu różni się od sodu – daje bardziej miękkie, potasowe mydła.		Nie można zamieniać KOH i NaOH 1:1 – powoduje to błędy w pH i konsystencji.		Woda destylowana jest niezbędna dla przewidywalności i bezpieczeństwa.		Dokładne ważenie to podstawa powtarzalności receptury i jakości produktu.		Kontrola pH wpływa na łagodność, stabilność i skuteczność produktu.
	Zagęstnik buduje konsystencję i stabilizuje formułę, poprawiając odczucia na skórze.		Konserwant w formułach z wodą chroni przed zanieczyszczeniami mikrobiologicznymi.		Konserwant musi być dobrany do pH i innych składników – nie każdy jest uniwersalny.		Obserwuj kolor, zapach, lepkość i stabilność w czasie – to ocena całości formuły.		

Fluxo recomendado

- Wybór technologii produktu
- Opracowanie receptury procentowej
- Przygotowanie i dezynfekcja stanowiska
- Odważenie składników
- Połączenie faz zgodnie z procedurą
- Pomiar i ewentualna korekta pH
- Dodanie składników wrażliwych na temperaturę
- Kontrola konsystencji
- Przelanie do opakowania
- Obserwacja partii testowej



Czego nie robić?

- ✗ nie dolewać przypadkowej ilości wody do startego mydła;
- ✗ nie używać świeżych naparów bez zaprojektowanego systemu konserwacji;
- ✗ nie oceniać bezpieczeństwa produktu wyłącznie na podstawie zapachu;
- ✗ nie stosować olejków eterycznych w przypadkowej liczbie kropli;
- ✗ nie przelewać produktu do niedezyntekowanego opakowania;
- ✗ nie sprzedawać niezwyfikowanej receptury.



Nota para comercialização

Kosmetyki przeznaczone do sprzedaży w Polsce lub w UE wymagają wyznaczenia osoby odpowiedzialnej, oceny bezpieczeństwa, dokumentacji produktu oraz zgłoszenia w systemie CPNP.

Samo zgłoszenie w CPNP nie jest dowodem bezpieczeństwa ani pełnej zgodności z przepisami – to dopiero jeden z elementów procesu wprowadzania produktu na rynek.



Dwie świeże receptury: mięta i nagietek



Receptura A – Naturalny płyn myjący z miętą

*Lekka, odświeżająca kompozycja
do codziennego oczyszczania dłoni i ciała*

🔹	Baza myjąca delikatna (kompletna)	300 g	60,0%
🔹	Woda destylowana lub hydrolat miętowy	150 g	30,0%
🔹	Gliceryna roślinna	20 g	4,0%
🔹	Olejek eteryczny z mięty pieprzowej	5 g	1,0%
🔹	Guma ksantanowa	3 g	0,6%
🔹	Konserwant (dehydrooctan sodu)	2 g	0,4%
	Razem	500 g	100%
🧴	pH docelowe: 5,0–5,5		



Jak wykonać

1. Odważ bazę myjącą do czystego zlewki i delikatnie wymieszaj.
2. Dodaj wodę destylowaną lub hydrolat miętowy i mieszaj do uzyskania jednolitej konsystencji.
3. Wsyp glicerynę roślinną i dokładnie wymieszaj.
4. W osobnym naczyniu połącz olejek eteryczny z miętą i konserwant, następnie dodaj do mieszanki.
5. Stopniowo wsyp gumę ksantanową, delikatnie mieszając, aby uniknąć grudek.
6. Mieszaj do uzyskania gładkiej, jednorodnej konsystencji.
7. Unikaj nadmiernego napowietrzania podczas mieszania.
8. Po 24 godzinach sprawdź konsystencję – w razie potrzeby skoryguj dodając niewielką ilość bazy lub hydrolatu.
9. Przelej do butelki z pompką i etykietuj.



Profil produktu

- zapach: świeży i ziołowy
- kolor: bezbarwny lub lekko zielonkawy
- piana: lekka lub średnia
- konsystencja: płynny żel
- zastosowanie: dłonie i ciało



🔹	Baza myjąca łagodna – kompletna	280 g	56,0%
🔹	Hydrolat z nagietka lub ekstrakt z nagietka (standaryzowany)	150 g	30,0%
🔹	Propanediol roślinny	20 g	4,0%
🔹	Olej z pestek moreli (opcjonalnie)	10 g	2,0%
🔹	Konserwant (dehydrooctan sodu)	2 g	0,4%
🔹	Guma ksantanowa	3 g	0,6%
	Razem	500 g	100%
🧴	pH docelowe: 5,0–5,5		



Jak wykonać

1. Odważ bazę myjącą do czystego naczynia i delikatnie wymieszaj.
2. Dodaj hydrolat z nagietka lub ekstrakt z nagietka i mieszaj do połączenia.
3. Dodaj propanediol roślinny i dokładnie wymieszaj.
4. Dodaj olej z pestek moreli i mieszaj do pełnej emulgacji w bazie.
5. Dodaj konserwant i dokładnie wymieszaj.
6. Stopniowo wsyp gumę ksantanową, ciągle mieszając, aż do uzyskania pożądanej konsystencji.
7. Mieszaj spokojnie, aby nie wprowadzać nadmiernego powietrza.
8. Składniki wrażliwe na temperaturę (np. hydrolat, ekstrakt, olejek) dodawaj zawsze poniżej 40°C.
9. Test konsystencji i stabilności: pozostaw próbkę na 24 godziny, sprawdź gęstość, klarowność i ewentualne rozwarstwienie. W razie potrzeby skoryguj konsystencję.
10. Przelej do butelki z pompką i etykietuj.



Uwaga redakcyjna

Nie stosuj niefiltrowanych domowych naparów ani świeżych płatków bez opracowania technologicznego. Receptura premium powinna określać standaryzowany ekstrakt, hydrolat lub surowiec kosmetyczny od sprawdzonego dostawcy.





Botaniczne płyny myjące: kurkuma i żeń-szeń

Receptura A – Naturalny płyn myjący z kurkumą

Złocista receptura o ciepłym, roślinnym charakterze

🌿	Faza wodna (woda destylowana)	Do 100 g	do 100%
🍃	Łagodna baza myjąca (np. decyl glukozyd)	30,0 g	30,0%
🌱	Ekstrakt z kurkumy (wodorozpuszczalny)	2,0 g	2,0%
🍯	Gliceryna roślinna	3,0 g	3,0%
🧴	Guma ksantanowa	0,3 g	0,3%
🧴	Konserwant (szerokie spektrum)	1,0 g	1,0%
🌡️	pH docelowe	5,0–5,5	



Jak rozpuścić lub zdyspergować dodatek?

Ekstrakt z kurkumy wodorozpuszczalny dodaj do ciepłej fazy wodnej (ok. 40–50°C) i dokładnie wymieszaj do pełnego rozpuszczenia.



Proces przygotowania

1. Podgrzej fazę wodną do ok. 45–50°C i dodaj ekstrakt z kurkumy.
2. Dodaj łagodną bazę myjącą i mieszaj do uzyskania jednorodności.
3. W osobnym naczyniu rozprosz gumę ksantanową w glicerynie, następnie dodaj do mieszanki, ciągle mieszając.
4. Schładzaj do temp. poniżej 35°C i dodaj konserwant.
5. Sprawdź pH i w razie potrzeby skoryguj do zakresu 5,0–5,5.



Jak ocenić barwienie skóry?

Nałóż niewielką ilość produktu na skórę dłoni, spłucz po 30–60 sekundach i oceń, czy pozostają ślady koloru. Powtórz test po wyschnięciu skóry.



Opakowanie i powierzchnie

Używaj butelek z ciemnego szkła lub HDPE. Kurkuma może barwić jasne tworzywa, silikon oraz porowate powierzchnie.



Test stabilności koloru

Przechowuj próbki w świetle dziennym oraz w temp. 40°C przez 7–14 dni i sprawdzaj, czy kolor pozostaje stabilny oraz czy nie pojawia się osad.

Kurkuma może intensywnie barwić. Receptura powinna zawierać dokładnie określoną ilość surowca oraz test pokazujący, czy gotowy produkt łatwo spłukuje się ze skóry i nie pozostawia trwałych śladów.



Zawsze wykonaj małą partię testową przed przygotowaniem większej ilości produktu.

Cecha	Kurkuma	Żeń-szeń
Główny wyróżnik	Ciepły, złocisty kolor	Elegancki ekstrakt botaniczny
Najważniejsza kontrola	Ryzyko barwienia	Kompatybilność ekstraktu
Preferowany wygląd	Złocisty lub bursztynowy	Jasny, bursztynowy lub transparentny
Styl zapachu	Ciepły i roślinny	Świeży lub lekko korzenny

Receptura B – Naturalny płyn myjący z żeń-szeniem

Elegancka kompozycja z ekstraktem roślinnym i delikatnym zapachem

🌿	Faza wodna (woda destylowana)	Do 100 g	do 100%
🍃	Łagodna baza myjąca (np. coco-glucoside)	28,0 g	28,0%
🌱	Ekstrakt z żeń-szenia (wodorozpuszczalny)	2,0 g	2,0%
🍯	Pantenol (prowitamina B5)	2,0 g	2,0%
🍯	Gliceryna roślinna	2,0 g	2,0%
🧴	Konserwant (szerokie spektrum)	1,0 g	1,0%
🌡️	pH docelowe	5,0–5,5	



Ekstrakt z żeń-szenia – uwaga

Sprawdź specyfikację dostawcy (standaryzacja, zawartość ginsenozydów, rozpuszczalność, zalecane stężenie w formulacji).



Metoda o ograniczonej pienistości

1. Przygotuj fazę wodną i rozpuść ekstrakt z żeń-szenia w temp. 30–40°C.
2. Dodaj łagodną bazę myjącą powoli, mieszając delikatnie.
3. Dodaj pantenol i glicerynę, mieszając powoli, aby ograniczyć pienienie.
4. Gdy mieszanina osiągnie ok. 30°C, dodaj konserwant i wymieszaj.
5. Sprawdź i skoryguj pH do zakresu 5,0–5,5.



Ocena produktu

Sprawdź klarowność, zapach i stabilność koloru po 24 h, 7 dniach oraz 14 dniach przechowywania w temp. pokojowej i 40°C.



Opakowanie

Najlepiej sprawdzają się butelki z HDPE lub szkła amber. Zabezpiecz produkt przed światłem i wysoką temperaturą.

Łagodne płyny myjące: olej arganowy i rumianek



Receptura A – Płyn myjący z olejem arganowym

Kremowa kompozycja
z emolientem roślinnym



Składniki (100 g)

• Baza myjąca łagodna (np. Coco Glucoside)	45,0 g
• Baza myjąca delikatna (np. Decyl Glucoside)	20,0 g
• Olej arganowy nierafinowany	5,0 g
• Solubilizator (Polysorbate 20)	3,0 g
• Gliceryna roślinna	4,0 g
• Pantenol (D-Panthenol)	1,0 g
• Konserwant (Geogard 221)	0,8 g
• Zagęszczacz (Hydroxyethylcellulose)	0,6 g
• Kwas cytrynowy (roztwór 20%)	do pH 5,2–5,5
• Woda demineralizowana	do 100 g



Solubilizator – składnik, który pomaga równomiernie rozprzyszczyć niewielką ilość oleju lub kompozycji zapachowej w produkcie wodnym, zapobiegając oddzielaniu się faz.

Jak wykonać

- 01 Odważ w fazie A: bazy myjące, glicerynę i wodę (ok. 90%). Delikatnie wymieszaj.
- 02 Dodaj zagęszczacz i mieszaj do całkowitego uwodnienia.
- 03 W osobnym naczyniu połącz olej arganowy z solubilizatorem.
- 04 Połącz fazę olejową z fazą wodną, mieszaj do uzyskania jednolitej emulsyjnej cieczy.
- 05 Dodaj pantenol i konserwant, mieszaj delikatnie.
- 06 Skoryguj pH roztworem kwasu cytrynowego do poziomu 5,2–5,5.
- 07 Sprawdź lepkość i w razie potrzeby delikatnie zagęść.



Kontrola rozdziálu faz:

Brak warstwy oleju po 2 h, 24 h i 7 dniach.



Obserwacja po 24 godzinach:

Jednolita konsystencja, bez osadu.



Obserwacja po 7 dniach:

Stabilna, brak rozwarstwienia, brak zmętnienia.



Obserwacja po 30 dniach:

Brak zmian zapachu, koloru i konsystencji.

Prawidłowy efekt

- ✍ brak warstwy oleju na powierzchni
- ✍ jednolity kolor
- ✍ stabilna konsystencja
- ✍ brak osadu
- ✍ łatwe dozowanie z pompki



Receptura B – Płyn myjący z rumiankiem

Delikatna, kwiatowo-ziółowa receptura
do codziennego stosowania



Składniki (100 g)

• Baza myjąca bardzo łagodna (np. Sodium Cocoamphoacetate)	35,0 g
• Baza myjąca delikatna (np. Coco Glucoside)	25,0 g
• Hydrolat rumiankowy	30,0 g
• Ekstrakt z rumianku (glicerynowy)	2,0 g
• Glukonolakton	1,5 g
• Alantoina	0,5 g
• Konserwant (Cosgard)	0,8 g
• Zagęszczacz (Sodium Chloride lub Xanthan Gum)	0,3 g
• Kompozycja zapachowa (bez alergenów) lub wersja bezzapachowa	0,2 g —
• Kwas cytrynowy (roztwór 20%)	do pH 5,0–5,5
• Woda demineralizowana	do 100 g



Jak wykonać

- 01 W fazie wodnej połącz hydrolat rumiankowy, ekstrakt z rumianku i glukonolakton. Wymieszaj.
- 02 Dodaj bazy myjące i mieszaj do uzyskania klarownej cieczy.
- 03 Dodaj alantoinę, mieszaj do rozpuszczenia.
- 04 Wprowadź zagęszczacz, mieszaj do uzyskania pożądanej lepkości.
- 05 Dodaj konserwant oraz kompozycję zapachową (lub pozostaw wersję bezzapachową).
- 06 Skoryguj pH do poziomu 5,0–5,5.



Ocena klarowności i koloru:

Płyn klarowny do lekko mętnego, kolor od jasnożółtego do słomkowego.



Brak zmętnienia i osadu po 24 h i 7 dniach.



Płyn łatwo się aplikuje i dobrze się pieni.



Test płatkowy

Przed pierwszym użyciem wykonaj test płatkowy na skórze za uchem lub na przedramieniu. W razie podrażnienia – nie stosuj.





Naturalny płyn myjący z rozmarynem

Świeża, ziołowa kompozycja o eleganckim aromacie



Receptura główna — Płyn myjący z rozmarynem



Wielkość partii: 1000 g



Docelowe pH: 5,0–5,5

Faza	Składnik	Ilość (g)	%
A	Baza myjąca łagodna (SLES-free)	350,0	35,00
	Kokamidopropylbetaina (CAPB)	120,0	12,00
	Decyl glukozyd	80,0	8,00
B	Hydrolat rozmarynowy (lub ekstrakt CO ₂ z rozmarynu)	300,0	30,00
C	Gliceryna roślinna	50,0	5,00
	Pantenol	20,0	2,00
D	Hydroksyetyloceluloza (HEC)	15,0	1,50
E	Benzyl alcohol & Dehydroacetic acid	10,0	1,00
F	Olejek eteryczny rozmarynowy*	5,0	0,50
RAZEM		950,0	95,00

* Składnik opcjonalny – dostosuj zgodnie z wymaganiami regulacyjnymi.



Sposób wykonania krok po kroku

Przygotuj fazę A, następnie dodaj fazę B. W fazie C rozpuść glicerynę i pantenol, połącz z bazą. Wsyp fazę D z mieszaniną. Na końcu dodaj fazy E i F. Delikatnie wymieszaj do jednorodności.



Kolejność dodawania składników

A → B → C → D → E → F



Podczas mieszania ograniczaj pienienie

Mieszaj wolno, nie napowietrzaj nadmiernie produktu.



Czas dojrzewania

Odstaw na 24 godziny, potem sprawdź lepkość i ewentualnie dostosuj.



Opakowanie

Butelka PET lub HDPE z pompką pianotwórczą lub dozującą.



Etykietowanie partii

Nazwa produktu, numer partii, data produkcji, data minimalnej trwałości. Przechowywanie: w temperaturze pokojowej, z dala od światła.



Rozmaryn i mięta



Świeże zioła

Dodaj olejek eteryczny miętowy 0,2–0,3%. Intensywnie odświeżający.

Rozmaryn i cytrusy



Lekki aromat cytrusowy

Dodaj olejek cytrynowy lub pomarańczowy 0,2–0,3%. Energetyzujący.

Rozmaryn i lawenda



Kompozycja ziołowo-kwiatowa

Dodaj olejek lawendowy 0,2–0,3%. Spokojny i elegancki.

Rozmaryn bez zapachu



Hydrolat lub ekstrakt

Bez dodatku zapachu. Minimalistyczny, delikatny, naturalny.

Rozmaryn i glina



Delikatnie mineralny

Dodaj glinę zieloną 1–2%. Mętny produkt myjący.

Rozmaryn i argan



Emolient roślinny

Dodaj olej arganowy 1–2%. Bardziej kremowy.



Matryca wariantów



Wariant	Główny akcent	Charakter produktu	Element wymagający kontroli
Rozmaryn i mięta	Świeże zioła	Intensywnie odświeżający	Łączne stężenie zapachu
Rozmaryn i cytrusy	Lekki aromat cytrusowy	Energetyzujący	Bezpieczeństwo składnika zapachowego
Rozmaryn i lawenda	Kompozycja ziołowo-kwiatowa	Spokojny i elegancki	Kompatybilność zapachu z bazą
Rozmaryn bez zapachu	Hydrolat lub ekstrakt	Minimalistyczny	Naturalny zapach surowców
Rozmaryn i glina	Delikatnie mineralny	Mętny produkt myjący	Zawieszenie i osadzanie gliny
Rozmaryn i argan	Emolient roślinny	Bardziej kremowy	Stabilne rozprządzenie oleju



Kontrola przed zatwierdzeniem receptury



- | | | |
|---|---|--|
| ☐ Czy wszystkie składniki zostały podane w gramach i procentach? | ☐ Czy produkt pozostaje jednolity? | ☐ Czy zapisano numer i datę partii? |
| ☐ Czy wyznaczono docelowe pH? | ☐ Czy lepkość jest odpowiednia dla pompki? | ☐ Czy przeprowadzono obserwację stabilności? |
| ☐ Czy konserwant działa w tym zakresie pH? | ☐ Czy zapach nie jest zbyt intensywny? | ☐ Czy receptura przeznaczona do sprzedaży została oceniona przez kompetentnego specjalistę? |
| ☐ | ☐ Czy wykonano próbę uczuleniową? | |



Informacja regulacyjna

Przed wprowadzeniem kosmetyku do obrotu osoba odpowiedzialna musi zapewnić ocenę bezpieczeństwa produktu kosmetycznego, sporządzenie raportu bezpieczeństwa, posiadanie wymaganej dokumentacji, prawidłowe oznakowanie oraz dokonanie zgłoszenia produktu do systemu CPNP przed jego udostępnieniem na rynku.





Moduł 04 –

Naturalne szampony

Łagodne oczyszczanie skóry głowy
z wykorzystaniem ziół, olejów
i składników roślinnych.

Odkryj receptury, które łączą skuteczne
mycie z komfortem skóry głowy
i świadomym doбором składników
pielęgnacyjnych.



Jak projektować łagodny i skuteczny szampon naturalny

Skuteczne oczyszczanie w zgodzie z naturą i potrzebami skóry głowy

Pięć podstawowych elementów szamponu



1 Faza wodna

Może obejmować wodę destylowaną, hydrolat lub inny odpowiedni składnik wodny.



2 System myjący

Zestaw surfaktantów odpowiedzialnych za oczyszczanie skóry i włosów oraz za pianę.



3 Składniki pielęgnujące

Humektanty, proteiny, ekstrakty, emolienty lub składniki poprawiające kondycję włosów po splukaniu.



4 System zapewniający stabilność

Konserwant, regulator pH, zagęstnik i w razie potrzeby składnik chelatujący.



5 Kompozycja sensoryczna

Zapach, kolor, lepkość, ilość piany oraz łatwość splukiwania.

Kluczowe zasady projektowania



Szampon to nie mydło w płynie.

Szampon musi skutecznie oczyszczać, ale nie naruszać bariery skóry ani nie wysuszać włosów.



Dopasuj siłę mycia do potrzeb skóry głowy.

Zbyt silny system myjący może powodować przesuszenie i nadprodukcję sebum.



Każda skóra głowy jest inna.

Sucha, normalna, wrażliwa i przetłuszczająca się mają różne potrzeby – formuła powinna je uwzględnić.



Nadmiar olejów osłabia pianę i może obciążać włosy.

Oleje dodawaj z umiarem lub wybieraj lekkie emolienty.



pH ma znaczenie.

Wpływa na komfort skóry głowy, kondycję włosów i stabilność całej formuły.



Zagęstnik musi współpracować z systemem myjącym.

Nie każdy zagęstnik sprawdzi się w każdej bazie – dobierz go zgodnie z kompatybilnością.



Testuj od razu po wykonaniu i po czasie obserwacji.

Oceń pianę, mycie, splukiwanie, lepkość, pH i stabilność.



Dokumentuj każdą modyfikację.

Notuj zmiany i obserwacje – to klucz do powtarzalności i stworzenia idealnej receptury.

Warstwy formuły szamponu



1 Faza wodna

baza nawilżająca, nośnik składników rozpuszczalnych w wodzie

2 System myjący

oczyszczanie, pienienie, usuwanie zanieczyszczeń

3 Składniki pielęgnujące

nawilżanie, ochrona, poprawa kondycji

4 System zapewniający stabilność

ochrona mikrobiologiczna, odpowiednie pH, lepkość i stabilność

5 Kompozycja sensoryczna

zapach, kolor, wrażenia i komfort stosowania

Dobór profilu szamponu

Potrzeba	Profil receptury	Przykładowy kierunek składników
Skóra głowy sucha	Łagodne oczyszczanie	Delikatna baza, humektant, łagodny ekstrakt
Skóra wrażliwa	Minimalistyczna formuła	Ograniczona liczba składników, wersja bezzapachowa
Włosy przetłuszczające się	Skuteczne, ale kontrolowane mycie	Zioła, lekka receptura, brak nadmiaru olejów
Włosy suche	Łagodne mycie i pielęgnacja	Składnik kondycjonujący, humektant, lekki emolient
Włosy cienkie	Lekka formuła	Niska ilość ciężkich dodatków
Włosy kręcone	Łagodny system myjący	Składniki poprawiające poślizg i komfort włosów

Dopasuj profil produktu do typu skóry głowy

Typ skóry głowy	Rekomendowany profil szamponu
Sucha	Łagodne oczyszczanie
Wrażliwa	Minimalistyczna formuła
Przetłuszczająca się	Skuteczne, ale kontrolowane mycie
Normalna	Zbalansowana pielęgnacja
Cienka	Lekka formuła
Kręcona	Łagodny system myjący

Schemat przygotowania



Dwie receptury bazowe: zioła i olej arganowy

Receptura A —

Naturalny szampon ziołowy

Lekka kompozycja z rozmarynem, pokrzywą i miętą



• Woda destylowana lub hydrolat z rozmarynu	600 g	60%
• Łagodny system myjący (SCS – Sodium Cocoyl Isethionate)	250 g	25%
• Wyciąg z rozmarynu (glicerynowy lub wodny)	30 g	3%
• Wyciąg z pokrzywy (glicerynowy lub wodny)	20 g	2%
• Hydrolat z mięty pieprzowej	20 g	2%
• Gliceryna roślinna	30 g	3%
• Guma ksantanowa	10 g	1%
• Konserwant (Cosgard)	10 g	1%
• Kwas cytrynowy (roztwór 20%)	do pH 5,0–5,5	



Docelowa konsystencja:

Lekki, przejrzysty żel o średniej gęstości.



Sposób przygotowania:

1. W zlewce A połącz wodę/hydrolat z gliceryną. Dodaj wyciągi ziołowe oraz hydrolat z mięty. Wymieszaj.
2. W zlewce B rozpuść delikatnie system myjący w niewielkiej ilości ciepłej wody (ok. 40°C).
3. Połącz fazę B z fazą A, mieszając delikatnie, aby uniknąć nadmiernej piany.
4. Dodaj gumę ksantanową, mieszaj do zgęstnienia.
5. Gdy temperatura spadnie poniżej 40°C, dodaj konserwant.
6. Ustaw pH na 5,0–5,5 za pomocą roztworu kwasu cytrynowego.



Kolejność dodawania:

Woda/hydrolaty i składniki aktywne → system myjący → guma ksantanowa → konserwant → regulator pH.



Jak ograniczyć pianę podczas mieszania?

Mieszaj powoli łopatką lub mieszadłem o niskich obrotach. Unikaj napowietrzania i mieszania zbyt wysoko nad powierzchnią.



Kontrole po 24 godzinach i 7 dniach:

- 24 h: sprawdź gęstość, klarowność, pH (5,0–5,5) i zapach.
- 7 dni: oceń stabilność lepkości, klarowność i zapach.

Profil receptury

- przeznaczenie: włosy normalne lub szybko tracące świeżość
- konsystencja: lekki żel
- piana: średnia
- zapach: świeży i ziołowy
- opakowanie: butelka z zamknięciem typu *disc-top* lub pompką



Receptura B —

Naturalny szampon z olejem arganowym

Łagodna formuła pielęgnująca do włosów suchych i matowych



• Woda destylowana lub hydrolat	580 g	58%
• Łagodny system myjący (Coco-Glucoside & Disodium Cocoyl Glutamate)	220 g	22%
• Olej arganowy (nierafinowany)	30 g	3%
• Polisorbat 20 (solubilizator do oleju)	20 g	2%
• Pantenol (prowitamina B5)	30 g	3%
• Gliceryna roślinna	30 g	3%
• Konserwant (Cosgard)	10 g	1%
• Guma guar hydroksypropyłowa	10 g	1%
• Kwas cytrynowy (roztwór 20%)	do pH 5,0–5,5	



Sposób przygotowania:

1. W zlewce A połącz wodę/hydrolat, pantenol i glicerynę.
2. W zlewce B delikatnie wymieszaj olej arganowy z polisorbatem 20.
3. Połącz fazę B z fazą A, mieszając do uzyskania jednolitej emulsji.
4. Dodaj system myjący, mieszając powoli.
5. Wsyp gumę guar hydroksypropyłową, mieszaj do zagęszczenia.
6. Gdy temperatura spadnie poniżej 40°C, dodaj konserwant.
7. Ustaw pH na 5,0–5,5.



Ocena separacji faz:

Pozostaw próbkę na 24 h w temp. pokojowej i 7 dni w 4°C. Nie powinna występować separacja ani zmętnienie.



Test obciążenia włosów:

Umyj pasmo włosów, pozostaw do wyschnięcia i oceń miękkość, lekkość oraz brak efektu okłapięcia po 24 h.



Uwaga:

Zaczynaj od mniejszej ilości oleju (np. 2%) i dostosuj w górę, aby znaleźć optymalny balans pielęgnacji i lekkości piany.

Cecha	Szampon ziołowy	Szampon arganowy
Główny cel	Świeżość i lekkie oczyszczanie	Łagodne mycie i pielęgnacja
Profil włosów	Normalne lub szybciej przetłuszczające się	Suche, matowe lub wymagające wygładzenia
Najważniejsza kontrola	Intensywność składników ziołowych	Stabilne rozprowadzenie oleju
Odczucie po spłukaniu	Lekkie	Bardziej miękkie i wygładzone
Ryzyko formułacyjne	Zbyt intensywny zapach	Obciążenie włosów lub osłabienie piany



Botaniczne szampony: neem i kokos

Dwie naturalne formuły o różnym działaniu –
dla różnych potrzeb skóry głowy i włosów.



Receptura A — Naturalny szampon z neem

*Ziołowa formuła do skóry głowy wymagającej
dokładnego, ale kontrolowanego oczyszczania*

Olej neem ma intensywny, charakterystyczny aromat, dlatego stosujemy go w niewielkiej, precyzyjnie odmierzanej ilości. W produkcie na bazie wodnej wymaga składnika, który pomoże równomiernie rozproszyć olej w całej formule i ograniczyć jego wyczuwalność.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat z rozmarynu	68,20	68,20
	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
B	Decyl Glucoside (łagodny środek myjący)	10,00	10,00
	Coco-Glucoside (łagodny środek myjący)	8,00	8,00
	Sodium Coco-Sulfate (łagodny środek myjący)	5,00	5,00
C	Olej neem (tłoczony na zimno, rafinowany)	0,30	0,30
	Polyglyceryl-4 Caprate (solubilizator)	1,50	1,50
	Ekstrakt z pokrzywy (wodno-glicerynowy)	1,00	1,00
D	Guma ksantanowa (zagęstnik kompatybilny)	0,30	0,30
	Geogard® Ultra (konserwant)	0,70	0,70
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00

Docelowe pH: 5,2 – 5,6



Sposób przygotowania

- Do zlewki dodaj fazę A. Wymieszaj do rozpuszczenia gliceryny.
- Dodaj składniki fazy B. Mieszaj delikatnie do uzyskania jednorodności.
- W osobnym naczyniu połącz olej neem z polyglyceryl-4 caprate. Mieszaj do całkowitego rozproszenia.
- Dodaj mieszaninę z punktu 3 do zlewki, mieszaj łagodnie.
- Dodaj ekstrakt z pokrzywy. Wymieszaj.
- Wsyp gumę ksantanową, mieszaj do zagęszczenia. Dodaj konserwant. Na końcu wyreguluj pH kwasem cytrynowym.



Jak pracować z olejem neem?

- ✓ Odmierz olej neem dokładnie, używając wagi.
- ✓ Zaczynaj od bardzo małej ilości i obserwuj efekt.
- ✓ Oceń aromat od razu po przygotowaniu oraz po kilku dniach.
- ✓ Nie maskuj zapachu nadmiarem olejków eterycznych.
- ✓ Sprawdź, czy olej nie osadza się na powierzchni.
- ✓ Wykonaj próbę uczuleniową (patch test).



Receptura B — Naturalny szampon kokosowy

*Kremowa formuła do łagodnego oczyszczania
włosów suchych i matowych*

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat z rumianku	60,50	60,50
	Mleczko kokosowe (surowiec kosmetyczny)	10,00	10,00
	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
B	Sodium Cocoyl Isethionate (łagodny środek myjący)	12,00	12,00
	Coco-Glucoside (łagodny środek myjący)	8,00	8,00
	Cocamidopropyl Betaine (łagodny środek myjący)	4,00	4,00
C	Hydrolyzed Rice Protein (kondycjonujący)	1,50	1,50
	D-Panthenol (prowitamina B5)	1,00	1,00
D	Guma guar (zagęstnik kompatybilny)	0,30	0,30
	Geogard® Ultra (konserwant)	0,70	0,70
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00

Docelowe pH: 5,0 – 5,5



Sposób przygotowania

- W fazie A dokładnie wymieszaj wodę, mleczko kokosowe i glicerynę.
- Dodaj składniki fazy B. Mieszaj delikatnie do uzyskania jednorodności.
- Dodaj składniki fazy C i wymieszaj.
- Wsyp gumę guar, mieszaj do pełnego zagęszczenia.
- Dodaj konserwant. Na końcu wyreguluj pH kwasem cytrynowym.

Ocena formuły



Piana: obfita, kremowa, drobno-pęcherzykowa.



