

**ไม่รวยก็สวยได้!!**

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552

**ไม่รวยก็สวยได้!!**



### ผิวดีเริ่มต้นที่บ้าน

การดูแลผิวไม่ได้อาศัยการบำรุงด้วยครีมแพงๆเสมอไป แค่คุณเลือกตีหมา กาแฟหรือแอลกอฮอล์ได้ หรือหัดทำ Dry Skin Brushing (การปรองผิวแบบแห้งเพื่อช่วยขจัดพิษจากระบบต่อมหน้าเหลือง) ทุกวันก่อนอาบน้ำ เพียงเท่านี้ก็รับรองได้ว่าเราจะเห็นความแตกต่างที่ดีขึ้นภายในไม่กี่วัน

### เคล็ดลับ

- ❖ บริษัทเครื่องสำอางใหญ่ระดับโลกที่มีสินค้าหลายๆแบรนด์และราคา มักมีแนวคิดที่จะรองรับความต้องการของผู้บริโภคทุกระดับงบประมาณ หากเราใจเย็นสักนิดแล้วรออีกเพียง 2-3 เดือนหลังจากที่สินค้าราคาสูงออกวางตลาด, ถึงตอนนั้นเราก็จะได้ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมเหมือนหรือใกล้เคียงกับสินค้าราคาสูง แต่มาในราคาที่ย่อมเยากว่า
- ❖ แนนอนาการไชนผลิตภัณฑ์ที่ดีก็มีส่วนผสมได้มากเหมือนกัน แต่แทนที่จะต้องเสียเงินเสียเวลา และน้ำมันรถไปทั่วทริตเมนต์ที่ร้าน ทำไมไม่ลองทุนซื้อสกินแคร์และครีมหน้าตึงมาใช้เองละ เพราะถึงอย่างไรทำเองก็ยอมสะดวกกว่าอยู่แล้ว และของก็ใช้ได้นาน ไม่แพงเหมือนไปทำที่ซาลอนเป็นครั้งๆ
- ❖ อยามองข้ามการตีหน้าเปล่าสะอาดๆวันละ 8 แก้วกับการนอนวันละ 6-8 ชั่วโมง เพราะนี่คือตัวบำรุงผิวให้สดใสที่ราคาถูกและดีที่สุดในโลก

### เมกอัพสวยราวกับเซรุ่ม

คนที่แต่งหน้าแล้วดูเนียนสวยไม่ได้แปลว่าเครื่องสำอางทุกชิ้นที่ใช้จะมีราคาเป็นหลักร้อยหลักพันขึ้นไปแต่อย่างเดียวหรือต้องแต่งหน้าแบบครบเครื่องตลอดเวลา เมกอัพที่จำเป็นจริงๆสำหรับผู้หญิงนั้นมีเพียงสามชิ้น คือ มาสคารา บลัชออน และลิปกลอส แต่สำหรับสาวไทยอาจเพิ่มแป้งทิวเวมาช่วยเสริมโหนกนวลใส และหากตัดขนตาออกจนปิดมาสคาราก็จะยิ่งดูตาโตและเพิ่มความงามอ่อนสวยติดทนนานยิ่งขึ้น ปิดแก้มด้วยบลัชสีส้มพีชอ่อนๆ แต่มกกลอสชนิดใสโรสิให้ริมฝีปากดูมันวาวนวลๆ เท่านั้นก็ดูดีได้แล้ว

### เคล็ดลับ

#### ควรลงทุนกับ

- ❖ อายแชโดว์
  - ❖ รองพื้น
  - ❖ แป้งฝุ่น
  - ❖ คอนซิลเลอร์
  - ❖ ปรองและอุปกรณ์แต่งหน้า
- ควรประหยัดกับ**
- ❖ ลิปสติค, ลิปกลอส, ลิปบาล์ม
  - ❖ มาสคารา
  - ❖ ลิปโลเนอร์
  - ❖ บลัชออน
  - ❖ บรอนเซอร์
  - ❖ กระดาษซับหน้ามัน

### เรียนทาเกลี้ยงเกลา

ทั้งสาวไทยและสาวเทศหลายคนที่ยิยมแว็กซ์กำจัดขนแต่แม่จะทำเองราคาก็ยังแพงอยู่ ดังนั้น การสครับผิวบ่อยๆนอกจากจะชะลอการเกิดใหม่ของขนและยืดอายุการแว็กซ์ครั้งต่อไปแล้ว ยังช่วยให้ผิวเนียนดีด้วย

### เคล็ดลับ

- ❖ ควรหมั่นสครับผิว แล้วตามด้วยการทาครีมบำรุงเนื้อหนังเป็นประจำ
- ❖ การโกนเป็นทางเลือกที่ง่ายและถูกกว่าเสมอ

### เรือนผมสุดไฮคลาส

เรือนผมที่ดูเปล่งราศีความมีระดับคือผมที่เป็นประกายเงางามและมีชีวิตชีวา คล้ายๆผมของนางแบบที่สะอาดไปมาในโฆษณาแชมพูนั่นละ และที่สำคัญคือเรื่องความสะอาด การใช้คอนดิชันเนอร์ที่ดีและปรองผมเสนไฮธรรมชาติที่มีคุณภาพ ล้วนแต่ช่วยให้เกล็ดผมเรียบสวยดูดีได้ทั้งสิ้น

### เคล็ดลับ

- ❖ ลงทุนซื้อทริตเมนต์มาหมักผมเองที่บ้านบ่อยดีกว่าไปทำที่ร้าน
- ❖ อย่าชี้เหนียวในการทำสีและไฮไลต์กับช่างตีๆ
- ❖ สระ ดราย หรือหมักผมเป็นรูปที่ตัวเองได้ ถูกกว่าให้ร้านทำ
- ❖ ทำสีผมแล้วอย่าลืมใช้แชมพูและครีมหวดที่ช่วยรักษาสีผมด้วย จะได้ยืดอายุการทำครั้งต่อไปได้นานๆ
- ❖ ผมมาสามารถเล็มเองได้ที่หน้ากระจกเราเอง

### เล็บงาม

เราสามารถทำทริตเมนต์เท้าและเล็บได้เอง โดยใช้นมผงละลายน้ำอุ่นพร้อมหยดน้ำมันอัลมอนต์ลงไปแล้วแช่เท้าไว้สักครู่ ก่อนตัดแต่งเล็บและหนังต่อไป

### เคล็ดลับ

- ❖ หัดตัดเล็บและหนังเองจะช่วยประหยัดได้มาก
- ❖ ควรลงทุนกับอุปกรณ์ตัดแต่งเล็บดีๆ สักชุด เพราะทั้งทนทานและสะอาดกว่าไปทำที่ร้าน
- ❖ ควรซื้อตะไบดีๆมีคุณภาพไว้ใช้แทนตะไบเหล็กราคาถูก เพราะช่วยถนอมเล็บไม่ให้ฉีกขาดได้ดีกว่า
- ❖ หมั่นทาโลชั่นบำรุงมือ (ที่ไม่จำเป็นต้องแพง) หลังล้างมือหรือทำงานบ้าน
- ❖ หากชอบเปลี่ยนสีเล็บบ่อยๆ ควรซื้อเบสและท็อปโคตดีๆมาใช้ เล็บจะได้ไม่เหลืองแม้จะใช้ทาทาเล็บราคาถูก