

ЗА ИДЕАЛНО ЧИСТО ЛИЦЕ

Натрива се обилно по лицето маска от сода бикарбонат смесена с вода, с или без тоалетен сапун. Изчаква се да изсъхне напълно. Измива се по възможност със сапун бебе. Намазва се с мазен крем. Процедурата се повтаря два пъти седмично.

ЗА ИДЕАЛНО ЧИСТИ НОКТИ, ръце, лице:

Парче памук се напоява с кислородна вода натрива се върху т.сапун и внимателно се почистват ноктите на ръцете. С подобен тампон може да се изчисти лицето преди миене сутрин или по друго време. Загължително се пазят миглите и веждите!

ЗА ЗДРАВИ ВЕНЦИ

Използвайте когато орехчето е зелено колкото фъстъче да натриете с разчупената сърцевина поне веднъж венците си и за да избегнете оцветяването натрийте ги вечер...

КОЗМЕТИЧНИ СЪВЕТИ

Внимание, млади момичета, не скубете първите крехки косми, не бръснете, не пърлете, ако искате след пубертета да имате женска красота, чиста кожа и никакви проблеми с окосмяването, да си спестите болки и време.

** Ако кожата е мазна, пъпчеста, намажете веднъж седмично с паста за зъби, изчакайте да изсъхне, измийте.*

** Ако талията ви изневерява вържете тънък ластик като поносимо се стегнете естествено на голо, носете го седмица, почивайте два дни и отново го вържете.*

**Тонизиращо за спортно тяло пийте сутрин чаша прясна вода.*

**За намаляване на килограмите пийте сутрин чаша преварена вода.*

** При упорита кашлица взимайте сутрин на гладно парче чисто масло.*

** За здрави зъби - жабуркайте със зехтин или олио до три минути,*