Splukiwanie: łatwe, bez uczucia lepkości.



Test obciążenia włosów: nie obciąża – włosy pozostają miękkie, lekkie, elastyczne.



Domowe mleko kokosowe oraz składniki spożywcze nie powinny być automatycznie dodawane do szamponu. W recepturze należy stosować surowce kosmetyczne o znanej specyfikacji i uwzględnić je w systemie konserwacji.



Tabela porównawcza



	Szampon z neem	Szampon kokosowy
Główny profil	Dokładne, kontrolowane oczyszczanie skóry głowy. Wsparcie równowagi i świeżości.	Łagodne oczyszczanie, nawilżenie i wygładzenie. Komfort dla suchych włosów.
Rodzaj włosów	Normalne, przetłuszczające się u nasady, z tendencją do łupieżu lub podrażnień.	Suche, matowe, szorstkie, pozbawione blasku.
Najważniejsza kontrola	Aromat oleju neem, równomierne rozproszenie oleju, brak osadzania się na powierzchni, pH 5,2–5,6.	Stabilność emulsji z mleczkiem kokosowym, łagodność mycia, pH 5,0–5,5.
Konsystencja	Żel o średniej gęstości, lekko mętny.	Kremowy żel, aksamitny.
Wygląd	Zielonkawy, półprzezroczysty.	Perłowy, mleczno-kremowy.



Lekkie szampony: słonecznik i mięta

Równowaga między skutecznym oczyszczaniem, delikatną pielęgnacją a przyjemnym, codziennym stosowaniem.



OCZYSZCZANIE



PIELĘGNACJA



LEKKOŚĆ



Receptura A — Naturalny szampon z olejem słonecznikowym

Lekka formuła pielęgnująca bez nadmiernego obciążenia włosów

Zbyt duża ilość oleju słonecznikowego może osłabić pienienie, wpłynąć na stabilność formuły i pozostawić włosy oklapnięte oraz mniej świeże. Kluczem jest umiar i dobrze dobrane składniki wspomagające.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat z rozmarynu	66,70	66,70
	Sodium Coco-Sulfate (łagodny surfaktant)	12,00	12,00
	Coco-Glucoside (łagodny surfaktant)	8,00	8,00
B	Olej słonecznikowy (rafinowany)	1,50	1,50
	Polyglyceryl-4 Caprate (solubilizator)	1,00	1,00
	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
C	Betaine (łagodny humektant i kondycjonujący)	2,00	2,00
	Hydroksyetyloceluloza (zagęstnik)	1,20	1,20
	Geogard® Ultra (konserwant)	0,70	0,70
D	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,20	0,20
	RAZEM	100,00	100,00

Docelowe pH: 5,2 – 5,6



Sposób przygotowania

- Do zlewki dodaj fazę A. Mieszaj delikatnie do całkowitego rozpuszczenia.
- W osobnym naczyniu połącz składniki fazy B. Dokładnie wymieszaj.
- Dodaj fazę B do fazy A i mieszaj do uzyskania jednorodności.
- W osobnym naczyniu przygotuj roztwór zagęstnika (hydr. etyloceluloza) w niewielkiej ilości wody z fazy A. Odstaw na kilka minut do napęcznienia.
- Dodaj zagęstnik do mieszanki i miksuj do uzyskania odpowiedniej konsystencji.
- Na końcu dodaj konserwant i kwas cytrynowy. Wymieszaj.
- Sprawdź pH i w razie potrzeby skoryguj do zakresu 5,2–5,6.



Oceń po użyciu

- ✓ Czy włosy są łatwe do spłukania?
- ✓ Czy produkt nie pozostawia tłustej warstwy?
- ✓ Czy piana jest wystarczająca?
- ✓ Czy włosy nie tracą objętości?
- ✓ Czy konsystencja pozostaje jednolita?



Receptura B — Naturalny szampon miętowy

Świeża kompozycja do włosów normalnych i szybko tracących świeżość

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat miętowy	66,00	66,00
	Sodium Coco-Sulfate (łagodny surfaktant)	12,00	12,00
	Coco-Glucoside (łagodny surfaktant)	8,00	8,00
B	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
	Panthenol (prowitamina B5, opcjonalnie)	1,50	1,50
C	Hydroksyetyloceluloza (zagęstnik)	1,00	1,00
	Geogard® Ultra (konserwant)	0,70	0,70
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,30	0,30
D	Olejek eteryczny z mięty pieprzowej (opcjonalnie)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00

Docelowe pH: 5,0 – 5,5



Sposób przygotowania

- Do zlewki dodaj fazę A. Mieszaj do całkowitego rozpuszczenia surfaktantów.
- W osobnym naczyniu połącz składniki fazy B. Dokładnie wymieszaj.
- Dodaj fazę B do fazy A i mieszaj do uzyskania jednorodności.
- Przygotuj roztwór zagęstnika (fazę C bez olejku) w niewielkiej ilości wody z fazy A. Odstaw na kilka minut do napęcznienia.
- Dodaj zagęstnik do mieszanki i miksuj do uzyskania odpowiedniej konsystencji.
- Gdy temperatura spadnie poniżej 40°C, dodaj olejek eteryczny z mięty pieprzowej (fazę D). Mieszaj delikatnie.
- Na końcu dodaj konserwant i kwas cytrynowy. Wymieszaj i skoryguj pH.



Dodawanie składnika zapachowego

Olejek eteryczny z mięty pieprzowej dodawaj zawsze poniżej 40°C, aby zachować jego właściwości i świeży aromat.



Uczucie chłodzenia

Niewielka ilość olejku miętowego daje przyjemne uczucie świeżości. Zbyt duża ilość może powodować nadmierne chłodzenie lub mrowienie.



Quadro de segurança

Mięta nie powinna powodować silnego pieczenia ani nadmiernego chłodzenia. Jeśli tak się dzieje, formuła może zawierać zbyt dużo drażniącego składnika aromatycznego i nie powinna być stosowana bez ponownej oceny.



Porównanie formuł



Cecha	Szampon z olejem słonecznikowym	Szampon miętowy
Działanie	Delikatnie oczyszcza i pielęgnuje bez obciążania.	Orzeźwia skórę głowy, nadaje uczucie świeżości.
Do jakich włosów?	Normalne, cienkie, skłonne do oklapnięcia.	Normalne, szybko przetłuszczające się, pozbawione świeżości.
Kluczowe składniki	Olej słonecznikowy, betaina, łagodne surfaktanty.	Hydrolat miętowy, panthenol, olejek miętowy (opcjonalnie).
Uczucie po użyciu	Czyste, lekkie, miękkie i elastyczne włosy.	Świeża skóra głowy, lekkość i vitalność włosów.
Piana	Delikatna do umiarkowanej.	Delikatna do umiarkowanej.
Aromat	Neutralny, naturalny.	Świeży, miętowy.



Naturalny szampon rozmarynowy

Klasyczna formuła ziołowa
o świeżym, eleganckim profilu

Receptura – 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat z rozmarynu	66,80	66,80
	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
	Ekstrakt z rozmarynu (wodno-glicerynowy)	2,00	2,00
	Coco-Glucoside (łagodny środek myjący)	10,00	10,00
B	Sodium Cocoyl Isethionate (łagodny środek myjący)	12,00	12,00
	Disodium Cocoamphodiacetate (łagodny środek myjący)	6,00	6,00
C	Glicerylolefinian (kondycjonujący)	1,50	1,50
	Guar Hydroxypropyltrimonium Chloride (kondycjonujący)	0,40	0,40
D	Leuconostoc/Radish Root Ferment Filtrate (naturalny konserwant)	1,00	1,00
E	Guma ksantanowa (zagęstnik)	0,30	0,30
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,00–0,50	0,00–0,50
F	Olejek eteryczny z rozmarynu CT cineol	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00

Docelowe pH: 5,0 – 5,5

Profil produktu

	Przeznaczenie	Włosy normalne, przetłuszczające się u nasady, osłabione. Do codziennego stosowania.
	Konsystencja	Średnio gęsty żel o dobrej lepkości.
	Kolor	Jasnozielony do lekko zielonkawego, klarowny lub lekko opalizujący.
	Zapach	Świeży, ziołowy, charakterystyczny dla rozmarynu, czysty i elegancki.
	Piana	Średnia do obfitej, drobna i kremowa.
	Opakowanie	Butelka PET lub rPET z pompką lub flip-top, 250–500 ml.

Sposób przygotowania

- W fazie A połącz wodę/hydrolat z gliceryną i ekstraktem z rozmarynu. Dokładnie wymieszaj.
- W osobnym naczyniu połącz składniki fazy B. Mieszaj delikatnie, aby zminimalizować napowietrzanie.
- Powoli dodaj fazę B do fazy A, mieszając łagodnie (mieszadło łopatkowe lub szpatułka).
- Dodaj składniki fazy C i mieszaj aż do jednorodności.
- Dodaj składnik fazy D. Wymieszaj delikatnie.
- Dodaj gumę ksantanową (faza E). Mieszaj powoli do całkowitego rozproszenia.
- Pozostaw do zagęstnienia na 2–24 godziny w temperaturze pokojowej. Nie podgrzewaj.
- Sprawdź pH i w razie potrzeby skoryguj kwasem cytrynowym do zakresu 5,0–5,5.
- Dodaj olejek eteryczny z rozmarynu, wymieszaj delikatnie.

- Mieszaj wolno i łagodnie** – zbyt intensywne mieszanie napowietrza, co może pogarszać klarowność i powodować nadmierną pianę.
- Czas stabilizacji:** 2–24 godziny. Pełna stabilizacja lepkości i piany może zająć do 48 godzin.
- Kontrola po przygotowaniu:** sprawdź pH, lepkość, zapach i klarowność. W razie potrzeby skoryguj.
- Zapisz wyniki w karcie receptury**, aby móc powtórzyć dokładnie ten sam efekt.

Diagnostyka receptury

Problem	Możliwa przyczyna	Co sprawdzić
Szampon zbyt rzadki	Za mało zagęstnika lub zbyt niskie stężenie środków myjących anionowych	Stężenie gumy ksantanowej, proporcje surfaktantów, czas stabilizacji
Szampon zbyt gęsty	Za dużo zagęstnika lub zbyt wysokie stężenie soli z surfaktantów	Ilość gumy ksantanowej, proporcje składników, dodatek wody
Pojawia się osad	Niska rozpuszczalność składników, niewystarczające mieszanie	Rozpuszczalność ekstraktu/olejku, kolejność dodawania, mieszanie
Oddzieli się olej	Dodanie olejku przed zagęstnikiem lub za mało surfaktantów	Kolejność dodawania, stężenie surfaktantów, dokładność mieszania
Słaba piana	Zbyt mało środków myjących lub zbyt wysoki poziom tłuszczów	Stężenie i typ surfaktantów, proporcje składników kondycjonujących
Zapach szybko zanika	Zbyt niska dawka kompozycji zapachowej/olejku lub zła jakość	Stężenie olejku, jakość i świeżość surowca, sposób przechowywania
pH zmienia się po kilku dniach	Niestabilność układu buforującego lub zanieczyszczenie wody	Jakość wody, dokładność pomiaru, stabilność systemu konserwującego
Produkt szczypie skórę	Za wysokie pH lub zbyt wysoka dawka olejku eterycznego	pH (doc. 5,0–5,5), stężenie olejku, test płatkowy

Zanim uznasz recepturę za gotową

- Wykonaj próbę laboratoryjną (100 g lub mniej).
- Zmierz pH zaraz po przygotowaniu oraz po stabilizacji.
- Obserwuj zapach, kolor i lepkość przez kilka dni.
- Sprawdź działanie opakowania i wygodę dozowania.
- Wykonaj test płatkowy na skórze (24–48 h).
- Zapisz wszystkie korekty i ostateczną wersję receptury.
- Nie zwiększaj skali produkcji przed ewaluacją stabilności.



Moduł 05 – Naturalne odżywki do włosów

Kremowe formuły z gliną,
rozmarynem, jojobą,
kokosem i neem

Naucz się tworzyć odżywki,
które ułatwiają rozczesywanie,
poprawiają miękkość włosów i zapewniają
przyjemne odczucie bez niepotrzebnego
obciążenia.



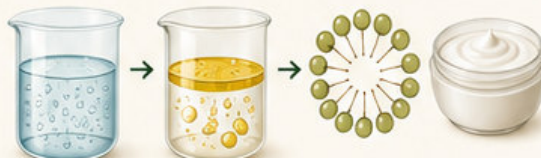
Jak działa naturalna odżywka do włosów

Skuteczna odżywka to przemysłana emulsja, która wygładza, nawilża i chroni włosy, nie obciążając ich.

Czym jest emulsja?

Emulsja to stabilne połączenie wody i oleju, dzięki któremu składniki nawilżające oraz pielęgnujące mogą działać razem i łatwo rozprowadzać się na włosach. W odżywcze faza olejowa otula włos, a faza wodna dostarcza nawilżenie.

FAZA WODNA FAZA OLEJOWA EMULGATOR



Emulgator łączy obie fazy w stabilną, jednorodną całość.

Poznaj swój typ włosów

CIENKIE

Potrzebują lekkości, nawilżenia i objętości u nasady.

SUCHE

Wymagają odżywienia, emolientów i ochrony przed utratą wody.

KRĘCONE

Potrzebują nawilżenia, poślizgu i definicji skrętu.

PRZETŁUSZCZAJĄCE SIĘ

Wymagają lekkości, równowagi i objętości.

ZNISZCZONE

Wymagają regeneracji, wygładzenia i ochrony struktury włosa.

FARBOWANE

Potrzebują ochrony koloru, nawilżenia i blasku.

Główne elementy odżywki

1

Faza wodna

Stanowi bazę odżywki. Zawiera wodę destylowaną lub hydrolat, humektanty rozpuszczalne w wodzie (np. gliceryna, pantenol, betaina) oraz odpowiednie ekstrakty roślinne.

2

Faza olejowa

Dostarcza emolientów i składników odżywczych. Zawiera oleje roślinne, masła roślinne, emolienty oraz składniki poprawiające poślizg i miękkość włosów.

3

Emulgator lub baza kondycjonująca

Odpowiada za połączenie fazy wodnej i olejowej oraz nadaje odżywcze właściwości kondycjonujące. Stosuj zgodnie ze specyfikacją dostawcy.

4

Faza chłodzenia

Dodawana na koniec, gdy temperatura jest niska. Zawiera konserwant, substancje zapachowe, ekstrakty wrażliwe na temperaturę oraz regulator pH.



Maska, odżywka do spłukiwania, lekka odżywka bez spłukiwania

Maska jest bogatsza w oleje i składniki odżywcze, działa głębiej i dłużej – zwykle 10–30 minut. Odżywka do spłukiwania jest lżejsza i działa szybciej – 1–3 minuty to zwykle wystarczająco. Lekka odżywka bez spłukiwania zapewnia ochronę, nawilżenie i łatwiejsze rozczesywanie między myciami.



Dlaczego olej nie zastąpi składnika kondycjonującego?

Olej nawilża i zmiękcza, ale nie zapewnia poślizgu ani wygładzenia. Za kondycjonowanie odpowiadają składniki kationowe lub amfoteryczne, które wygładzają łuski włosa i zmniejszają elektrostatyczność.



Co to jest „poślizg”?

To uczucie gładkości i śliskości podczas rozprowadzania odżywki. Dzięki poślizgowi włosy łatwo się rozczesują i mniej łamią.



Dlaczego pH końcówce ma znaczenie?

Optymalne pH odżywki to 4,0–5,5. Taki zakres domyka łuski włosa, zapewnia blask, gładkość i ogranicza puszenie.



Kontrola temperatury

Fazę chłodzenia dodawaj poniżej 40 °C. Zbyt wysoka temperatura może osłabić konserwant, zapach i aktywne ekstrakty.



Konserwacja i stabilność

Odżywka zawiera wodę, dlatego wymaga skutecznego konserwantu oraz testów stabilności (pH, lepkość, rozwarstwianie, mikrobiologia). To gwarancja bezpieczeństwa i długiej trwałości produktu.

Tabela dopasowania

Rodzaj włosów	Zalecany profil odżywki	Czego unikać
Cienkie	Lekka emulsja, humektanty, proteiny hydrolizowane, lekkie oleje, silikony lotne.	Ciężkich masel, wysokich stężeń olejów, wosków i silikonów niezbędnych.
Suche	Bogata emulsja, oleje i masła, ceramidy, pantenol, poślizg, składniki nawilżające.	Dużej ilości alkoholu denaturowanego, silnych środków myjących, protein w nadmiarze.
Kręcone	Wysoki poślizg, humektanty, emolienty, lekkie proteiny, składniki definiujące skręt.	Silikonów nierozpuszczalnych w wodzie (mogą obciążać), alkoholu wysuszającego.
Przetłuszczające się	Lekka formuła, nawilżacze, proteiny, lekkie oleje (skwalan, jojoba), objętość u nasady.	Ciężkich olejów, masel, wosków, zbyt dużej ilości kondycjonujących kationowych składników.
Zniszczone	Regeneracja i wygładzenie: emolienty, ceramidy, proteiny, aminokwasy, panthenol, poślizg.	Silnych detergentów, wysokiego stężenia protein, alkoholu wysuszającego.
Farbowane	Ochrona koloru: pH 4,0–5,5, antyoksydanty, emolienty, filtry UV, składniki nabłyszczające.	Wysokiego pH, siarczanów w odżywkach, składników, które mogą wypłukiwać pigment.

Naturalna odżywka z zieloną glinką

Lekka formuła mineralna do kontrolowanego stosowania na długości włosów

Zielona glina jest silnie absorbująca, dlatego stosujemy ją w niewielkiej ilości. Dokładnie ją rozprowadzamy, aby nie tworzyła grudek ani osadów na włosach. Oceniaj łatwość splotkiwania – w razie potrzeby zmniejsz ilość glinki lub wydłuż czas rozprowadzania na długościach.



Receptura — Naturalna odżywka z zieloną glinką

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat z rumianku	56,90	56,90
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Olivem® 1000 (emulgator/ baza kondycjonująca)	7,00	7,00
	Olej z pestek winogron (lekki)	6,00	6,00
	Alkohol cetylowy (współemulgent, zagęstnik)	2,00	2,00
C	Zielona glina (montmorylonitowa)	2,00	2,00
D	Geogard® Ultra (konserwant)	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,20	0,20
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,10	0,10
RAZEM		100,00	100,00



Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C • Łączenie: 70 °C • Chłodzenie: do 35 °C



Najważniejsze testy

- ✓ Łatwość rozprowadzania na włosach
- ✓ Czas potrzebny do splotkania
- ✓ Obecność osadu glinki na włosach i w odpływie
- ✓ Wygląd włosów po wysuszeniu (międkość, lekkość, połysk)
- ✓ Stabilność koloru w czasie (brak zmiany barwy)
- ✓ Rozdzielanie faz stabilność emulsji
- ✓ Zmiana zapachu w czasie (brak niepożądanych nut)



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia, mieszadło i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A. Mieszaj do rozpuszczenia gliceryny i pantenolu.
- 3 Odważ składniki fazy B do osobnego naczynia.
- 4 Odważ zieloną glinę do osobnego, suchego naczynia.
- 5 Pre-dyspersja glinki: do glinki dodaj ok. 10–15 g fazy A (z puli odważonej), energicznie mieszaj trzepaczką, aż powstanie gładka pasta bez grudek.
- 6 Podgrzej fazę A do 70–75 °C. Podgrzej fazę B do 70–75 °C, aż emulgator całkowicie się rozpuści.
- 7 Wlej fazę B do fazy A, mieszaj mikserem przez 2–3 minuty, aż emulsja będzie jednorodna i kremowa.
- 8 Dodaj przygotowaną pastę z zieloną glinką do emulsji. Mieszaj mikserem przez 2–3 minuty, następnie delikatnie mieszadłem ręcznym do uzyskania idealnej gładkości.
- 9 Chłódź, mieszając, do 35–40 °C.
- 10 Dodaj składniki fazy D: konserwant, kwas cytrynowy i kompozycję zapachową (opcjonalnie). Dokładnie wymieszaj.
- 11 Zmierz pH. Skoryguj do zakresu 4,5–5,5 kwasem cytrynowym.



Docelowe pH: 4,5 – 5,5 (optymalnie ~5,0)



Zielona glina

Bogata w minerały takie jak krzem, magnez i żelazo. Pomaga wchłaniać nadmiar sebum i zanieczyszczenia. Stosuj w niewielkiej ilości i bardzo dobrze rozprowadź.



Wskazówka formulacyjna

Pre-dyspersja glinki w części fazy wodnej przed dodaniem do emulsji to klucz do gładkiej konsystencji bez grudek.



Zastosowanie

Stosuj na długościach, omijając nasadę. Pozostaw na 2–5 minut, dokładnie spłucz.



Przechowywanie

Przechowuj w temperaturze pokojowej, w szczelnie zamkniętym opakowaniu.

Naturalna odżywka rozmarynowa

Świeża, ziołowa formuła do codziennej pielęgnacji włosów

Lekka, ziołowa odżywka z hydrolatem rozmarynowym i wygładzającymi składnikami pochodzenia roślinnego. Ułatwia rozczesywanie, nadaje włosom miękkość, blask i sprężystość, nie obciążając ich. Idealna do codziennej pielęgnacji skóry głowy i włosów.



Receptura – 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat rozmarynowy	64,00	64,00
	Gliceryna roślinna	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Emulgator kondycjonujący BTMS (behentrimonium methosulfate & cetearyl alcohol)	4,00	4,00
	Olej z pestek winogron (lekki)	4,00	4,00
C	Ekstrakt z rozmarynu (wodno-glicerynowy)	2,00	2,00
	Hydrolizowane proteiny pszenicy	1,00	1,00
	Inulina	1,00	1,00
D	Konserwant Cosgard® Ultra (Geogard Ultra)	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (roztwór 20%)	0,20	0,20
	Kompozycja zapachowa Rozmaryn & Ziola*	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00

Docelowe pH: 4,5 – 5,0

Profil receptury

	Rodzaj włosów	Normalne, przetłuszczające się, pozbawione blasku, każdego typu
	Aplikacja	Na umyte włosy, od połowy długości po końce
	Czas pozostawienia	1–3 minuty
	Efekt	Miękkość, ułatwione rozczesywanie, wygładzenie, blask
	Konsystencja	Lekki, kremowy balsam
	Opakowanie	Butelka z pompką lub airless 150–200 ml



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy i narzędzia.
- 2 Faza A: w zlewce połącz hydrolat, glicerynę i pantenol. Wymieszaj do całkowitego rozpuszczenia.
- 3 Faza B: w osobnej zlewce połącz BTMS z olejem z pestek winogron.
- 4 Podgrzej obie fazy do temperatury 70–75 °C.
- 5 Wlej fazę A do fazy B, mieszając mieszadłem lub spatulą do uzyskania jednolitej emulsji.
- 6 Utrzymuj mieszanie podczas chłodzenia. Poniżej 45 °C dodaj składniki fazy C jeden po drugim, dokładnie mieszając.
- 7 Dodaj konserwant i delikatnie wymieszaj.
- 8 Skoryguj pH roztworem kwasu cytrynowego do zakresu 4,5–5,0.
- 9 Dodaj kompozycję zapachową, wymieszaj i przelej do opakowania.



Temperatura pracy

Faza A: 70–75 °C | Faza B: 70–75 °C | Łączenie: 70–75 °C



Kolejność dodawania

A + B → emulsja → C → D → pH → kompozycja zapachowa



Końcowe pH

4,5 – 5,0



Ocena konsystencji

Lekki, kremowy balsam, łatwo rozprowadza się na włosach nie obciążając ich.



Każda zmiana w fazie olejowej, emulgatorze lub składniku kondycjonującym może wymagać przeformułowania całej receptury.



Personalizacja bez przeciążenia

Potrzeba	Możliwa modyfikacja	Co kontrolować
Większa lekkość	Zmniejsz olej do 2–3 g lub wybierz olej sachę inchi / skwalan.	Konsystencja (czy odżywka nie jest zbyt rzadka).
Większa kremowość	Zwiększ BTMS do 5–6 g i/lub dodaj 1% alkoholów tłuszczowych (np. cetearyl alcohol).	Stabilność emulsji i czas spłukiwania.
Wersja bezzapachowa	Pomiń kompozycję zapachową.	Akceptacja sensoryczna użytkownika.
Włosy suche	Zwiększ olej do 5–6 g, dodaj 1% masła (np. masło mango lub shea).	Czy włosy nie są przeciążone.
Włosy kręcone	Dodaj 1–2% roślinnej odżywki kationowej (np. Polyquaternium-10) lub 1% oleju brokułowego.	Sprężystość i definicja loków.



Naturalna odżywka z olejem jojoba

Wygładzająca formuła do włosów suchych i pozbawionych blasku

Olej jojoba to płynny wosk roślinny o wyjątkowej lekkości i stabilności. Tworzy ochronny film na włosach, wygładza ich powierzchnię i ogranicza utratę wilgoci. Stosujemy go w fazie olejowej w ilości dopasowanej do potrzeb włosów.



Receptura — Naturalna odżywka z olejem jojoba

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana	60,50	60,50
	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Emulgator kondycjonujący (cetearyl alcohol & behentrimonium methosulfate)	8,00	8,00
	Olej jojoba (<i>Simmondsia chinensis</i>)	7,00	7,00
	Lekki emolient (opcjonalnie) (np. olej z pestek winogron)	2,00	2,00
C	Behentrimonium chloride (poprawia poślizg i kondycjonuje)	2,00	2,00
	Hydrolizowane proteiny pszenicy	1,00	1,00
	Konserwant (szerokie spektrum)	0,80	0,80
D	Regulator pH (kwas cytrynowy lub kwas mlekowy)	do pH 4,5–5,0	q.s.
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- Faza A (wodna): połącz wodę, glicerynę i pantenol. Podgrzej do 75–80°C, mieszając do całkowitego rozpuszczenia.
- Faza B (olejowa): w osobnym naczyniu połącz emulgator kondycjonujący, olej jojoba oraz lekki emolient. Podgrzej do 75–80°C, aż składniki się całkowicie rozpuszczą.
- Wlej fazę B do fazy A, mieszając energicznie. Homogenizuj mikserem przez 2–3 minuty do uzyskania gładkiej emulsji.
- Rozpocznij chłodzenie, mieszając delikatnie. W temperaturze poniżej 45°C dodaj składniki fazy C (behentrimonium chloride, proteiny). Mieszaj do jednolitej konsystencji.
- W temperaturze poniżej 40°C dodaj konserwant i kompozycję zapachową. Dokładnie wymieszaj.
- Skontroluj pH po całkowitym ostudzeniu (docelowo pH 4,5–5,0). W razie potrzeby skoryguj, dodając roztwór kwasu cytrynowego lub kwasu mlekowego.
- Przelej do czystego opakowania.
- Obserwacja po 24 godzinach: odżywka powinna być gładka, jednolita, bez rozwarstwienia i z wyraźnym odczuwalnym poślizgiem.



Jak dobrać ilość produktu podczas użycia?

- ✓ Krótkie włosy: ilość wielkości orzecha laskowego.
- ✓ Średniej długości włosy: ilość wielkości orzecha włoskiego.
- ✓ Długie włosy: ilość wielkości dwóch orzechów włoskich.
- ✓ Cienkie włosy: mniej produktu, skup się na długościach i końcówkach.
- ✓ Grube lub kręcone włosy: więcej produktu, dokładnie rozprowadź na całej długości.

✿ Nie nakładaj dużej ilości produktu automatycznie przy skórze głowy – może to obciążać włosy u nasady.



Tabela oceny

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal do korekty
 Rozprowadzanie	Odżywka łatwo rozprowadza się po włosach, daje wyraźny poślizg.	Zbyt gęsta lub szorstka – zwiększ zawartość fazy A o 1–2% lub dodaj 0,5–1% emolientu lekkiego.
 Spłukiwanie	Emulsja łatwo się spłukuje, nie pozostawia tłustej warstwy ani osadu.	Trudno się spłukuje – zmniejsz ilość oleju/emolientu o 1–2% lub skróć czas mieszania po emulgacji.
 Miękość	Włosy są miękkie, gładkie, łatwe do rozczesania.	Zbyt mało miękości – zwiększ behentrimonium chloride o 0,5–1% lub dodaj 0,5–1% protein.
 Objętość	Włosy zachowują sprężystość u nasady, nie są obciążone.	Włosy oklapnięte – zmniejsz emolient o 1% lub nakładaj mniej produktu przy skórze głowy.
 Stabilność	Odżywka jednolita, bez rozwarstwienia po 24 h w temp. pokojowej i 4°C.	Jeśli występuje rozwarstwienie – sprawdź temperatury emulgacji i dawkę emulgatora, wydłuż homogenizację.



Odżywcze formuły: kokos i neem

Dwie dopełniające się odżywki – bogata, aksamitna z masłem kokosowym lub lekka, ziołowa z neem dla zbalansowanej pielęgnacji włosów.



Receptura A — Odżywka z masłem kokosowym

Bogata, kremowa formuła do włosów suchych, grubych lub wymagających wygładzenia

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat	48,80	48,80
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
B	Emulgator odżywczy (np. BTMS)	8,00	8,00
	Masło kokosowe rafinowane	20,00	20,00
	Skwalan roślinny (olej lekki)	4,00	4,00
C	D-pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
	Proteiny roślinne hydrolizowane	1,00	1,00
D	Konserwant (Geogard® Ultra)	0,80	0,80
	Regulator pH (kwas cytrynowy)	0,20	0,20
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- Faza B: roztop masło kokosowe i emulgator w kąpeli wodnej (70–75°C).
- Faza A: podgrzej wodę z gliceryną do 70–75°C.
- Połącz fazę A z fazą B i mieszaj do uzyskania jednolitej emulsji.
- Ochładzaj, mieszając, do około 45°C.
- Dodaj składniki fazy C, mieszaj do pełnego rozpuszczenia.
- Dodaj składniki fazy D, dopasuj pH do 4,0–4,5.



Temperatura topienia fazy olejowej: 70–75°C
Łączenie faz: 70–75°C
Chłodzenie: do 45°C
Docelowa konsystencja: gęsta, kremowa
Test obciążenia włosów: wysoki



Dla kogo?

- ✓ włosy suche
- ✓ włosy grube
- ✓ włosy kręcone
- ✓ końcówki wymagające wygładzenia
- ✓ osoby preferujące bogatszą konsystencję



Kiedy wybrać lepszą formułę?

- ✓ przy włosach cienkich
- ✓ przy szybkim przetuszczaniu
- ✓ gdy włosy tracą objętość
- ✓ gdy produkt trudno się spłukuje



Receptura B — Odżywka z neem

Ziołowa formuła z kontrolowaną ilością oleju neem

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat	57,10	57,10
	Emulgator odżywczy (np. BTMS)	5,00	5,00
B	Skwalan roślinny (olej lekki)	8,00	8,00
	Olej neem (tłoczony na zimno)	1,00	1,00
C	Behentrimonium Methosulfate	3,00	3,00
	Gliceryna roślinna (humektant)	3,00	3,00
	D-pantenol (prowitamina B5)	1,50	1,50
D	Konserwant (Geogard® Ultra)	0,80	0,80
	Regulator pH (kwas cytrynowy)	0,20	0,20
	Ekstrakt z aloesu (opcjonalnie)	0,30	0,30
	Kompozycja zapachowa bezpieczna	0,10	0,10
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- Faza B: podgrzej emulgator, skwalan i olej neem do 70–75°C.
- Faza A: podgrzej wodę do 70–75°C.
- Połącz fazę A z fazą B i mieszaj do uzyskania jednolitej emulsji.
- Ochładzaj, mieszając, do około 45°C.
- Dodaj składniki fazy C, mieszaj do pełnego rozpuszczenia.
- Dodaj składniki fazy D, dopasuj pH do 4,0–4,5.



