

ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ВОПРОСЫ

1. Как избавиться от перхоти?
Лучше всего посоветоваться с врачом-дерматологом, который назначит лечение.

Хорошо действует смесь из касторового масла, крепкого настоя черного чая и рома, взятых в равных пропорциях, которую легко приготовить самим. Смесь выливается в бутылку, несколько раз взбалтывается, чтобы все хорошо смешалось, после чего ею смазывается массирующими движениями кожа головы. Волосы моют через час. Помогает также отвар, приготовленный из 500 г свежей крапивы и литра кипятка. Когда отвар остынет, его процеживают и полученной жидкостью смазывают голову. Эту процедуру можно проводить 2 раза в неделю.

2. Что сделать, чтобы кожа лица стала белее?

Если вы хотите очистить и выбелить кожу лица, приготовьте следующую смесь: положите в стакан скорлупу от свежего яйца и залейте ее лимонным соком так, чтобы она была покрыта им. Поставьте стакан на солнце и, когда скорлупа растворится, перелейте жидкость во флакон. Полученным экстрактом кальция лицо следует мазать два-три раза в неделю.

3. Что сделать, чтобы руки были белыми?
Каждая работающая женщина или домохозяйка, стремящаяся иметь и красивые руки, должна при выполнении грубой, грязной работы надевать перчатки.

Частое мытье рук и работа с веществами, вредными для кожи рук, ведут к их покраснению и образованию трещин. Этого можно избежать, если предварительно смазать руки тонким слоем крема, сальца или масла.

После окончания работы необходимо тщательно вымыть руки хорошим мылом с помощью специальной щетки, насухо вытереть их и смазать глицерином, смешанным с лимонным соком в равных частях.

Если кожа на руках потрескалась, ее хорошо смазать медом и дать ему высохнуть.

Если трещинки на коже рук медленно заживают, мокрые руки надо натереть овсяной мукой. Хорошо помогает в таких случаях и смесь из равных частей глицерина и меда.

Шершавые и красные руки следует смазывать следующей смесью: взять 25 г меда, 25 г оливкового масла, сок одного лимона и один желток и хорошо растереть. Лучше всего смазывать руки перед сном, после чего надеть перчатки. Если ваши руки потемнели от фруктов, их лучше всего почистить лимонной кислотой. Лимонный сок вообще придает коже белизну, делает ее нежнее и эластичней.

— У некоторых из нас,— пишут в редакцию швеи Несижского комбината бытового обслуживания,— часто появляются на лице очень неприятные пузырьки: на губах, щеках, носу. Они сопровождаются жжением. Чем их можно вылечить? Как сделать, чтобы в будущем такие пузырьки не появлялись?

На письмо отвечает медицинский консультант нашего журнала, кандидат медицинских наук В. Солоухин. Насколько можно судить по письму, речь идет о заболевании, которое называется простым пузырчатым лишаем. Вызывается оно вирусом и может передаваться от больного человека здоровому при поцелуях, пользовании одним полотенцем и т. д. Как видно, именно последнее и привело к тому, что пузырчатый лишаем заболело сразу несколько человек в небольшом коллективе.

Протекает пузырчатый лишаи безобидно — через 5—7 дней даже без всякого лечения он проходит, не оставляя никаких осложнений. Однако, к сожалению, иногда наблюдаются многократные появления (рецидивы) пузырьков на том же самом месте. В этих случаях необходимо обратиться за медицинской помощью.

Выписывать заочно рецепт или рекомендовать то или иное лекарство нельзя. Для этого имеются врачи на месте, они обследуют больных и назначают лечение. Мы же можем только посоветовать строго выполнять правила личной гигиены, постараться не простуживаться, не вскрывать пузырьки, так как при этом можно внести инфекцию более серьезную, чем вирус пузырчатого лишаи. Ну и, естественно, не пользоваться одним полотенцем и не целоваться с людьми, у которых это заболевание уже имеется.



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

1. Перед блузки — 1 дет.
2. Спинка — 1 дет.
3. Рукав — 2 дет.
4. Планка к застежке блузки — XXX—XXX— 1 дет.
5. Воротник — V—V—V— 1 дет.
6. Кармашки — V—V— 2 дет.
7. Перед юбки — X—X—X— 1 дет.
8. Зад — X—X—X— 1 дет.
9. Кокетка к переду юбки — 2 дет.
10. Кокетка к задку юбки — 1 дет.

Юбка и блузка для девочки 8—10 лет (размер 35).

Расход ткани на блузку 1 м 35 см при ширине 80 см, на юбку — 1 м при ширине 1 м 40 см.



Долевая нить

Продолжить до нужной длины

Вытачка

Вытачка

Продолжить до нужной длины

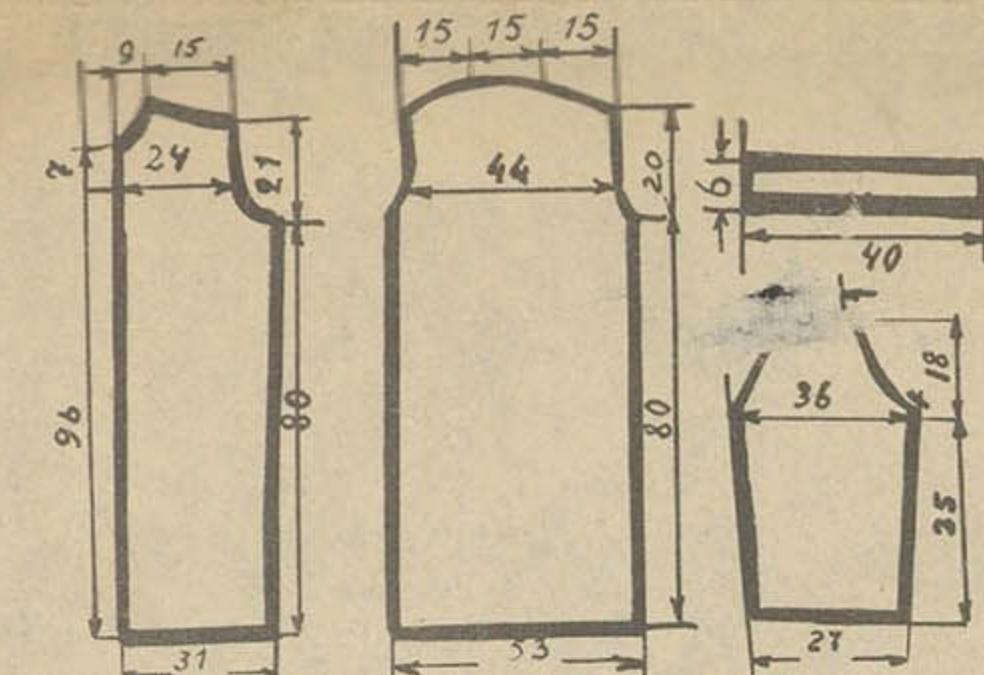
Складка

Складка

Вытачка

Вытачка

Для тех, кто умеет вязать ЛЕТНЕЕ ПАЛЬТО



Для пальто требуется 650 граммов строенной шерсти для основной вязки; для отделки немного этой же шерсти, соединенной в 5 ниток. Крючок № 2.

