



fortbildningscentrum
prakticum

EKOKAMPAAMOJA JA EKOKOSMETOLOGEJA KIINNOSTAVIA TUOTTEITA.

LUONNOLLISTA KAUNEUTTA - EKOLOGISTA HIUSTEN- JA IHONHOITOA

Kirja 2.3.2017

Mona Mether, Fortbildningscentrum Prakticum

LUONNOLLINEN KAUNEUS - PÄHKINÄKUORESSA

- Yksilöllisiä ja kokonaisvaltaisia hoitoja luonnonkosmetiikalla ja luonnon raaka-aineilla
 - Kauneus tulee myös sisältä, eli mitä ja miten syöt sekä juot vaikuttaa myös kauneuteen
 - Oma kauneus korostetaan käyttämällä eri
 - puhdistushoitoja, detox-kuureja
 - ekologisia luonnonhoitomenetelmiä luonnonantimilla ja -kosmetiikalla
 - kasviväreillä
 - energialeikkauksella
 - kokonaisvaltaisilla hoidolla
 - Holistisuus: Kaikki vaikuttaa kaikkeen:
ajatukset → tunteisiin, tunteet → fyysiseen kehoon
Se mitä näet, koet, tunnet, kuulet, haistat vaikuttaa kaikkeen



HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN LUONNON ANTIMILLA

Hiusten syväpuhdistus ja kasviväri

[Syväpuhdistus savi- /kaalilla](#)



[kaalipää](#)



fortbildningscentrum
prakticum



EKOKAMPAAJA

Koulutettu kampaaja

- erikoistunut ekologiseen hiustenhoitoon
- koulutus vuodesta 2003 FBC Prakticum, Helsinki
 - Sakky, Kuopio 2013
 - Lao, Kemijärvi 2015
 - Tredu, Tampere ja YA, Vaasa, 2016
- noudattaen kestävän kehityksen periaatteet
- on tärkeä kunnioittaa luontoa sekä ihmistä kohtaan
- ihminen huomioidaan kokonaisvaltaisesti
 - hoitaen hiuksia
 - mieltä ja kehoa → hyvää oloa
- rehellinen kaikkia sidosryhmiä kohtaan
- tänään yli 300 ekokampaajia



fortbildningscentrum
prakticum



EKOKOSMETOLOGI

Koulutettu kosmetologi:

- erikoistunut ekologiin luonnonhoitomenetelmiin luonnonkosmetiikalla

Suomen Ekokosmetologit ry

- **KASVU**
- **LÄSNÄOLO**
- **KORKEA LAATU**
- **BIOSERTIFIOITU LUONNONKOSMETIIKKA**
- **SISÄINEN JA ULKOINEN KAUNEUS**
- **REHELLISYYS**
- **PUHTAUS**



fortbildningscentrum
prakticum



EKOKOSMETOLOGI

Koulutettu kosmetologi:

- erikoistunut ekologiin luonnonhoitomenetelmiin luonnonkosmetiikalla

Ekokosmetologikoulutus Suomessa v 2014

Helsingissä

- Skyo-opisto
- Fortbildningscentrum Prakticum

Kuopiossa

- SAKKY, Savon koulutuskuntayhtymä



fortbildningscentrum
p r a k t i c u m





LUONNON ANTIMILLA

- hoitaa ihoa, hiuspohjaa ja hiukset
 - Jojobaöljy, argaanöljy
 - Suomen luonnosta saatavia öljyjä? Vehnäalkio, rypsiöljy?



- Turvetta - kosteuttava, sopii myös hilseille, atoopiselle iholle, puhdistettava
- Merilevää - kosteuttava, sis aminohappoja, rakentava, puhdistava
- Savea - kosteuttava, puhdistava, sis mineraaleja

HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN LUONNON ANTIMILLA

- Yrttikuurit hiustenhoidossa
Nokkonen, *Urtica dioica*
 - hiusvesi, uute
 - yrttinä, kasvivärissä jauheena että rakeena
- lehdillä elvytetään hiuspohjan verenkiertoa ja ravitaan h



- tuuheuttaa hiuksia sekä ennaltaehkäisee kaljuuntumista ja harmaantumista.
- käytetään myös sisäisesti
- yrttikylpynä

Lumoa hanke, Helsingin Yliopisto, Elina Taavitsainen ja Mona Methner



HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN LUONNON ANTIMILLA

- **Salvia** - yrttinä, uutteenä
 - hyvää harmaille hiuksille
- **Kehäkukka**, *Calendula Officinalis* - yrttinä, uutteenä
 - kukat hoitavat hiuspohjan ihoa, erilaisia ihottumia ja poistavat hilsettä.
 - kullanhohtoista väriä
- **Mustikka**, *Vaccinium myrtillus*
 - erittäin hyvää hilsehoito



[https://www.fortbildningscentrumpracticum.fi/](#)