Temperatura łączenia faz: 70–75°C
Ochładzanie i mieszanie: do 45°C
Kontrola intensywności aromatu: umiarkowana
Ocena jednorodności i stabilności: bardzo dobra



Tabela comparativa



Cecha	Masło kokosowe	Neem
Charakter formuły	Bogata, kremowa, silnie odżywcza	Lekka, ziołowa, z kontrolowaną ilością oleju neem
Główny profil włosów	Suche, grube, kręcone, wymagające wygładzenia	Normalne, tłuste u nasady, wrażliwa skóra głowy
Najważniejsza kontrola	Emulgacja i ochładzanie dla stabilności i gęstości	Aromat neem i pH dla komfortu skóry głowy
Konsystencja	Gęsta, kremowa, aksamitna	Średnia, lekka, łatwa do spłukania
Sposób stosowania	Na długości i końcówki, pozostawić 2–5 minut	Na skórę głowy i długości, pozostawić 1–3 minuty



Checklista zamknięcia modułu

- Czy znam kluczowe różnice między masłem kokosowym a olejem neem?
- Czy potrafię dobrać odżywkę do profilu włosów i skóry głowy?
- Czy kontroluję wielkość cząstek, stabilność emulsji i pH?
- Czy oceniam wpływ konsystencji na obciążenie włosów?
- Czy potrafię kontrolować aromat neem i komfort użytkowania?
- Czy dokumentuję testy stabilności i oceny użytkowe receptur?



Moduł 06 – Naturalne balsamy i kremy nawilżające do ciała



Od lekkich emulsji po bogate masła
z olejami, aloesem i składnikami
botanicznymi.



Poznaj różne rodzaje produktów nawilżających
i naucz się dobierać ich konsystencję do potrzeb
skóry, pory roku oraz preferowanego
sposobu aplikacji.



W tym module odkryjesz receptury lekkich
balsamów, kremowych emulsji i bogatszych
masel do ciała. Nauczysz się łączyć fazę wodną
z olejową, kontrolować konsystencję, dobierać
opakowania oraz tworzyć produkty przyjemne
w codziennym stosowaniu.



Jak projektować naturalne balsamy, kremy i masła do ciała

Tekstura zależy od proporcji fazy wodnej, olejowej, masel, emulgatora i zagęstników. Każdy produkt zawierający wodę wymaga odpowiedniego systemu konserwującego – to klucz do bezpieczeństwa i trwałości.

Cztery podstawowe rodzaje produktów do ciała

1 Lekki balsam



- Więcej fazy wodnej.
- Łatwo się rozprowadza na dużych powierzchniach.
- Szybko się wchłania.
- Najlepiej sprawdza się w butelce z pompką.

Tekstura: płynna, mleczna

2 Krem do ciała



- Bardziej ustrukturyzowana konsystencja.
- Więcej emolientów niż w lekkim balsamie.
- Daje większe poczucie ochrony.
- Może być pakowany w opakowania aerosol lub w słoik.

Tekstura: kremowa, jedwabista

3 Bogate masło do ciała



- Może być bezwodne (anhydryczne).
- Oparte na olejach, masłach i ewentualnie woskach.
- Intensywnie odżywcze i ochronne.
- Nie wymaga pomiaru pH, jeśli rzeczywiście nie zawiera wody.

Tekstura: gęsta, masłana

4 Krem-żel



- Lekka, świeża konsystencja.
- Może zawierać aloes, hydrolat i niewielką fazę olejową.
- Wymaga starannie dobranego zagęstnika i konserwantu.
- Świetny wybór na cieplejsze miesiące.

Tekstura: lekka, żelowo-kremowa

Główne elementy emulsji do ciała

- Faza wodna** – woda, hydrolaty, napary, aloes.
- Faza olejowa** – oleje roślinne, masła, woski, emolienty.
- Emulgator** – łączy fazę wodną i olejową w stabilną emulsję.
- Składnik zwiększający lepkość** – zagęstniki, żele, gumy.
- Humektant** – wiąże wodę w skórze i zwiększa nawilżenie.
- Konserwant** – zapewnia bezpieczeństwo mikrobiologiczne produktu.
- pH** – Regulator pH – dostosowuje i stabilizuje pH emulsji.
- Zapach lub wersja bezzapachowa** – według preferencji i wrażliwości użytkownika.
- Składniki aktywne** – dodawane w odpowiedniej temperaturze, aby zachować ich skuteczność.



Humektant

Substancja przyciągająca wodę z otoczenia i wiążąca ją w skórze, dzięki czemu zwiększa nawilżenie i elastyczność.



Emolient

Składnik natłuszczający, który zmiękcza, wygładza i chroni skórę, ograniczając utratę wody (TEWL).



Emulgator

Substancja powierzchniowo czynna, która pozwala na połączenie wody i oleju w stabilną i jednorodną emulsję.

Potrzeba skóry	Zalecany typ produktu	Preferowana konsystencja
Skóra normalna	Lekki balsam	Płynna lub mleczna
Skóra sucha	Krem odżywczy	Średnio gęsta
Skóra bardzo sucha	Masło lub bogaty krem	Gęsta i ochronna
Skóra wrażliwa	Minimalistyczna emulsja	Lekka, bez intensywnego zapachu
Pielęgnacja letnia	Krem-żel lub balsam	Szybko wchłaniająca się
Pielęgnacja zimowa	Bogaty krem lub masło	Bardziej okluzyjna



Quadro de segurança

Każdy produkt zawierający wodę, hydrolat, aloes lub napar wymaga oceny i doboru odpowiedniego systemu konserwującego.

Witamina E pomaga ograniczyć utlenianie olejów, ale nie chroni przed bakteriami, drożdżami i pleśniami.

Odżywcze balsamy: oliwa z oliwek i nagietek

Naturalne receptury, które odżywiają, wspierają barierę ochronną skóry i pozostawiają ją miękką, gładką i komfortową każdego dnia.

A Naturalny balsam z oliwą z oliwek

Kremowa emulsja do skóry suchej i wymagającej wygładzenia

Oliwa z oliwek nadaje recepturze głęboko odżywczy charakter, jednak w nadmiarze może pozostawiać ciężką, tłustą warstwę. Dlatego balansujemy ją lżejszym emolientem i odpowiednią strukturą emulsji, by balsam był kremowy, odżywczy i komfortowy.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat z róży damasceńskiej (lub woda)	52,20	52,20
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Emulgator (np. Olivem® 1000)	5,00	5,00
	Oliwa z oliwek extra virgin	20,00	20,00
	Olej jojoba (lekki emolient)	8,00	8,00
	Wosk ryżowy (strukturujący)	3,00	3,00
C	Konserwant (Geogard® Ultra)	1,00	1,00
	Kwas mlekowy 80% (regulator pH)	0,30	0,30
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00

🔥 Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C • Łączenie: 70 °C • Chłodzenie: do 35 °C

🍲 Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A do zlewki i podgrzej do 70–75 °C.
- 3 Odważ składniki fazy B do osobnej zlewki i podgrzej do 70–75 °C, aż do całkowitego rozpuszczenia wosku i emulgatora.
- 4 Połącz fazę A z fazą B i miksuj mikserem blenderowym 2–3 minuty, aż powstanie gładka, kremowa emulsja.
- 5 Ochładzaj, mieszając do około 40 °C.
- 6 Dodaj składniki fazy C, mieszaj do pełnego rozpuszczenia.
- 7 Sprawdź i skoryguj pH do 4,5–5,5 kwasem mlekowym.
- 8 Przelóż do opakowania.

🌿 Profil produktu

- 🍲 **Konsystencja:** kremowa, bogata, jedwabista
- 👤 **Wchłanianie:** średnie
- 👤 **Rodzaj skóry:** sucha, dojrzała, wymagająca odżywienia
- 📦 **Opakowanie:** słoik airless lub szkło z nakrętką
- 👃 **Zapach:** delikatny, naturalny (różany), opcjonalnie aromatyczny

🌿 Nota redakcyjna

Hydrolat z nagietka, ekstrakt wodny z nagietka, ekstrakt glicerynowy oraz macerat olejowy z nagietka to różne rodzaje surowców o odmiennym składzie i działaniu. Nie są zamiennie i nie należy ich stosować w recepturach wymiennie bez odpowiedniego przeliczenia oraz uwzględnienia wpływu na stabilność, pH i właściwości końcowe kosmetyku.

B Naturalny krem nagietkowy

Łagodna formuła botaniczna do codziennej pielęgnacji skóry

Wyciągi z nagietka znane są ze swojego łagodzącego i kojącego działania. Formuła łączy delikatność hydrolatu z dobroczynnymi właściwościami olejowego maceratu nagietka, tworząc krem odpowiedni dla skóry wrażliwej, suchej i skłonnej do podrażnień.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat z nagietka lekarskiego	56,20	56,20
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Ekstrakt wodny z nagietka (rozpuszczalny)	2,00	2,00
B	Emulgator (np. Olivem® 1000)	5,00	5,00
	Macerat olejowy z nagietka	15,00	15,00
	Olej ze słodkich migdałów (lekki)	8,00	8,00
C	Konserwant (Geogard® Ultra)	1,00	1,00
	Kwas mlekowy 80% (regulator pH)	0,30	0,30
	Skwalan roślinny (bariera)	1,00	1,00
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00

🔥 Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C • Łączenie: 70 °C • Chłodzenie: do 35 °C

🍲 Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A do zlewki i podgrzej do 70–75 °C.
- 3 Odważ składniki fazy B do osobnej zlewki i podgrzej do 70–75 °C, aż emulgator całkowicie się rozpuści.
- 4 Połącz fazę A z fazą B i miksuj mikserem blenderowym 2–3 minuty, aż powstanie stabilna, kremowa emulsja.
- 5 Ochładzaj do ok. 40 °C, mieszając.
- 6 Dodaj składniki fazy C i mieszaj do pełnego rozpuszczenia.
- 7 Sprawdź i skoryguj pH do 4,5–5,5 kwasem mlekowym.
- 8 Przelóż do opakowania.

🌿 Ocena końcowa receptury

- 👤 **Kolor:** kremowobeżowy do jasnokremowego (naturalny odcień maceratu)
- 👃 **Zapach:** ziołowy, delikatny, charakterystyczny dla nagietka
- 👤 **Struktura:** lekka–średnia, gładka, nietłusta w dotyku

🌿 Porównanie receptur

Cecha	Balsam z oliwą	Krem nagietkowy
Charakter	Bogaty, odżywczy, wygładzający	Łagodzący, kojący, pielęgnacyjny
Główny składnik	Oliwa z oliwek extra virgin	Macerat olejowy z nagietka
Konsystencja	Kremowa, bardziej treściwa	Lekka do średniej, aksamitna
Rodzaj skóry	Sucha, dojrzała, wymagająca	Wrażliwa, sucha, skłonna do podrażnień
Najważniejsza kontrola	pH 4,5–5,5 i rozdzielenie faz	pH 4,5–5,5 i stabilność emulsji



Bogate formuły: kokos i masło kakaowe

Dwie odżywcze formuły do pielęgnacji ciała –
jedna kremowa, druga głęboko ochronna.



Receptura A — Naturalny balsam kokosowy

Kremowa emulsja o miękkiej, otulającej konsystencji.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat	59,10	59,10
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Emulgator O/W (np. Olivem® 1000)	5,00	5,00
	Olej kokosowy frakcjonowany (lekki emolient kokosowy)	15,00	15,00
	Kaprylan/kaprynian kokosowy (lekki emolient równoważący)	6,00	6,00
C	Konserwant (Geogard® Ultra)	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,10	0,10
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,10	0,10
RAZEM		100,00	100,00

Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C • Chłodzenie: do 35–40 °C



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia, mieszadło i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A. Podgrzej do 70–75 °C, mieszaj do całkowitego rozpuszczenia.
- 3 W osobnym naczyniu odważ składniki fazy B. Podgrzej do 70–75 °C, aż emulgator całkowicie się rozpuści.
- 4 Połącz fazę A z fazą B, homogenizuj przez 1–2 minuty lub mieszaj intensywnie 3–5 minut, aż powstanie jednolita emulsja.
- 5 Ochładzaj, mieszając, do około 40 °C.
- 6 Dodaj składniki fazy C, wymieszaj delikatnie.
- 7 Kontynuuj chłodzenie do 35–40 °C, uzyskując gęstą, kremową konsystencję.



Jak kontrolować ciężkość formuły?

- Zwiększ udział oleju kokosowego frakcjonowanego lub kaprylan/kaprynianu.
- Zmniejsz całkowitą ilość olejów/pomady.
- Zastosuj emulgator o bardziej „lekim” odczuciu (np. Olivem® 1000).
- Obniż lepkość: dodaj 1–2% hydrolatu zamiast części wody lub zmniejsz fazę tłuszczową o 1–2%.



Test wchłaniania

Skóra sucha: cienka warstwa – wchłonięcie 5–10 minut.
Skóra normalna: cienka warstwa – wchłonięcie 2–5 minut.



Czego unikać?

- ✗ Dodawania domowego mleczka kokosowego.
- ✗ Zwiększania ilości oleju bez dostosowania emulgacji.
- ✗ Stosowania zbyt intensywnego zapachu kokosowego.
- ✗ Wlewania gorącego produktu do nieodpowiedniego opakowania.
- ✗ Oceniania konsystencji przed pełnym ochłodzeniem.



Receptura B — Naturalne masło kakaowe do ciała

Bezwodna formuła ochronna o czekoladowym, naturalnym aromacie.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g		
SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Masło kakaowe nierafinowane	60,00	60,00
Masło shea nierafinowane	25,00	25,00
Olej z pestek winogron (lekki olej płynny)	10,00	10,00
Wosk kandelila (opcjonalnie, twardsza wersja)	3,00	3,00
Tokoferol (witamina E, antyoksydant)	0,50	0,50
Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	1,50	1,50
RAZEM	100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy i przygotuj opakowanie.
- 2 Odważ wszystkie składniki.
- 3 Podgrzej w kąpeli wodnej do 70–75 °C, aż wszystkie składniki całkowicie się rozpuszczą.
- 4 Mieszaj delikatnie, aby uzyskać jednolitą, przejrzystą fazę olejową.
- 5 Zdejmij z kąpeli wodnej i pozostaw do kontrolowanego chłodzenia.
- 6 Gdy temperatura spadnie do 35–40 °C, mieszaj powoli, aż masa zacznie tężeć i stanie się kremowa.
- 7 Przelej do słoika. Pozostaw do całkowitego stężenia (12–24 h).



Wersja ubita (miękka, puszysta)

- Po kroku 6 mieszaj 3–5 minut mikserem na niskich obrotach.
- Wlej do opakowania, gdy masa jest kremowa i gęsta.



Wersja twarda (balsam stały)

- Zwiększ wosk kandelila do 4–5%.
- Pozwól masie tężeć w temperaturze pokojowej bez mieszania.



Produkt bezwodny

Formuła nie zawiera wody, hydrolatu, aloesu ani innych składników wodnych, dlatego pH nie jest mierzone. Mimo braku wody należy chronić produkt przed wilgocią i zanieczyszczeniem podczas produkcji oraz przechowywania.



Przechowywanie i ochrona

Przechowuj w szczelnie zamkniętych opakowaniach, z dala od wilgoci i bezpośredniego światła słonecznego. Używaj czystej szpatułki lub suchych dłoni.



Tabela porównawcza



Cecha	Balsam kokosowy	Masło kakaowe
Rodzaj produktu	Emulsja O/W do ciała	Bezwodna formuła oleo-woskowa
Zawartość wody	59,1% (formuła wodna)	0% (produkt bezwodny)
Konserwacja mikrobiologiczna	Wymaga konserwantu	Nie wymaga konserwantu, chronić przed wilgocią i zanieczyszczeniem
Konsystencja	Kremowa, lekka, szybko otulająca	Bogata, maselkowata, tworzy film ochronny
Najlepsze opakowanie	Butelka z pompką lub airless	Słoik lub puszka
Najważniejsza kontrola	Emulgacja, pH (4,5–5,5), stabilność	Całkowite rozpuszczenie, kontrola chłodzenia, ochrona przed wilgocią

Lekkie emulsje: jojoba i słodkie migdały

Dwie delikatne formuły – szybkie w użyciu,
przyjemne w aplikacji i idealne do codziennej pielęgnacji.



Receptura A — Naturalny balsam z olejem jojoba

*Lekka, wygładzająca emulsja do
szybkiego stosowania po kąpieli.*

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat z kwiatu pomarańczy	65,20	65,20
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Olivem® 1000 (emulgator O/W)	4,50	4,50
	Olej jojoba (lekki emolient)	12,00	12,00
	Squalane roślinny (lekki emolient)	6,00	6,00
C	Geogard® Ultra (konserwant)	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,30	0,30
	Zapach naturalny (opcjonalnie)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia, mieszadło i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A do naczynia. Podgrzej do 70–75 °C.
- 3 Odważ składniki fazy B do drugiego naczynia. Podgrzej do 70–75 °C.
- 4 Wlej fazę B do fazy A, mieszając delikatnie mieszadłem ręcznym lub mieszadłem łopatkowym.
- 5 Mieszaj do uzyskania jednolitej emulsji.
- 6 Ochładzaj, mieszając, do około 45 °C.
- 7 Dodaj składniki fazy C jeden po drugim, mieszając po każdym dodatku.
- 8 Kontrola pH: zmierz pH. Skoryguj do zakresu 4,5–5,5 kwasem cytrynowym.
- 9 Wlej do opakowania i pozostaw do całkowitego wystudzenia.



Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C • Łączenie: 70–75 °C
Chłodzenie: do 45 °C • Czas chłodzenia: 20–30 min



Kontrola: pH 4,5–5,5 • Lepkość: lekka, płynna do kremowej



Szybkość wchłaniania: bardzo szybka (ok. 1–2 min)



Opakowanie: butelka z pompką lub dispenser

Profil produktu

- Konsystencja: lekka, fluidowa emulsja
- Wykończenie: gładkie, jedwabiste, bez tłustego filmu
- Rodzaj skóry: normalna, mieszana, wrażliwa
- Stosowanie po kąpieli: doskonały do szybkiego nawilżenia na wilgotną skórę
- Opakowanie: butelka z pompką 100–200 ml



Tabela porównawcza



Kryterium	Balsam jojoba	Krem migdałowy
Konsystencja	Lekka, fluidowa	Kremowa, miękka
Wchłanianie	Bardzo szybkie (1–2 min)	Szybkie (3–5 min)
Wykończenie	Jedwabiste, bez tłustego filmu	Odżywcze, lekko ochronne
Rodzaj skóry	Normalna, mieszana, wrażliwa	Sucha, wrażliwa, odwodniona
Najważniejsza kontrola	pH 4,5–5,5	Tekstura i rozsmarowywanie



Receptura B — Naturalny krem ze słodkich migdałów

*Miękka, odżywcza formuła
do skóry suchej.*

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat z róży damasceńskiej	55,00	55,00
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Montanov™ 202 (emulgator O/W)	4,50	4,50
	Olej ze słodkich migdałów	15,00	15,00
	Masło shea (masło roślinne)	4,00	4,00
C	Alkohol cetylowy (substancja strukturyzująca)	2,00	2,00
	Geogard® Ultra (konserwant)	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,40	0,40
C	Zapach naturalny (opcjonalnie)	0,30	0,30
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia, mieszadło i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A i podgrzej do 70–75 °C.
- 3 Odważ składniki fazy B i podgrzej do 70–75 °C, aż masło shea się rozpuści.
- 4 Wlej fazę B do fazy A, mieszając mieszadłem łopatkowym.
- 5 Mieszaj do uzyskania pełnej emulsji.
- 6 Ujednolicaj teksturę: mieszaj do lekkiego zgęstnienia i gładkiej konsystencji.
- 7 Ochładzaj, mieszając, do około 45 °C.
- 8 Dodaj składniki fazy C od jednego do drugiego, mieszając po każdym.
- 9 Kontrola rozsmarowywania: rozprowadź cienką warstwę na szkle – powinna być miękka i łatwo się rozprowadzać.
- 10 Kontrola tłuściości: po 15 minutach papier ma być prawie suchy.



Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C • Łączenie: 70–75 °C
Ujednolicenie: 60–65 °C • Chłodzenie: do 45 °C



Kontrola tekstury: gładka, kremowa, łatwo rozsmarowalna



Test rozsmarowywania: bardzo dobry



Stabilność w opakowaniu: bardzo dobra, bez rozwarstwiania



Ostrzeżenie alergenne

Obecność oleju ze słodkich migdałów (*Prunus amygdalus dulcis oil*) należy wyraźnie wskazać w recepturze, dokumentacji i na etykiecie produktu. Osoby z potwierdzoną alergią na migdały lub inne orzechy powinny zachować ostrożność przed użyciem kosmetyków zawierających ten składnik. W razie wątpliwości zaleca się wykonanie testu płatkowego.



Naturalny krem aloesowy

Lekka, świeża emulsja o żelowo-kremowej konsystencji.



Krem aloesowy do ciała

Nawilża, koi i łagodzi. Idealny do codziennej pielęgnacji skóry normalnej, mieszanej i wrażliwej, również po opalaniu.



Receptura – 100 g gotowego produktu

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana lub hydrolat	49,10	49,10
	Aloes – żel z aloesu (Aloe barbadensis) 200x, standaryzowany	20,00	20,00
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Olej z pestek winogron (lekki emolient)	6,00	6,00
	Skwalan roślinny (lekki emolient)	4,00	4,00
	Emulgator roślinny – OLIVEM® 1000	4,00	4,00
C	Hydroksyetyloceluloza (zagęstnik – lekki żel)	0,40	0,40
D	Konserwant – Geogard® Ultra	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,20	0,20
	Zapach kosmetyczny (opcjonalnie)	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00
Docelowe pH: 4,8–5,4 (optimalnie ~5,0)			



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia, mieszadło i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A. Rozpuść w wodzie glicerynę i pantenol.
- 3 Dodaj hydroksyetylocelulozę do wody (powoli, z mieszaniem), mieszaj do całkowitego uwodnienia.
- 4 Odważ składniki fazy B.
- 5 Podgrzej fazę A do 70–75 °C.
- 6 Podgrzej fazę B do 70–75 °C.
- 7 Połącz fazę A z fazą B, mieszaj mieszadłem ręcznym lub wolnoobrotowym do uzyskania jednolitej emulsji.
- 8 Mieszaj przez 2–3 minuty do lekkiego zagęstnienia.
- 9 Schładzaj mieszając do 40 °C.
- 10 Dodaj żel z aloesu (optimalnie ≤40 °C), mieszaj delikatnie.
- 11 Dodaj konserwant, kwas cytrynowy i zapach. Wymieszaj.



Temperatury pracy
Fazy A i B: 70–75 °C
Dodanie aloesu: ≤40 °C
Chłodzenie: do 35–40 °C



Prawidłowy efekt końcowy



Jednolita, lekka konsystencja żelowo-kremowa



Brak rozwarstwienia (wody lub oleju)



Łatwe rozprowadzanie



Szybkie wchłanianie



Delikatny lub neutralny zapach



Opakowanie prawidłowo dozuje produkt



Jak ograniczyć utratę jakości

- Utrzymuj higienę i pracuj w czystości.
- Nie przegrzewaj – aloes dodawaj ≤40 °C.
- Stosuj świeże surowce i sprawdzony konserwant.
- Przechowuj gotowy produkt w chłodzie i z dala od światła.



Pomiar pH po pełnym schłodzeniu

Sprawdź pH (cel: 4,8–5,4). W razie potrzeby skoryguj małymi porcjami kwasu cytrynowego.



Kontrola lepkości po 24 h

Konsystencja powinna być lekka, kremowo-żelowa. Jeśli zbyt rzadka – zwiększ lekko zagęstnik (0,05–0,10%). Jeśli zbyt gęsta – skoryguj odrobiną wody lub żelu aloesowego.



Diagnostyka balsamów i kremów



Problem	Możliwa przyczyna	Co sprawdzić
Oddzieli się woda	Niestabilna emulsja	Emulgator, temperatury i sposób mieszania
Na powierzchni pojawia się olej	Zbyt duża faza olejowa lub słabe emulgowanie	Proporcje i kompatybilność składników
Krem jest grudkowaty	Nieprawidłowe chłodzenie lub nierozpuszczone składniki	Proces topienia i mieszania
Konsystencja jest zbyt rzadka	Niewystarczająca struktura emulsji	Ilość emulgatora i zagęstnika
Produkt jest zbyt ciężki	Nadmiar masel lub ciężkich olejów	Profil fazy olejowej
Zapach się zmienił	Utleńanie lub rozwój mikroorganizmów	Świeżość surowców i konserwację
pH zmienia się w czasie	Niestabilność receptury	Ponowny pomiar i zgodność konserwantu
Pojawiła się pleśń lub gaz	Zanieczyszczenie mikrobiologiczne	Natychmiast zaprzestać stosowania



Checklista zamknięcia modułu



1



Suma składników wynosi 100%

2



Wszystkie składniki odważone

3



Emulgator dobrany prawidłowo

4



Konserwant zgodny z pH receptury

5



pH zmierzone po pełnym schłodzeniu

6



Opakowanie ogranicza kontakt z dłońmi

7



Produkt stabilny podczas obserwacji

8



Test płatkowy wykonany

9

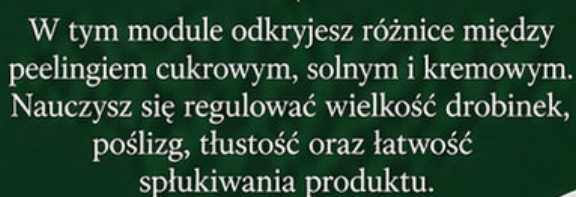
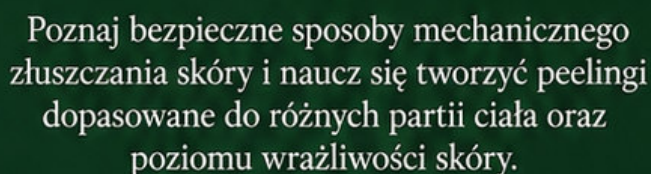
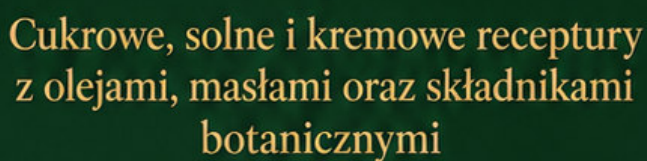
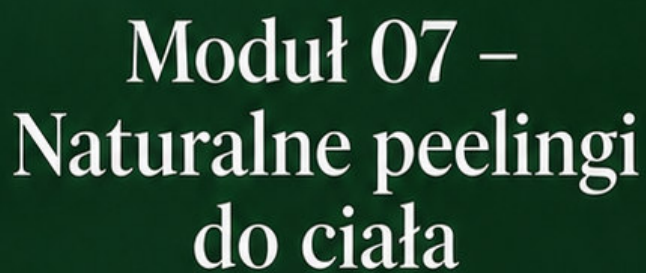


Numer partii zapisany

10



Produkt komercyjny przeszedł wymaganą ocenę bezpieczeństwa





Jak bezpiecznie tworzyć i stosować peelingi do ciała



Czym jest peeling mechaniczny?

Peeling mechaniczny usuwa część martwych komórek naskórka dzięki delikatnemu tarcu skóry drobnymi cząstkami. Jego działanie zależy od wielkości, twardości, kształtu drobinek oraz siły masażu.



Najczęściej stosowane drobinki



Cukier

- łagodny, zaokrąglony – idealny do delikatnych peelingów.
- dobrze rozpuszczalny, zostawia warstwę ochronną.
- odpowiedni do skóry wrażliwej i suchej.



Sól

- twardsza i bardziej ścierająca – do skóry grubej.
- doskonale wygładza i pobudza mikrokrążenie.
- nie stosować na uszkodzoną i wrażliwą skórę.



Drobne surowce roślinne lub mineralne

- np. mielone pestki, lupiny, glinki, pyły roślinne.
- zapewniają naturalny efekt złuszczenia i odżywienia.
- wybieraj drobno zmielone surowce o gładkich krawędziach.



Nie stosuj peelingu

- ✗ na otwarte rany i uszkodzoną skórę.
- ✗ na świeżo podrażnioną lub zaczerwienioną skórę.
- ✗ bezpośrednio po intensywnym goleniu lub depilacji.
- ✗ przy aktywnych stanach zapalnych skóry bez konsultacji ze specjalistą.
- ✗ z bardzo dużym naciskiem.
- ✗ codziennie, jeśli skóra reaguje suchością lub pieczeniem.



Dwa rodzaje bazy peelingu



Peeling bezwodny

- baza z olejów, masel i wosków.
- nie zawiera wody – drobinki nie rozpuszczają się szybko.
- zapewnia mocniejsze działanie ścierające i odżywcze.



Peeling emulsyjny

- baza emulsyjna z dodatkiem wody lub hydrolatu.
- drobinki rozpuszczają się stopniowo.
- delikatniejsze działanie, łatwiejsze zmywanie.

Strefy intensywności peelingu



Delikatna intensywność
cienka, wrażliwa skóra, większa skłonność do podrażnień.

Średnia intensywność
większość partii ciała o normalnej i grubszej strukturze skóry.

Mocniejsza intensywność
skóra grubsza, zrogowaciała, wymagająca głębszego wygładzenia.



Cukier



Sól



Drobinki kosmetyczne (roślinne lub mineralne)



Tabela intensywności



Partia ciała	Zalecana intensywność	Rodzaj drobinek
Ramiona	Delikatna lub średnia	Drobny cukier
Nogi	Średnia	Cukier lub drobna sól
Łokcie	Średnia	Cukier o kontrolowanej wielkości
Stopy	Średnia lub mocniejsza	Sól lub cukier, bez uszkodzeń skóry
Dekolt	Bardzo delikatna	Drobny, łagodny peeling
Twarz	Osobna receptura	Nie stosować automatycznie peelingu do ciała

Klasyczne peelingsi cukrowe: oliwa i kokos

Anhydrous formuły peelingsów cukrowych,
które odżywiają, wygładzają i pielęgnują skórę,
zostawiając ją jedwabście miękką.

A

Cukrowy peeling z oliwą z oliwek

Odżywcza receptura do masażu suchych partii ciała

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Cukier trzcinowy kryształ średni (0,5–1 mm)	76,00	76,00
B	Oliwa z oliwek extra virgin	15,00	15,00
	Olej ze słodkich migdałów	6,00	6,00
C	Olivem® 1000 (emulgator do splukiwania) – opcjonalnie	2,00	2,00
D	Witamina E (tokoferol)	0,50	0,50
	Kompozycja zapachowa: Figowa Oliwka (bezpieczna dla produktów splukiwanych)	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę B i podgrzej do 40–45 °C.
- 2 Dodaj fazę C (jeśli stosujesz) i mieszaj do całkowitego rozpuszczenia.
- 3 Dodaj fazę D i mieszaj.
- 4 Dodaj fazę B do fazy A. Mieszaj dokładnie, aż wszystkie kryształki zostaną równomiernie otoczone olejami.