Размеры: длина пальто 105 см, объем груди 119 см, длина рукава 55 см.

Виды вязки:

1) квадратики (для основания вяжут цепочку, а на ней 1 ряд столбиками без накида).

1-й ряд: 3 петли цепочки, пропускают 2 петли и в следующей петле вяжут 2 неоконченных столбика (делают накид, вводят крючок в петлю цепочки, накидывают нить снова на него и протаскивают ее через эту петлю, опять накидывают нить на него и протаскивают ее через первую петлю, опять накидывают нить на крючок и протаскивают ее через 2 петли цепочки — на крючке остаются 2 петли; таким же образом вывязывают и второй неоконченный столбик; третьим накидом второго неоконченного столбика провязывают последние 3 петли на крючке), пропускают 4 петли и в следующей петле вяжут 2 неоконченных столбика, 3 петли цепочки, 1 полупетлю, 3 петли цепочки, 2 неоконченных столбика. Ряд заканчивают двумя неоконченными столбиками, тремя петлями цепочки и одной полупетлей в последней петле.

2-й ряд: 5 петель цепочки для поворота, * в петельке, которая соединяет две группы неоконченных столбиков предыдущего ряда, вывязывают опять 2 неоконченных столбика; 3 петли цепочки, 1 полупетлю, 3 петли цепочки и 2 неоконченных столбика *.

3-й ряд: 3 петли цепочки, 2 неоконченных столбика в петле, которая соединяет первые две группы неоконченных столбиков предыдущего ряда, * в петле, которая соединяет вторые две группы неоконченных столбиков предыдущего ряда, вывязывают 2 неоконченных столбика, 3 петли цепочки, одну полупетлю, 3 петли цепочки, 2 неоконченных столбика *. Ряд заканчивают двумя неоконченными столбиками, тремя петлями цепочки, одной полупетлей в крайней петле последней группы из двух неоконченных столбиков предыдущего ряда. Повторяют последовательно 2 и 3-й ряды.

Исполнение
Полка пальто. Вывязывают сначала 31 см цепочки, а следующие ряды вяжут основной вязкой. На 80-м см от нижнего края пальто петли на пройму заделывают постепенно в соответствии с выкройкой. Необходимо, чтобы после последней убавки на пройму ширина полки была 24 см. На 96-м см от нижнего края пальто начинают оформлять вырез ворота (тоже по выкройке). На 21-м см от начала проймы заделывают петли плеча в три приема.

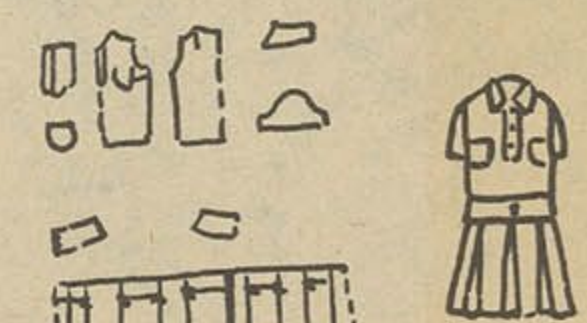
Вторую полку пальто вяжут таким же образом, с той лишь разницей, что вырез ворота, пройму и плечо оформляют с противоположной стороны.

Спинка. Сначала вяжут 53 см цепочки. На 80-м см от нижнего края пальто петли на пройму заделывают симметрично с обеих сторон спинки и постепенно так, чтобы после оформления проймы ширина спинки была 42 см. От первой убавки на пройму до нижнего края плеча вяжут 20 см. На плечо петли заделывают в три приема (15 см). На вырез ворота оставляют 14 см.

Рукав. Вяжут 27 см цепочки. Петли прибавляют с обеих его сторон симметрично так, чтобы на 35-ом см от начала рукава его ширина была 36 см. На окат рукава петли заделывают так, чтобы на 18-м см от первой убавки его ширина была 7 см.

Воротник. Его начинают вязать с внутренней стороны. Для этого вывязывают сначала 40 см цепочки, а затем 6 см — для высоты воротника, основной вязкой.

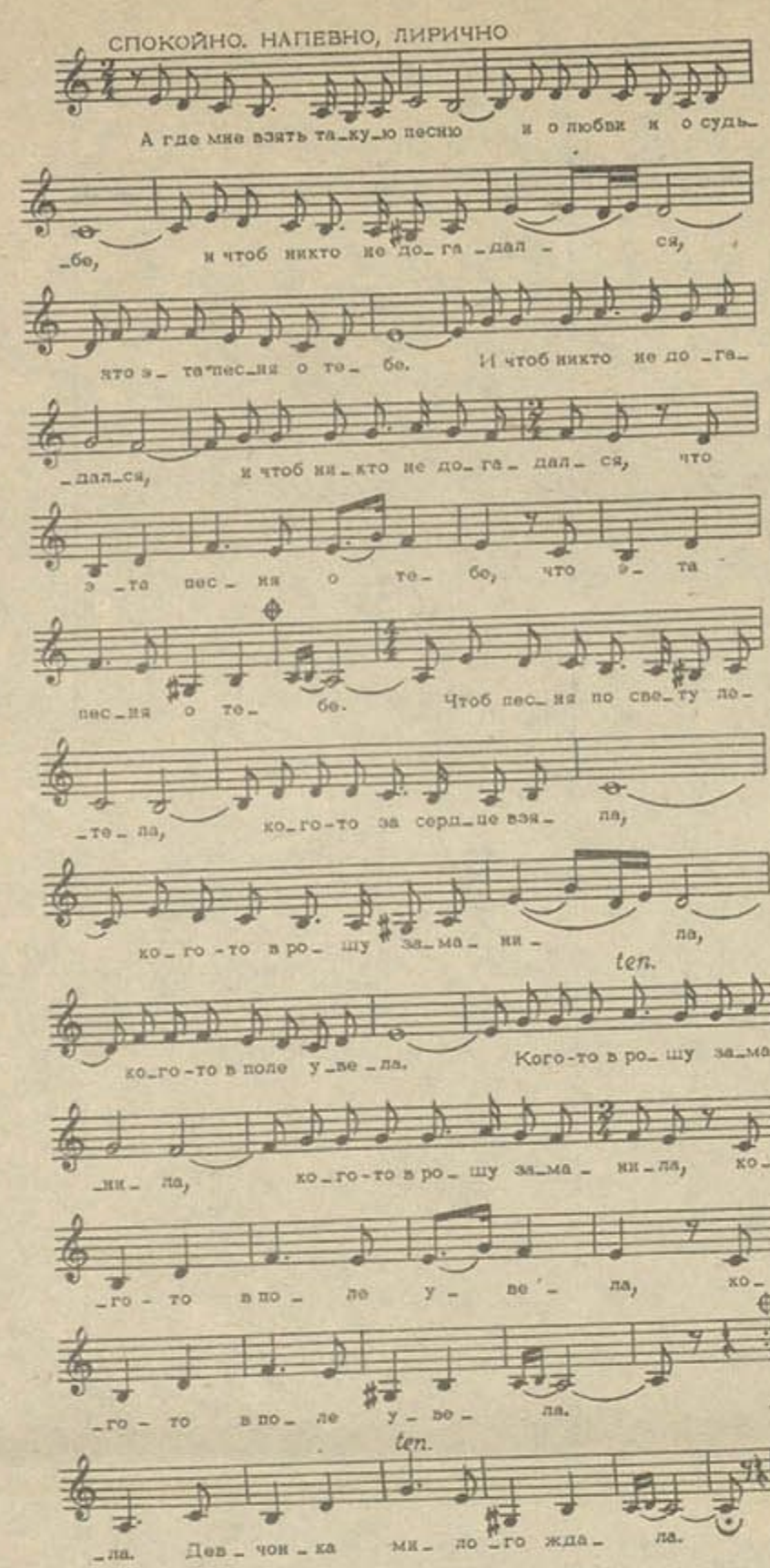
Сборка. Связанные детали разглаживают на паре с изнаночной стороны через влажную ткань. Зашивают плечи и втачивают рукава в проймы. Затем окантовывают пальто бейкой из пяти рядов столбиками без накида, вводя крючок только в заднюю часть петли. Углы оформляют, вывязывая в первом ряду по одной петле цепочки, а в следующих рядах в этих цепочках вывязывают по 2 петли без накида. Нижнюю часть рукава и воротник тоже окантовывают бейкой. На правой полке перед вывязывают 5 петель для пуговиц. Зашивают воротник.



БЕСПЛАТНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ
К ЖУРНАЛУ „РАБОТНИЦА I СЯЛАНКА“
№ 4, 1971 г.

1. Перед —О—О—О— 1 дет.
2. Спинка —О—О—О— 1 дет.
3. Рукав —О—О—О—О—О—О— 2 дет.
4. Карман —...—...— 2 дет.



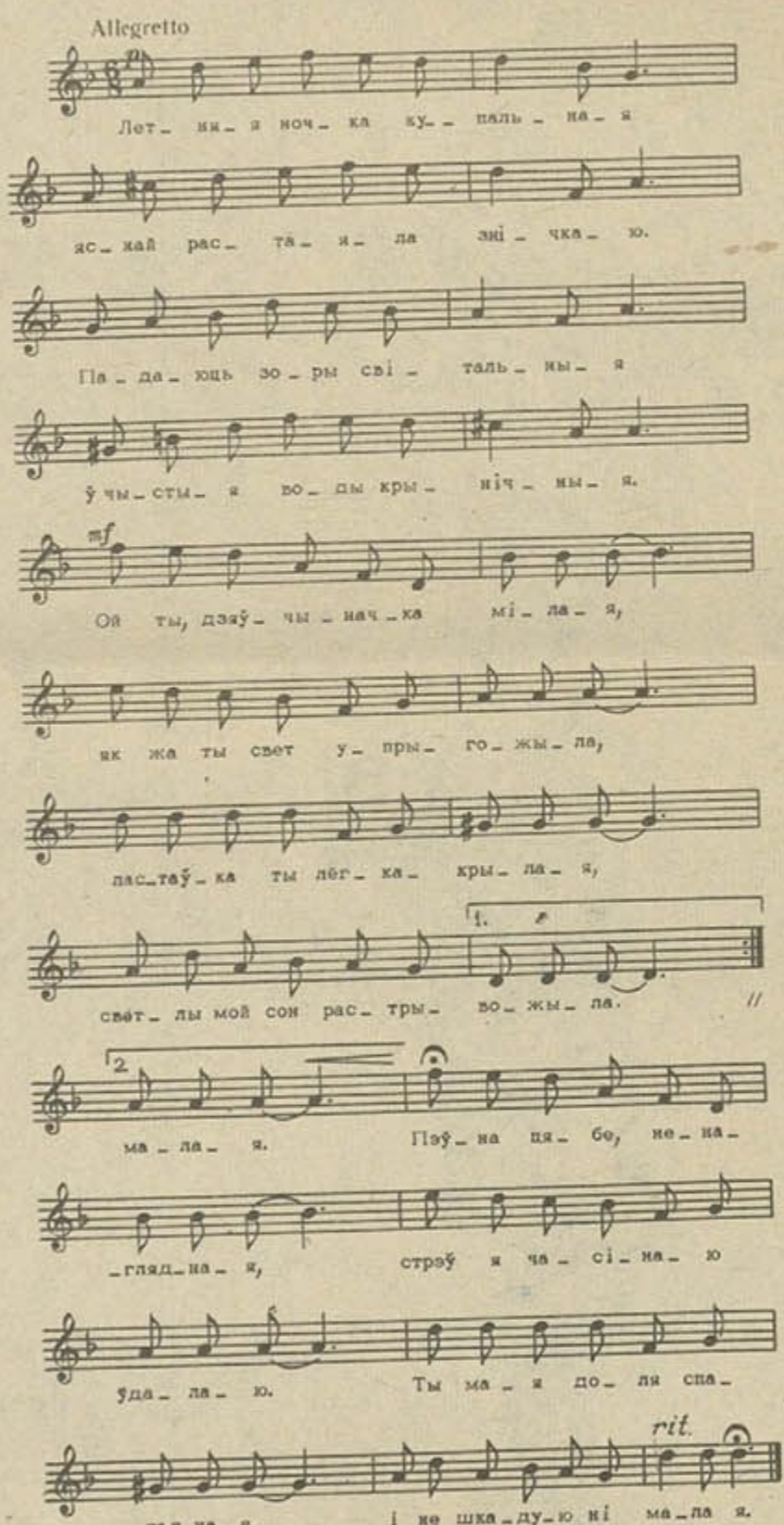


ТЫ МНЕ ВЯСНОЮ ПРИСНІЛАСЯ

Слова М. ШУШКЕВИЧА. Музыка Ю. СЕМЯНЯКИ

Летняя ночь купальная
Белой растала, знікала,
Падають зорі світліяні
У чистий води крижаний.
Ой ти, дзвучиш мила,
Як жа ти свет упрігожыла,
Ластаука ты летячилая,
Светлы мой сон растрывожыла.

Ты мне ясною приснілася
Неразгаданным чарамі,—
Серця парюна забілася
Вольными крилами-чарамі.
Піуна, цудо, ненаглядная,
Струу я часіною удаюу.
Ты мая доля спадання,
І не шкадоу ні мала я.



