

TIPS FRÁ BARBARU
barbara@socialum.fo

Blív vár og summarklár

VÁRIÐ ER UM AT VINNA Á VETRINUM, OG TÍ ER NÚ TÍÐ
TIL AT BLÍVA VÁR- OG SUMMARKLÁR. HER ERU NØKUR
BOÐ UPP Á, HVUSSU TÚ HEILSAR VÁRINUM VÆLKOMNUM
– OG FÆR TEG SJÁLVA AFTUR Í SUMMARHÝR



ES GÓÐKENNIR KLÆNKIHEILIVÁG

Nú eru góð tíðindi at heinta hjá teimum, sum hava tørv á at klænka seg. ES hevur fyr stuttum góðkent nýggjan klænkiheilivág, sum skal geva sunnum mati og venjing eina hjálpanði hond. Sagt verður, at heilivágin kann betra um úrslitið við 60 prosent stigum. Heilivágin ber heitið Konjak glucomannan, og verður helst at fáa í Apotekinum og Matas innan leingi.

VER VØKUR INNAN Í

Flestu okkara kenna helst til tey eyka kiloini, sum sníkja seg uppá á jólum. Og hetta tí, at vit eta nógv góðgæti og annað ósunt um jólini. Um tað er fyr at tapa teg nøkur kilo, ella tað er fyr at reinsa kroppin, so er Grønt te ótrúliga gott fyri allan kroppin. Mulong Te er nakað sum Grønt te, tó hjálpir tað eyka væl til at fáa tey eyka kiloini av. Við Mulong te og røttum kosti kanst tú lættliga sleppa av við tey eyka kiloini, samstundis sum tú reinsar kroppin, og harvið fær vakrari húð.



GEV HÚÐINI VÆTU

Tað er neyvan nøkur loyna, at vetrarkuldin fer illa við húðini. Tí hava allar húðtypur tørv á nógvari vætu, sum samstundis frískar húðina upp aftur. Tað eru nógvir móguleikar á hesum økinum, men mær dámar best at nýta babyolja. Hetta tí, at babyolja ikki inniheldur parfumu ella onnur skaðandi evni, og tí er tað rein væta – ella olja – sum húðin fær.

SKÍNANDI MINERAL PUTUR

Mineral putur hevur fingið eina veruliga álitisvátan seinastu árin, og mineral bylgjan hevur eisini fest seg í Føroyum. Mær dámar best Mineral Putur frá Make-Up Store, tí tað gevur eina ótrúliga vakra húð, sum skínur av vælveru. Eg havi roynt nógv sløg av mineral puturi, og mær dámar avgjørt best tað frá Make Up Store – og serstakliga tá ið summar er í nánd.



SUNSHIMMER BJÓÐAR ALSKYNS SUMMARVØRUR

Eitt hav av vørum eru at fáa frá Sunshimmer, sum avgjørt skríggja av summar. Ert tú troytt av hvítu vetrarhúðini, kanst tú leita tær í Matas, sum selur Sunshimmer vøurnar. Um tað er sjálvbrúnari, sólputur ella okkurt heilt annað, tú vilt hava, so er Sunshimmer eitt gott val.