Ocena osiadania cukru

Pozostaw próbkę na 24 godziny. Jeśli drobinki cukru osiadną:
zwiększ lepkość fazy olejowej (dodaj więcej oliwy z oliwek lub Olej ze słodkich migdałów) albo zmniejsz udział cukru.



Pakowanie

Przełóż peeling do czystego, suchego słoiczka. Delikatnie ubij szpatułką,
aby usunąć większe pęcherzyki powietrza.



Stosowanie

Używaj suchej szpatułki, nabieraj niewielką ilość produktu.
Masuj skórę okrężnymi ruchami, następnie spłucz ciepłą wodą.



Profil produktu

- Tekstura: ziarnista, oleista
- Poziom złuszczenia: średni–intensywny
- Partie ciała: ramiona, łokcie, uda, pośladki, plecy
- Sposób splukiwania: łatwy do splukania, pozostawia film odżywczy

B

Cukrowy peeling kokosowy

Kremowa formuła o miękkim, otulającym charakterze

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Cukier trzcinowy kryształ drobny (0,2–0,5 mm)	70,00	70,00
B	Olej kokosowy frakcjonowany (MCT)	18,00	18,00
	Olej jojoba	7,00	7,00
C	Olivem® 1000 (emulgator do splukiwania) – opcjonalnie	2,00	2,00
D	Witamina E (tokoferol)	0,50	0,50
	Kompozycja zapachowa: Kokos Waniilia (bezpieczna dla produktów splukiwanych)	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę B i podgrzej delikatnie do 40–45 °C, aż olej kokosowy będzie całkowicie płynny.
- 2 Dodaj fazę C (jeśli stosujesz) i mieszaj do rozpuszczenia.
- 3 Dodaj fazę D i mieszaj.
- 4 Dodaj fazę B do fazy A. Mieszaj do uzyskania jednolitej, kremowej tekstury.



Kontrola konsystencji

- ☉ W niskiej temperaturze (ok. 15–20 °C): peeling gęstnieje, ale powinien pozostać miękki i łatwy do nabierania.
- ☉ W wyższej temperaturze (ok. 28–30 °C): produkt staje się bardziej oleisty, ale drobinki cukru nadal powinny być zawieszone w olejach.



Jak uniknąć nadmiernej twardości zimą

Utrzymuj udział oleju kokosowego frakcjonowanego na poziomie 15–20%. Zawsze dodawaj płynny olej (jojoba lub migdałowy), aby formuła pozostała miękka nawet w chłodzie.



Przechowywanie

Przechowuj w temperaturze pokojowej (18–25 °C), z dala od bezpośredniego światła słonecznego. Przed użyciem zamieszaj, jeśli konsystencja się zmieni.



Profil produktu

- Tekstura: kremowa, delikatnie ziarnista
- Poziom złuszczenia: łagodny–średni
- Partie ciała: całe ciało, szczególnie suche i wrażliwe obszary
- Sposób splukiwania: łatwy, pozostawia miękkość i odżywczy film

Jak wyregulować teksturę?

❄️ Peeling jest zbyt suchy	→ Zwiększyć fazę olejową po ponownym przeliczeniu
💧 Produkt jest zbyt płynny	→ Zwiększyć udział drobinek lub składnika strukturotwórczego
🌀 Cukier osiada na dnie	→ Zwiększyć lepkość fazy olejowej
🌀 Produkt jest trudny do splukania	→ Zastosować odpowiedni emulgator do produktów bezwodnych
❄️ Kokos twardnieje w chłodzie	→ Zrównoważyć go płynnym olejem
💧 Skóra pozostaje bardzo tłusta	→ Zmienić profil emolientów i ilość produktu



UWAGA – RYZYKO POŚLIZGNIĘCIA!

Oleje zawarte w peelingsach mogą pozostawiać śliską warstwę w wannie lub pod prysznicem.

Instrukcja stosowania musi wyraźnie informować o ryzyku poślizgnięcia.

Zawsze zalecaj ostrożność podczas wchodzenia i wychodzenia z wanny lub kabiny prysznicowej.

Intensywniejsze formuły: sól, nagietek i kakao

Dwie bogatsze receptury – ziołowo-mineralna i odżywczo-kakaowa – do bardziej wymagających partii ciała.

Receptura A – Peeling solny z nagietkiem

Mineralna receptura do stóp, nóg i bardziej odpornych partii ciała.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Sól kosmetyczna o kontrolowanej wielkości kryształów	68,00	68,00
	Macerat z nagietka w oleju słonecznikowym	18,00	18,00
	Olej z pestek winogron (lekki)	8,00	8,00
B	Emulgator do spłukiwania (np. BTMS) (opcjonalnie)	3,00	3,00
C	Witamina E (tokoferol)	0,70	0,70
	Kompozycja zapachowa delikatna (opcjonalnie)	0,30	0,30
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia i opakowanie.
- 2 Przygotuj fazę A: wymieszaj macerat z nagietka z olejem z pestek winogron.
- 3 Jeśli używasz emulgatora – roztop fazę B w kąpeli wodnej (70–75°C).
- 4 Połącz fazę A z fazą B i mieszaj do uzyskania jednorodnej, lepkiej bazy.
- 5 Zdejmij z kąpeli wodnej. Ochładzaj, mieszając, do ok. 45°C.
- 6 Dodaj fazę C, wymieszaj dokładnie do równomiernego rozprowadzenia.
- 7 Stopniowo dodawaj sól kosmetyczną, mieszając szpatułką, aż do równomiernego zwilżenia kryształów olejową bazą.



Jak zapobiec rozpuszczaniu soli podczas produkcji

- Stosuj suchą sól o kontrolowanej wielkości kryształów.
- Nie dodawaj wody i hydrolatów.
- Pracuj w temperaturze poniżej 45°C.
- Upewnij się, że każda cząstka soli jest dokładnie pokryta olejami.
- Przechowuj w suchych warunkach.



Opakowanie

Słoik z zakrętką lub zakrętką typu twist-off. Musi być całkowicie suchy przed napełnieniem.



Sposób użycia

Nanieś na wilgotną skórę i masuj okrężnymi ruchami. Skup się na stopach, łydkach, udach, łokciach. Spłucz ciepłą wodą.



Receptura B – Peeling cukrowy z masłem kakaowym

Bogata, ciepła formuła do suchej skóry ciała.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Masło kakaowe (rafinowane)	25,00	25,00
	Masło shea (nierafinowane)	15,00	15,00
	Olej ze słodkich migdałów	20,00	20,00
B	Emulgator do spłukiwania (np. BTMS) (opcjonalnie)	3,00	3,00
C	Witamina E (tokoferol)	0,70	0,70
	Kompozycja zapachowa kompatybilna (np. wanilia/kakao)	0,30	0,30
D	Cukier trzcinowy o wybranej granulacji	36,00	36,00
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia i opakowanie.
- 2 Rozpuść masło kakaowe i masło shea w kąpeli wodnej (70–75°C).
- 3 Dodaj olej ze słodkich migdałów i emulgator. Mieszaj do połączenia.
- 4 Zdejmij z kąpeli. Ochładzaj, mieszając, do ok. 45°C.
- 5 Dodaj witaminę E i kompozycję zapachową. Wymieszaj.
- 6 Stopniowo dodawaj cukier, mieszając szpatułką, aż do równomiernego zwilżenia drobinek.
- 7 Oceń twardość w temperaturze pokojowej – powinna być średnio twarda, łatwa do nabrania i rozcierania na skórze.



Jak uniknąć rozpuszczania lub zbrylania drobinek

- Dodawaj cukier, gdy baza ma 40–45°C i jest lekko płynna.
- Nie przegrzewaj masła kakaowego (powyżej 75°C).
- Stosuj suchy cukier i suche narzędzia.
- Unikaj wilgoci podczas produkcji i przechowywania.
- Jeśli masa stanie się zbyt twarda – podgrzej delikatnie do ok. 45°C i wymieszaj.



Opakowanie

Słoik z zakrętką lub zakrętką typu twist-off. Musi być całkowicie suchy przed napełnieniem.



Sposób użycia

Nałóż na suchą lub wilgotną skórę i masuj okrężnymi ruchami. Spłucz ciepłą wodą.



Tabela porównawcza



Cecha	Peeling solny	Peeling z masłem kakaowym
Intensywność	Wysoka – głębokie złuszczenie	Średnia – kremowe złuszczenie
Główne drobinki	Sól kosmetyczna o kontrolowanej wielkości	Cukier trzcinowy o wybranej granulacji
Profil	Lekki, ziołowy, mineralny	Ciepły, odżywczy, kakaowy
Najlepsze partie ciała	Stopy, łydki, uda, pośladki, łokcie, kolana	Całe ciało, szczególnie uda, brzuch, biodra, ramiona
Najważniejsza kontrola	Zwilżenie soli olejową bazą, brak wody, temp. <45°C	Temp. dodania cukru (40–45°C), brak wilgoci, jednorodność
Zastosowanie na twarz	Nie zalecane	Tylko dla skóry bardzo odpornej (delikatna granulacja)

Kremowy peeling z jojobą, migdałami i aloesem

Delikatna emulsja peelingująca do skóry normalnej i suchej.

Kremowy peeling w formie emulsji rozprowadza się łatwiej na wilgotnej skórze i zwykle pozostawia mniej tłustej warstwy niż klasyczny peeling olejowy. Ponieważ zawiera fazę wodną, należy opracować go jak pełną emulsję kosmetyczną – zadbać o stabilność układu, konserwację, odpowiednie pH oraz równomierne zawieszenie drobinek ścierających.



Receptura — Kremowy peeling z jojobą, migdałami i aloesem

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana	52,20	52,20
	Sok z aloesu (stabilizowany)	15,00	15,00
	Gliceryna roślinna (humektant)	4,00	4,00
	Pantenol (prowitamina B5)	2,00	2,00
B	Emulgator roślinny (np. Olivem® 1000)	5,00	5,00
	Olej jojoba (zimnotłoczony)	8,00	8,00
	Olej ze słodkich migdałów	6,00	6,00
C	Drobinki ścierające: drobno mielone pestki moreli	2,50	2,50
D	Guma ksantanowa (zagęstnik)	0,30	0,30
	Konserwant (np. Geogard® Ultra)	0,80	0,80
	Kwas cytrynowy (regulator pH)	0,15	0,15
	Kompozycja zapachowa (opcjonalnie)	0,05	0,05
RAZEM		100,00	100,00



Temperatury pracy: fazy A i B: 70–75 °C · Łączenie: 70 °C · Chłodzenie: do 40 °C



Sposób przygotowania

- 1 Zdezynfekuj stanowisko pracy, naczynia, mieszadło i opakowanie.
- 2 Odważ składniki fazy A i umieść je w naczyniu. Podgrzej do 70–75 °C, mieszając do rozpuszczenia.
- 3 Odważ składniki fazy B do drugiego naczynia. Podgrzej do 70–75 °C do całkowitego stopienia emulgatora.
- 4 Połącz fazę A z fazą B. Mieszaj mieszadłem ręcznym lub łopatkowym przez 2–3 minuty.
- 5 Miksuj blenderem przez 1–2 minuty, aż emulsja będzie gładka i kremowa.
- 6 Rozpocznij chłodzenie mieszając delikatnie.
- 7 W temp. ok. 45 °C dodaj fazę D z wyłączeniem drobinek ścierających. Wymieszaj dokładnie.
- 8 Gdy emulsja osiągnie ok. 35–40 °C, dodaj drobinki ścierające (fazę C). Mieszaj powoli, aby je równomiernie zawiesić i nie zapowietrzyć.
- 9 Kontynuuj delikatne mieszanie przez 2–3 minuty, aby zapewnić równomierne rozprowadzenie drobinek.
- 10 Zmierz i skoryguj pH do zakresu 4,5–5,5 kwasem cytrynowym.
- 11 Wykonaj test splukiwania: na wilgotnej skórze dousł niewielką ilość produktu i oceń łatwość splukiwania. W razie potrzeby skoryguj konsystencję dodając odrobinę wody (do 0,5%) lub gumy ksantanowej (0,05–0,1%).



Profil produktu



INTENSYWNOŚĆ



KONSYSTENCJA

Kremowa, miękka, dobrze rozprowadzalna, z delikatnymi drobkami.



PRZEZNACZENIE

Skóra normalna i sucha, ciało.



SPOSÓB STOSOWANIA

Nanieś na wilgotną skórę, masuj okrężnymi ruchami przez 1–2 minuty, omijając okolice oczu. Spłucz letnią wodą.



OPAKOWANIE

Słoik PET lub szkło z szerokim otworem, 200–250 ml.



Uwaga dotycząca alergenów

Formuła zawiera olej ze słodkich migdałów, który może wywoływać reakcje alergiczne u osób uczulonych na migdały lub orzechy. Informacja ta powinna być wyraźnie umieszczona w dokumentacji produktu i na etykiecie.



Kontrola jakości peelingu emulsyjnego



Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal ostrzegawczy
Rozmieszczenie drobinek	Drobinki równomiernie zawieszone w całej objętości.	Drobinki opadają na dno lub zbierają się w grudki.
Konsystencja	Kremowa, miękka, łatwa do rozprowadzenia.	Zbyt rzadka lub zbyt gęsta, grudki, warstwowanie.
Zapach	Delikatny, przyjemny, typowy dla użytych składników.	Zapach obcy, ostry, zjeżdżały lub nieprzyjemny.
pH	W zakresie 4,5–5,5 – bezpieczne dla skóry.	pH poza zakresem – ryzyko podrażnień lub niestabilności.
Splukiwanie	Produkt łatwo się splukuje, nie pozostawia tłustej warstwy.	Trudny do splukania, pozostawia film lub śliskość.
Wygląd	Jednolita, kremowa emulsja z widocznymi drobkami.	Rozwarstwienie, pęcherzyki, zmiana koloru.



Checklista zamknięcia modułu



- 1 Czy rozmiar i twardość drobinek są odpowiednie do ciała?
- 2 Czy peeling nie powoduje bólu ani pieczenia?
- 3 Czy formuła zawierająca wodę została prawidłowo zakonserwowana?
- 4 Czy konserwant jest kompatybilny z pH i wszystkimi składnikami?
- 5 Czy drobinki ścierające są równomiernie zawieszone w emulsji?
- 6 Czy produkt łatwo się splukuje i nie pozostawia tłustej warstwy?
- 7 Czy opakowanie ogranicza dostęp wody i dłoni do produktu?
- 8 Czy na etykiecie umieszczono ostrzeżenie o śliskości powierzchni?
- 9 Czy wykonano test płatkowy (patch test) na grupie docelowej?
- 10 Czy gotowa formuła została profesjonalnie oceniona przed wprowadzeniem?



Moduł 08 – Oczyszczanie twarzy

Łagodne kostki myjące, naturalny
demakijaż i wody micelarne
dopasowane do potrzeb skóry

Poznaj receptury, które skutecznie usuwają
zanieczyszczenia i makijaż, nie pozostawiając skóry
nieprzyjemnie napiętej ani przeciążonej.

Oczyszczanie jest podstawą pielęgnacji twarzy.
W tym module nauczysz się dobierać formuły do
skóry suchej, tłustej, mieszanej i wrażliwej,
rozpoznawać zbyt agresywne produkty oraz
tworzyć bezpieczne receptury z oliwą, kokosem,
nagietkiem, jojobą, aloesem, rumiankiem
i ogórkiem.

Jak prawidłowo oczyszczać skórę twarzy

Dobrze oczyszczona skóra lepiej oddycha, skuteczniej wchłania składniki aktywne i pozostaje w równowadze. Kluczem jest usuwanie zanieczyszczeń bez naruszania naturalnej bariery ochronnej.

Trzy poziomy oczyszczania

Co powinien usuwać produkt oczyszczający?

- nadmiar sebum
- kurz i zanieczyszczenia środowiskowe
- pozostałości kosmetyków pielęgnacyjnych
- makijaż
- filtr przeciwsłoneczny
- pot i drobne zanieczyszczenia z powierzchni skóry

1 Łagodne oczyszczanie poranne

- Usuwa pot, sebum nagromadzone w nocy i zanieczyszczenia z powierzchni skóry.
- Pozostawia skórę komfortową, odświeżoną i gotową na pielęgnację.



2 Oczyszczanie wieczorne

- Usuwa zanieczyszczenia, sebum, pot, pył i pozostałości kosmetyków z całego dnia.
- Należy uwzględnić makijaż oraz kosmetyki ochronne (filtry przeciwsłoneczne).



3 Oczyszczanie dwuetapowe

- Krok 1: produkt olejowy lub emulgujący – rozpuszcza makijaż, filtry i sebum.
- Krok 2: łagodny żel, emulsja lub kostka oczyszczająca – usuwa pozostałości i odświeża skórę.
- Nie każda skóra potrzebuje intensywnego oczyszczania dwuetapowego – dobieraj według własnych potrzeb.



Bariera hydrolipidowa: naturalna warstwa ochronna powierzchni skóry, składająca się między innymi z wody i lipidów. Pomaga ograniczać utratę wilgoci i chronić skórę przed czynnikami zewnętrznymi.

Tabela dopasowania

Rodzaj skóry	Zalecany profil produktu	Czego unikać
Sucha	Kremowe emulsje, mleczka, balsamy, olejki do demakijażu.	Silnych detergentów, alkoholu w wysokim stężeniu, mocno matujących żeli.
Tłusta	Żele, pianki, lekkie emulsje o działaniu sebo-regulującym.	Zbyt tłustych formuł, komedogennych olejów, alkoholu denaturowanego.
Mieszana	Łagodne żele, emulsje równoważące, pianki kremowe.	Zbyt agresywnych formuł w strefie U. Niedostatecznego oczyszczania w strefie T.
Wrażliwa	Delikatne mleczka, emulsje, balsamy, olejki. Formuły bezzapachowe.	SLS/SLES, mydeł zasadowych, zapachów, peelingów przy każdym myciu.
Dojrzała	Kremowe formuły z lipidami i składnikami wspierającymi barierę.	Przesuszenia, detergentów o wysokim pH, nadmiernego tarcia.
Skłonna do niedoskonałości	Żele o łagodnym działaniu, formuły z niacynamidem, kwasem salicylowym.	Ciężkich olejów, alkoholu denaturowanego, zbyt częstego peelingowania.



Sygnały zbyt agresywnego oczyszczania



silne napięcie skóry



pieczenie



zaczervenienie



łuszczenie



nagle zwiększenie dyskomfortu



potrzeba natychmiastowego nakładania bardzo ciężkiego kremu



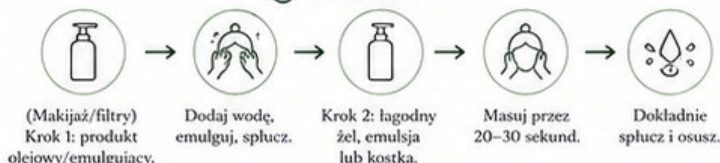
pogorszenie tolerancji innych kosmetyków

Codzienna rutyna oczyszczania

RANO



WIECZÓR



Dobierz oczyszczanie do potrzeb swojej skóry

Skóra sucha



Wybieraj kremowe formuły. Myj twarz raz w tygodniu, bez nadmiernego tarcia.

Skóra tłusta



Sięgaj po lekkie żele. Nie pomijaj oczyszczania wieczorem, nawet bez makijażu.

Skóra mieszana



Równowaga to klucz. Oczyszczaj dokładnie, ale delikatnie.

Skóra wrażliwa



Stawiaj na minimalizm i łagodność. Unikaj zapachów i drażniących składników.

Skóra dojrzała



Chroń barierę – oczyszczaj delikatnie i wspieraj nawilżenie.

Skóra z niedoskonałościami



Regularne, łagodne oczyszczanie pomaga ograniczać zatykanie porów.

Jak projektować naturalne kostki do mycia twarzy

Kostki do twarzy mogą być delikatne i skuteczne. Kluczem jest odpowiednia technologia, przemyślany dobór składników oraz równowaga między skutecznością oczyszczania a komfortem skóry.

— Dwa rodzaje kostek do oczyszczania twarzy —

1 Tradycyjne mydło



- ☞ Powstaje w procesie zmydlenia olejów i masel z zasadą.
- ☞ Naturalne, biodegradowalne, często minimalistyczne.
- ☞ Zawiera glicerynę – naturalny produkt zmydlenia.
- ☞ Lekko zasadowe – może naruszać barierę hydrolipidową przy częstym stosowaniu.
- ☞ Może wymagać dłuższej kuracji, by stać się łagodne dla skóry.
- ☞ Dobrze sprawdza się przy cerze normalnej i tłustej oraz w pielęgnacji minimalistycznej.

2 Kostka typu syndet



- ☞ Nie powstaje w procesie zmydlenia – opiera się na substancjach powierzchniowo czynnych.
- ☞ Z natury łagodniejsza, o pH zbliżonym do skóry.
- ☞ Nie zawiera wolnej zasady ani mydła.
- ☞ Stabilna, przewidywalna i delikatna dla skóry wrażliwej.
- ☞ Pozwala precyzyjnie kształtować pianę i właściwości myjące.
- ☞ Świetna opcja dla cery suchej, wrażliwej, naczynkowej i do codziennego mycia.



Syndet: stały produkt myjący oparty na substancjach powierzchniowo czynnych, a nie na klasycznym procesie zmydlenia.

Elementy dobrej kostki do twarzy

- ☑ łagodny system myjący
- ☑ niewielka ilość odpowiednich emolientów
- ☑ składniki poprawiające twardość
- ☑ humektant, jeżeli technologia na to pozwala
- ☑ drobno rozproszzone dodatki botaniczne
- ☑ bezpiecznie zaprojektowany zapach lub wersja bezzapachowa
- ☑ stabilność podczas przechowywania
- ☑ łatwe splukiwanie bez pozostawiania osadu



Czego nie dodawać przypadkowo?

- ❌ dużej ilości oleju
- ❌ ostrych cząstek roślinnych
- ❌ świeżych owoców
- ❌ nieprzefiltrowanych naparów
- ❌ soku cytrynowego
- ❌ nierozcieńczonych olejków eterycznych
- ❌ intensywnych barwników bez testów
- ❌ składników spożywczych o nieznannej stabilności



Checklista projektowania

- 1 Określ typ cery i główny cel kostki.
- 2 Wybierz technologię: mydło czy syndet.
- 3 Dobierz łagodny system myjący.
- 4 Zaplanuj emolienty i składniki natłuszczające.
- 5 Dodaj składniki poprawiające twardość.
- 6 Uwzględnij humektant, jeśli technologia pozwala.
- 7 Zaplanuj dodatki botaniczne i ich formę.
- 8 Opracuj zapach lub wybierz wersję bezzapachową.
- 9 Sprawdź stabilność i kompatybilność składników.
- 10 Wykonaj testy, używaj i oceniaj efekt na skórze.

— Porównanie w pigułce —



Tradycyjne mydło



Syndet

Cecha	Tradycyjne mydło	Syndet
 Technologia	Zmydlenie olejów i masel z zasadą	Mieszanie substancji powierzchniowo czynnych
 Charakter produktu	Lekko zasadowy, zawiera glicerynę	pH zbliżone do skóry, bez wolnej zasady
 Piana	Naturalna, często bardziej obfita i kremowa	Delikatna, łatwa do kontrolowania
 Przeznaczenie	Cera normalna, tłusta, minimalistyczna pielęgnacja	Cera sucha, wrażliwa, naczynkowa, codzienna pielęgnacja



Kostka do mycia twarzy z oliwą, nagietkiem i masłem kakaowym

Kremowa formuła o łagodnym, botanicznym charakterze

Oliwa z oliwek i masło kakaowe mogą poprawić kremowość oraz odczucie na skórze, jednak ich nadmiar może osłabić pianę i utrudnić spłukiwanie. Nagietek powinien być stosowany w formie odpowiednich surowców kosmetycznych.



Receptura – kostka do mycia twarzy (mydło tradycyjne)

Partia końcowa: ok. 100 g | Formulacja kosmetyczna – przykładowa

Faza	Składnik	INCI	Ilość (g)	%
A	Oliwa z oliwek extra virgin	Olea Europaea Fruit Oil	22,00	32,35
B	Olej kokosowy	Cocos Nucifera Oil	18,00	26,47
C	Masło kakaowe rafinowane	Theobroma Cacao Seed Butter	10,00	14,71
D	Olej rycynowy	Ricinus Communis Seed Oil	5,00	7,35
RAZEM OLEJE I MASŁA			55,00	80,88
E	Wodorotlenek sodu (NaOH)	Sodium Hydroxide	7,10	10,44
F	Woda destylowana (do ługu)	Aqua	17,00	25,00
DODATKI (DO FAZY TŁUSZCZOWEJ PO PRZESTUDZENIU DO 40–45 °C)				
G	Macerat nagietkowy w oliwie	Calendula Officinalis Flower Extract, Olea Europaea Oil	5,00	7,35
H	Gliceryna roślinna	Glycerin	2,00	2,94
I	Kwas cytrynowy (roztwór 10%)	Citric Acid	1,00	1,47
J	Olejek eteryczny z rumianku rzym. (rozcieńczony w 1 g oliwy)	Anthemis Nobilis Flower Oil	0,30	0,44
K	lub wersja bezzapachowa	–	–	–
RAZEM			100,00	100,00

Uwaga: wartości mogą się nieznacznie różnić w zależności od dokładnej wilgotności i gęstości surowców.

Profil produktu

	Rodzaj skóry	normalna lub sucha
	Piana	delikatna i kremowa
	Kolor	kremowy / beżowy / subtelnie żółty
	Zapach	łagodny, roślinny
	Sposób użycia	spienić w dłoniach, nie pocierać kostką intensywnie po twarzy
	Przechowywanie	sucha, przewiewna podstawa

Sposób przygotowania

- Przygotowanie**
Przygotuj stanowisko pracy, formę, rękawice i okulary ochronne. Dokładnie odważ wszystkie składniki.
- Sporządzenie ługu**
Do wody destylowanej wsymp wodorotlenek sodu (nigdy odwrotnie). Mieszaj do całkowitego rozpuszczenia i odstaw do ostygnięcia (do ok. 40–45 °C).
- Roztopienie tłuszczów**
W rondelku połącz oliwę, olej kokosowy i masło kakaowe. Podgrzewaj delikatnie do całkowitego roztopienia.
- Połączenie faz**
Wlej ług do tłuszczów i miksuj blendem pulsacyjnie, aż emulsja zgęstnieje do lekkiego śladu (trace).
- Dodatki**
Dodaj macerat nagietkowy, glicerynę, roztwór kwasu cytrynowego i olejek eteryczny rozcieńczony w oliwie. Delikatnie wymieszaj.
- Formowanie**
Przelej masę do formy wyłożonej papierem do pieczenia. Wyrównaj wierzch i delikatnie stuknij formą o blat.
- Utwardzanie (dojrzewanie)**
Pozostaw kostkę w formie na 24–48 godzin. Następnie wyjmij, pokrój i dojrzej w suchym, przewiewnym miejscu przez 4–6 tygodni.
- Przechowywanie**
Przechowuj gotowe kostki na suchej, przewiewnej podstawie. Pozostaw przestrzeń między kostkami dla lepszej cyrkulacji powietrza.

Ocena po użyciu

- Czy skóra jest po myciu czysta, bez uczucia ściągnięcia?
- Czy piana jest delikatna i kremowa?
- Czy formuła jest łagodna dla skóry?
- Czy nie pojawia się uczucie napięcia lub suchości?
- Czy zapach jest przyjemny i nienachalny?
- Czy skóra po umyciu jest miękka i komfortowa?



Ważne

W przypadku wystąpienia utrzymującego się pieczenia, silnego napięcia, zaczerwienienia lub łuszczenia – przerwij stosowanie i skonsultuj się ze specjalistą.

Kostka do mycia twarzy z jojobą, migdałami i aloesem

Łagodna kostka do skóry wymagającej delikatnego oczyszczania

Receptura – jedna partia

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: ok. 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Łagodna baza myjąca (SCI lub Syndet łagodny w proszku)	63,00	63,00
B1	Olej jojoba (nierafinowany)	12,00	12,00
B2	Olej ze słodkich migdałów	8,00	8,00
C	Aloes – wybrana forma (ekstrakt glicerynowy 10:1)	5,00	5,00
D	Składnik strukturotwórczy (glinka białozielona)	4,00	4,00
E	Humektant (opcjonalnie) gliceryna roślinna	3,00	3,00
F	Konserwant (jeśli potrzebny technologicznie) Cosgard lub Leucidal Liquid	1,00	1,00
G	Zapach (łagodny, kosmetyczny) lub wersja bezzapachowa	1,00	1,00
RAZEM		100,00	100,00

Sposób przygotowania

- Fazy A (baza) oraz D (glinka) połącz w misce i bardzo dokładnie wymieszaj suchą szpatułką.
- W drugiej zlewce połącz składniki B1 i B2, delikatnie podgrzej w kąpeli wodnej do ok. 45–50 °C, aż staną się płynne.
- Do fazy A/D wlej ciepłą fazę B i mieszaj do równomiernej konsystencji.
- Gdy masa spadnie poniżej 40 °C, dodaj fazę C (aloes) i dokładnie wymieszaj.
- Dodaj fazę E, a następnie F. Wymieszaj.
- Na końcu dodaj fazę G, mieszaj, aż zapach równomiernie się rozprowadzi. Przelóż masę do formy (silikonowej lub wyszlifowanej papierem), dociśnij szpatułką i wyrównaj.

Czas wiązania: 24–48 godzin

Twardnienie: w temperaturze pokojowej, z dobrą cyrkulacją powietrza

Masa pojedynczej kostki: ok. 100 g



Składnik strukturotwórczy:

surowiec pomagający uzyskać odpowiednią twardość, kształt i trwałość kostki podczas przechowywania oraz stosowania.



Dlaczego rodzaj aloesu ma znaczenie?

- Żel, sok, proszek i ekstrakt nie są tym samym surowcem.
- Różnią się zawartością wody.
- Mogą wymagać innego sposobu dozowania.
- Mogą wpływać na konserwację.
- Powinny być stosowane zgodnie z dokumentacją dostawcy.
- Nie należy zastępować ich przypadkowo świeżym miąższem rośliny.

Formy aloesu – porównanie

SOK ALOESOWY



Płynny, o wysokiej zawartości wody. Wymaga wyższej dawki. Może skracać trwałość kostki.

PROSZEK ALOESOWY



Bardzo skoncentrowany, o niskiej zawartości wody. Dodawać małe ilości, dokładnie rozprowadzić.

EKSTRAKT ALOESOWY



Stabilniejszy, łatwy w dozowaniu. W tej recepturze użyto ekstraktu glicerynowego 10:1 (ekwivalent 10 g świeżego soku w 1 g ekstraktu).



Uwaga dla skóry wrażliwej

Olej ze słodkich migdałów zawiera naturalne alergeny. U osób uczulonych może powodować reakcje skórne. Przed pierwszym użyciem wykonaj próbę platkową.



Ocena jakości i korekta receptury

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal do korekty
Twardość	Kostka twarda i sprężysta, nie mięknie w dotyku.	Zbyt miękka: zwiększ składnik strukturotwórczy (o 0,5–1%).
Piana	Delikatna, kremowa piana, łatwa do spłukania.	Słaba piana: zwiększ bazę myjącą (o 2–5%).
Odczucie skóry	Skóra czysta, miękka, bez uczucia ściągnięcia.	Ściągnięcie: zwiększ fazę olejową lub humektant (o 1–2%).
Wygląd	Gładka powierzchnia, jednolity kolor, bez pęcherzy.	Matowa lub chropowata: dokładniej wymieszaj fazy A/D.
Zapach	Delikatny, przyjemny lub neutralny (bezzapachowy).	Zbyt intensywny: zmniejsz zapach (o 0,2–0,5%).
Przechowywanie	Kostka twardnieje i nie pęka, dobrze znosi wilgoć.	Pękanie lub mięknięcie: sprawdź stosunek bazy do fazy olejowej oraz ilość składnika strukturotwórczego.



