

spa



Heimaspa: Hártøka

Rakiðblaðið manuttan íva vera tann hátturinn af hártøku, ið verður mest nýttur. Tað er bæði skjótt og lætt –og tí ger tað kanska ikki so nógv, um úrslitið ikki heldur leingi. Tað tekur alt frá 12 tímum til 2 dagar, áðrenn hárini aftur merkjast, alt eftir hvussu hárvøksturin er. Niðanfýri eru 10 góð ráð til besta úrslitið við rakiblaðnum.

10 góð ráð, tá beinini skulu rakast

- Nýt ein skrubbsvamp í døgnum frammanundan, at tú ætlar at raka beinini. Tað tekur burt deyða húð og ger, at hárini reisast, so rakingin verður snøggari –og harvið heldur longri.
- Olja og vætukrem kloyna hárini niður ímóti beinunum og gera tað torførari at raka heilt snøgt. Lat tí vera við at smyrja olju og vætukrem á beinini í døgnum frammanundan, tú ætlar at raka.
- Raka beinini, tá tú ert í bað/brúsu.



- Tað verður upp til 70% betri úrslit, um hárini eru vorðin bleyt av vatninum fyrst.
- Nýt rakiskúm ella gele, tí tað ger hárini bleyt. Harumframt fær tað rakiblaðið at glíða lættari.
- Lat vera við at nýta sama blað ov ofta. Knívurinn skal vera hvassur fyri at fáa eina so snøgga raking sum gjørligt. Á hendan hátt sleppur tú eisini undan óneyðugari irritatión og smáum prusum.
- Trýst ikki ov fast og lat vera við at skunda tær. Um tú skert teg, gongur ofta long tíð, áðrenn bløðingin steðgar, og so er eingin tíð vunnin.
- Goym knø og øklar til seinast, tí so fær skúmið/gelé'ið longri tíð at virka og gera hárini bleyt. Tað ger tað lættari at raka hesi torføru stöð.
- Minst til at skola blaðið ofta.
- Skola beinini við køldum vatni, tá tú ert liðug at raka. Tað letur pokurnar aftur og minkar um vandan fyri reyðum knubbum. Húðin tolir lítið av nú, so duppa varliga við handklæðnum og lat vera at turka harðliga.
- Smyr beinini við vætukremi ella olju, so tey ikki gerast turr. Tað má tó mælast frá at nýta krem og olju við nógvri perfumu, tí hetta elvir ofta til reyðar knubbar.

Heimaspa: Hárviðgerð

Eftir ein langan og kaldan vetur hevur hárið tørv á nógvri vætu, og tað skal tí sjálvandi ikki vera fyri vanbýti í tínum heima-spa. Tað er faktiskt lætt at geva hárinum ein góðan vætu kur.

Tú skalt nýta títt vanliga balsam (eigur tú ein hárkur ella eina hármasku, er tað sjálvandi eisini gott)

Eitt handklæði, sum er hitað –antin á einum radiatori ella í einum mikroovni. Húsarhaldsfilm.

Fyll balsam, hárkur ella hármasku í hárið. Gníggja tað væl inn –serliga í endarnar, sum ofta treingja til eyka vætu.

Vint húsarhaldsfilminn rættiliga fast um høvdið soleiðis, at hann er sum ein svimjihetta.

Vint at enda heita handklæðið um høvdið og lat tað vera um í einar 15 minuttir, áðrenn tú skolar hárið aftur.