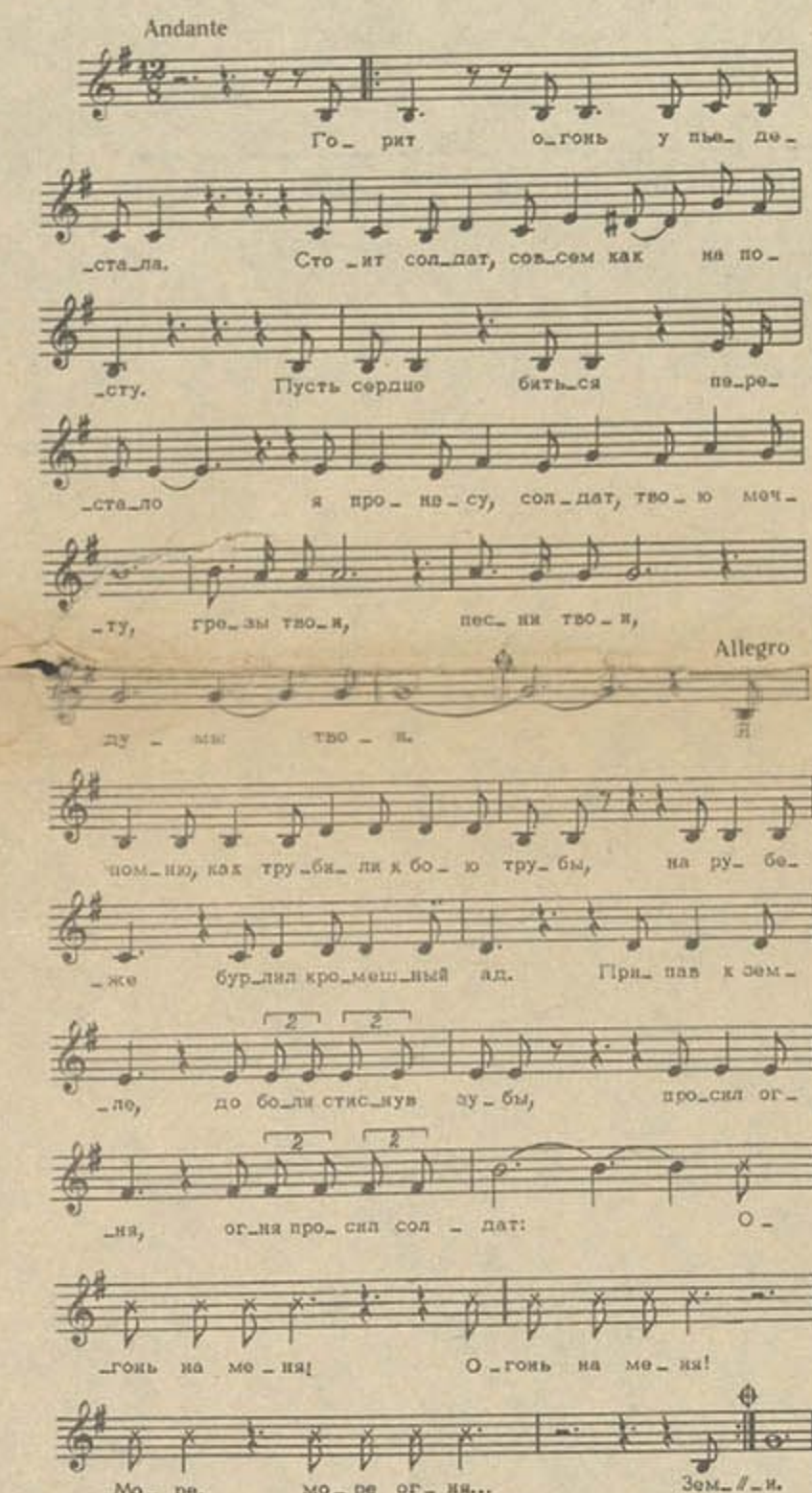
О ЛЮБВИ И О ТЕБЕ

Слова М. АГАШИНОЙ. Музыка Г. ПОНОМАРЕНКО

А где мне взять такую песню
И о любви и о судьбе,
И чтоб никто не догадался,
Что эта песня о тебе,
И чтоб никто не догадался, [2 раза]
Что эта песня о тебе. [2 раза]

Чтоб песня по свету летела,
Кого-то за сердце взяла,
Кого-то в рощу заманила,
Кого-то в поле увела,
Кого-то в рощу заманила, [2 раза]
Кого-то в поле увела. [2 раза]

Чтобы у клуба заводского
И у далекого села,
Чтоб с этой песней, замирая,
Девочка милого ждала,
Чтоб с этой песней, замирая, [2 раза]
Девочка милого ждала. [2 раза]



У ПЬЕДЕСТАЛА

Слова Б. БРУСНИКОВА. Музыка Д. ФАЛИЛЕЕВА

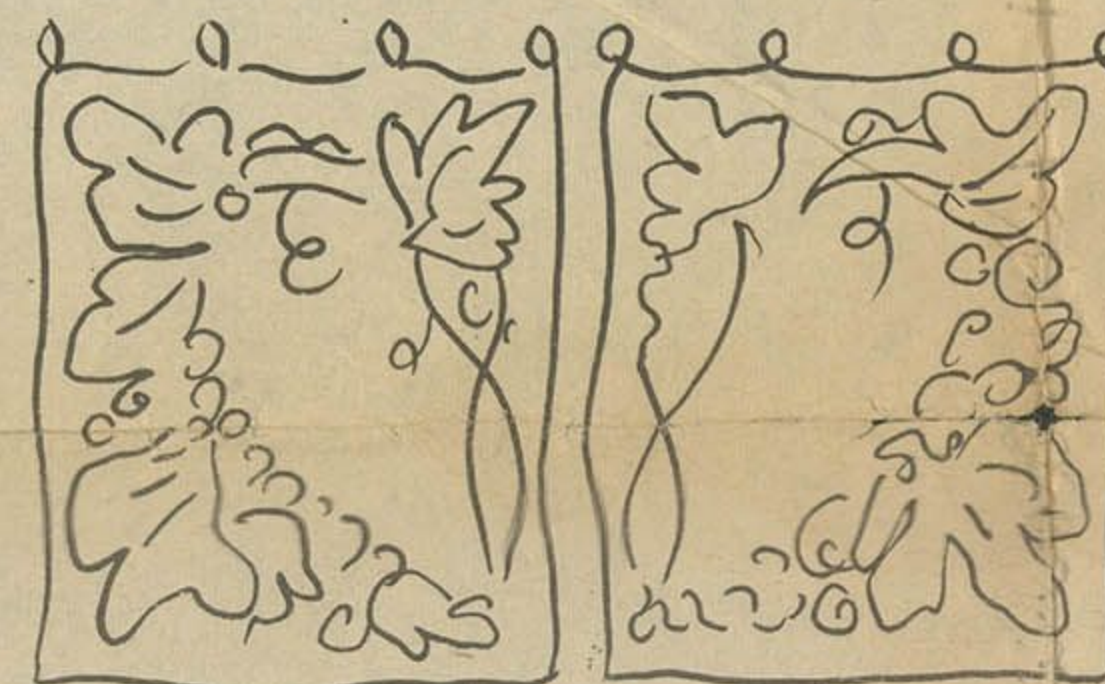
Горит огонь у пьедестала,
Сквозь солдат сердца навек на посту,
Пусть сердце биться перестало,
Я принесу, солдат, твою мечту—
Грезы твои,
Песни твои,
Думы твои.