Naturalne produkty do demakijażu

Delikatne, skuteczne i zgodne z naturą – wybierz formułę idealną dla swojej skóry i swoich potrzeb.

**A**

Olejek do demakijażu z kokosem i rycyną

Prosta bezwodna formuła do rozpuszczania makijażu

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g		
SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Lekki emolient bazowy (np. caprylic/capric triglyceride)	70,00	70,00
Olej rycynowy	20,00	20,00
Składnik kokosowy (np. olej kokosowy frakcjonowany)	8,00	8,00
Przeciwutleniacz (np. tokoferol)	1,00	1,00
Opcjonalnie: bardzo delikatny zapach lub wersja bezzapachowa	1,00	1,00
RAZEM	100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Odważ wszystkie składniki do suchego, czystego naczynia.
- 2 Delikatnie wymieszaj szpatułką do uzyskania jednorodnej mieszanki.
- 3 Przelej do butelki z pompką lub dozownikiem.
- 4 Olejek gotowy do użycia.



Stosowanie

Nanieś kilka porcji olejku na suchą skórę twarzy. Masuj okrężnymi ruchami, aby rozpuścić makijaż. Zwiłż dłonie wodą i ponownie masuj. Następnie spłucz ciepłą wodą.



Uwaga

Przed pierwszym użyciem wykonaj test na małym obszarze skóry, aby sprawdzić tolerancję.



Ważne

Czysty olej nie zawsze spłukuje się samą wodą. Może wymagać drugiego etapu oczyszczania łagodnym produktem myjącym.

B

Emulgujący olejek do demakijażu

Olejek, który po kontakcie z wodą tworzy mleczną emulsję

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g		
SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Mieszanka lekkich emolientów (np. CCT + jojoba)	72,00	72,00
Olejek rycynowy	10,00	10,00
Emulgator do olejków splukiwanych (np. polyglyceryl-4 oleate)	15,00	15,00
Przeciwutleniacz (np. tokoferol)	1,00	1,00
Opcjonalnie: zapach lub wersja bezzapachowa	2,00	2,00
RAZEM	100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Odważ składniki do suchego naczynia.
- 2 Delikatnie wymieszaj do uzyskania klarownej, jednorodnej mieszanki.
- 3 Przelej do butelki z pompką.



Test mlecznej emulsji

Nanieś olejek na zwilżoną skórę, masuj przez kilkanaście sekund, a następnie dodaj odrobinę wody. Produkt powinien zmienić się w mleczną emulsję.



Ocena splukiwania

Sprawdź, czy emulsja łatwo się splukuje i nie pozostawia tłustego filmu.



Rodzaj opakowania

Najlepiej sprawdza się butelka z pompką, umożliwiającą higieniczne dozowanie.



Definicja

Olejek emulgujący: bezwodny produkt, który dzięki obecności odpowiedniego emulgatora miesza się z wodą podczas masażu i łatwiej spłukuje ze skóry.

C

Mleczko do demakijażu z zieloną herbatą i aloesem

Lekka emulsja do codziennego oczyszczania skóry

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g		
FAZA WODNA	GRAMY (g)	%
Woda demineralizowana	64,50	64,50
Ekstrakt z zielonej herbaty	10,00	10,00
Aloe vera (żel lub sok)	10,00	10,00
Gliceryna roślinna	5,00	5,00
FAZA OLEJOWA		
Lekki olej lub emolient (np. olej z pestek winogron)	6,00	6,00
Emulgator (np. cetearyl olivate & sorbitan olivate)	3,00	3,00
FAZA CHŁODZENIA		
Konserwant (zgodnie z zaleceniami producenta)	0,80	0,80
Regulator pH (kwas cytrynowy lub mleczan sodu)	0,70	0,70
RAZEM	100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Przygotuj fazę wodną – połącz składniki i podgrzej do ok. 70–75 °C.
- 2 Przygotuj fazę olejową – podgrzej do tej samej temperatury.
- 3 Połącz fazy, homogenizuj do uzyskania emulsji.
- 4 Mieszaj i chłódź, dodając składniki fazy chłodzenia poniżej 40 °C.



Test usuwania makijażu

Sprawdź skuteczność na skórze i na typowym makijażu.



Kontrola stabilności emulsji

Obserwuj konsystencję, zapach i rozwarstwianie przez minimum 24–48 godzin.



Zasady demakijażu okolic oczu



- ✓ Używaj tylko delikatnych, dobrze tolerowanych formuł.
- ✓ Nanieś produkt na wacik lub palec, przyłóż do powieki na kilka sekund, a następnie delikatnie przetrzyj – nie pocieraj.
- ✓ Stosuj minimalną ilość produktu, unikając kontaktu z okiem.
- ✓ Jeśli używasz produktów bezemulgujących, zakończ oczyszczanie łagodnym żelem lub pianką.
- ✓ W przypadku wrażliwych oczu testuj formułę na małym obszarze i obserwuj reakcję.

Czym są micelle?

Micelle to mikroskopijne struktury utworzone przez odpowiednio dobrane substancje myjące. Działają jak magnes – otaczają sebum, makijaż i zanieczyszczenia, a następnie pozwalają je usunąć z powierzchni skóry bez potrzeby silnego tarcia czy spłukiwania.



Naturalne wody micelarne

Delikatne, skuteczne i przyjazne dla skóry formuły do codziennego oczyszczania twarzy i okolic oczu. **Zakończenie modułu.**



A Woda micelarna z rumiankiem i ogórkiem

Lekka, świeża formuła do codziennego oczyszczania

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g		
SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Woda destylowana	73,10	73,10
Hydrolat lub ekstrakt rumiankowy	15,00	15,00
Kosmetyczny ekstrakt z ogórka	5,00	5,00
Łagodny składnik micelarny	4,00	4,00
Humektant (gliceryna roślinna)	2,00	2,00
Konserwant (szerokie spektrum)	0,50	0,50
Regulator pH (kwas cytrynowy lub cytrynian sodu)	0,40	0,40
RAZEM	100,00	100,00



Wskazówki formułyjacyjne

- Mieszaj delikatnie, aby ograniczyć pienienie.
- Produkt powinien być klarowny lub lekko opalizujący.
- Zawsze wykonaj test tolerancji skórnej.



Test tolerancji

Nalóż niewielką ilość za uchem lub na przedramieniu. Oceń po 24 godzinach.

B Woda micelarna z lawendą

Minimalistyczna kompozycja o delikatnym, botanicznym profilu

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g		
SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Woda destylowana	80,00	80,00
Hydrolat lawendowy	12,00	12,00
Łagodny system micelarny	5,00	5,00
Humektant (gliceryna roślinna)	2,00	2,00
Konserwant (szerokie spektrum)	0,50	0,50
Regulator pH (kwas mlekowy lub cytrynian sodu)	0,50	0,50
RAZEM	100,00	100,00



Wersja bez dodatkowego zapachu

Hydrolat lawendowy zapewnia naturalny aromat. Nie dodawaj olejku eterycznego w standardowej wersji.



Ocena aromatu

Aromat powinien być delikatny, naturalny, nie dominujący i nie drażniący.



Test płatkowy

Wykonaj test płatkowy na skórze w okolicach skroni lub za uchem.



Hydrolat lawendowy nie wymaga automatycznie dodawania olejku eterycznego. Wersja bezzapachowa lub delikatnie lawendowa jest często lepiej tolerowana w okolicach twarzy i oczu.

C Woda micelarna z węglem aktywnym lub stabilną pochodną witaminy C

Dwie zaawansowane wariacje wymagające dokładnych testów

WARIANT 1 Z WĘGLEM AKTYWNYM	
WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g	
Woda destylowana	76,40
System micelarny (naturalny)	5,00
Hydrolat z zielonej herbaty lub oczaru wirginijskiego	10,00
Gliceryna roślinna	2,00
Węgiel aktywny (o bardzo drobnej granulacji)	1,00
Konserwant	0,50
Regulator pH	0,10

WARIANT 2 ZE STABILNĄ POCHODNĄ WITAMINY C	
WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g	
Woda destylowana	74,40
System micelarny (naturalny)	5,00
Pochodna witaminy C (stabilna, kosmetyczna)	3,00
Hydrolat z róży damasceńskiej	10,00
Gliceryna roślinna	2,00
Konserwant	0,50
Regulator pH	0,10



Uwaga do wariantu z węglem

Produkt będzie szaro-czarny, może lekko opadać. Wstrząśnij przed użyciem, aby rozprowadzić cząstki równomiernie.



Uwaga do wariantu z wit. C

Stosuj stabilne pochodne witaminy C, unikaj soku z cytryny – silnie obniża pH i zwiększa ryzyko podrażnień.



Bezpieczeństwo przede wszystkim

Obie wersje wymagają pełnego systemu konserwującego i testów stabilności oraz tolerancji.



Czego nie dodawać do wody micelarnej?

- × Soku z cytryny lub octu jabłkowego
- × Sody oczyszczonej
- × Olei eterycznych w zbyt wysokim stężeniu
- × Barwników i brokatu
- × Składników zapachowych niskiej jakości
- × Ekstraktów alkoholowych w wysokim stężeniu
- × Zbyt dużej ilości gęstych ekstraktów

Naturalne oczyszczanie w harmonii z naturą



Delikatnie oczyszcza



Nie wymaga spłukiwania



Dla twarzy i okolic oczu



Codzienna pielęgnacja



Przyjazne mikrobiomowi skóry



Lekkość i świeżość

Kontrola jakości modułu

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal ostrzegawczy
 Zapach	Delikatny, naturalny, świeży lub neutralny	Duszący, chemiczny, zbyt intensywny lub nieprzyjemny
 Wygląd	Klarowny lub lekko opalizujący, bez zawiesin (chyba że planowane)	Mętny, z osadem, grudkami, nierównomierny
 pH	5,0–6,5 (przyjazne dla skóry)	Poniżej 4,5 lub powyżej 7,0
 Oczyszczanie	Skutecznie usuwa makijaż, sebum i zanieczyszczenia	Słabe oczyszczanie, pozostawia film tłusty lub lepki
 Komfort skóry	Brak ściągnięcia, pieczenia, podrażnień	Ściągnięcie, pieczenie, zaczerwienienie lub łzawienie oczu
 Opakowanie	Butelka wykonana z materiału odpowiedniego (PET/HDPE/PP), szczelna i wygodna	Nieszczelne opakowanie, materiał nieodporny na pH lub skład



Moduł 09 –

Peelingi i toniki do twarzy



Delikatne receptury z olejami,
glinkami, owocami, ziołami i hydrolatami

Naucz się wygładzać i odświeżać skórę bez
agresywnego pocierania, przypadkowych kwasów
oraz składników mogących naruszać jej
naturalną równowagę.



W tym module poznasz peelingi o bardzo drobnej
strukturze oraz toniki inspirowane pomarańczą,
pomidorem, miętą, granatem i awokado. Każda
receptura zostanie zaprojektowana z uwzględnieniem
rodzaju skóry, pH, stabilności i komfortu stosowania.

Jak bezpiecznie złuszczać i tonizować skórę twarzy

Regularne złuszczenie i właściwe tonizowanie wspierają odnowę naskórka, wyrównują jego strukturę, zmniejszają ryzyko zaskórników i poprawiają wchłanianie składników aktywnych.

Trzy rodzaje złuszczenia

1 Peeling mechaniczny



- ✓ Działa dzięki bardzo drobnym cząsteczkom ścierającym.
- ✓ Wybieraj ziarna o gładkiej, zaokrąglonej strukturze.
- ✓ Nie powinien wywoływać bólu ani pieczenia.
- ✓ Unikaj zbyt częstego stosowania i zbyt mocnego nacisku.

2 Peeling enzymatyczny



- ✓ Działa dzięki enzymom kosmetycznym.
- ✓ Nie wymaga tarcia.
- ✓ Wymaga kontroli stężenia enzymu, pH i czasu kontaktu.
- ✓ Delikatny, odpowiedni także dla skóry wrażliwej.

3 Peeling kwasowy



- ✓ Działa dzięki kwasom kosmetycznym.
- ✓ Wymaga większej wiedzy formułacyjnej.
- ✓ niesie ryzyko podrażnień przy nieprawidłowym użyciu.
- ✓ Nie opiera się na przypadkowych składnikach kuchennych.



Czym jest tonik?

Tonik to lekki, wodny produkt stosowany po oczyszczeniu skóry, który pomaga odświeżyć skórę i przywrócić jej komfort. Nie należy traktować toniku jako środka do neutralizowania agresywnego środka myjącego.



Cytrusy i składniki kuchenne

- 1 Sok z cytryny nie jest gotowym tonikiem.
- 2 Świeży pomidor nie jest stabilnym ekstraktem kosmetycznym.
- 3 Rozgniecione owoce szybko się psują.
- 4 Domowe napary wymagają ostrożności.
- 5 Naturalne pochodzenie nie gwarantuje łagodności.
- 6 Każdy produkt wodny wymaga oceny konserwacji.

Tabela – częstotliwość orientacyjna

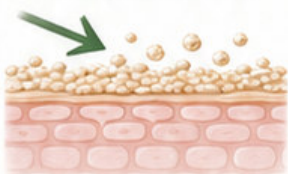
Rodzaj skóry	Peeling mechaniczny	Tonik
Sucha	1 raz na 7–10 dni	Po każdym oczyszczeniu
Tłusta	2 razy w tygodniu	Po każdym oczyszczeniu
Mieszana	1–2 razy w tygodniu	Po każdym oczyszczeniu
Wrażliwa	1 raz na 10–14 dni	Po każdym oczyszczeniu
Dojrzała	1 raz na 7–10 dni	Po każdym oczyszczeniu
Podrażniona	Złuszczenie odłóż	Łagodny tonik po konsultacji

Zasady bezpieczeństwa

- 🛡 Nie łącz wielu intensywnych metod jednocześnie.
- 🛠 Nie stosuj na skórę uszkodzoną, z ranami i aktywnym stanem zapalnym.
- 💧 Jeśli pojawi się pieczenie, silne zaczerwienienie lub ból – przerwij stosowanie.
- 🧪 Wykonaj próbę uczuleniową przed pierwszym użyciem.
- ☀ Po złuszczeniu zawsze zabezpiecz skórę przed słońcem.
- 👁 Obserwuj reakcje skóry i dostosuj częstotliwość.

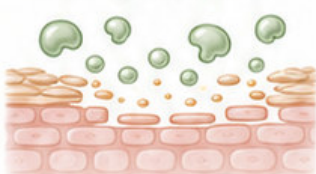
Porównanie metod złuszczenia

Peeling mechaniczny



Drobne cząsteczki ścierają martwe komórki z powierzchni skóry. Wymaga delikatnego nacisku.

Peeling enzymatyczny



Enzymy delikatnie rozpuszczają połączenia między martwymi komórkami. Nie wymaga tarcia.

Peeling kwasowy



Kwasy przyspieszają odnowę naskórka, rozluźniają połączenia między komórkami i wspierają ich złuszczenie.

Delikatny tonik



Odświeża skórę, przywraca komfort i wspiera równowagę po oczyszczeniu.



Delikatne peelingi do twarzy: oliwa, kokos i nagietek

Łagodne formuły do wrażliwej skóry twarzy, które oczyszczają bez podrażnień i wspierają jej naturalny mikrobiom.



A Receptura A — Emulgujący peeling z oliwą i kokosem

Bezwodna formuła, która podczas spłukiwania zmienia się w lekkie mleczko.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Lekki emolient bazowy (np. heksylododekanol)	45,00	45,00
A	Oliwa z oliwek extra virgin	10,00	10,00
A	Olej kokosowy (frakcjonowany MCT)	18,00	18,00
B	Poliglicerylo-4 oleinian (emulgator do spłukiwanych)	8,00	8,00
C	Jojoba esters – granulaty (drobnice do twarzy, 100–250 µm)	12,00	12,00
D	Tokoferol (przeciwutleniacz)	0,50	0,50
D	Compozycja zapachowa bezalergenowa lub olejek eteryczny (np. rumiankowy 0,2%)	0,50	0,50
RAZEM		100,00	100,00

Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę A i podgrzej do 45–50 °C.
- 2 Dodaj fazę B, mieszaj do uzyskania jednordownej, klarownej fazy.
- 3 Zdejmij z ogrzewania, dodaj fazę C i delikatnie mieszaj szpatułką.
- 4 Na końcu dodaj fazę D i dokładnie wymieszaj.

Zapobieganie osadzaniu się drobinek

- Używaj odpowiedniego emulgatora do produktów spłukiwanych.
- Utrzymuj właściwy stosunek fazy olejowej do emulgatora.
- Mieszaj delikatnie, aby nie zatrzymywać pęcherzy powietrza.

Test mlecznej emulsji

- Nabierz niewielką ilość na zwilżoną skórę dłoni.
- Masuj przez 20–30 sekund – produkt powinien zmienić się w lekkie mleczko.
- Spłucz wodą – nie powinno pozostać tłuste uczucie.

Test łatwości spłukiwania

- Nałóż próbkę na dłoń, dodaj wody i spłucz.
- Pozostałość po spłukaniu powinna być minimalna.

Profil produktu	→	Normalna lub sucha
Rodzaj skóry	→	Bardzo delikatna
Intensywność	→	Krótki, bez silnego nacisku
Czas masażu	→	Nie częściej niż toleruje to skóra
Zastosowanie	→	Tubka lub higieniczny słoiczek
Sposób nabierania	→	Suchą, czystą szpatułką

B Receptura B — Kremowy peeling nagietkowy

Łagodna emulsja z drobnymi cząsteczkami i botanicznym profilem.

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat lub ekstrakt nagietkowy	63,00	63,00
A	Gliceryna roślinna	3,00	3,00
B	Emulgator do spłukiwanych (np. glyceryl stearate citrate)	4,00	4,00
B	Lekki olej roślinny (np. squalane)	6,00	6,00
B	Macerat nagietkowy w oleju słonecznikowym	8,00	8,00
C	Jojoba esters – granulaty (drobnice do twarzy, 100–250 µm)	8,00	8,00
D	Konserwant (zgodnie z zaleceniem producenta)	0,80	0,80
D	Regulator pH (kwas cytrynowy 10% roztwór)	0,20	0,20
RAZEM		100,00	100,00

Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę A i podgrzej do 70–75 °C.
- 2 W osobnym naczyniu połącz fazę B i podgrzej do tej samej temperatury.
- 3 Połącz fazę B z fazą A, mieszaj do uzyskania gładkiej emulsji.
- 4 Chłódź do 40–45 °C.
- 5 Dodaj fazę C i delikatnie mieszaj szpatułką.
- 6 Dodaj fazę D, wyreguluj pH do 5,0–5,5.
- 7 Sprawdź ponownie pH gotowego produktu.
- 8 Wykonaj test spłukiwania i komfortu skóry.

Drobinki odpowiednie do twarzy

Powinny być

- ☑ bardzo drobne
- ☑ równomierne
- ☑ przeznaczone do zastosowania kosmetycznego
- ☑ pozbawione ostrych krawędzi
- ☑ łatwe do spłukania
- ☑ stosowane w niewielkiej, dokładnie określonej ilości

Nie stosować przypadkowo

- ⊗ grubej soli
- ⊗ dużych kryształków cukru
- ⊗ ostrych fragmentów pestek
- ⊗ grubo mielonej kawy
- ⊗ lupin o nierównych krawędziach
- ⊗ surowców powodujących ból podczas masażu

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal ostrzegawczy
Masaż	Drobinki delikatnie przesuwają się po skórze, zapewniają miękki poślizg.	Drobinki zbyt ostre, rysują skórę, powodują dyskomfort.
Spłukiwanie	Produkt łatwo się emulguje (A) lub spłukuje bez osadu (B).	Trudne do spłukania, pozostawia tłustą lub śliską warstwę.
Skóra po użyciu	Gładka, miękka, bez zaczerwienień i napięcia.	Podrażnienie, zaczerwienienie, uczucie pieczenia lub suchości.
Konsystencja	Stabilna, jednordowna, z równomiernie rozproszonymi drobinami.	Rozwarstwienie, osadzanie się cząsteczek, grudki.
Zapach	Neutralny lub bardzo delikatny, przyjemny, nie dominujący.	Zbyt intensywny, drażniący lub nieprzyjemny po użyciu.
Opakowanie	Higieniczne, szczelne, ułatwia dozowanie kontrolowanej ilości.	Trudne otwarcie, brak ochrony przed wilgocią i zanieczyszczeniami.



Kremowy peeling do twarzy z jojobą, migdałami i aloesem

Łagodna emulsja wygładzająca
o kremowej, łatwej do spłukania konsystencji

Skóra twarzy jest delikatniejsza niż skóry ciała, dlatego peeling musi zawierać bardzo drobne, równomierne cząstki o zaokrąglonych krawędziach oraz kremową bazę, która zapewnia odpowiedni poślizg i komfort, bez szorstkiego tarcia i mikrouszkodzeń.



1 Struktura receptury – na jedną partię

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda destylowana lub łagodny hydrolat (różany, rumiankowy, z ogórka)	56,40	56,40
A	Surowiec aloesowy o znanej specyfikacji (np. żel aloesowy 10x)	10,00	10,00
A	Humektant (gliceryna roślinna)	4,00	4,00
B	Emulgator (emulgator do emulsji O/W o niskim HLB)	4,50	4,50
B	Olej jojoba (tłoczony na zimno)	8,00	8,00
B	Olej ze słodkich migdałów	7,00	7,00
C	Bardzo drobny składnik peelingujący do twarzy (np. mączka jojoby bardzo drobna 100–200 µm) lub mączka ryżowa kosmetyczna)	6,00	6,00
C	Składnik stabilizujący zawieszenie drobinek (xantan, wodorozpuszczalna guma celulozowa lub guma akacjowa)	0,20	0,20
D	Konserwant (zgodnie z zaleceniem producenta)	0,80	0,80
D	Regulator pH (kwas cytrynowy 10% roztwór lub kwas mlekowy)	0,10	0,10
D	Wersja bezzapachowa lub bardzo delikatny zapach (0,01–0,05% kompozycji hipoalergicznego)	0,05	0,05
	RAZEM	100,05	100,05

3 Instrukcja stosowania

- Nalóż niewielką ilość peelingu na wilgotną skórę twarzy.
- Masuj bardzo delikatnie, okrężnymi ruchami przez krótki czas (30–60 sekund).
- Unikaj okolic oczu oraz skóry podrażnionej i uszkodzonej.
- Dokładnie spłucz letnią wodą.
- Osusz skórę bez tarcia, delikatnie przykładając ręcznik.
- Stosuj łagodny tonik lub nawilżający krem odpowiedni do typu skóry.

4 Uwaga alergologiczna

Receptura zawiera olej ze słodkich migdałów.

Informacja o obecności tego składnika musi być umieszczona w dokumentacji produktu oraz na etykiecie zgodnie z przepisami.

2 Procedura wykonania

- Odważ fazę A do naczynia głównego i podgrzej do 70–75 °C. Dodaj humektant, dokładnie wymieszaj do rozpuszczenia.
- W osobnym naczyniu odważ fazę B i podgrzej do tej samej temperatury.
- Połącz fazę B z fazą A, mieszaj do uzyskania jednorodnej emulsji. Mieszaj łagodnie, unikając nadmiernego napowietrzania.
- Ochładzaj mieszając do 40–45 °C.
- Dodaj składnik stabilizujący zawieszenie drobinek i dobrze zdysperguj.
- Gdy temperatura spadnie do 30–35 °C, dodaj bardzo drobny składnik peelingujący i mieszaj delikatnie do równomiernego zawieszenia.
- Dodaj konserwant, następnie regulator pH. Dostosuj pH do zakresu 5,0–5,5.
- Jeśli używasz zapachu, dodaj go na końcu i wymieszaj bardzo delikatnie.
- Zmierz pH końcowe i odnotuj.
- Przelej do opakowań, pozostaw do obserwacji.
- Obserwuj stabilność receptury po 24 h, 7 dniach i 30 dniach.

5 Kiedy nie stosować peelingu?

- przy aktywnym podrażnieniu
- na uszkodzoną skórę
- po silnym zabiegu kosmetycznym
- w przypadku pieczenia lub bólu
- bezpośrednio po intensywnym złuszczeniu chemicznym
- w okolicach oczu
- częściej, niż skóra dobrze toleruje

6 Jakie drobineki są odpowiednie?

- ☒ Odpowiednie – bardzo drobne i zaokrąglone
Równomierne, gładkie cząstki zapewniają delikatne złuszczenie bez mikrouszkodzeń i bezpieczny poślizg.



✗ Nieodpowiednie – zbyt ostre i nieregularne

Ostre krawędzie mogą powodować podrażnienia, mikrouszkodzenia i uczucie szorstkości.



Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal ostrzegawczy
Drobineki	Równomiernie rozproszone, niewyczuwalne pojedyncze grudki.	Drobinki opadają, zbrylają się lub są wyraźnie odczuwalne.
Konsystencja	Kremowa, gładka, łatwa do rozprowadzenia, stabilna.	Zbyt rzadka lub zbyt gęsta; woda oddziela się na powierzchni.
Masaż	Peeling zapewnia poślizg, masaż jest delikatny i komfortowy.	Tarcie, szorstkość, uczucie „ciągnięcia” lub pieczenia.
Spłukiwanie	Łatwe i szybkie spłukiwanie bez uczucia tłustego filmu.	Trudno się spłukuje; pozostaje tłusty lub śliski film.
Skóra po użyciu	Miękka, gładka, odprężona, bez zaczerwienień.	Zaczerwienienie, pieczenie, suchość lub ściągnięcie skóry.
Zapach	Bezzapachowa lub bardzo delikatna, przyjemna i dyskretna.	Zbyt intensywny, drażniący lub sztuczny zapach.

Owocowe toniki do twarzy: pomarańcza i pomidor

Toniki inspirowane owocami, tworzone z użyciem standaryzowanych ekstraktów kosmetycznych, a nie świeżych soków.

Zapewniają powtarzalność, bezpieczeństwo mikrobiologiczne i stabilność formuły, czego nie gwarantują świeże soki czy puree owocowe.

A Tonik z ekstraktem pomarańczowym

Lekka, odświeżająca formuła o subtelnym cytrusowym charakterze

Świeży sok pomarańczowy jest niestabilny, łatwo ulega fermentacji i może zmieniać pH oraz bezpieczeństwo mikrobiologiczne toniku.

FAZA WODNA: 100 g

	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda destylowana	74,80	74,80
A	Łagodny hydrolat (neroli lub rumianku)	15,00	15,00
B	Kosmetyczny ekstrakt pomarańczowy (standaryzowany)	3,00	3,00
B	Humektant (gliceryna roślinna)	3,00	3,00
B	Opcjonalny składnik wspierający komfort skóry (beta-glukan lub pantenol 1%)	1,00	1,00
C	Konserwant (szerokie spektrum)	1,00	1,00
C	Regulator pH (kwas cytrynowy lub mleczan sodu)	0,20	0,20
	RAZEM	100,00	100,00

Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę A i podgrzej do 40–50 °C.
- 2 Dodaj składniki fazy B, mieszaj do całkowitego rozpuszczenia.
- 3 Dodaj fazę C i dokładnie wymieszaj.
- 4 Sprawdź i wyreguluj pH do 5,0–5,5.
- 5 Odstaw na minimum 24 h, a następnie ponownie skontroluj pH.

Redukcja piany

Mieszaj powoli, unikaj napowietrzania. W razie potrzeby zostaw na kilka godzin do opadnięcia piany lub użyj 1–2 kropli naturalnego środka przeciwpiennego.

Kontrola zapachu i koloru

Ekstrakt pomarańczowy ma naturalny, subtelny aromat i jasnożółtawy odcień. Dostosuj stężenie ekstraktu do preferencji i stabilności zapachu.

Stabilność świetlna

Ekstrakt pomarańczowy może delikatnie ciemnieć pod wpływem światła. Przechowuj gotowy tonik w ciemnym lub bursztynowym opakowaniu.

Rodzaj opakowania

Butelka z atomizerem z tworzywa PET lub szkła (bursztynowa lub ciemna).

⚠ Nie dodawać automatycznie olejku eterycznego ze skórki pomarańczy

- 🍋 Olejek eteryczny ze skórki pomarańczy zawiera limonen i inne składniki lotne.
- 🍋 Stosować wyłącznie zgodnie ze specyfikacją producenta i w bezpiecznych limitach.
- 🍋 Typowe stężenie w produktach spłukiwanych: 0,05–0,30%.
- 🍋 Może działać fotouczulająco u osób wrażliwych. Zalecaj ostrożność przy ekspozycji na słońce.

B Tonik z ekstraktem pomidorowym

Botaniczna formuła o świeżym, minimalistycznym profilu

Surowy pomidor, puree oraz sok spożywczy nie są odpowiednim zamiennikiem kosmetycznego ekstraktu pomidorowego.

FAZA WODNA: 100 g

	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda destylowana	76,20	76,20
A	Łagodny hydrolat lub baza wodna (np. aloesowa)	14,00	14,00
B	Ekstrakt pomidorowy (standaryzowany)	3,00	3,00
B	Humektant (gliceryna roślinna)	3,00	3,00
B	Składnik łagodzący (alantoina lub betaina)	1,00	1,00
C	Konserwant (szerokie spektrum)	1,00	1,00
C	Regulator pH (kwas mlekowy lub cytrynowy)	0,80	0,80
	RAZEM	100,00	100,00

Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę A i podgrzej do 40–45 °C.
- 2 Dodaj składniki fazy B, mieszaj do całkowitego rozpuszczenia.
- 3 Dodaj fazę C i dokładnie wymieszaj.
- 4 Sprawdź i wyreguluj pH do 5,0–5,5.
- 5 Odstaw na minimum 24 h, a następnie ponownie skontroluj pH.

Test rozpuszczalności

Upewnij się, że ekstrakt pomidorowy został równomiernie rozproszony, a roztwór jest klarowny.

Ocena koloru

Naturalny odcień może być od jasno różowego do lososiowego. Dostosuj stężenie ekstraktu do pożądanego efektu wizualnego.

Test osadu

Pozostaw próbkę na 48 h i sprawdź, czy nie dochodzi do osadzania się cząstek.

Końcowe pH

Utrzymaj pH w zakresie 4,8–5,5 dla komfortu i stabilności formuły.

📖 Uwaga redakcyjna

Surowy pomidor, puree i sok spożywczy nie są bezpośrednim zamiennikiem standaryzowanego ekstraktu kosmetycznego. Mogą powodować pasaż zmian pH, nieprzewidywalne zabarwienie, fermentację oraz obniżenie trwałości toniku.

Cecha	Tonik pomarańczowy	Tonik pomidorowy
Charakter	Lekki, odświeżający, cytrusowy	Świeży, łagodny, botaniczny
Główny surowiec	Ekstrakt pomarańczowy (standaryzowany)	Ekstrakt pomidorowy (standaryzowany)
Najważniejsza kontrola	Stabilność koloru i zapachu, ochrona świetlna	Równomierne rozpuszczenie i brak osadu
Preferowany wygląd	Jasnożółty do złocistego, klarowny	Jasnoróżowy do lososiowego, klarowny
Rodzaj skóry	Normalna, mieszana, zmęczona, pozbawiona blasku	Normalna, mieszana, wrażliwa, podatna na zaczerwienienia
Wersja dla skóry wrażliwej	Użyj łagodnego hydrolatu, pantenolu lub alantoiny, niższe stężenie ekstraktu (2%)	Użyj bazy aloesowej i alantoiny, niższe stężenie ekstraktu (2%), unikaj intensywnych zapachów

Moduł 08 – zakończenie

Botaniczne toniki: mięta, granat i awokado

Zwieńczenie modułu: trzy warianty toników dopasowane do różnych potrzeb skóry oraz system personalizacji, dzięki któremu łatwo stworzysz formułę idealną dla siebie.

