

# Kaffiskrúbbur

Það er oft hægt að nýta betur það sem við eigum til heima sem endar mögulega í ruslinu. T.d. er hægt að búa til kaffiskrúbb heima frekar en að kaupa hann í búðinni dýrum dómum.

Einfaldur og heimatilbúinn kaffiskrúbbur fyrir andlitið og líkamann. Uppskrift [hér](#).

Kostir kaffiskrúbbis:

1. Þú getur borið hann á allan líkamann. Andlitið líka.
2. Þú hreinsar húðina og losar þig við dauðar húðfrumur. Húðin verður endurnærð og mjúk.
3. Skrúbburinn er góður gegn bóllum. Koffínið í kaffinu dregur líka úr bólgum og roða. Og ef þú ert gjörn/gjarn á að fá svitabólur þá dregur kaffiskrúbburinn úr þeim.
4. Hann eykur blóðflæði

**VAL**  
**Paraverkefni**

**Fáðu innihaldsefni  
hjá kennara**

**Afurð: Kaffiskrúbbur í krukku**

