سر الفاكهة في المحافظة على الجمال

تحتوي الفراولة (الفريز) والمشمش على فيتامينات مختلفة ومهمة لها تأثير كبير على البشرة وبخاصة بشرة الوجه وتضيف إليها مسحة جمالية طبيعية من دون مضاعفات وآثار جانبية للمواد الكيماوية. - لمقاومة التجاعيد: تكفي أربعة حبات فراولة من الحجم الكبير المزروعة زراعة بيولوجية بعيدة عن الكيماويات التي من شأنها أن تزيد من نمو الوبر وتحويله إلى شعر غير مرغوب فيه في الوجه، بسبب عدم تقبل المرأة لمنظره، وإقدامها على نزعه بوسائل لا تمنع إنباته ثانية كمعجون السكر، أو الخيط، أو الملقط، وتعمل الوصفة بغسل الفراولة جيداً بعد إزالة الأوراق في الرأس. تمزج في الخفاقة مع قطعة مستديرة متوسطة الحجم من القرع الأخضر وملعقة صغيرة من Suisse Petit من دون إضافة ماء أو حليب، يستعمل المزيج كقناع على الوجه مدة 15 دقيقة ثمّ يغسل الوجه بالماء الدافئ، ويمكن تكرار العملية مرتين أو ثلاثاً في الأسبوع. لحماية البشرة: تخلط ملعقة (أكل) من مربى المشمش مع ملعقة من الخيار المهروس وملعقة من العسل الطبيعي ويستعمل المزيج كقناع للبشرة على الوجه لمدة ربع ساعة بعدها يغسل الوجه بالماء الدافئ أو بالماء المعدني،

ويمكن تكرار العملية مرتين أو ثلاثاً في الأسبوع. - نضارة البشرة: تمزج 4 حبات من الفراولة مع قشدة الحليب الطري غير الاصطناعي ويستعمل المزيج كقناع لإعادة البريق إلى الوجه من جهة ولإزالة الانتفاخ الذي يحيط بالعينين. ويدوم القناع لمدة 15 دقيقة ثم يغسل الوجه بالماء الدافئ ويمكن تكرار العملية مرتين في الأسبوع. - لتنظيف المسام: ملح البحر يزيل الجلد الجاف والمتجعّد والميت. يرطّب الوجه ثمّ توضع عليه ملعقتين من ملح البحر ويفرك بلطف بواسطة قماشة غسل أو بالأصابع مع التركيز على منطقة العنق والخدّين مع ضرورة الابتعاد عن محيط العينين. وبعد دقيقة أو دقيقتين، يشطف الوجه بماء بارد لشد المسام. من المهم تكرار هذه العملية بانتظام (مرة في الأسبوع كحد أقصى) وإلا لن تنفذ الكريمات في الجلد. - إزالة السواد تحت العينين: لتخفيف السواد الموجود تحت العينين، توضع كمية من البطاطس النيئة المبشورة في كيس قماش ويمسح بها الجفنين مدة 15 إلى 20 دقيقة. ثمّ يزال السائل عنهما ويوضع أي نوع من الكريمات الملائمة. - وصفة لقدمين جميلتين: ولتحقيق ذلك يمزج كوباً من عصير الليمون الحامض وبعض القرفة (للتعطير) وملعقتين من زيت الزيتون وربع كوب من الحليب في كمية من الماء (مقدار الماء لا يهم). وفي هذه الوصفة يمكن استبدال القرفة بأي نوع من التوابل الأخرى أو عطراً أو ورداً. وبعد مزجها جيّداً توضع الكمية في مغطس وتغطّس القدمين أو الجسم فيها. ثمّ تجفّف القدمين أو تشطفان بالماء مع صابون ناعم. - ملمّع شفاه بالفواكه: المحتويات: ملعقتان كبيرتان من سمنة نباتية جامدة، ملعقة كبيرة من مسحوق فواكه (للعصير)، علبة بلاستيك صغيرة (كالتي تُحفظ فيها أفلام التصوير الفوتوغرافي). تمزج السمنة مع مسحوق الفواكه في وعاء يصلح للاستخدام في فرن ميكروويف حتى يرتخي المزيج. ويدخل فيه على حرارة مرتفعة لمدة 30 ثانية حتى يسيل. ثمّ تصبّ الكمية في العلبة البلاستيك أو أي وعاء تابروير لمنع تسرّب الهواء. أخيراً، ضعي العلبة في الثلاجة لمدة 20 إلى 30 دقيقة، او حتى يجمد المزيج السائل. - كم تدوم مستحضرات التجميل؟ عموماً، تُصنع مواد التجميل وتختبر لتدوم من سنة إلى 3 سنوات على رفوف المتاجر، وفي ظروف تخزين طبيعية. ويتوقف ذلك على تركيب المادة وتوضيبها وطريقة حفظها وعوامل أخرى. لذلك وتفادياً لاحتمال فساد المستحضر قبل تاريخ بطلانه المقرّر، بسبب ظروف حفظ غير ملائمة مثلاً، ينصح بالآتي: الاحتفاظ بأحمر الشفاه لمدة سنة، مواد تجميل العيون 3 أشهر، البلاش 6 أشهر وطلاء الأظافر سنتين (شرط حفظه في شكل ملائم). المصدر: كتاب (عالم المرأة)