



Limon Cildi Sıkılaştırır:

Bir adet limon suyu ile yarım çay bardağı votkayı karıştırın. Bir parça pamuğu karışıma batırıp, yüzünüze, boynunuza sürün. Yıkanmadan kendiliğinden buharlaşmasını bekleyin. (Yüzünüze tatbik ederken fazla oğuşturmayın.)

Cildinizi Canlandırın:

Yeşil mercimeği (taze olmasına dikkat edin) akşamdan ıslatın. (İki akşam önceden ıslatmak daha iyi sonuç verir.) Sonra ezerek lapa haline getirin bir kaşık bal ekleyin. Yüzünüze ve boynunuza sürün. 5 dakika etki etmesini bekleyin. Sonra ılık su ile yıkayın.

Salatalık Mucizesi:

İki adet salatalığı bir kabin içine rendeleyin. Ezerek yumuşak lapa getirin. Sonra yüzünüze ve boynunuza masaj yaparak sürün. Saçlarınızı toplayıp kulak arkası ve ensenize de aynı şekilde sürün. Sonra ılık su ile yıkayın. Cildinizin nasıl canlandığını görün.

Cildiniz ve Formunuz İçin:

*Eğer cildiniz kuru ise bir muz ezin, içerisine bir çay kaşığı bal veya bademyağı karıştırıp yüzünüze sürün. Birkaç dakika bekleyip ılık su ile yıkayın.

*Dirsek ve topuklarınızın sertleşmemesini istiyorsanız bir dilim limon ile ovun. Böylece yumuşak olacaksınız.

*Elma her zaman formunuzu korumak için ideal bir iştah kesicidir. Ayrıca sabah aç karnına yendiğinde barsakları çalıştırır.

Göz Kapaklarının Şişliği:

*Taze patateslerin kabuğunu soyun ve çiğ olarak incecik rendeleyin ve bir tülbentin içine suyu ile birlikte koyun. Gözlerin üzerinde bekletin. Yarım saat sonra şişlik inecektir.

*İki tatlı kaşığı rendelenmiş salatalığı bir tatlı kaşığı süt tozu ile karıştırarak yoğun bir kıvam tutturana

kadar karıştırın. Göz kapakları ve altlarına sürüp 10 dakika bekletin. Sonra nemli bir bezle fazlasını alın. Şiş gözleri anında toparlar.

Gözenekleri Temizlemek İçin:

Bir kaşık yulafı karıştırıcıda un haline gelene kadar öğütün. İçine üç damla badem yağı, yarım bardak süt ve bir yumurtanın beyazını ekleyip birkaç dakika dinlendirin ve karıştırıcıda karıştırın. Karışımı yüzünüze uygulayın. 20 dakika bekledikten sonra yıkayın. Bu maske gözenekleri derinlemesine temizler ve bademyağı cildi besler. Arada bir tüm vücuda uygulanmasında fayda var.

Doğal Sıkılaştırıcılar:

Karanfilyağı (Doğal sıkılaştırıcı), papatya (ciltteki pigmentleri onarır) ve okalüptüs'ten (cildin nefes almasını sağlar) eşit miktarda alarak sıcak suyun içine atın. (Kaynatın) Su ılınca parmak uçlarınızla daire şeklinde masaj yaparak cildinize sürün. Sonra ılık su ile yıkayın.

Yüzdeki Lekelere Maska:

Bir limonsuyu, bir yeşil limonsuyu, iki çorba kaşığı bal ve 60 gram yoğurdu cam bir kase içinde karıştırın. Karışımı ciltteki her bir leke üzerine hafif masajla yedirin. Bu işlemi haftada en az bir kere tekrarlayın.

ilt Parlaklığı İçin:

* Hercai menekşeyi kurutun. Ufalayıp, elekten geçirin. Tozunu ısıtılmış bal ile karıştırıp krem kıvamına getirin. Yatmadan önce cildinize sürün.

* Taze toplanan hercai menekşe kaynar suda 15 dakika bekletilir. Tülbentten geçirildikten sonra elde edilen sıvı, gün aşırı cilde sürülür.

* Hercai menekşe suyuna, dilimlenmiş salatalık konularak pişirilir. Süzülerek elde edilen posaya bademyağı ilave edilerek krem kıvamına gelinceye kadar yoğurulur. Cilde tatbik edilir. Cildinizin ne kadar parlak olacağını göreceksiniz.

Ecz. Dilek Dinçol