Я помню, как трубили к бою трубы,
На рубеже бурлил кровешный ад,
Припав к земле, до боли стиснув зубы,
Просил огня, огня просил солдат:
— Огонь на меня!
— Огонь на меня!
Море,
Море огня...

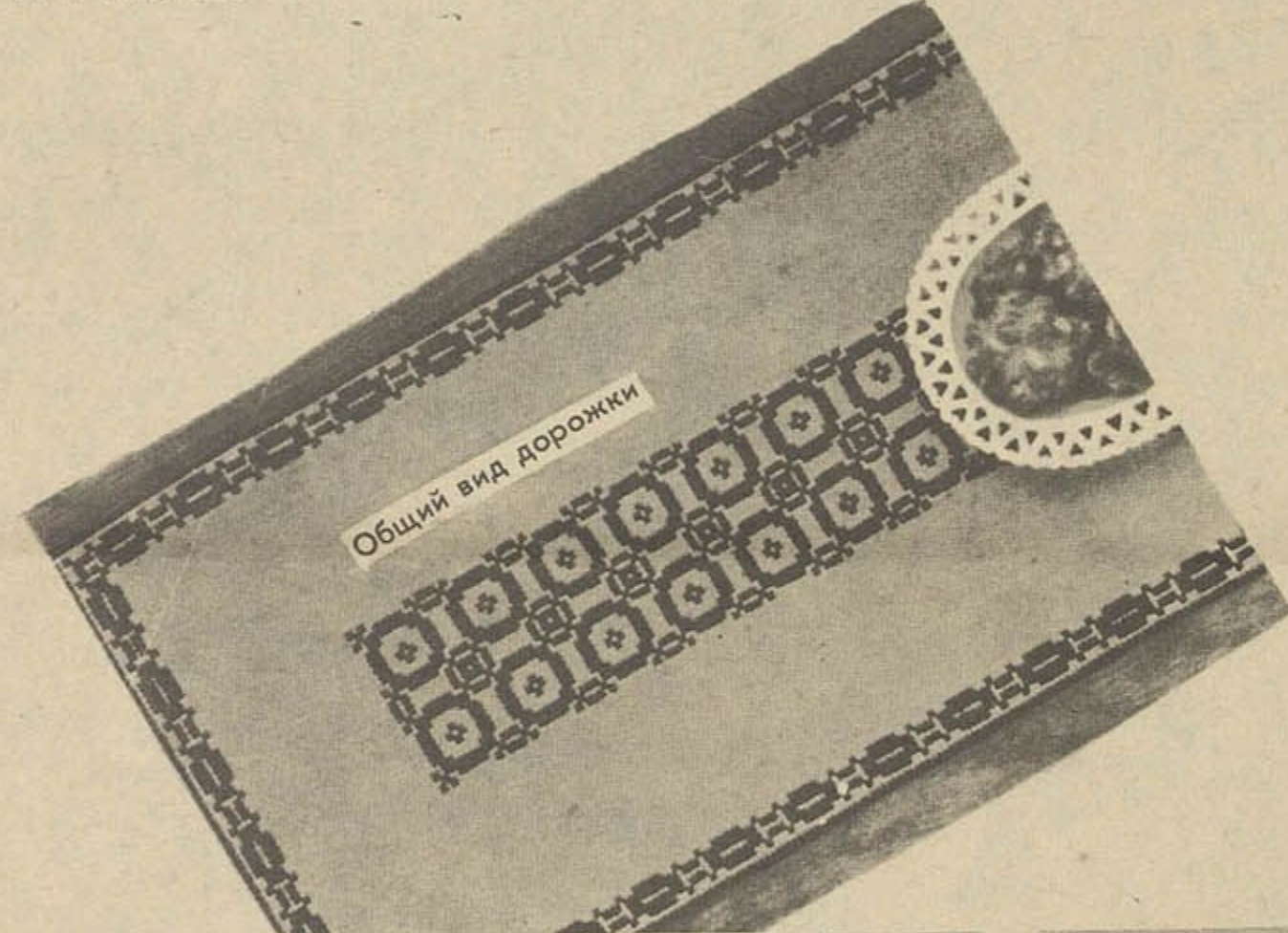
Земля моя в рассвете аллом.
И гаснут звезд горячие дожди.
Страна, что в бурях устояла,
Хранит навеки, навеки в своей груди
Грезы твои,
Песни твои,
Думы твои.



