

TURR **LUFT** INNANDURA OG **KALDUR**
VINDUR UTTANDURA **GERA**, AT
HENDURNAR HAVA TAÐ **TORFØRT**
HESA **ÁRSINS** TÍÐ. VIÐ AT NÝTA
HANDSKAR OG SMYRJA **HENDURNAR**
BER TIL AT **BETRA** UM STØÐUNA



Gott handdalag

Sjey tipp til bleytari hendur:

- 1** Vaska upp við uppvaskihandskum. Vatnið dregur natúrligu vætuna úr hondunum.
- 2** Vaska tær við einari mildari sápu. Ph-virðið um 7 er nær okkara natúrliga ph-virði.
- 3** Nógv andlitskrem hava sólfaktor í sær, tí andlitið er so nógv útsett fyri sól. Tað, ið nógv gloyma, er, at hendurnar eru minst líka nógv útsettar og blíva tí óneyðuga rukkutar. Nýt tí eisini krem við sólfaktor til hendurnar.
- 4** Nýt ikki ov heitt vatn í brúsuni. Tess heitari vatnið er, tess meira av tínum natúrligu oljum missur húðin.
- 5** Lat teg í handskar ella vøttir, tá ið tú er uttandura um veturin. Um tú arbeidur í urtagarðinum, nýt arbeidshandskar.
- 6** Smyr eitt tjúkt lag av handkremi á hendurnar og lat teg í einar bumullshandskar. Tað er gott fyri hendurnar. Summi gera eisini tað, at tey taka eitt sindur av andlitsmasku og smyrja á hendurnar, tá tey allíkavæl sita við masku á andlitinum.
- 7** Olivenolja er góð fyri hendurnar. Gamalt er, at man hitar olju (bara til hon er lunkað) og smyr á hendurnar. Letur hendurnar í plastikkposar og bumullshandskar omaná. Síðani skal man sova við hesum á. Tey, sum hava roynt hetta siga, at hendurnar eru sum nýggjar.



Økologiskt krem fyri hendurnar. Matas



Bumullshandskar til viðgerð av hondunum. Body Shop



Lekra serian Nuxe, Revé de Miel, hevur nógv ymisk krem fyri hendur. Matas



Lanolinkrem er tjúkt og gott, tá ið tað frystur. Matas



Milt handvask fyri turra húð. Body Shop

Tunnir, men heitir handskar. Guðrun&Guðrun



Hesir eru úr seyðaskinni. Lekrir og heitir. Guðrun&Guðrun

Coolir bilhandskar í leðri. Pieces



Elegantir, men heitir, tí at toyið er langt upp á armin. Pieces



Bind tær einar lekrar handskar. Mynstur er at fáa frá Navia