



АЛИСА КАРИМОВА

# СБОРНИК СЕКРЕТОВ КРАСОТЫ

# Алиса Каримова

## Сборник секретов красоты

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=29179368](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=29179368)*

*ISBN 9785449030962*

### Аннотация

Настало время стать красивой раз и навсегда! В эту книгу собраны шесть самых продаваемых работ автора:1) 8 способов стать красивее с помощью чая;2) Способы чистки лица;3) Как сжечь калории;4) 14 способов сбросить 5 кг без спорта;5) Памятка по уходу за кожей;6) Жирный блеск кожи: решаем проблему.Приступим?

# Содержание

Введение	5
8 способов стать красивее с помощью чая	6
1. Скажем «нет» опухшим глазам!	8
2. Волосы как у модели	9
3. Измените свой внешний вид	10
4. Лучшее средство от солнечных ожогов	11
5. Отличный скраб для придания коже гладкости	12
6. Освежающий тоник	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

# **Сборник секретов красоты**

**Алиса Каримова**

© Алиса Каримова, 2019

ISBN 978-5-4490-3096-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Введение

Настало время стать красивой раз и навсегда! В эту книгу собраны шесть самых продаваемых работ автора:

- 1) 8 способов стать красивее с помощью чая;
  - 2) Способы чистки лица;
  - 3) Как сжечь калории;
  - 4) 14 способов сбросить 5 кг без спорта;
  - 5) Памятка по уходу за кожей;
  - 6) Жирный блеск кожи: решаем проблему.
- Приступим?

# 8 способов стать красивее с помощью чая



Чай восхитителен! Нам нравится его вкус, мы любим выпить чашечку чая с друзьями, он полезен для здоровья и приносит успокоение в стрессовых моментах жизни. Нет пределов использования чая в нашей повседневной жизни. А знае-

те ли вы, что есть множество способов применения чая в косметических целях?

Это настоящая находка для тех, кто предпочитает органические, натуральные или изготовленные в домашних условиях средства. Это очень удобно: просто возьмите чай из своей чашки и сделайте себя красавицей. Конечно, не нужно понимать это дословно, но в этом основной смысл. И это не реклама нового бренда. Косметические компании годами добавляют чай в их средства по уходу за кожей, а уж они понимают во внешнем уходе за организмом.

Итак, хотите ли вы эффективнее использовать ваши чайные запасы? У меня есть 8 советов красоты, в которых используются полюбившиеся вам ингредиенты. Хороший внешний вид начинается в чашке, говорю я.

# 1. Скажем «нет» опухшим глазам!

Если ваши глаза выглядят устало, вы тоже выглядите изможденно, а иногда и старше своего возраста. Лучшее, что вы можете сделать – положить по одному охлажденному чайному пакетику на каждый глаз и оставить их минут на 10—15. Также вы можете заварить чайные пакетики, охладить отвар в течение нескольких часов, а затем накладывать на глаза замоченные в нем ватные диски. Вы можете выбрать ромашковый или зеленый чай, они уменьшат отечность вокруг глаз и улучшат внешний вид лица.

## **2. Волосы как у модели**

Укрепите ваши волосы и придайте им сияние, которого они заслуживают. После мытья головы шампунем ополосните волосы холодным чаем, и не смывайте его водой. Это защитит ваши волосы от загрязнения или утяжеления другими косметическими продуктами и придаст им вид как на журнальной обложке. Вы можете использовать зеленый чай или ройбуш, если у вас рыжие волосы. Надеюсь, у вас есть кабриолет, в котором вы сможете покрасоваться.

### **3. Измените свой внешний вид**

Ромашковый чай известен благодаря его возможности осветлять цвет волос. Смешайте его со свежим лимонным соком, и получите двойную силу. Как и в совете выше, ополосните смесью волосы после выхода из душа и оставьте ее на несколько минут. Затем высушите волосы на солнце либо с помощью фена, температура способствует закреплению цвета. Если хотите придать волосам темный оттенок, заварите чашку черного чая и проделайте ту же самую процедуру. Теперь вы сами себе стилист.

## **4. Лучшее средство от солнечных ожогов**

Что вы будете делать если получите неприятный солнечный ожог? Нанесите на него немного чая, конечно же! В черном чае содержатся антиоксиданты, блокирующие воспаление, что способствует снижению болевых ощущений и предотвращает появление пузырей. Все, что вам нужно сделать – залить пару чайных пакетиков теплой водой и подождать, пока она потемнеет. Затем намочите в заварке полотенце и положите его на место ожога, пока боль не утихнет. Если ожог очень серьезный, вы можете положить чайные пакетики прямо на кожу.

## **5. Отличный скраб для придания коже гладкости**

Смесь чайных листьев и меда сотворит чудеса с вашей кожей, удалив все загрязнения и сделав ее гладкой, как никогда. Лучше используйте листья зеленого чая, так как они обладают противовоспалительными свойствами, что уменьшит раздражение. Нанесите этот скраб так же, как любой другой, на лицо или тело на 10—15 минут, а затем тщательно смойте.

## **6. Освежающий тоник**

После скрабирования вам необходимо увлажнение, не так ли? Как насчет освежающего мятного тоника для лица? Просто сделайте чашку очень насыщенного мятного чая, смочите в нем ватный диск, и, когда чай остынет, осторожно нанесите его на кожу лица. Рекомендуем проводить эту процедуру дважды в день: утром и вечером перед сном, вместе с увлажняющим кремом. Ваша кожа будет нежной, как у младенца.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.