Lumoa hanke, Helsingin Yliopisto, Elina Taavitsainen ja Mona Methner



fortbildningscentrum
practicum



HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN SUOMALAISILLA KASVEILLA

Suomalainen kosmetiikkateollisuus helposti saisi hyödynnettyä



- **Takiainen**, *Arctium* (juuri)
 - On hyvä varsinkin rasvaisten hiusten hoidossa, sillä se tasapainottaa talineritystä. Takiasta on käytetty myös hilseen ja hiuspohjan ihottumien hoidossa
- **Kataja**, *Juniperus communis* - hyödynnettävissä sekä marjat, että havut. Eteerinen öljy, pihka, terva
- **Koivut**, *Betula* spp. – **mahla**, terva, ”vihtavesi”

Lumoa hanke, Helsingin Yliopisto, Elina Taavitsainen ja

Mona Mether



HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN SUOMALAISILLA KASVEILLA

- **Peltokorte**, *Equisetum arvense* – uute, jauhe
 - sis piitä
 - hiuspohjan, hiusten ja ihon hoitoon
- **Puna-apila**, *Trifolium pratense* – kukat, lehdet
 - rauhoittavat ja pehmentävät hiuspohjan ihoa.
- **Ranta-alpi**, *Lysimachia vulgaris*
– kuivatut kukat, ym. kasvin osat, uute
 - hiusten vaalennukseen
 - [ranta-alpi](#)
 - kukat rauhoittavat ja pehmentävät hiuspohjan ihoa.
 - Lumoa hanke, Helsingin Yliopisto, Elina Taavitsainen ja Mona Mether



HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN SUOMALAISILLA KASVEILLA

- **Ratamot**, *Plantago* spp. – perinteisesti tuoreet lehdet, toimisiko kuivattuna? siemenet, lehdistä puristettu mehu
 - lehdillä hoidetaan hiuspohjan ongelmia kuten ihottumia.
- **Minttu**, *Mentha spicata*
 - lehdet ovat rauhoittavia ja hiuspohjaa viilentäviä.
 - herkälle, tulehtuneelle ja kuivalle iholle.
 - stimuloivat hiusten kasvua ja poistavat hilsettä.
- **Rohtoraunioyrtti**, *Symphytum officinale*
 - lehdet ja juuret edistävät ihokudoksen paranemista myös hiuspohjassa ja antavat runsaasti ravintoaineita hiuspohjaan.



HIUSTEN JA IHON HOITAMINEN SUOMALAISILLA KASVEILLA

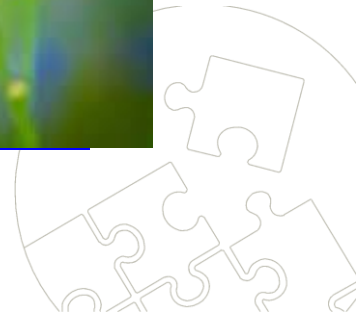
- **Rosmariini**, *Rosmarinus officinalis*
 - elvyttää hiuspohjan verenkiertoa ja desinfioi ihoa
- **Ruiskukka**, *Centaurea cyanus*
 - haavojen parantamista ja tulehdusta estävä ja desinfioiva
- **Siankärsämö**, *Achillea millefolium* Kukilla
 - stimuloidaan hiuspohjan verenkiertoa ja desinfioidaan ihoa.
 - rasvaisille hiuksille



Lumoa hanke, Helsingin Yliopisto, Elina Taavitsainen ja Mona Mether



fortbildningscentrum
prakticum



KASVIVÄREJÄ

- Lawsonia Inermis (punainen henna)
- Indigo Tinctoria (musta)
- Cassia Obovata (vaalea)
- Raparperi juuri (kullanvärinen)
- Krappi juuri (punainen)
- Hibiscus (punainen)
- Pähkinä (vaalea ruskea)



KASVIVÄREJÄ - suomesta

- LEPÄNKÄPYÄ - uute ja jauhe
- PAKURIKÄÄPÄ - uute ja jauhe
- RAPARPERIJUURI - jauhe
- PUNAJUURI - jauhe
- AROONIA - uute ja jauhe
- VADELMALEHTIA - uute ja jauhe





- Eteeristen öljyjen tuotantoa olisi kehitettävä.
Meillä on luonnossa paljon kasveja, mm. (mänty, kuusi, kataja), joiden öljyille on kansainväliset markkinat jo olemassa.
- Eteerisiä öljyjä hyödyntävät mm. kosmetiikka-, elintarvike-, maali-, pesuaineteollisuudet. Lumoa hanke, Helsingin Yliopisto, Elina Taavitsainen ja Mona Mether



ALAN TULEVAISUUS

EKOKAMPAAJAKOULUTUS TUTKINNOKSI

- Opintojen sisältö on muuttunut
 - 240 tunnista → 800 tuntiin
- Koulutus standardisoitu - laatutakuu
 - valinnaiseksi tutkinnonosaksi erikoisammattitutkintoon 2018

Ekokampaajana toimiminen

→ sama koskee ekokosmetologi koulutus





fortbildningscentrum
prakticum

**LUONNOLLISTA KAUNEUTTA -
EKOLOGISTA HIUSTENHOITOA KIRJA
2.3.2017 -**

Mona Mether, Fortbildningscentrum Prakticum



**KOKONAISVALTAINEN
KAUNEUS**