A

Tonik miętowy

Lekka, świeża formuła do skóry normalnej i mieszanej

FAZA WODNA	100 g
Woda demineralizowana	do 100 g
Hydrolat z mięty pieprzowej lub wyciąg z mięty wodny	40,00 g
Gliceryna roślinna	3,00 g
Pantenol (prowitamina B5)	1,00 g
FAZA DODATKOWA	
Konserwant (zgodny z pH)	0,80 g
Regulator pH (kwas mlekowy 10% lub cytrynowy 10%)	do pH 5,0–5,5



Sposób przygotowania

- W osobnym naczyniu połącz hydrolat/wyciąg z gliceryną i pantenolem – wymieszaj.
- Dodaj konserwant i mieszaj do całkowitego rozpuszczenia.
- Dodawaj regulator pH kroplami, mieszając, aż uzyskasz pH 5,0–5,5.
- Uzupełnij wodą do 100 g i delikatnie wymieszaj.



Ocena aromatu

Intensywność świeżości: ☐ niska ☐ średnia ☐ wysoka



Wersja bez dodanej olejku eterycznego

Trzymaj się hydrolatu/wyciągu z mięty, bez olejków. Formuła będzie łagodniejsza i bardziej uniwersalna.



Uwaga: omijaj okolice oczu.

Nie rozpylaj bezpośrednio na powieki.



Prawidłowe odczucie

Tonik miętowy powinien dawać subtelne uczucie świeżości, ale nie silnego chłodzenia, pieczenia ani łzawienia.

B

Tonik z granatem

Elegancka formuła z ekstraktem roślinnym i humektantami

FAZA WODNA	100 g
Woda demineralizowana	do 100 g
Hydrolat z róży damasceńskiej lub geranium	35,00 g
Ekstrakt z granatu (wodny, standaryzowany)	3,00 g
Gliceryna roślinna	3,00 g
Glukonolakton (PHA) – opcjonalnie, wsparcie bariery	1,00 g
FAZA DODATKOWA	
Konserwant (zgodny z pH)	0,80 g
Regulator pH (kwas mlekowy 10% lub cytrynowy 10%)	do pH 4,8–5,3



Sposób przygotowania

- Wymieszaj hydrolat z ekstraktem z granatu i gliceryną.
- Dodaj glukonolakton i mieszaj do rozpuszczenia.
- Dodaj konserwant, mieszaj 1–2 minuty.
- Ustaw pH w zakresie 4,8–5,3.
- Uzupełnij wodą do 100 g i delikatnie wymieszaj.



Metoda rozpuszczenia ekstraktu

Jeśli ekstrakt jest gęsty, rozmięszaj go najpierw w niewielkiej ilości hydrolatu, a następnie włącz do całości.



Kontrola koloru

Kolor powinien być jasnoróżowy do rubinowego, bez mętnych osadów.



Stabilność osadu

Przechowuj próbkę 24 h. Brak osadu = stabilna formuła.

C

Tonik inspirowany awokado

Łagodna, nawilżająca formuła do skóry suchej

Olej awokado nie rozpuszcza się bezpośrednio w wodzie. Tonik inspirowany awokado bazuje na wodnym ekstrakcie oraz bardzo niewielkiej ilości oleju wprowadzonej z użyciem kompatybilnego solubilizatora.

FAZA WODNA	100 g
Woda demineralizowana	do 100 g
Ekstrakt z awokado (wodny)	3,00 g
Gliceryna roślinna	3,00 g
Beta-glukan (1,3/1,6)	1,00 g
FAZA OLEJOWA (OPCJONALNIE)	
Olej z awokado	0,50 g
Solubilizator (np. Polyglycyl-4 Caprate)	1,00 g
FAZA DODATKOWA	
Konserwant (zgodny z pH)	0,80 g
Regulator pH (kwas cytrynowy 10%)	do pH 5,0–5,5



Sposób przygotowania

- Rozpuść solubilizator w oleju z awokado.
- Do fazy wodnej dodaj ekstrakt, glicerynę i beta-glukan.
- Włącz fazę olejową, mieszaj do uzyskania klarownej lub lekko mlecznej cieczy.
- Dodaj konserwant, wymieszaj.
- Ustaw pH w zakresie 5,0–5,5.



Kontrola wyglądu

Tonik powinien być klarowny lub lekko mleczny. Mętność lub rozwarstwienie sugerują złą emulsję.



Test rozwarstwienia

Przechowuj próbkę 24 h w temp. pokojowej i 40 °C. Brak rozwarstwienia = stabilna formuła.

Matryca personalizacji

Typ skóry	Rekomendowany tonik	Charakterystyka działania	Wskazówki personalizacji
Skóra mieszana	Mięta	Lekki i odświeżający	Więcej hydrolatu z mięty, mniej humektantów.
Skóra sucha	Awokado	Nawilżający i łagodny	Dodaj beta-glukan, zwiększ glicerynę.
Skóra normalna	Granat	Zrównoważony	Standardowa formuła, delikatny aromat.
Skóra wrażliwa	Wersja uproszczona	Bez zapachu i mięty	Użyj tylko hydrolatu bez olejków, mniej aktywnych.
Skóra dojrzała	Granat lub awokado	Więcej humektantów	Zwiększ humektanty, rozważ dodanie PHA.
Pielęgnacja letnia	Mięta	Lekka forma w atomizerze	Schładzaj w lodówce, spray mgiełka.



Kontrola jakości toników



1 Czy receptura sumuje się do 100%?



2 Czy ekstrakty są w pełni rozpuszczone?



3 Czy konserwant działa w docelowym pH?



4 Czy pH po 24 h pozostaje w zakresie celu?



5 Czy nie występuje osad ani mętność?



6 Czy zapach jest stabilny i przyjemny?



7 Czy tonik nie szczypie i nie podrażnia?



8 Czy opakowanie jest czyste, szczelne i odpowiednie?



9 Czy wykonano test płatkowy (patch test)?



10 Czy partia ma numer i datę produkcji?



Moduł 10 – Olejki, sera i kremy pod oczy

Skoncentrowane receptury z dziką różą,
rumiankiem, witaminą C, awokado,
ogórkiem i kofeiną

Poznaj różne rodzaje formuł
skoncentrowanych i naucz się dobierać
ich konsystencję, składniki oraz sposób
aplikacji do potrzeb skóry.

W tym module odkryjesz lekkie olejki do twarzy,
sera wodne i emulsyjne oraz delikatne kremy
pod oczy. Nauczysz się kontrolować stabilność
formuł, utlenianie składników, pH, zgodność
substancji aktywnych oraz bezpieczne
stosowanie na wrażliwej skórze wokół oczu.



Jak projektować olejki, sera i kremy pod oczy

Produkty pod oczy wymagają szczególnej przemyślaności: skóra jest cieńsza, bardziej przepuszczalna i reaguje szybciej. Różnice technologiczne między olejami bezwodnymi, serum wodnymi, serum emulsyjnymi i kremami polegają głównie na obecności wody, konieczności emulgowania, konserwacji i stabilności. Nazwa produktu nie określa automatycznie jego składu ani sposobu konserwacji.



Cztery rodzaje skoncentrowanych produktów

1 Olejek do twarzy



- Nie zawiera wody
- pH nie jest mierzone
- Nie wymaga konserwantu
- Nie wymaga emulgatora
- Wymaga ochrony przed utlenianiem
- Łatwy w dozowaniu
- Nie migruje do oka przy właściwej formule

2 Serum wodne



- Zawiera wodę
- pH należy mierzyć
- Wymaga konserwantu
- Nie wymaga emulgatora
- Wymaga ochrony przed utlenianiem składników
- Łatwe w dozowaniu
- Nie migruje do oka przy właściwej formule

3 Serum emulsyjne



- Zawiera wodę i olej
- pH należy mierzyć
- Wymaga konserwantu
- Wymaga emulgatora
- Wymaga ochrony przed utlenianiem fazy olejowej
- Łatwe w dozowaniu
- Nie migruje do oka przy właściwej formule

4 Krem pod oczy



- Zawiera wodę i olej
- pH należy mierzyć
- Wymaga konserwantu
- Wymaga emulgatora
- Wymaga ochrony przed utlenianiem fazy olejowej
- Łatwe w dozowaniu
- Nie migruje do oka – formuła lekka i bezpieczna

Składnik aktywny



Substancja lub mieszanina substancji, która w niewielkim stężeniu wywiera korzystny wpływ na skórę (np. działa nawilżająco, łagodząco, rozjaśniająco, przeciwzmarszczkowo). Wymaga doboru odpowiedniej formy, stężenia i stabilnego systemu nośnikowego.

Utlenianie oleju



Naturalny proces reakcji tłuszczów z tlenem, światłem i ciepłem, prowadzący do powstawania wolnych rodników, nieprzyjemnego zapachu i utraty wartości odżywczych. Zapobiega się mu przez dobór stabilnych olejów, antyoksydantów i ciemne opakowania.

Dobór produktu do rodzaju skóry

Potrzeba	Zalecany produkt	Preferowana konsystencja
Skóra sucha	Olejek do twarzy lub serum emulsyjne	Bogatsza, odżywcza
Skóra tłusta	Serum wodne lub lekkie serum emulsyjne	Lekka, szybko wchłanialna
Skóra mieszana	Serum emulsyjne	Średnia, zrównoważona
Skóra wrażliwa	Serum wodne lub emulsyjne o prostej formule	Bardzo lekka, łagodna
Skóra dojrzała	Olejek do twarzy lub serum emulsyjne	Bogata, odżywcza, z antyoksydantami
Okolice oczu	Krem pod oczy lub lekkie serum emulsyjne	Bardzo lekka, nie migrująca do oka

Najważniejsze zasady

- Nie podnoś stężenia składników aktywnych arbitralnie.
- Nie łącz przypadkowo wielu intensywnych surowców.
- Nie stosuj olejków eterycznych w okolicy oczu.
- Nie stosuj świeżych soków owocowych w serum.
- Rób małe serie próbne.
- Zapisuj pH i datę wykonania każdej partii.
- Chroń oleje przed światłem i wysoką temperaturą.
- Wykonaj test płatkowy przed pierwszym użyciem.

Olejki do twarzy: dzika róża i rumianek

Naturalne olejki wspierają barierę skóry, odżywiają
i przywracają jej miękkość oraz komfort.

A

Olejek do twarzy z dziką różą

*Lekka mieszanka do skóry suchej, matowej
lub wymagającej odżywienia*

Olej z nasion dzikiej róży ma charakterystyczny kolor i zapach oraz jest bardziej podatny na utlenianie, dlatego należy przechowywać go w ciemnym, szczelnie zamkniętym opakowaniu.

RECEPTURA NA JEDNĄ PARTIĘ: 100 g

SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Olej z nasion dzikiej róży (Rosa canina)	30,00	30,00
Stabilniejszy lekki olej bazowy (np. olej ze słodkich migdałów)	45,00	45,00
Olej jojoba lub inny dobrze dobrany emolient (np. skwalan, olej z pestek winogron)	20,00	20,00
Przeciwutleniacz (np. mieszanka tokoferoli)	0,50	0,50
Wersja bez substancji zapachowej	4,50	4,50
RAZEM	100,00	100,00



Sposób przygotowania

- Odważ składniki w podanych proporcjach.
- Połącz oleje w naczyniu ze stali nierdzewnej lub szkła.
- Dodaj przeciwutleniacz i delikatnie wymieszaj szklaną mieszadłem.
- Przelej do butelki.



Jak minimalizować kontakt z powietrzem

- Pracuj szybko i w czystych narzędziach.
- Unikaj mieszania napowietrzającego.
- Napelniaj butelkę prawie po brzegi.



Opakowanie

Ciemna butelka szklana z pipetą (30–50 ml) lub ciemna butelka z pompką.



Stosowanie

Kilka kropli wmasuj w lekko wilgotną skórę twarzy, szyi i dekoltu rano i/lub wieczorem.



Oznaki utleniania

- ❌ Nieprzyjemny zapach
- ❌ Zmiana koloru
- ❌ Gęstnienie lub osad
- ❌ Niezwykła lepkość
- ❌ Zmniejszony komfort stosowania

B

Olejek rumiankowy

*Minimalistyczna formuła o łagodnym,
botanicznym profilu*

RECEPTURA NA JEDNĄ PARTIĘ: 100 g

SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Lekki olej bazowy (np. olej ze słodkich migdałów lub z pestek moreli)	60,00	60,00
Macerat rumiankowy (Matricaria recutita) lub olejowy ekstrakt kosmetyczny	30,00	30,00
Olej jojoba	8,00	8,00
Opcjonalny lekki emolient (np. skwalan lub olej z pestek winogron)	1,50	1,50
Przeciwutleniacz (np. mieszanka tokoferoli)	0,50	0,50
RAZEM	100,00	100,00



Sposób przygotowania

- Odważ wszystkie składniki.
- Połącz w czystym naczyniu oleje i ekstrakt/macerat.
- Dodaj olej jojoba, opcjonalny emolient oraz przeciwutleniacz.
- Dokładnie wymieszaj delikatnym mieszadłem.



Filtracja (opcjonalnie)

Jeśli macerat rumiankowy zawiera drobiny roślinne, przefiltruj przez filtr do olejów lub bibułę filtracyjną – tylko w razie potrzeby.



Opakowanie

Ciemna butelka szklana z pipetą (30–50 ml).



Stosowanie

Kilka kropli na lekko wilgotną skórę twarzy, szyi i dekoltu.



Nota redakcyjna

Domowe maceraty wymagają kontroli jakości i odpowiedniego przechowywania. Dla materiału premium preferowany jest surowiec kosmetyczny z dokumentacją.



Porównanie właściwości



Cecha	Dzika róża	Rumianek
 Charakter	Bogata w kwasy tłuszczowe i karotenoidy. Wyraźnie odżywcza i regenerująca.	Łagodna, kojąca i wspierająca równowagę skóry. Idealna do codziennego ukojenia.
 Kolor	Złocisto-pomarańczowy do czerwono-bursztynowego.	Jasnożółty do złocistego.
 Najważniejsza kontrola	Utlenianie – chronić przed światłem, powietrzem i wysoką temperaturą.	Jakość surowca i czystość maceratu/ekstraktu.
 Rodzaj skóry	Sucha, dojrzała, matowa, wymagająca odżywienia i regeneracji.	Wrażliwa, podrażniona, skłonna do zaczerwienień, wszystkie typy – w tym mieszana.
 Opakowanie	Ciemne szkło z pipetą lub z pompką.	Ciemne szkło z pipetą lub z pompką.
 Zapach	Charakterystyczny, orzechowo-ziemisty, z roślinną nutą.	Delikatny, ziołowy, rumiankowy.



Olejki do twarzy: awokado, kokos i wariant miętowy

Lekkie, odżywcze mieszanki olejowe, które wzmacniają barierę skóry, poprawiają komfort i nadają naturalny blask.



A Olejek z awokado

Bogatsza mieszanka do skóry suchej i wymagającej ochronnego wykończenia

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Olej z awokado	60,00	60,00
Lżejszy olej równoważący (np. skwalan z oliwek)	25,00	25,00
Olej jojoba	13,00	13,00
Przeciwutleniacz (witamina E)	2,00	2,00
RAZEM	100,00	100,00

Sposób przygotowania

- 1 Odważ składniki do czystej, suchej zlewki.
- 2 Połącz wszystkie oleje i przeciwutleniacz.
- 3 Delikatnie mieszaj szklaną bagietką przez 1–2 minuty.
- 4 Przelej do butelki z ciemnego szkła.

Ocena wchłaniania

Wchłanianie wolne do umiarkowanego. Pozostawia ochronny, odżywczy film.

Używaj niewielkiej ilości

2–4 krople na całą twarz i szyję. Dostosuj ilość do potrzeb skóry.

Pakowanie

Przechowuj w ciemnym szkłe. Chroni przed światłem i wysoką temperaturą. Najlepiej użyć w ciągu 6 miesięcy.

B Lekki olejek kokosowy

Prosta mieszanka z lekkim emolientem pochodzenia kokosowego

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 100 g

SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Olej kokosowy frakcjonowany (Caprylic/Capric Triglyceride – CCT)	65,00	65,00
Lżejszy olej (np. skwalan z oliwek)	32,00	32,00
Przeciwutleniacz (witamina E)	3,00	3,00
RAZEM	100,00	100,00

Sposób przygotowania

- 1 Odważ składniki do czystej zlewki.
- 2 Połącz wszystkie składniki.
- 3 Delikatnie mieszaj szklaną bagietką przez 1–2 minuty.
- 4 Przelej do butelki z ciemnego szkła.

Ocena tłustości

Wchłanianie szybkie do umiarkowanego. Lekka, sucha w dotyku końcówka.

Test komfortu na różnych skórach

Dobrze tolerowany przez większość typów skóry. Może być zbyt lekki dla bardzo suchej skóry w chłodnym klimacie.

Wskazówka

Unikaj ciężkiego wykończenia – stosuj niewielkie ilości i obserwuj komfort skóry.

C Wariant inspirowany miętą pieprzową

Świeży profil sensoryczny wymagający szczególnej ostrożności

KONCEPCJA OSTROŻNA – NIE FORMUŁA AGRESYWNA

- Nie stosuj automatycznie czystego olejku eterycznego.
- Wybieraj łagodniejszy surowiec kosmetyczny o znanej specyfikacji (np. ekstrakt CO₂ z mięty pieprzowej rozcieńczony w nośniku).
- Zalecane stężenie: do 0,10% (1000 ppm) w gotowym produkcie.
- Nie stosuj w okolicach oczu.
- Nie stosuj na skórę podrażnioną lub uszkodzoną.
- Nie zwiększaj ilości surowca w celu uzyskania silniejszego efektu chłodzenia.
- Przed pierwszym zastosowaniem wykonaj test platkowy.
- Przygotuj bardzo małą partię testową.

Silne chłodzenie, pieczenie, łzawienie lub drętwienie nie są pożądanym efektem kosmetycznym.

Jeśli wystąpi dyskomfort, zmyj produkt, nie stosuj ponownie i dostosuj recepturę.

Cecha	Awokado	Kokos	Mięta pieprzowa
Profil	Odżywczy, ochronny, bogaty i kojący.	Lekki, suchy w dotyku, jedwabisty.	Świeży, orzeźwiający, sensorycznie chłodzący.
Główna kontrola	Bariera lipidowa, ochrona, elastyczność.	Lekkość, szybkie wchłanianie, brak tłustego filmu.	Bezpieczeństwo sensoryczne, tolerancja skóry.
Okolice oczu	Unikaj bezpośrednio w okolicach oczu.	Unikaj bezpośrednio w okolicach oczu.	Nie stosuj w okolicach oczu.
Rodzaj skóry	Sucha, odwodniona, dojrzała, wymagająca ochrony.	Mieszana, normalna, tłusta, odwodniona.	Normalna, mieszana, tłusta. Unikaj skóry wrażliwej.
Zalecana wersja	Wieczorna pielęgnacja, okres chłodny, skóra sucha.	Dzienne stosowanie, na ciepłe dni, pod makijaż.	Sezonowa, na ciepłe dni, po aktywności.

Lekkie sera do twarzy: ogórek i witamina C

Świeżość, lekkość i skuteczność – dwa serum, które wspierają codzienną pielęgnację skóry.

A

Serum ogórkowe

Lekki żel nawilżający o świeżej, komfortowej konsystencji

FAZA WODNA – 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana	66,60	66,60
A	Ekstrakt kosmetyczny z ogórka	15,00	15,00
A	Gliceryna roślinna	5,00	5,00
A	B-Glikan (1–2%) lub Pantenol	2,00	2,00
B	Guma ksantanowa (lub guma tara)	0,30	0,30
C	Allantoina	0,20	0,20
D	Konserwant (zgodnie z zaleceniem producenta)	0,70	0,70
E	Kwas cytrynowy (roztwór 10%) lub kwas mlekowy (roztwór 10%)	do pH 5,0–5,5	q.s.
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę A i podgrzej do 70–75 °C.
- 2 W osobnym naczyniu rozpuść gumę ksantanową w niewielkiej ilości gliceryny (1:3) lub ekstraktu z ogórka.
- 3 Wypłucz fazę A, miksując na średnich obrotach do całkowitego uwodnienia.
- 4 Mieszaj do uzyskania jednolitego żelu. Ochłódź do poniżej 40 °C.
- 5 Dodaj składniki z faz C i D. Wymieszaj delikatnie.
- 6 Skoryguj pH do 5,0–5,5. Wymieszaj ponownie.



Jak uniknąć grudek zagęstnika?

- Zawsze zagęszcznik wysypuj do wody, nie odwrotnie.
- Wstępnie nawilż go w glicerynie lub hydrolacie.
- Dodawaj stopniowo, cały czas mieszając.



Kontrola końcowa

- Zmierz pH – powinno wynosić 5,0–5,5.
- Sprawdź lepkość po 24 h – żel powinien być jednolity i stabilny.



Uwaga redakcyjna: Świeży ogórek ani sok z ogórka nie zastępują kosmetycznego ekstraktu z ogórka. Nie zapewniają identycznego profilu składników aktywnych ani stabilności mikrobiologicznej.

B

Serum z witaminą C

Zaawansowana formuła wymagająca dokładnej kontroli surowca, pH i opakowania

Witamina C występuje w różnych formach, które różnią się rozpuszczalnością, stabilnością i wymaganiami pH. Poniższa receptura wykorzystuje L-askorbinian sodu – stabilną, wodnorozpuszczalną pochodną witaminy C.

FAZA WODNA – 100 g			
FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana	68,30	68,30
A	L-askorbinian sodu (witamina C) (dokumentacja zaleca 0,5–3%)	2,00	2,00
A	Propanediol 1,3 (roślinny)	5,00	5,00
A	Gliceryna roślinna	4,00	4,00
A	Ekstrakt z zielonej herbaty (opcjonalnie)	2,00	2,00
B	Guma ksantanowa	0,30	0,30
C	Konserwant (zgodnie z zaleceniem producenta)	0,70	0,70
D	Kwas cytrynowy (roztwór 10%) lub kwas mlekowy (roztwór 10%)	do pH 5,0–5,5	q.s.
RAZEM		100,00	100,00



Sposób przygotowania

- 1 Odważ fazę A bez witaminy C i podgrzej do 70–75 °C.
- 2 W osobnym naczyniu rozpuść gumę ksantanową w niewielkiej ilości gliceryny.
- 3 Połącz fazę B z fazą A, mieszaj do uzyskania gładkiego żelu. Ochłódź do 40–45 °C.
- 4 Dodaj L-askorbinian sodu, mieszając do pełnego rozpuszczenia.
- 5 Dodaj pozostałe składniki: ekstrakt, konserwant.
- 6 Skoryguj pH do 5,0–5,5.
- 7 Delikatnie wymieszaj i odgazuj.



Temperatura dodania witaminy C: poniżej 45 °C.



Opakowanie: nieprzezroczyste lub ciemne airless. Chroni przed światłem i powietrzem.



Obserwuj: możliwa stopniowa zmiana koloru (od bezbarwnego do lekko żółtego) – naturalna cecha stabilnej formy witaminy C.



Data startu testu stabilności: zapisz datę produkcji i rozpocznij obserwację.



Czego nie robić?

- ✗ Nie zastępuj witaminy C sokiem z cytryny.
- ✗ Nie mieszaj kilku form witaminy C bez projektu formuły.
- ✗ Nie zwiększaj stężenia bez potrzeby.
- ✗ Nie ignoruj docelowego pH.
- ✗ Nie przechowuj w klarownym, otwartym słoiku.
- ✗ Nie używaj po dużej zmianie koloru lub zapachu.

Porównanie serum

Cecha	Serum ogórkowe	Serum z witaminą C
Poziom trudności	Łatwy 🍃🍃🍃	Średni–zaawansowany 🍃🍃🍃
Konsystencja	Lekki żel, świeża, szybko wchłaniająca się	Lekki żel, jedwabisty, szybko wchłaniający się
Główna kontrola	pH (5,0–5,5), nawodnienie zagęstnika, stabilność lepkości	pH (5,0–5,5), rozpuszczenie witaminy C, stabilność koloru
Rodzaj skóry	Każdy typ, szczególnie odwodniona, zmęczona, wrażliwa	Skóra z przebarwieniami, poszarzała, mieszana, tłusta, dojrzała
Opakowanie	Butelka z pompką lub airless, jasna lub matowa	Nieprzezroczysta/ciemna butelka airless, ochrona przed światłem i powietrzem



Botaniczne sera: rumianek, granat i bezpieczny akcent cytrusowy



A

Serum rumiankowe

Minimalistyczny żel do skóry wymagającej łagodnej pielęgnacji



- Faza wodna: woda demineralizowana
- Hydrolat rumiankowy lub ekstrakt rumianku
- Humektant: gliceryna roślinna lub pentylen glikol
- Żelotwórcza: guma ksantanowa lub żel z aloesu
- Składnik łagodzący (opcjonalnie): pantenol lub alantoina
- Konserwant: zgodny z normą (ECOCERT/COSMOS)
- Regulator pH: kwas mlekowy lub cytrynian sodu

Sposób przygotowania

- Odważ wodę i dodaj humektant – wymieszaj.
- Wsymp żelotwórcę – mieszaj do pełnego uwodnienia.
- Dodaj hydrolat lub ekstrakt.
- Dodaj składnik łagodzący (opcjonalnie).
- Dodaj konserwant i wymieszaj.
- Skoryguj pH do 5,0–5,5.



Kontrola końcowego pH

Idealny zakres: 5,0–5,5.



Wersja bezzapachowa

Bez olejków eterycznych – odpowiednia nawet dla bardzo wrażliwej skóry.

B

Serum z granatem

Lekka formuła z ekstraktem botanicznym i eleganckim profilem sensorycznym



- Faza wodna: woda demineralizowana
- Ekstrakt z granatu (wodny lub glikolowy)
- Humektanty: gliceryna, beta-glukan lub pentylen glikol
- Lekki emolient (opcjonalnie): squalane roślinny lub lekki olej z pestek winogron
- Solubilizator lub emulgator (jeśli potrzebny): polyglyceryl-4 caprate lub polysorbate 20
- Konserwant: zgodny z normą (ECOCERT/COSMOS)
- Regulator pH: kwas mlekowy lub cytrynian sodu

Sposób przygotowania

- Połącz fazę wodną i humektanty.
- Dodaj ekstrakt z granatu i wymieszaj.
- Jeśli stosujesz olej – wymieszaj z solubilizatorem, a następnie połącz z fazą wodną.
- Dodaj konserwant i wymieszaj.
- Skoryguj pH do 5,0–5,5.



Kontrola koloru i osadu

Ekstrakty botaniczne mogą delikatnie barwić – to naturalne. Upewnij się, że brak osadu i zmętnienia po 24 h.



Testy stabilności

Obserwuj serum po 7 i 30 dniach: kolor, zapach, lepkość i klarowność.

C

Serum z bezpiecznym akcentem cytrusowym

Świeży profil bez stosowania surowego soku z cytryny



- Aktyw: stabilna forma witaminy C (np. 3-O-Ethyl Ascorbic Acid lub Sodium Ascorbyl Phosphate) lub ekstrakt z yuzu/cytrusów (wodny)
- Baza wodna serum: woda demineralizowana
- Humektant: gliceryna lub pentylen glikol
- Konserwant: zgodny z normą (ECOCERT/COSMOS)
- Regulator pH: kwas cytrynowy lub cytrynian sodu
- Zapach (opcjonalnie, w bezpiecznych stężeniach): naturalna kompozycja zapachowa lub olejek eteryczny cytrusowy (w stężeniu zgodnym z IFRA)

Sposób przygotowania

- Połącz wodę z humektantem.
- Dodaj aktyw witaminy C lub ekstrakt cytrusowy.
- Dodaj konserwant i wymieszaj.
- Skoryguj pH do 4,8–5,2.
- Dodaj zapach tylko w bezpiecznych stężeniach.



Ocena ryzyka fotouczulenia

Stosuj wyłącznie ekstrakty i zapachy o niskim ryzyku fotouczulenia. Unikaj niekontrolowanych olejków cytrusowych i furanokumaryn.



Ochrona przed światłem

Przechowuj w ciemnej butelce (szkło barwione). Używaj SPF w ciągu dnia.



Bezpieczeństwo przede wszystkim

Świeży sok z cytryny nie jest serum kosmetycznym.

Jego pH jest nieprzewidywalny i może silnie się wahać, co grozi podrażnieniem skóry. Sok szybko się psuje, sprzyjając rozwojowi drobnoustrojów i nie zapewnia stabilności. Może powodować pieczenie, zaczerwienienie, przesuszenie i zwiększać ryzyko przebarwień.



Diagnostyka serum



Problem	Możliwa przyczyna	Co sprawdzić
Lepkie serum	Zbyt dużo humektantu lub żelotwórcy	Proporcje składników, stężenie humektantów, pH
Rozwarstwienie	Brak odpowiedniego solubilizatora/emulgatora lub zbyt dużo oleju	Rodzaj i ilość solubilizatora, proporcje faz, technikę mieszania
Guzki lub grudki	Niedostateczne rozproszenie żelotwórcy lub aktywów	Sposób dodawania, mieszanie do pełnego uwodnienia
Ciemnienie koloru	Utlanianie ekstraktów lub witaminy C	Ekspozycja na światło i powietrze, pH, rodzaj aktywu
Kwasowy zapach	Zbyt niskie pH lub rozwój drobnoustrojów	pH, skuteczność konserwantu, higiena pracy
Pieczenie lub szczypanie	Zbyt niskie pH, nadmiar kwasu, składniki drażniące	pH końcowe, stężenia aktywów, obecność substancji drażniących

Delikatne kremy pod oczy: ogórek, rumianek, witamina E i kofeina

A Lekki krem ogórkowy pod oczy

Świeża emulsja o lekkiej, szybko wchłaniającej się konsystencji

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 50 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana	22,70	45,40
A	Ekstrakt kosmetyczny z ogórka	10,00	20,00
A	Gliceryna roślinna	4,00	8,00
B	Skwalan z oliwek	6,00	12,00
B	Olivem® 1000 (emulgator O/W)	4,00	8,00
C	Guma ksantanowa	0,20	0,40
D	Konserwant ekotestowany	0,80	1,60
D	Kwas mlekowy (regulator pH)	q.s.	ok. 0,10
RAZEM		50,00	100,00

Sposób przygotowania

1. Odważ fazę A i podgrzej do 70–75 °C.
2. Odważ fazę B i podgrzej do 70–75 °C.
3. Wlej fazę B do A, mieszaj 2–3 minuty mikserem ręcznym do uzyskania emulsji.
4. Mieszaj dalej podczas chłodzenia do ok. 35 °C.
5. Dodaj kolejno fazę C i D, mieszaj do całkowitego połączenia.
6. Skontroluj pH i w razie potrzeby skoryguj do 5,0–5,5.
7. Mieszaj do uzyskania gładkiej, lekkiej konsystencji.