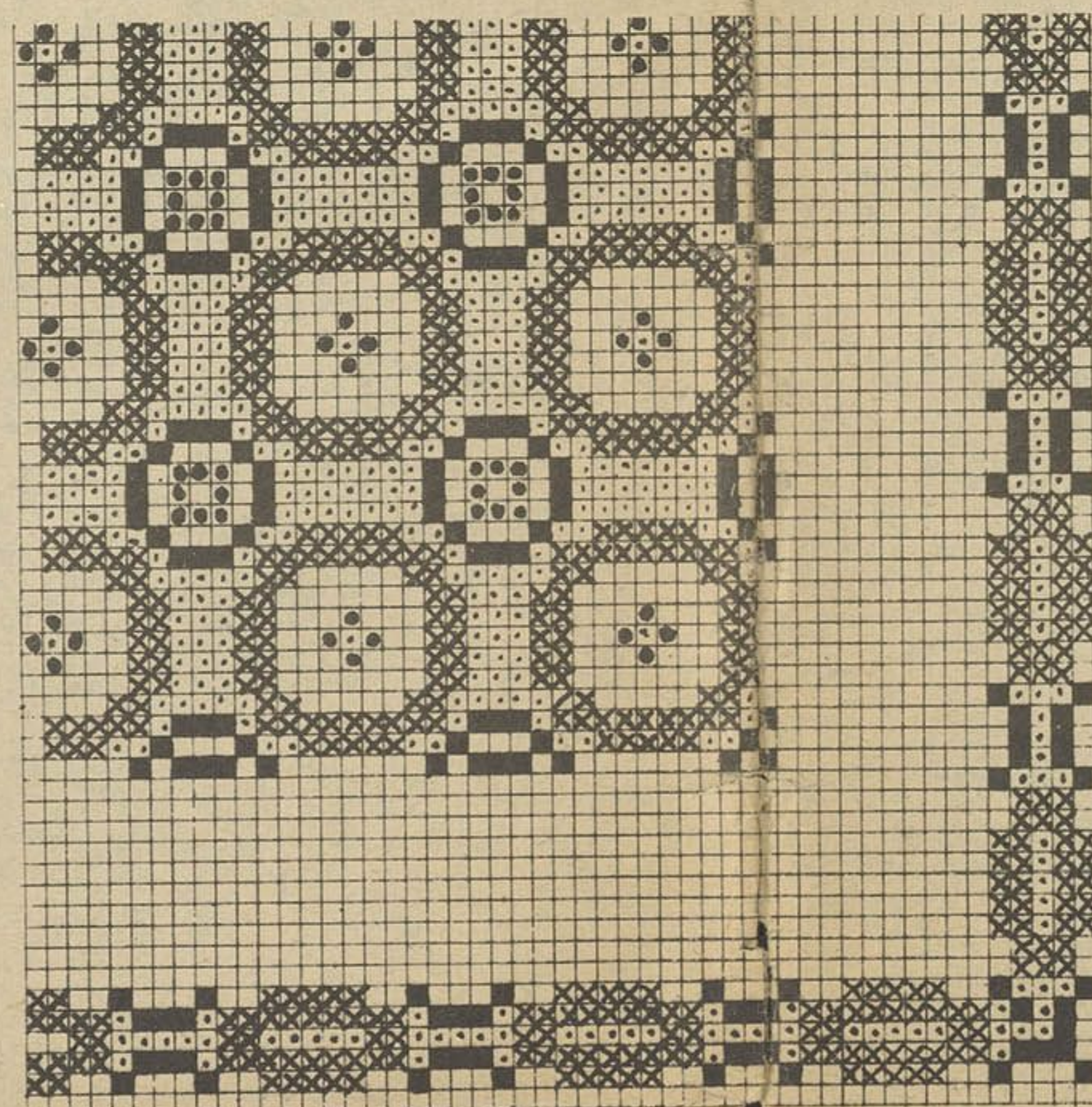
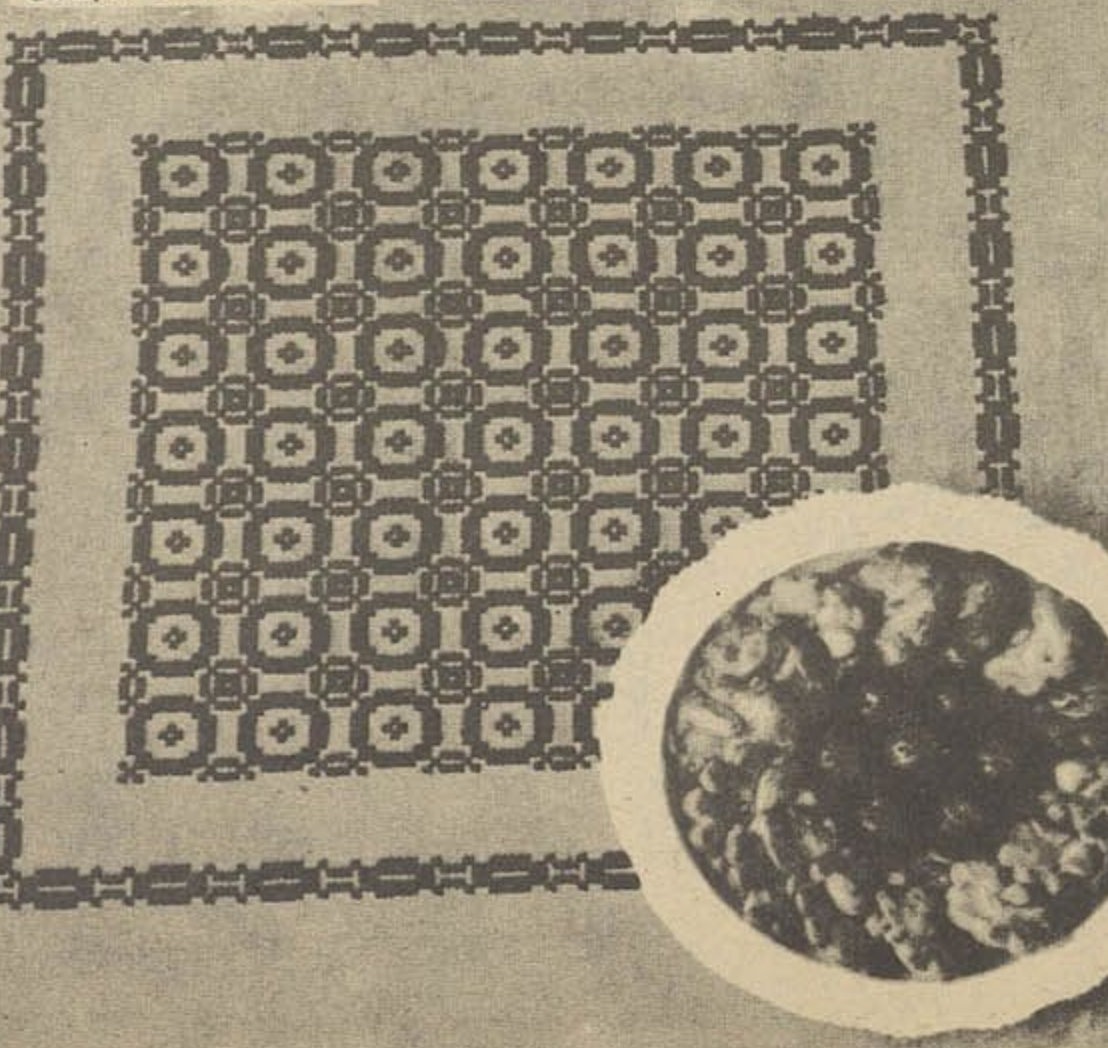
Рисунок для занавесок на окно. Вышивается прорезной гладью. После вышивки края подшиваются, отступив на 1,5—2 см от края рисунка. К верхней части занавесок пришиваются колечки (их можно связать крючком). (Рисунок для занавесок дается по многочисленным просьбам читателей).



Дорожка и квадратная салфетка. Вышивается на льне, суровом полотне крестом. Размер изделий — по желанию. Крестики вышиваются темно-розовыми нитками, черные квадратики — светло-коричневыми, большие точки — синими. Маленькие точки — белым шелком. Рисунок можно использовать и на подушку.



Общий вид салфетки



ВЕСНУШКИ

Когда на снегу появятся первые проталины и чуть прогреет солнце, косметические кабинеты начинают ожидать девушки и молодые женщины с просьбой удалить веснушки. Уже в конце февраля — начале марта под влиянием ультрафиолетовых лучей солнца на лице, руках и даже на закрытых участках кожи могут появиться эти мелкие пигментные пятна.

Предупредить появление веснушек легче, чем избавиться от них. Надо избегать длительного пребывания на солнце, не забывать о зонтике и широкополой шляпе, особенно на юге. Тем, кто предрасположен к появлению веснушек, советуем ранней весной перед выходом на улицу нанести на кожу легкий слой какого-нибудь фотозащитного крема типа «Щит», «Лун», «Крем от загара», а затем припудрить лицо фотозащитной пудрой «Очищая» или «Курортная». Защитное действие этих кремов продолжается всего 2—3 часа, а пудры — 40—50 минут. Поэтому, когда вы находитесь на воздухе дольше, косметическую процедуру необходимо повторить.

