



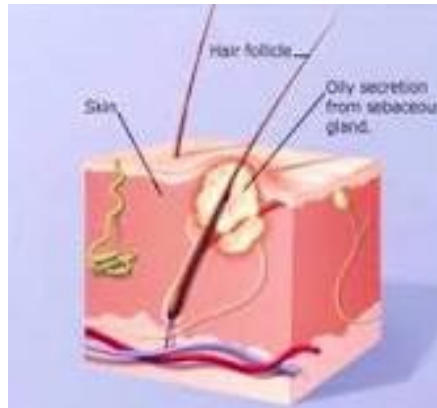
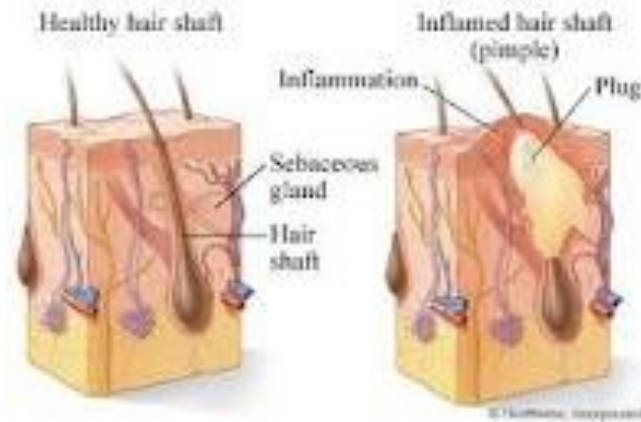
Petua Hilangkan Jerawat

Petua 3

Basuh muka dengan air suam, kemudian gosoklah muka dengan **tomato masak**. Biarkan ia kering sendiri. Selepas itu, bilas muka anda dengan air suam.

Petua 4

Ambil beberapa helai **daun jambu batu** yang masih muda, bahagian pucuknya. Cuci hingga bersih dan ramas daun tersebut dengan air. Kemudian cuci muka anda dengan air perahan jambu batu tersebut. InsyaAllah, anda dapat lihat hasilnya setelah beberapa hari.



DISEDIAKAN OLEH :
UNIT PEMAKANAN
BAHAGIAN PENGURUSAN DAN
PEMAKANAN
MEI 2012

Petua 1

Campurkan beberapa sudu **tepung ubi kayu** dengan **air asam jawa**. Kemudian sapukan ke muka anda. Amalkan setiap masa seperti anda menggunakan bedak sejuk. Hasilnya, muka anda akan bertambah cerah dan lembut serta tidak berjerawat lagi.



Petua 2

Ambil sedikit **asam jawa** dan beberapa inci **kunyit hidup**. Tumbuk kunyit itu dan campurkan dengan asam jawa dan sedikit air. Setelah campuran itu sebatu, sapu ratakan ke seluruh muka anda. Biarkan kira-kira 20 minit. Kemudian ketika anda mandi, basuhlah dengan bersih. Jika selalu diamalkan, muka anda akan sukar ditumbuhi jerawat dan kulit menjadi lebih halus.



Petua 5

Ambil sedikit **daun pegaga** tumbuk sehingga lumat kemudiannya dicampurkan dengan **bedak sejuk**. Kemudian pakaikan pada seluruh muka. Anda akan rasakan kulit muka anda menjadi tegang. Lebih kurang 30 minit, cuci dengan air suam. Lihatlah kesannya, muka akan berasa licin dan bersih. Lakukan 3 kali seminggu, muka anda tidak akan ada masalah lagi.

Petua 6

Rendam sehelai daun sirih di dalam segelas air panas. Tunggu hingga sejuk dan daun layu. Selawat ke atas Nabi sebanyak 3 kali dan basuh muka dengan air tersebut. Selepas itu, biarkan hingga kering sendiri.



Petua 7

Bersihkan muka hingga bersih. Kemudian cuci dengan **air kelapa tua**. Biarkan ia kering sendiri. Bilas dengan air bersih. Amalkan 3 kali seminggu.



Petua 8

Asah sedikit **kulit kayu manis** atau ambil serbuk kayu manis dan campurkan dengan sedikit madu. Tempekkan ke muka sebelum masuk tidur. Bilas dengan air bersih pada keesokan paginya. Amalkan 3 kali seminggu.



Petua 9

Bancuh sesudu **susu tepung** dengan sedikit air. Tempek pada keseluruhan muka setiap malam. Setelah kering, bilas dengan air suam. Amalkan setiap hari.

Petua 10

Giling segenggam **beras** bersama **daun inai** hingga lumat. Bulat-bulatkan adunan sebesar duit syiling 5 sen dan jemur hingga kering. Simpan dalam bekas kedap udara. Apabila hendak menggunakannya, titis beberapa titik jus limau nipis dan sapukan pada keseluruhan muka dengan menggunakan belahan kentang. Amalkan 2 kali seminggu.