Test pH końcowego

Zmierz pH po całkowitym wystudzeniu przygotowanej emulsji. Docelowe pH: 5,0–5,5.

Pakowanie

Przelej do jałowego opakowania airless. Przechowuj w temperaturze pokojowej.

B Krem rumiankowy z witaminą E

Łagodna emulsja o kremowym, ochronnym profilu

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 50 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Hydrolat z rumianku rzymskiego (lub ekstrakt wodno-glicerynowy)	23,00	46,00
A	Gliceryna roślinna	4,00	8,00
B	Olej z pestek winogron	7,00	14,00
B	Olivem® 1000 (emulgator O/W)	4,00	8,00
B	Witamina E (tokoferol) – przeciwutleniacz fazy olejowej	0,50	1,00
C	Guma ksantanowa	0,20	0,40
D	Konserwant ekotestowany	0,80	1,60
D	Kwas mlekowy (regulator pH)	q.s.	ok. 0,10
RAZEM		50,00	100,00

Witamina E wspiera ochronę oleju przed utlenieniem, nie zastępuje konserwantu.

Sposób przygotowania

1. Odważ fazę A i podgrzej do 70–75 °C.
2. Odważ fazę B i podgrzej do 70–75 °C.
3. Wlej fazę B do A, mieszaj 2–3 minuty mikserem ręcznym.
4. Mieszaj podczas chłodzenia do ok. 35 °C.
5. Dodaj fazę C i D, mieszaj do uzyskania jednorodnej emulsji.
6. Skontroluj pH i w razie potrzeby skoryguj do 5,0–5,5.
7. Mieszaj do całkowitego wystudzenia.

Test stabilności

Pozostaw próbkę 24 h w temp. pokojowej oraz 24 h w 4 °C. Nie powinno być rozwarstwienia, zmian zapachu ani barwy.

Wersja całkowicie bez zapachu

Używaj surowców bezzapachowych. Nie dodawaj olejków eterycznych ani kompozycji zapachowych.

C Krem pod oczy z kofeiną

Lekka formuła z kosmetycznym surowcem kofeinowym

WIELKOŚĆ PARTII KOŃCOWEJ: 50 g

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda demineralizowana	21,40	42,80
A	Kofeina kosmetyczna (bezwodna) <i>Dokładnie rozpuścić w niewielkiej ilości ciepłej wody fazy A przed dalszym etapem.</i>	1,00	2,00
A	Gliceryna roślinna	4,00	8,00
B	Skwalan z oliwek	6,00	12,00
B	Olivem® 1000 (emulgator O/W)	4,00	8,00
C	Guma ksantanowa	0,20	0,40
D	Konserwant ekotestowany	0,80	1,60
D	Kwas mlekowy (regulator pH)	q.s.	ok. 0,10
RAZEM		50,00	100,00

Sposób przygotowania

1. Rozpuść kofeinę w niewielkiej ilości ciepłej wody z fazy A.
2. Odważ całą fazę A i podgrzej do 70–75 °C.
3. Odważ fazę B i podgrzej do 70–75 °C.
4. Wlej fazę B do A, mieszaj 2–3 minuty mikserem ręcznym.
5. Mieszaj podczas chłodzenia do ok. 35 °C.
6. Dodaj fazę C i D, mieszaj do uzyskania jednorodnej emulsji.
7. Skontroluj pH i w razie potrzeby skoryguj do 5,0–5,5.
8. Zapobieganie krystalizacji: zapewnij całkowite rozpuszczenie kofeiny i dokładne mieszanie w fazie chłodzenia.

Ocena komfortu w okolicy oczu

Sprawdź uczucie świeżości i brak podrażnień na skórze pod oczami. Konsystencja powinna być lekka i nietłusta.

Pakowanie

Przelej do opakowania airless z aplikatorem do małej dawki, które precyzyjnie dozuje niewielką ilość kremu.



Nota redakcyjna: fusy kawy, zmielona kawa oraz świeżo zaparzona kawa nie powinny być dodawane bezpośrednio do kremu pod oczy. Używaj kosmetycznego surowca o znanej czystości i bezpieczeństwie.



Zasady aplikacji

1. Stosuj bardzo małą ilość kosmetyku.
2. Delikatnie rozprowadź opuszką palca.
3. Nie nakładaj bezpośrednio na linię wodną oka.
4. Unikaj energicznego pocierania.
5. Nie stosuj na podrażnioną lub uszkodzoną skórę.
6. W przypadku pieczenia lub łzawienia przerwij stosowanie.

Jak prawidłowo aplikować krem pod oczy



Aplikuj wzdłuż kości oczodołu, omijając linię wodną oka.

Kontrola jakości kremu pod oczy

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal ostrzegawczy
Konsystencja	Lekka, gładka, stabilna emulsja	Rozwarstwienie, grudki, zmiana lepkości
Zapach	Neutralny lub bardzo łagodny	Nieprzyjemny, ostry, niezgodny z oczekiwaniami
Aplikacja	Rozprowadza się łatwo, nie ciągnie skóry	Nie wchłania się, roluje się, pozostawia tłustą warstwę
Odczucie	Komfort, świeżość, brak pieczenia	Pieczenie, szczypanie, uciążliwe napięcie
pH	5,0–5,5 po wystudzeniu	Poza zakresem 4,5–6,0
Opakowanie	Airless, precyzyjnie dozuje małą ilość	Nieszczelne, trudne w użyciu, niechroniące przed zanieczyszczeniem

Checklista zamknięcia modułu

1. Czy użyto wyłącznie surowców kosmetycznych o znanej czystości?
2. Czy nie zastosowano intensywnych olejków eterycznych ani kompozycji zapachowych?
3. Czy konserwant jest skuteczny w docelowym pH formuły?
4. Czy pH zostało zmierzone po całkowitym wystudzeniu emulsji?
5. Czy emulsja jest stabilna podczas testu krótkoterminowego?
6. Czy krem nie migruje do oka i nie powoduje podrażnień?
7. Czy opakowanie precyzyjnie dozuje bardzo małą ilość produktu?
8. Czy wykonano test platkowy przed pierwszym użyciem?
9. Czy formuła została oceniona po 24 h, 7 dniach i 30 dniach?
10. Czy przeprowadzono ocenę bezpieczeństwa profesjonalną przed wprowadzeniem do sprzedaży?

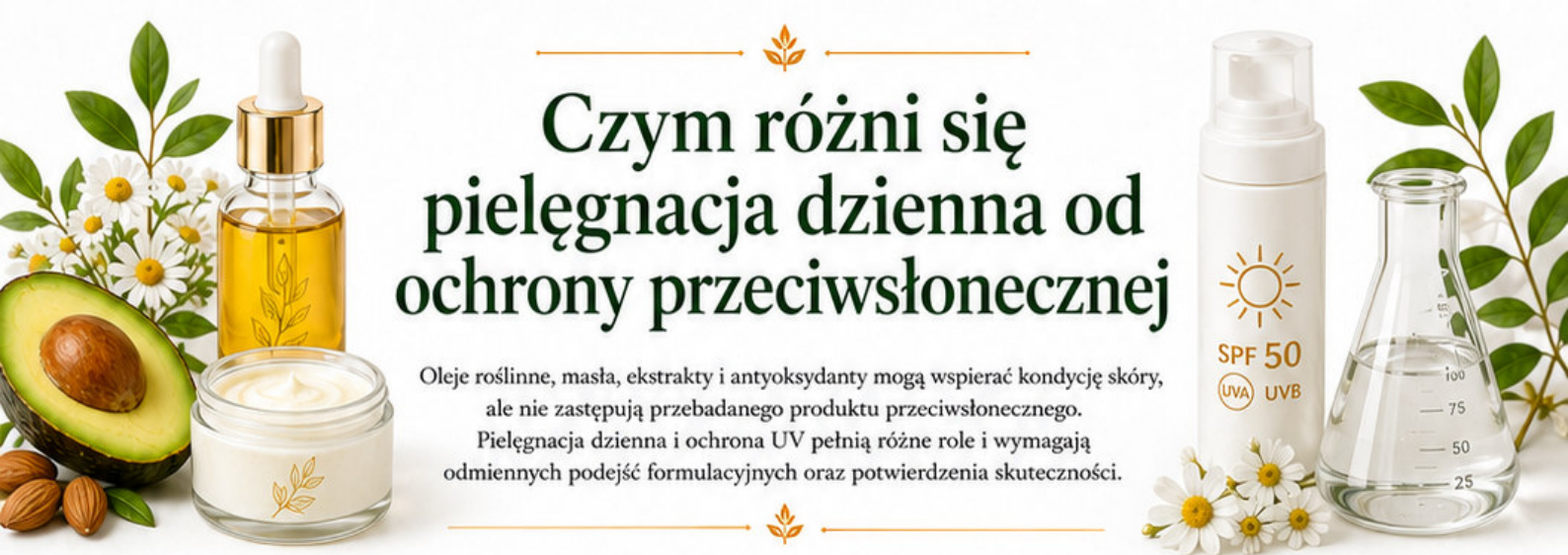


Moduł 11 – Naturalna ochrona dzienna i formuły ochronne

Świadoma pielęgnacja skóry z olejami
roślinnymi, antyoksydantami i odpowiedzialnym
podejściem do ochrony przeciwsłonecznej

Poznaj formuły pielęgnacyjne, które pomagają
ograniczać przesuszenie i wspierają naturalną
barierę skóry, jednocześnie ucząc się, czego nie
należy nazywać filtrem przeciwsłonecznym bez
odpowiednich badań.

W tym module odkryjesz lekkie kremyienne,
olejowe sera i produkty inspirowane awokado,
marchwią oraz migdałami. Nauczysz się również
odróżniać pielęgnację wspierającą skórę
od rzeczywistej ochrony przed
promieniowaniem UV.



Czym różni się pielęgnacja dzienna od ochrony przeciwsłonecznej

Oleje roślinne, masła, ekstrakty i antyoksydanty mogą wspierać kondycję skóry, ale nie zastępują przebadanego produktu przeciwsłonecznego. Pielęgnacja dzienna i ochrona UV pełnią różne role i wymagają odmiennych podejść formułacyjnych oraz potwierdzenia skuteczności.



1 PIELĘGNACJA DZIENNA

- o ograniczać utratę wody;
- o poprawiać komfort skóry;
- o dostarczać emolientów i humektantów;
- o wspierać naturalną barierę ochronną;
- o poprawiać miękkość i elastyczność powierzchni skóry;
- o chronić oleje w recepturze przed utlenianiem dzięki odpowiednio dobranym antyoksydantom.



2 OCHRONA PRZECIWSŁONECZNA

- o zawierać dozwolone i odpowiednio zastosowane filtry UV;
- o posiadać dokładnie opracowaną recepturę;
- o przejść badania potwierdzające deklarowany poziom ochrony;
- o zapewniać równomierne rozprowadzanie filtrów;
- o zachowywać stabilność w czasie;
- o posiadać właściwe oznakowanie i instrukcję stosowania.

VS



3 DEFINICJE



Promieniowanie UV: niewidzialna część promieniowania słonecznego, która może wpływać na skórę.



SPF: oznaczenie współczynnika ochrony przeciwsłonecznej potwierdzonego odpowiednimi badaniami gotowego produktu.



Filtr UV: składnik dopuszczony do stosowania w produktach przeciwsłonecznych, którego funkcją jest pochłanianie, odbijanie lub rozpraszanie części promieniowania.

! UWAGA

Olej z awokado, olej marchewkowy, olej kokosowy, oliwa z oliwek i olej migdałowy nie powinny być samodzielnie opisywane jako pełnowartościowy filtr przeciwsłoneczny.

Nie należy przypisywać domowej recepturze konkretnej wartości SPF bez przeprowadzenia badań gotowego produktu.



CZEGO UNIKAĆ W PRODUKCIE EDUKACYJNYM

- o tabel przypisujących olejom roślinnym pewne wartości SPF;
- o obietnic pełnej ochrony na podstawie koloru produktu;
- o określania kremu jako „blokującego promieniowanie”;
- o twierdzenia, że naturalny produkt nie wymaga ponownej aplikacji;
- o sugerowania, że oleje zastępują przebadany preparat przeciwsłoneczny;
- o tworzenia receptury z przypadkową ilością proszków mineralnych.



6 PORÓWNANIE RÓL I MOŻLIWOŚCI DEKLARACJI SPF



Produkt	Główna funkcja	Czy można deklarować SPF bez badań?
Krem nawilżający	Komfort i nawilżenie skóry	⊗ Nie
Serum olejowe	Emolientowa pielęgnacja	⊗ Nie
Balsam ochronny	Ograniczenie przesuszenia	⊗ Nie
Produkt z antyoksydantami	Wsparcie pielęgnacyjne	⊗ Nie
Przebadany produkt przeciwsłoneczny	Ochrona przed promieniowaniem UV	⊙ Wyłącznie zgodnie z wynikami badań



Lekki krem dzienny z awokado i olejem migdałowym

Codzienna emulsja pielęgnacyjna wspierająca miękkość i komfort skóry

Olej z awokado może nadawać recepturze bardziej odżywczy charakter, natomiast olej ze słodkich migdałów pomaga uzyskać miękkie, kremowe odczucie. Oba składniki powinny stanowić kontrolowaną część fazy olejowej.



Struktura receptury

FAZA	SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
A	Woda destylowana lub łagodny hydrolat	57,70	57,70
A	Humektant (gliceryna roślinna)	4,00	4,00
B	Emulgator (emulgator do emulsji O/W)	3,50	3,50
B	Olej z awokado (tłoczony na zimno)	8,00	8,00
B	Olej ze słodkich migdałów	7,00	7,00
B	Lżejszy emolient (skwalan roślinny)	4,00	4,00
B	Składnik wspierający strukturę emulsji (alkohol cetylowy)	1,00	1,00
B	Antyoksydant do fazy olejowej (witamina E – tokoferol)	0,50	0,50
C	Konserwant (zgodnie z zaleceniem producenta)	0,80	0,80
C	Regulator pH (kwas cytrynowy 10% roztwór lub kwas mlekowy)	0,30	0,30
D	Wersja bezzapachowa lub bardzo łagodny zapach (0,02–0,05%)	0,20	0,20
	RAZEM	100,00	100,00

Pełna procedura wykonania

- 1 Podgrzej fazę A do 70–75 °C. Podgrzej fazę B do 70–75 °C.
- 2 W osobnym naczyniu odważ fazę B i połącz z fazą A przy tej samej temperaturze. Homogenizuj 2–3 minuty mikserem ręcznym do uzyskania emulsji.
- 3 Chłódź mieszając delikatnie do 40–45 °C, a następnie dodaj składniki fazy C. Kontynuuj chłodzenie do 30–35 °C.
- 4 Dostosuj pH do zakresu 5,0–5,5 używając roztworu kwasu cytrynowego lub mlekowego.
- 5 Sprawdź konsystencję i zapach. Przelej do opakowań i pozostaw do oceny po 24 godzinach.

Profil produktu



Rodzaj skóry: normalna lub sucha

Konsystencja: lekki krem



Wykończenie: gładkie, bez ciężkiej warstwy



Zastosowanie: codzienna pielęgnacja poranna



Opakowanie: airless lub higieniczna pompka



Miejsce w rutynie: przed osobnym, przebadanym produktem przeciwsłonecznym



Receptura zawiera olej ze słodkich migdałów. Informację tę należy wyraźnie uwzględnić w dokumentacji, opisie i oznakowaniu produktu.

Kolejność porannej pielęgnacji

- 1 Łagodne oczyszczanie.
- 2 Tonik lub serum, jeżeli jest stosowane.
- 3 Lekki krem dzienny.
- 4 Przebadany produkt przeciwsłoneczny.
- 5 Makijaż, jeżeli jest stosowany.

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal do korekty
Rozprowadzanie	Krem równomiernie się rozprowadza, nie roluje się ani nie ciągnie.	Krem jest zbyt treściwy lub pozostawia smugi. Zwiększ fazę wodną lub lepszy emolient.
Wchłanianie	Wchłanianie się w ciągu kilku minut, pozostawiając miękkie wykończenie.	Zbyt długi film na skórze. Zredukuj tłoczne fazy olejowe lub dodaj lżejszy emolient.
Konsystencja	Lekka, aksamitna, stabilna emulsja bez rozwarstwienia.	Zbyt rzadka lub zbyt gęsta. Skoryguj ilość zagęstnika lub fazy wodnej.
Zapach	Neutralny lub bardzo łagodny, przyjemny i nienachalny.	Zapach zbyt intensywny lub nieprzyjemny. Zmniejsz dawkę lub wybierz łagodniejszą kompozycję.
pH	5,0–5,5 po ustabilizowaniu.	pH poza zakresem. Skoryguj odpowiednio regulatorem pH.
Współpraca z filtrem	Krem dobrze współpracuje z produktem przeciwsłonecznym, nie roluje się.	Rolenie lub ścieranie pod filtrem. Zoptymalizuj recepturę lub zmniejsz ilość silikonów.



Antyoksydacyjne serum olejowe z marchwią i awokado

Odżywcza mieszanka olejowa
do wieczornej lub uzupełniającej pielęgnacji skóry

Struktura receptury

SKŁADNIK	GRAMY (g)	%
Lekki olej bazowy (np. skwalan roślinny lub olej z pestek winogron)	20,00	20,00
Olej z awokado	45,00	45,00
Macerat marchwiowy (olejowy wyciąg z marchwi)	20,00	20,00
Olej jojoba lub inny stabilny emolient (np. olej z dzikiej róży)	10,00	10,00
Antyoksydant (np. naturalna witamina E)	4,50	4,50
Wersja bez olejku eterycznego (wariant podstawowy)	100,00	100,00

Rodzaje surowców marchwiowych



A Macerat marchwiowy

- olejowy wyciąg z marchwi;
- może nadawać produktowi ciepły kolor;
- powinien mieć określoną specyfikację i jakość kosmetyczną.



B Olej z nasion marchwi

- tłoczony olej roślinny;
- stosowany jako składnik fazy olejowej;
- nie jest tym samym co olejek eteryczny.



C Olejek eteryczny z nasion marchwi

- silnie skoncentrowany składnik aromatyczny;
- wymaga ścisłej kontroli stężenia;
- nie powinien być stosowany przypadkowo;
- nie jest konieczny do stworzenia wartościowego serum.

Procedura przygotowania

- Minimalizuj kontakt surowców i gotowego serum z powietrzem. Pracuj powoli i zamykaj opakowania.
- Używaj opakowań, które chronią przed światłem: ciemne szkło lub nieprzezroczyste tworzywo.
- Wykonaj test zabarwienia na skórze i tkaninach: nałóż kroplę serum na wewnętrzną stronę nadgarstka i na kawałek jasnej tkaniny.
- Serum najlepiej stosować wieczorem lub jako uzupełnienie rutyny dziennej.
- Używaj 1–3 kropli na twarz i szyję, delikatnie wmasowując.
- Przechowuj w chłodnym, ciemnym miejscu i zużyj w rozsądnym czasie.



Serum z marchwią nie jest filtrem przeciwsłonecznym.

Nie wolno przypisywać mu następujących właściwości ani ich sugerować w przekazie lub oznakowaniu:



oznaczenia SPF;



obietnicy ochrony UVA lub UVB;



informacji o zastępowaniu kremu przeciwsłonecznego;



deklaracji odporności na wodę;



zapewnienia o ochronie przez określoną liczbę godzin.

Warianty receptury

	Wariant receptury	Główny profil	Najważniejsza kontrola
	Marchew i awokado	Bogaty i odżywczy	Tłustość i kolor
	Marchew i jojoba	Lżejszy	Szybkość wchłaniania
	Marchew i dzika róża	Intensywnie botaniczny	Utlenianie
	Marchew bez zapachu	Minimalistyczny	Naturalny aromat surowców
	Marchew na noc	Bogatsza mieszanka	Ilość aplikowanego produktu

Oznaki pogorszenia jakości



Zapach przypominający zjełczały tłuszcz.



Wyraźne ściemnienie.



Zmiana lepkości.



Nietypowy osad.



Pogorszenie komfortu skóry.

Bezpieczna rutyna ochronna i kontrola produktów dziennych

1 Codzienna rutyna ochronna

Rano:



W ciągu dnia:



2 Co może wspierać codzienną pielęgnację?

- dobrze dobrany krem nawilżający;
- serum z antyoksydantami;
- łagodne oczyszczanie;
- ograniczenie przesuszających produktów;
- ochrona mechaniczna w postaci odzieży i cienia;
- regularne obserwowanie reakcji skóry.

3 Czego nie może zastąpić serum olejowe?

- przebadanego produktu przeciwsłonecznego;
- odpowiedniej ilości aplikowanego filtra;
- ponownej aplikacji;
- ochrony mechanicznej;
- profesjonalnej oceny zmian skórnych.

4 Kontrola deklaracji produktu

- ☐ 1. Czy użyto wyłącznie surowców kosmetycznych o znanej czystości?
- ☐ 2. Czy nie zastosowano intensywnych olejków eterycznych ani kompozycji zapachowych?
- ☐ 3. Czy konserwant jest skuteczny w docelowym pH formuły?
- ☐ 4. Czy pH zostało zmierzone po całkowitym wystudzeniu emulsji?
- ☐ 5. Czy emulsja jest stabilna podczas testu krótkoterminowego?
- ☐ 6. Czy krem nie migruje do oka i nie powoduje podrażnień?
- ☐ 7. Czy opakowanie precyzyjnie dozuje bardzo małą ilość produktu?
- ☐ 8. Czy wykonano test platkowy przed pierwszym użyciem?
- ☐ 9. Czy formuła została oceniona po 24 h, 7 dniach i 30 dniach?
- ☐ 10. Czy przeprowadzono ocenę bezpieczeństwa profesjonalną przed wprowadzeniem do sprzedaży?

Kontrola jakości kremu dziennego

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal ostrzegawczy
Stabilność	Emulsja stabilna, bez rozwarstwienia i osadu.	Rozwarstwienie, grudki, zmiana lepkości.
Wchłanianie	Lekka, komfortowa, dobrze się wchłania.	Długo się wchłania, pozostawia tłustą warstwę.
Współpraca z filtrem	Nie roluje się, nie migruje przy odpowiedniej ilości.	Rolowanie, ścieranie, wytwarzanie białego filmu.
Zapach	Delikatny, zgodny z użytymi składnikami.	Zbyt intensywny, drażniący lub sztuczny zapach.
pH	Zakres 5,0–5,5.	Poza zakresem 4,5–6,0.
Opakowanie	Airless, ciemne szkło lub nieprzepuszczalne tworzywo, dobrze dozuje.	Nieszczelne, przeźroczyste, dozuje zbyt dużo produktu.
Deklaracje	Etykieta zgodna z przepisami, nie sugeruje działania SPF.	Użycie określeń SPF, UV-block, sun protection bez badań.



Nie deklaruj SPF bez badań

Tylko badania in vivo określają wartość SPF. Bez takich badań nie deklaruj SPF, UV-block, sun protection, broad spectrum ani PA.



bez deklaracji SPF bez badań



bez deklaracji UV-block



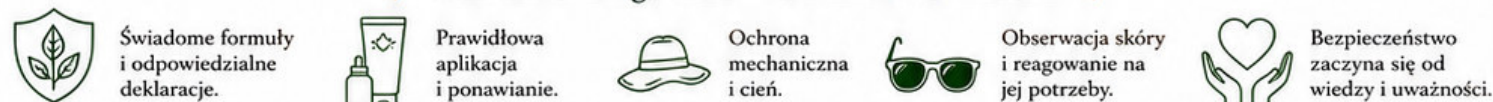
bez deklaracji broad spectrum



bez deklaracji PA/PA+++



Ochrona każdego dnia – to suma wielu działań





sucha

tłusta

mieszana

wrażliwa



Moduł 12 – Receptury ukierunkowane na potrzeby skóry i włosów

Praktyczne zestawy dla skóry
suchej, tłustej, mieszanej i wrażliwej
oraz dla różnych typów włosów

Naucz się budować prostą, spójną
pielęgnację na podstawie rzeczywistych
potrzeb skóry i włosów, bez nadmiaru
produktów oraz przypadkowego łączenia
składników.

W tym module poznasz gotowe kierunki
receptur, schematy rutyn oraz zasady
obserwowania reakcji skóry i włosów.
Każdy zestaw będzie zawierał produkt
oczyszczający, pielęgnujący i uzupełniający.



suche



cienkie



szybko
przetłuszczające się



Zestaw pielęgnacyjny dla skóry suchej

Spójna rutyna dla skóry, która często odczuwa napięcie, szorstkość lub dyskomfort.

Jak rozpoznać skórę suchą?

- uczucie napięcia po myciu;
- szorstkość;
- matowy wygląd;
- łuszczenie;
- mniejszy komfort w chłodnym lub suchym powietrzu;
- potrzeba regularnego stosowania kremu.



Skóra sucha opisuje rodzaj skóry, natomiast odwodnienie może pojawić się również przy skórze tłustej lub mieszanej.

A Kremowe mleczko oczyszczające

KLUCZOWE SKŁADNIKI

- łagodna faza wodna
- humektant
- lekki emolient
- olej jojoba lub migdałowy
- emulgator
- konservant
- regulator pH



Test splukiwania bez pozostawiania bardzo ciężkiej warstwy.

B Serum nawilżające

KLUCZOWE SKŁADNIKI

- woda destylowana lub hydrolat
- humektanty w kontrolowanym stężeniu
- odpowiedni surowiec aloesowy
- składnik łagodzący
- zagęstnik
- konservant
- regulator pH



Lekka, żelowa konsystencja.



Stosuj pod krem.

C Krem ochronny z awokado i jojobą

KLUCZOWE SKŁADNIKI

- faza wodna
- humektant
- emulgator
- olej z awokado
- olej jojoba
- składnik strukturotwórczy
- antyoksydant
- konservant
- regulator pH



Sposób regulowania bogactwa emulsji (ilości olejów i składników tłustych).

Rutyna dla skóry suchej

Rano



Delikatne oczyszczanie lub samo przemycie wodą



Serum nawilżające



Krem ochronny



Przebadany produkt przeciwsłoneczny

Wieczorem



Olejek emulgujący lub mleczko



Łagodny produkt oczyszczający, gdy potrzebny jest drugi etap



Serum



Krem lub kilka kropli olejku na wilgotną skórę



Najczęstsze błędy



- zbyt gorąca woda;
- intensywne mycie kilka razy dziennie;
- codzienne peelingi;
- nadmiar intensywnych zapachów;
- nakładanie samego oleju na bardzo przesuszoną, całkowicie suchą skórę;
- zbyt częsta zmiana produktów;
- pomijanie próby uczuleniowej.

Zestaw pielęgnacyjny dla skóry tłustej i mieszanej

1 Jak rozpoznać skórę tłustą?

- szybkie pojawianie się połysku;
- bardziej widoczne ujścia mieszków włosowych;
- częstsze występowanie zaskórników;
- potrzeba lekkich, dobrze spłukujących się produktów;
- możliwość jednoczesnego odwodnienia.



2 Jak rozpoznać skórę mieszaną?

- większy połysk w strefie czoła, nosa i brody;
- bardziej suche lub normalne policzki;
- różne potrzeby poszczególnych obszarów twarzy;
- konieczność unikania jednego bardzo agresywnego produktu na całą twarz.



A Lekki żel oczyszczający



- woda destylowana lub hydrolat
- łagodny system myjący
- humektant
- ekstrakt rozmarynowy/ miętowy/ z zielonej herbaty
- zagęstnik
- konserwant
- regulator pH

Delikatne spienianie o niskim napowietrzeniu. Po spłukaniu skóra powinna być czysta, ale komfortowa.

B Lekki tonik z granatem lub miętą



- faza wodna
- kosmetyczny ekstrakt
- humektant
- składnik wspierający komfort skóry
- konserwant
- regulator pH

Wersja bez dodatkowego zapachu. Sprawdź osad po 24 h i stabilność receptury w 7 i 30 dniach.

C Krem-żel z jojobą



- lekka faza wodna
- humektant
- niewielka ilość oleju jojoba
- lekki emulgator
- składnik żelujący
- konserwant
- regulator pH

Pełny proces przygotowania z odpowiednim chłodzeniem faz. Test rolowania pod produktem przeciwsłonecznym.

4 Rutyna dla skóry tłustej i mieszanej

Rano

- 1 Lekki żel oczyszczający
- 2 Tonik z granatem lub miętą
- 3 Krem-żel z jojobą
- 4 Ochrona przeciwsłoneczna

Wieczorem

- 1 Lekki żel oczyszczający
- 2 Tonik z granatem lub miętą
- 3 Krem-żel z jojobą

5 Nie przesuszaj skóry

Nadmierne odtłuszczenie może prowadzić do:

- napięcia;
- zaczerwienienia;
- zwiększonego dyskomfortu;
- łuszczenia;
- trudniejszej tolerancji składników aktywnych;
- potrzeby nakładania coraz cięższych produktów.



6 Jak dostosować produkty do potrzeb skóry?

Problem	Możliwa modyfikacja
 Krem jest zbyt ciężki	Zmniejsz ilość oleju jojoba, użyj lżejszego emulgatora lub zwiększ składnik żelujący.
 Skóra jest napięta po myciu	Zwiększ ilość humektantów, użyj jeszcze łagodniejszego systemu myjącego.
 Tonik szczypie	Obniż stężenie ekstraktu lub składników aktywnych, sprawdź pH (5,0–5,5).
 Produkt roluje się	Zmień zagęstnik na bardziej kompatybilny, zmniejsz ilość emolientu lub silikonów.
 Policzki są suche	Zwiększ humektanty i składniki wspierające barierę, rozważ odrobinę skwalanu.
 Strefa T szybko się błyszczy	Dodaj składniki seбореulujące, lekkie ekstrakty roślinne lub cynk PCA.

Minimalistyczny zestaw dla skóry wrażliwej

Cechy skóry wrażliwej

- ✓ pieczeniem;
- ✓ zaczerwienieniem;
- ✓ swędzeniem;
- ✓ uczuciem gorąca;
- ✓ napięciem;
- ✓ nietolerancją intensywnych zapachów;
- ✓ dyskomfortem po częstym złuszczeniu.



Utrzymujące się, nasilone lub nagłe objawy powinny być skonsultowane z odpowiednim specjalistą. Kosmetyk nie zastępuje diagnozy ani leczenia.



A Bezzapachowa emulsja oczyszczająca

- krótki skład
- woda destylowana
- łagodny emulgator
- lekki emolient
- humektant
- konserwant
- regulator pH
- brak olejków eterycznych
- brak cząsteczek peelingujących
- dokładny test splukiwania



B Serum rumiankowe lub owsiane

- wodna baza
- jeden starannie dobrany ekstrakt kosmetyczny
- humektant
- prosty zagęstnik
- konserwant
- regulator pH
- wersja całkowicie bezzapachowa
- kontrola osadu i zmiany koloru



C Lekki krem barierowy

- faza wodna
- humektant
- emulgator
- niewielka ilość dobrze tolerowanego emolientu
- olej jojoba lub inny lekki olej
- składnik wspierający strukturę kremu
- konserwant
- regulator pH
- opakowanie airless



Zasada jednego nowego produktu

- Wprowadzić tylko jeden nowy kosmetyk.
- Stosować go początkowo w małej ilości.
- Obserwować skórę przez kilka dni.
- Nie dodawać jednocześnie kolejnych intensywnych produktów.
- Przerwać stosowanie przy utrzymującym się dyskomforcie.
- Zapisać reakcję w dzienniku pielęgnacji.