А что делать, если веснушки все-таки появились? Проще всего их обесцвечивать. Для этого надо умыться на ночь прохладной 3—4-дневной давности. Можно протирать кожу лица лимонным соком, разведенным в воде (столовая ложка лимонного сока на стакан воды), соком свежего огурца или айвы. Полезны белково-лимонные или пергидролевые маски. Для приготовления белково-лимонной маски надо взбить яичный белок и медленно влить в него чайную ложку лимонного сока. Пергидролеву маску готовят точно так же: во взбитый белок медленно вливают столовую ложку трехпроцентной перекиси водорода.

Маску накладывают на предварительно очищенную кожу лица, исключая веки, которые лучше смазать любым питательным кремом. После того, как на лице образуется стягивающая пленка, надо еще 2—3 раза смазать кожу тем же раствором. Через 20 минут маску следует смыть теплой водой.

Для удаления веснушек можем посоветовать пользоваться отечественными кремами «Чистотел», «Метаморфоз», «Весна», «Восстановитель», «Мелан» или болгарским кремом «Ахромин». Крем наносят на чисто вымытое лицо вечером на час-полтора. Затем ту часть крема, которая не впиталась в кожу, снимают промокающими движениями с помощью бумажной салфетки.

Женщинам, страдающим заболеваниями почек, десен, а также беременным и кормящим матерям категорически запрещается применение отбеливающих масел и кремов, содержащих ртуть, таких, например, как «Чистотел» и «Метаморфоз». Но и здоровым людям кремы и мази с ртутью надо применять с осторожностью. Прежде всего старайтесь, чтобы они не попали в глаза! Пользоваться такими препаратами можно не более 5—6 дней подряд, чтобы не вызвать раздражения кожи. Вслед за тем 3—4 дня вместо этих кремов полезно смазывать лицо обесцвечивающими растворами — соком лимона или перекисью водорода.

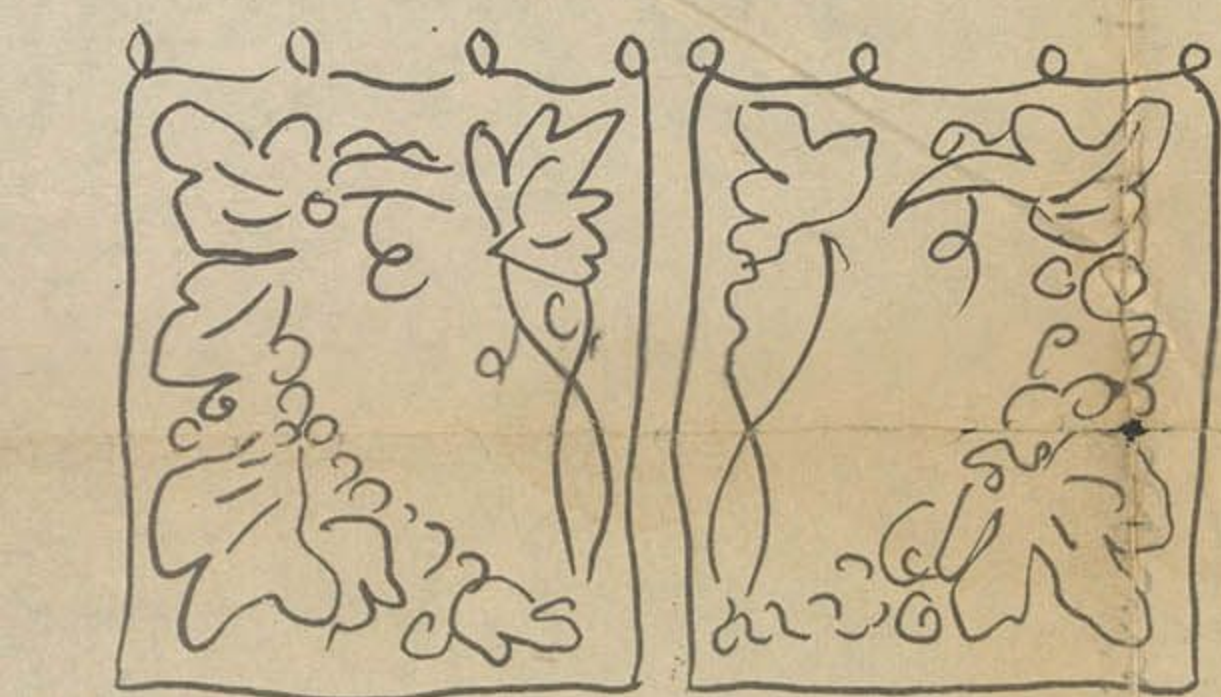
Некоторые женщины, пытаясь сжечь яркие и крупные веснушки, добавляют в крем, приготовленный в аптеке по рецепту врача, и в патентованные кремы, содержащие ртуть. В результате образуется травматическая пигментация: на лице появляются темно-коричневые пятна, которые не удаляются даже в больничных условиях.

Запомните: применять самодельные средства нельзя! От них на лице могут возникнуть стойкие пигментные пятна.

Если кремы и мази не помогают, надо обратиться в кабинет врачебной косметики. Однако ярким блондинкам и рыжеволосым женщинам, кожа которых обильно усыплена веснушками, даже лечение в стационаре не всегда помогает. Но стоит ли из-за этого унывать? Ведь часто веснушки даже украшают, делают лицо загорелее, моложе. Недаром же француженки считают веснушки признаком молодости и порой нарочито гримируют лицо «под веснушки».

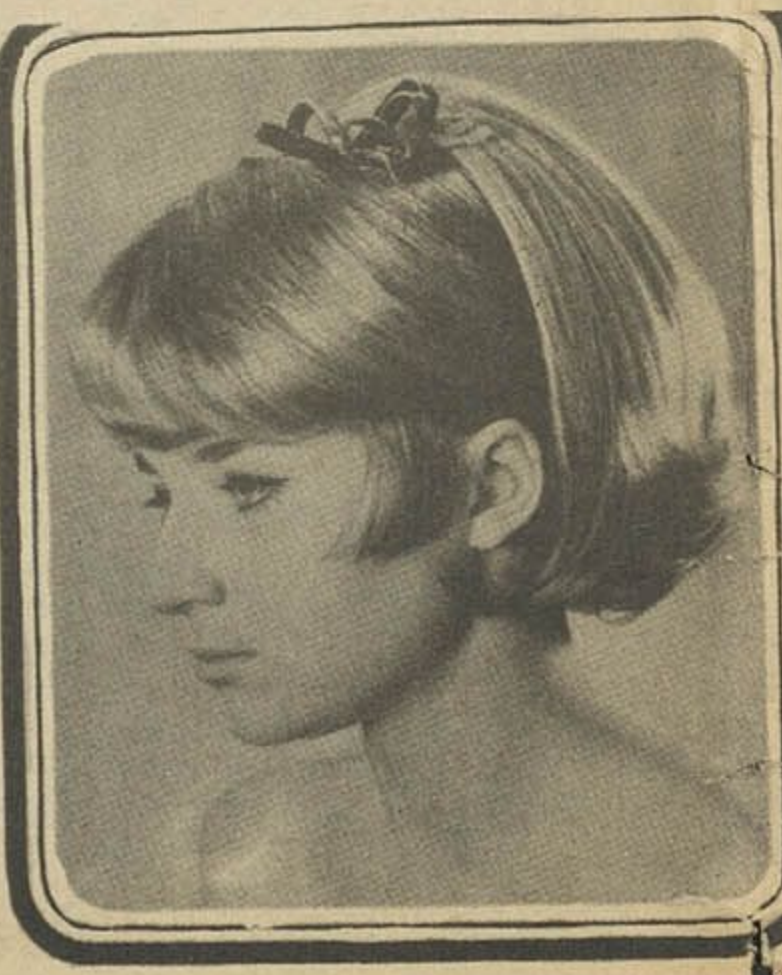


...ся прозрачной гладью.
ступив на 1,5—2 см от
...к пришиваются колеч-
...к для занавесок дает-
...льнич).

