

Jinsi ya kung'arisha sura yako kwa kutumia Asali, Sukari, Maziwa, na Limao

By SW - Melkisedeck Shine · January 24, 2023

Dondoo za Urembo na Mitindo · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Kuna njia nyingi za kuufanya uso wako uvutie na kupendeza. Leo tutaongelea zaidi jinsi ya kusafisha uso kwa njia ya asili. Mie hupenda kutumia njia ya asili sababu ni rahisi kupata vifaa na ni nafuu . Pia mtu anaweza kufanya kwa mazingira yoyote yale. Na matumizi ya vitu vya asili kwenye mwili husaidia kupunguza sumu mwilini kwani kutumia vipodozi vyenye kemikali husababisha miili yetu kujaaa sumu.

Njia ya asili ya kusafisha na kupendzesha mwili ninayokueleza leo inahitaji vitu vikuu vinne : asali, sukari, maziwa, na limao.

Haijalishi aina gani ya ngozi unayo , njia hii ya asili inaweza kutumika kwa aina yoyote ile ya ngozi iwe ngozi yenye mafuta au ngozi kavu.

Kiasi cha mahitaji yanayohitajika:

Utaratibu wa kusafisha uso

Weka mahitaji hapo juu kwenye chombo kilicho kisafi, changanya vitu vyako mpaka vilainike, viache kwa muda wa dakika 10 ili viweze kuchanganyikana vizuri na na sukari iweze kuyayuka vizuri.

Baada ya mchanganyiko wako kuwa tayari chukua kipande cha pamba kilicho kisafi tumia kupakia mchanganyiko wako usoni . Na kumbuka ni vizuri uso ukiwa mchafu na upaswi kuosha uso alafu ufanye zoezi hili. Baada ya kupaka mchanganyiko wako usoni kaa kwa dk 15 .

Basi baada ya hapo umekuwa umemaliza zoezi lako la usafi wa ngozi yako Kumbuka njia hii aina madhara yoyote na haibadilishi rangi au muonekano wa ngozi yako na unashauliwa kufanya mara kwa mara ili kukupa mvuto zaidi.