Składniki wymagające szczególnej ostrożności

- ❌ przy aktywnym podrażnieniu
- ❌ na uszkodzoną skórę
- ❌ po silnym zabiegu kosmetycznym
- ❌ w przypadku pieczenia lub bólu
- ❌ bezpośrednio po intensywnym złuszczeniu chemicznym
- ❌ w okolicach oczu
- ❌ częściej, niż skóra dobrze toleruje



Prosty dziennik reakcji skóry

Nazwa produktu
 Data pierwszego użycia
 Miejsce aplikacji
 Ilość produktu
 Reakcja po 15 minutach
 Reakcja po 24 godzinach
 Reakcja po 3 dniach
 Czy stosowanie kontynuowano?
 Dodatkowe uwagi



Kalendarz obserwacji

Dzień	1	2	3	4	5	6	7
Nawilżenie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zaczerwienienie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pieczenie / uczucie gorąca	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Swędzenie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ogólny komfort	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Skala: 0 – brak, 1 – lekkie, 2 – umiarkowane, 3 – silne

Zestaw pielęgnacyjny dla włosów suchych, matowych i zniszczonych

🔍 Jak rozpoznać potrzeby suchych włosów?

- szorstkość;
- matowy wygląd;
- trudność w rozczesywaniu;
- splątanie;
- zwiększona łamliwość końców;
- brak elastyczności;
- pogorszenie wyglądu po częstym używaniu wysokiej temperatury.

🌿 Włosy zniszczone nie regenerują się biologicznie jak żywa tkanka. Kosmetyki mogą poprawiać ich wygląd, poślizg, miękkość i ograniczać dalsze uszkodzenia mechaniczne.

A Łagodny szampon arganowo-kokosowy

- woda destylowana
- łagodny system myjący
- humektant
- niewielka ilość oleju arganowego
- lekki surowiec pochodzenia kokosowego
- składnik kondycjonujący
- solubilizator jeżeli potrzebny
- konserwant
- zagęstnik
- regulator pH
- pełna procedura
- test obciążenia włosów



B Odżywka z jojobą i masłem kokosowym

- faza wodna
- humektant
- emulgator kondycjonujący
- olej jojoba
- kontrolowana ilość masła kokosowego
- składnik poprawiający poślizg
- konserwant
- regulator pH
- sposób przygotowania emulsji
- test splukiwania
- ocena miękkości po wysuszeniu



C Serum na końcówki

- lekki emolient bazowy
- niewielka ilość oleju arganowego
- olej jojoba
- przeciwutleniacz
- wersja bez substancji zapachowej
- instrukcja stosowania jednej lub dwóch kropli
- test obciążenia na włosach cienkich i grubych



🌿 Rutyna pielęgnacyjna

- 1 Delikatnie umyj włosy łagodnym szamponem.
- 2 Dokładnie spłucz letnią wodą.
- 3 Osusz włosy ręcznikiem, nie pocieraj.
- 4 Nałóż odżywkę na długości włosów, omijając nasadę.
- 5 Pozostaw na kilka minut i spłucz dokładnie.
- 6 Na lekko wilgotne lub suche końcówki nałóż jedną-dwie krople serum.
- 7 Wysusz jak zwykle niską lub średnią temperaturą.

⚠️ Najczęstsze przyczyny obciążenia

- nadmiar kosmetyków bez potrzeby;
- zbyt ciężkie oleje i masła w dużych ilościach;
- niedokładne splukiwanie odżywki;
- nakładanie odżywki na skórę głowy;
- zbyt częsta stylizacja i wysokie temperatury;
- zbyt dużo produktów silikonowych;
- brak regularnego oczyszczania włosów.

🌿 Schemat aplikacji



- Odżywka – nakładaj tylko na długości włosów, omijając skórę głowy.
- Serum – aplikuj na same końcówki.

Kryterium	Prawidłowy efekt	Sygnal do korekty
Rozczesywanie	Włosy łatwo się rozczesują, bez szarpania.	Trudności przy rozczesywaniu, ciągnięcie, splątanie.
Miękkość	Włosy miękkie, przyjemne w dotyku.	Włosy szorstkie, suche w dotyku, brak gładkości.
Połysk	Naturalny połysk, zdrowy wygląd.	Matowe, pozbawione blasku, wygląd zmęczony.
Objętość	Lekkość u nasady, naturalna objętość.	Przyklepnięte, ciężkie, szybko tracą objętość.
Kończówki	Gładkie, elastyczne, bez rozdławiania.	Rozdwajanie, suche, łamliwe, postrzępione.
Skóra głowy	Komfort, brak swędzenia, bez przetłuszczania.	Swędzenie, uczucie ciężkości, szybkie przetłuszczanie się.

Zestaw pielęgnacyjny dla włosów cienkich i szybko przetłuszczających się

Lekki zestaw, który dokładnie oczyszcza skórę głowy, nie obciąża długości i pomaga zachować naturalną objętość.



1 Jak rozpoznać potrzeby włosów cienkich?

- mała średnica pojedynczego włosa;
- szybka utrata objętości;
- łatwe obciążanie olejami i masłami;
- tendencja do przyklepania u nasady;
- potrzeba lekkich, łatwych do spłukania produktów;
- większa podatność na uszkodzenia mechaniczne.

2 Jak rozpoznać skórę głowy szybko przetłuszczającą się?

- widoczny nadmiar sebum przy nasadzie;
- szybka utrata świeżości fryzury;
- sklejanie się włosów;
- potrzeba regularnego, ale łagodnego oczyszczania;
- możliwość jednoczesnego występowania suchych końcówek.



Przetłuszczająca się skóra głowy i suche końcówki mogą występować jednocześnie. Szampon należy dobierać głównie do skóry głowy, natomiast odżywkę do kondycji długości i końcówek.

A Lekki szampon z rozmarynem i miętą

- dokładna wielkość partii;
- pełny skład w gramach i procentach;
- woda destylowana lub hydrolat;
- łagodny system myjący;
- ekstrakt rozmarynowy;
- łagodny surowiec miętowy;
- humektant w kontrolowanej ilości;
- lekki składnik kondycjonujący;
- zagęstnik;
- konserwant;
- regulator pH;
- pełna procedura przygotowania;
- test piany i łatwości spłukiwania.



B Lekka odżywka z jojobą

- faza wodna;
- lekki emulgator kondycjonujący;
- niewielka ilość oleju jojoba;
- humektant;
- składnik poprawiający rozczesywanie;
- konserwant;
- regulator pH;
- procedura przygotowania emulsji;
- test obciążenia włosów;
- instrukcja nakładania wyłącznie na długości i końce.



C Ziołowa mgielka do włosów

- woda destylowana lub hydrolat;
- odpowiedni ekstrakt ziołowy;
- bardzo lekki humektant;
- składnik kondycjonujący rozpuszczalny w wodzie;
- konserwant;
- regulator pH;
- pełny proces przygotowania;
- opakowanie z delikatnym atomizerem;
- test pozostałości na włosach po wyschnięciu.



Rutyna pielęgnacyjna

- Dokładnie zmoczyć skórę głowy i włosy.
- Rozprowadzić szampon przede wszystkim przy nasadzie.
- Masować opuszkami palców bez intensywnego drapania.
- Pozwolić pianie spłynąć po długości włosów.
- Dokładnie spłukać.
- Nalożyć niewielką ilość odżywki na długości i końce.
- Ponownie dokładnie spłukać.
- Mgielek stosować oszczędnie, głównie na długości.



Najczęstsze przyczyny utraty objętości

- zbyt bogata odżywka;
- nakładanie masek bezpośrednio przy nasadzie;
- nadmiar oleju w szamponie;
- niedokładne spłukiwanie;
- stosowanie dużej ilości serum;
- nakładanie kilku produktów bez spłukiwania jednocześnie;
- zbyt duża ilość produktu podczas jednego użycia.

Pielęgnacja sezonowa

Warunki	Możliwa zmiana rutyny
Gorące lato	Lżejsze produkty i dokładne oczyszczanie po poceniu.
Chłodna zima	Ochrona długości przed tarciem i suchym powietrzem.
Wysoka wilgotność	Mniejsza ilość ciężkich produktów bez spłukiwania.
Suche powietrze	Lekka mgielka i ochrona końcówek.
Częste noszenie czapki	Regularne mycie i dokładne suszenie skóry głowy.
Basen lub morze	Spłukanie włosów czystą wodą i zastosowanie odżywki.



Moduł 13 – Praktyka tworzenia własnej kolekcji kosmetyków

Od pierwszego pomysłu do spójnej serii produktów,
kart receptur i partii testowych

Naucz się wybierać receptury, planować ich zastosowanie,
dokumentować każdą partię i tworzyć kolekcję, która jest
zrozumiała, funkcjonalna oraz dopasowana do konkretnej
grupy użytkowników.

W tym module uporządkujesz swoją pracę krok po kroku.
Zdefiniujesz odbiorcę kolekcji, wybierzesz produkty
podstawowe, zaplanujesz warianty, przygotujesz system nazw,
etykiet i kontroli każdej wykonanej partii.





Jak zaplanować własną kolekcję kosmetyków



1

Krok 1 Określ odbiorcę

Przykładowe kierunki:

- pielęgnacja skóry suchej
- minimalistyczna pielęgnacja skóry wrażliwej
- lekka pielęgnacja skóry mieszanej
- pielęgnacja włosów suchych
- zestaw dla włosów cienkich
- kolekcja produktów bez substancji zapachowych
- podstawowy zestaw dla początkujących



2

Krok 2 Określ główną potrzebę

- jaki problem użytkowy ma rozwiązywać seria;
- jaki rodzaj skóry lub włosów ma obsługiwać;
- jak produkty będą stosowane razem;
- których składników należy unikać;
- jaki poziom prostoty ma mieć rutyna.



3

Krok 3 Wybierz produkty podstawowe



Przykładowa kolekcja do twarzy

- 1 Produkt oczyszczający
- 2 Tonik lub lekkie serum
- 3 Krem
- 4 Olejek uzupełniający
- 5 Produkt specjalny stosowany okresowo



Przykładowa kolekcja do włosów

- 1 Szampon
- 2 Odżywka
- 3 Maska stosowana okresowo
- 4 Mgielka bez spłukiwania
- 5 Serum na końcówki

4

Krok 4 Ustal wspólną logikę składników

- jednym głównym ekstrakcie botanicznym;
- wspólnym profilem zapachowym;
- podobnym poziomem lekkości;
- jednej grupie docelowej;
- jednolitym standardzie opakowań;
- wersji bezzapachowej;
- spójnej kolorystyce.



5

Krok 5 Ogranicz liczbę produktów startowych

Rekomendowana struktura:

- jeden produkt oczyszczający;
- jeden produkt pielęgnujący;
- jeden produkt uzupełniający;
- jeden wariant opcjonalny;
- maksymalnie kilka receptur testowanych jednocześnie.



Dobra kolekcja powinna być

- zrozumiała;
- spójna;
- łatwa do stosowania;
- możliwa do powtarzania;
- dokładnie udokumentowana;
- dopasowana do konkretnej potrzeby;
- pozbawiona produktów pełniących tę samą funkcję bez uzasadnienia.



ODBIORCA

Poznaj grupę docelową i jej styl pielęgnacji.



POTRZEBA

Określ główny problem i priorytety pielęgnacji.



PRODUKTY PODSTAWOWE

Dobierz niezbędne produkty wspierające wybraną potrzebę.



WSPÓLNE SKŁADNIKI

Zbuduj spójność na bazie wspólnej logiki składników.



TESTY

Oceń skuteczność, stabilność i komfort stosowania.



GOTOWA KOLEKCJA

Spójna, praktyczna i dopasowana kolekcja gotowa do użycia.



Karta planowania kolekcji



Nazwa robocza kolekcji:



Główny odbiorca:



Potrzeba skóry lub włosów:



Produkt 01:



Produkt 02:



Produkt 03:



Produkt 04:



Wspólny składnik botaniczny:



Profil zapachowy:



Preferowane opakowania:



Planowana kolejność stosowania:



Składniki wykluczone:



Główne kryterium sukcesu:

System nazw, wariantów i identyfikacji kolekcji

1 Trzy poziomy nazewnictwa

1. Nazwa kolekcji	2. Nazwa produktu	3. Nazwa wariantu
- Łagodna Równowaga - Botaniczne Nawilżenie - Zielony Rytuał - Lekkość Włosów - Codzienna Ochrona - Minimalistyczna Pielęgnacja	- łagodny żel oczyszczający - nawilżające serum do twarzy - lekki krem dzienny - ziołowy szampon - kremowa odżywka - serum na końcówki	- rumianek - aloes - rozmaryn - jojoba - granat - bez zapachu

2 System kodowania receptur

Kategoria – Numer receptury – Numer wersji

- TW-01-V1 — pierwszy produkt do twarzy, wersja pierwsza
- WL-02-V3 — drugi produkt do włosów, wersja trzecia
- CI-01-V2 — pierwszy produkt do ciała, wersja druga
- MY-04-V1 — czwarta receptura mydła, wersja pierwsza

Nigdy nie nadpisuj poprzedniej wersji

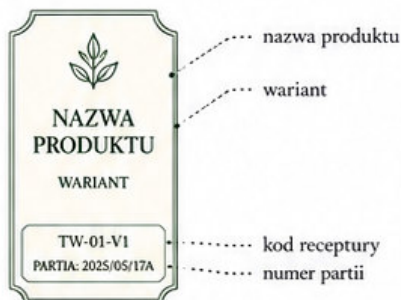
- nowy numer wersji
- opis wprowadzonych zmian
- nowa data wykonania
- wynik testu
- oddzielna karta partii
- decyzja o przyjęciu lub odrzuceniu wariantu

4 Matryca kolekcji

Kod	Nazwa produktu	Wariant	Status
TW-01-V1	Żel oczyszczający	Rumianek	Pierwszy test
TW-02-V2	Serum nawilżające	Aloes	Do poprawy
TW-03-V1	Lekki krem	Jojoba	Obserwacja
WL-01-V3	Szampon	Rozmaryn	Zatwierdzony wewnętrznie
WL-02-V1	Odżywka	Kokos	Pierwszy test

5 Kierunek identyfikacji wizualnej

- jeden kolor główny dla całej marki
- osobny subtelny kolor dla każdej kategorii
- wspólny styl etykiet
- czytelna nazwa produktu
- widoczny kod receptury i partii
- ograniczona liczba ilustracji
- brak obietnic, których produkt nie może potwierdzić
- wysoki kontrast i dobra czytelność tekstu



6 Kolory kategorii

Twarz	Delikatny róż lub szalwia
Włosy	Zieleń rozmarynowa
Ciało	Ciepły beż
Mydła	Naturalna oliwka
Produkty specjalne	Stonowane złoto
Wersje bezzapachowe	Biel i jasnoszary



Spójny system – przejrzyste nazwy – wiarygodność i zaufanie

Etykieta, dokumentacja i informacje o produkcie



PARTIA TESTOWA NIE DO SPRZEDAŻY

Receptura: *Krem nawilżający z awokado*
Kod: *K-NAW-AVO-01*
Wersja: *1.0*
Partia: *T-250519-01*
Data przygotowania: *19.05.2025*
Masa partii: *250 g*
Wykonał(a): *A. K.*
Konservant: *Cosgard*
pH zmierzono: *5,2*
Observacje planowane: *19.05 / 26.05 / 02.06*

PARTIA TESTOWA —
NIE DO SPRZEDAŻY



1 Robocza etykieta partii testowej

- nazwę receptury
- kod receptury
- numer wersji
- numer partii
- datę przygotowania
- masę partii
- nazwisko lub inicjały osoby wykonującej
- rodzaj zastosowanego konserwantu
- zmierzone pH, gdy dotyczy
- planowane daty obserwacji
- informację „PARTIA TESTOWA — NIE DO SPRZEDAŻY”

2 Karta surowca

- nazwę handlową
- nazwę INCI
- producenta lub dostawcę
- numer partii surowca
- datę zakupu
- datę ważności
- warunki przechowywania
- zalecane stężenie użycia
- dokumenty otrzymane od dostawcy
- uwagi dotyczące rozpuszczalności i temperatury



INCI: ujednolicona
nazwa składnika
kosmetycznego
stosowana w wykazie
składników produktu.

4 Wzór roboczego opisu produktu

Nazwa produktu:
Rodzaj produktu:
Przeznaczenie:
Sposób stosowania:
Ostrzeżenia:
Wykaz składników roboczych:
Masa lub objętość:
Numer partii:
Data przygotowania:
Warunki przechowywania:
Osoba odpowiedzialna
za test wewnętrzny:



5 Produkt przeznaczony do sprzedaży

Przed wprowadzeniem kosmetyku na rynek Unii Europejskiej osoba odpowiedzialna musi zapewnić między innymi ocenę bezpieczeństwa i raport bezpieczeństwa produktu, a także przechowywać dokumentację produktu. Wymagane informacje o kosmetyku przekazuje się przed wprowadzeniem go na rynek przez portal CPNP.



Etykieta przygotowana w domu nie zastępuje

- profesjonalnej oceny bezpieczeństwa;
- raportu bezpieczeństwa produktu kosmetycznego;
- dokumentacji produktu;
- wymaganej weryfikacji składu;
- prawidłowego oznakowania;
- wymaganych badań;
- obowiązków osoby odpowiedzialnej;
- zgłoszenia produktu przed wprowadzeniem na rynek.

6 Kontrola twierdzeń marketingowych

Nie stosować bez odpowiedniego uzasadnienia określeń:

- „leczy”;
- „usuwa chorobę skóry”;
- „gwarantuje brak alergii”;
- „całkowicie bezpieczny dla każdego”;
- „nie wymaga konserwantu”;
- „ma potwierdzony SPF”, gdy nie wykonano badań;
- „hipoalergiczny” wyłącznie na podstawie naturalnego składu;
- „dermatologicznie przebadany”, gdy nie wykonano odpowiednich badań.

Partie testowe, kontrola zmian i zatwierdzenie kolekcji

1) Trzy etapy pracy nad recepturą

1

Etap 1 — Prototyp

CELE:

- ✓ sprawdzić możliwość wykonania receptury;
- ✓ ocenić wstępną konsystencję;
- ✓ rozpoznać problemy technologiczne;
- ✓ przygotować niewielką ilość produktu.

2

Etap 2 — Partia poprawiona

CELE:

- ✓ zastosować tylko jasno opisane zmiany;
- ✓ porównać produkt z prototypem;
- ✓ ocenić pH, wygląd, zapach i aplikację;
- ✓ sprawdzić zgodność z planowanym opakowaniem.

3

Etap 3 — Wersja kandydacka

CELE:

- ✓ powtórzyć recepturę bez kolejnych przypadkowych zmian;
- ✓ potwierdzić możliwość uzyskania podobnego rezultatu;
- ✓ skompletować dokumentację roboczą;
- ✓ przekazać produkt do dalszych wymaganych ocen i badań.

2) Karta porównania wersji

Kryterium	Wersja 1	Wersja 2	Wersja 3
 Konsystencja			
 Kolor			
 Zapach			
 pH			
 Łatwość aplikacji			
 Spłukiwanie			
 Stabilność wizualna			
 Kompatybilność z opakowaniem			
 Ogólna ocena			

3) Zasada jednej kontrolowanej zmiany

Wprowadź tylko jedną zmianę na raz i dokładnie ją udokumentuj.
Pozostałe elementy receptury muszą pozostać bez zmian.



Dzięki temu łatwiej określić, która zmiana wpłynęła na rezultat.

4) Status receptury

 DO POPRAWY	produkt wymaga kolejnej wersji
 ODRZUCONA	receptura nie spełnia założeń
 OBSERWACJA	potrzebny jest dodatkowy czas
 POWTÓRZENIE	należy wykonać identyczną partię
 KANDYDAT	receptura może przejść do dalszej oceny
 NIE DO UŻYCIA	stwierdzono wyraźny problem z jakością

5) Sygnały wymagające odrzucenia partii

- ! pleśń
- ! gaz lub pęcznienie opakowania
- ! wyraźnie nietypowy zapach
- ! istotne rozdzielenie faz
- ! niekontrolowana zmiana pH
- ! nierozpuszczone składniki aktywne
- ! ostre cząsteczki
- ! intensywne pieczenie podczas testu
- ! brak możliwości ustalenia użytych surowców
- ! błędne obliczenie receptury

6) Checklista gotowości kolekcji

- ☐ Czy każdy produkt ma jasno określoną funkcję?
- ☐ Czy kolekcja nie zawiera zbędnych duplikatów?
- ☐ Czy wszystkie receptury mają kody i numery wersji?
- ☐ Czy każda partia ma oddzielny numer?
- ☐ Czy zapisano dokładne ilości składników?
- ☐ Czy wybrano właściwe opakowania?
- ☐ Czy instrukcje stosowania są zrozumiałe?
- ☐ Czy ostrzeżenia są widoczne?
- ☐ Czy odrzucono nieudane partie?
- ☐ Czy dokumentacja jest kompletna i uporządkowana?

Moduł 14 – Bonusy, aktualizacje i plan działania

Praktyczne checklisty,
plan pierwszych 30 dni
i system rozwijania
biblioteki receptur.

CHECKLISTA PRZYGOTOWANIA PARTII

- ☒ Surowce i składniki
- ☒ Narzędzia i opakowania
- ☒ Higiena i bezpieczeństwo
- ☒ Dokumentacja receptury
- ☒ Testy i obserwacje
- ☒ Etykietowanie
- ☒ Przechowywanie
- ☒ Plan kolejnych testów

PLAN PIERWSZYCH 30 DNI

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

RECEPTURA SERUM NAWILŻAJĄCE

SKŁADNIKI
FAZA WODNA
FAZA OLEJOWA
DODATKI

RECEPTURA BALSAM DO CIAŁA

SKŁADNIKI
FAZA WODNA
FAZA OLEJOWA
DODATKI

Nie musisz wykonywać wszystkich receptur jednocześnie.
Wybierz jeden prosty kierunek, pracuj etapami i buduj
doświadczenie poprzez dokładne testy oraz dokumentowanie wyników.

W ostatnim module otrzymasz plan rozpoczęcia pracy,
checklistę przygotowania partii, system aktualizowania własnej
biblioteki oraz stronę końcową pomagającą zamienić wiedzę w praktykę.



Plan pierwszych 30 dni pracy z recepturami



Przemyślany plan działania, który poprowadzi Cię krok po kroku od przygotowania do kolejnych udanych receptur.

1



Dni 1–5 — Organizacja i wybór kierunku

Zadania:

- przeczytać moduł dotyczący bezpieczeństwa
- przygotować oddzielne miejsce pracy
- sporządzić listę posiadanych narzędzi
- wybrać jedną kategorię produktu
- wybrać maksymalnie dwie proste receptury
- sprawdzić dokumentację potrzebnych surowców
- przygotować kartę każdej receptury

Rezultat:

Gotowe stanowisko, lista brakujących materiałów i jasno określony pierwszy projekt.

2



Dni 6–10 — Przygotowanie materiałów

Zadania:

- zgrupować surowce
- sprawdzić ich daty ważności
- przygotować opakowania
- utworzyć kody receptur
- wydrukować karty partii
- przygotować etykiety testowe
- zaplanować dzień wykonania produktu

Rezultat:

Kompletny zestaw materiałów bez potrzeby improwizowania podczas pracy.

3



Dni 11–15 — Pierwsza partia testowa

Zadania:

- zdezynfekować stanowisko
- odważyć wszystkie składniki
- wykonać recepturę dokładnie według planu
- zapisać temperaturę i czas pracy
- zmierzyć pH, gdy dotyczy
- umieścić produkt w opakowaniu
- nadać numer partii
- wykonać pierwszą ocenę

Rezultat:

Pierwsza dokładnie udokumentowana partia testowa.

4



Dni 16–20 — Obserwacja

Zadania:

- sprawdzić wygląd
- ocenić zapach
- ponownie zmierzyć pH, gdy dotyczy
- sprawdzić konsystencję
- ocenić działanie opakowania
- wykonać próbę uczuleniową
- zapisać każdą zmianę

Rezultat:

Pierwszy zestaw danych pokazujących zachowanie receptury.

5



Dni 21–25 — Jedna kontrolowana poprawka

Zadania:

- wybrać jeden problem do rozwiązania
- określić jedną główną zmianę
- nadać nowy numer wersji
- przygotować drugą małą partię
- nie zmieniać kilku składników jednocześnie
- porównać oba produkty

Rezultat:

Druga wersja receptury z jasnym uzasadnieniem wprowadzonej modyfikacji.

6



Dni 26–30 — Podsumowanie i następny krok

Zadania:

- porównać obie wersje
- uzupełnić kartę wyników
- wybrać status receptury
- uporządkować dokumentację
- zdecydować, czy produkt zostanie powtórzony
- wybrać następny projekt
- zaplanować kolejny miesiąc pracy

Rezultat:

Jedna świadomie przetestowana receptura i gotowy system do dalszego rozwoju.

Kalendarz postępu



Dzień rozpoczęcia:



Wybrana kategoria:



Receptura 01:



Receptura 02:



Data pierwszej partii:



Data oceny:



Główny problem:



Wprowadzona poprawka:



Ostateczny status:



Następny projekt:



Postęp
nie polega
na wykonaniu wielu
produktów.

Polega
na zrozumieniu
każdej receptury,
zapisaniu rezultatów
i umiejętności
świadomego
powtórzenia procesu.



Główna checklista przygotowania produktu



1 Przed rozpoczęciem pracy

- ☐ Wybrano dokładną recepturę i numer wersji.
- ☐ Sprawdzono, czy receptura sumuje się do 100%.
- ☐ Przygotowano kartę partii.
- ☐ Sprawdzono daty ważności surowców.
- ☐ Sprawdzono dokumentację składników.
- ☐ Wybrano właściwe opakowanie.
- ☐ Oczyszczono i zdezynfekowano stanowisko.
- ☐ Przygotowano środki ochrony osobistej.
- ☐ Usunięto ze stanowiska żywność, napoje i zbędne przedmioty.
- ☐ Zapewniono spokojne warunki pracy.

2 Ważenie składników

- ☐ Waga stoi na stabilnej powierzchni.
- ☐ Każdy składnik jest ważony oddzielnie.
- ☐ Zapisano rzeczywistą ilość każdego surowca.
- ☐ Nie zastosowano przypadkowych zamienników.
- ☐ Potwierdzono numer partii każdego surowca.
- ☐ Składniki wrażliwe zabezpieczono przed światłem i ciepłem.
- ☐ Nie użyto surowca o zmienionym zapachu lub wyglądzie.

3 Podczas przygotowania

- ☐ Zachowano prawidłową kolejność dodawania składników.
- ☐ Kontrolowano temperaturę.
- ☐ Nie napowietrzano produktu bez potrzeby.
- ☐ Zapisano czas mieszania.
- ☐ Zapisano nieoczekiwane zmiany.
- ☐ Nie zwiększano przypadkowo ilości zapachu.
- ☐ Składniki fazy chłodzenia dodano w odpowiednim momencie.
- ☐ Zmierzono pH, jeżeli dotyczy.

4 Po przygotowaniu

- ☐ Produkt ma jednolitą strukturę.
- ☐ Opakowanie jest czyste i prawidłowo zamknięte.
- ☐ Nadano numer partii.
- ☐ Umieszczono etykietę testową.
- ☐ Zapisano datę wykonania.
- ☐ Określono daty kolejnych obserwacji.
- ☐ Wykonano dokumentację fotograficzną.
- ☐ Pozostałe surowce prawidłowo zabezpieczono.

5 Ocena partii

- ☐ Sprawdzone kolor.
- ☐ Sprawdzone zapach.
- ☐ Sprawdzone konsystencję.
- ☐ Sprawdzone pH, gdy dotyczy.
- ☐ Sprawdzone działanie opakowania.
- ☐ Oceniono łatwość aplikacji.
- ☐ Oceniono splukiwanie, gdy dotyczy.
- ☐ Wykonano próbę uczuleniową.
- ☐ Zapisano reakcje użytkowe.
- ☐ Nadano partii właściwy status.

6 Przed rozważeniem sprzedaży

- ☐ Ustalono osobę odpowiedzialną.
- ☐ Zweryfikowano zgodność składu.
- ☐ Przygotowano wymaganą dokumentację produktu.
- ☐ Zapewniono ocenę bezpieczeństwa i raport bezpieczeństwa.
- ☐ Zweryfikowano oznakowanie.
- ☐ Sprawdzone prawdziwość deklaracji marketingowych.
- ☐ Zapewniono wymagane badania i ocenę stabilności.
- ☐ Przekazano wymagane informacje przez CPNP przed wprowadzeniem produktu na rynek.



Zgłoszenie w CPNP jest wymaganym elementem procesu dla produktów wprowadzanych na rynek UE, lecz samo zgłoszenie nie oznacza zatwierdzenia produktu ani nie stanowi potwierdzenia jego bezpieczeństwa.



Partia testowa przeznaczona do nauki nie staje się automatycznie produktem gotowym do sprzedaży.

Rejestr aktualizacji materiału

Numer aktualizacji	Data	Moduł	Numer receptury	Wprowadzona zmiana	Powód zmiany	Osoba zatwierdzająca	Czy poprzednia wersja została zachowana?	Uwagi

Twój następny krok zaczyna się od jednej receptury

Gratulacje!

Dotarcie do końca tego przewodnika oznacza, że znasz już podstawową strukturę tworzenia naturalnych kosmetyków, potrafisz rozróżniać główne rodzaje receptur i wiesz, dlaczego bezpieczeństwo, higiena oraz dokumentacja są równie ważne jak wybór atrakcyjnych składników.

- ❑ Nie musisz od razu przygotowywać wielu produktów.
- ❑ Wybierz jedną prostą recepturę.
- ❑ Przeczytaj ją od początku do końca.
- ❑ Przygotuj stanowisko.
- ❑ Sprawdź każdy surowiec.
- ❑ Wykonaj małą partię.
- ❑ Zapisz rezultat.
- ❑ Obserwuj produkt.
- ❑ Wyciągnij wnioski.
- ❑ To właśnie systematyczna praca pozwala zmieniać ciekawość w prawdziwą umiejętność.



Twoje pierwsze zobowiązanie

- 📅 Moją pierwszą kategorią będzie
- 📅 Receptura, od której zacznę
- 📅 Data przygotowania stanowiska
- 📅 Data wykonania pierwszej partii
- 📅 Najważniejsza zasada, o której będę pamiętać
- 📅 Umiejętność, którą chcę rozwijać
- 📅 Termin podsumowania wyników

Pięć zasad, które warto zachować

- 1 Dokładność przed szybkością — Waż, zapisuj i sprawdzaj każdy etap.
- 2 Bezpieczeństwo przed atrakcyjnym wyglądem — Piękny kolor i zapach nie potwierdzają jakości produktu.
- 3 Małe partie przed dużą produkcją — Najpierw poznaj zachowanie receptury.
- 4 Dokumentacja przed kolejną zmianą — Nie polegaj wyłącznie na pamięci.
- 5 Prostota przed nadmiarem składników — Dobra receptura nie musi zawierać wszystkiego jednocześnie.

Miejsce na osobistą notatkę

Dlaczego chcę tworzyć naturalne kosmetyki?



Biblioteka receptur może być rozwijana wraz z nowymi wersjami, dodatkowymi kategoriami i poprawkami wynikającymi z testów. Każda aktualizacja powinna posiadać numer, datę oraz jasny opis wprowadzonych zmian.



” Zacznij prosto. Pracuj dokładnie. Obserwuj świadomie.
Twórz z odpowiedzialnością.”