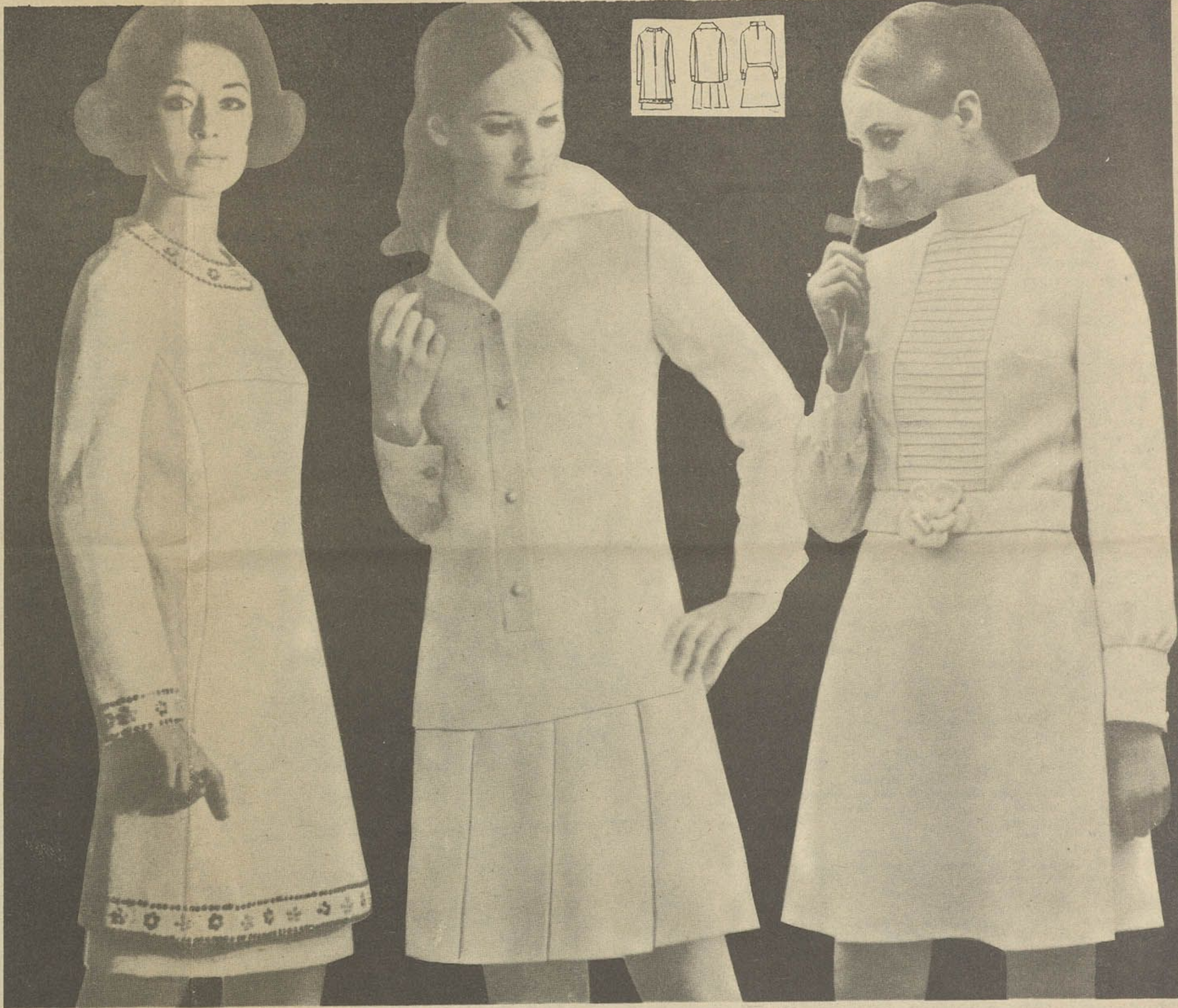


проталины и чуть пригreet
...чают осаждают девушки
...лить веснушки. Уже в кон-
...инизмом ультрафиолетовых
... на закрытых участках ко-
...ментные пятна.
...к легче, чем избавиться от
...бывания на солнце, не за-
...шлепа, особенно на юге.
...инию веснушек, советуем
...лицу нанести на кожу лег-
...тного крема типа «Щит»,
...ингулировать лицо фотоэщит-
...ная». Защитное действие
...3 часа, а пудры — 40—50
...з на воздухе дольше, кос-
...о повторить.
...ки появились? Проще все-
...мо умыть на ночь про-
...можно протирать кожу ли-
...в воде (столовая ложка
...соком свежего огурца или
...или пергидролевые маски.
...ой маски надо взбить яич-
...чайную ложку лимонного
...точно так же: во взбитый
...ложку трехпроцентной пе-
...ельно очищенную кожу ли-
...сказать любым питатель-
...е образуется стягивающая
...кожу тем же раствором,
...ть теплой водой.

Для выпускного вечера мы предлагаем платья различного характера, чтобы девушка сама решила, что более соответ-ствует ее внешности и натуре — спортивность, женственность, романтичность.
Достаточно нарядным, при всей своей скромности, может быть первый вариант — белая блузка с высоким воротничком и черная шерстяная юбка с широким поясом. Блузка отделана плиссированными оборками, дополнена черным бантиком и мелкими пуговками. Если к широкой подшивке юбки приме-тать с изнанки такую же плиссированную оборку или кружево-так, чтобы они были чуть видны при движении, это придаст туалету очарование и легкость.
Второе платье более нежное, лиричное. Оно из легкого шелка с тонким, графичным рисунком на светлом фоне. Юбка и низ рукавов заложены складками.
Всем идут черные шерстяные или бархатные платья. Они уютны, в них чувствуешь себя непринужденно. Если такое платье дополнить белыми манжетами-воланами и воротничком с жабо, то оно сразу приобретает несколько положительных качеств — свежесть, торжественность, романтичность.
Мерцающий блеск плотного синтетического шелка с жак-кардовым рисунком, жемчуг и пайетки, которыми расшиты края длинной блузы, — нарядны.
Плотный шелк с люрексом и строгая форма — сочетание, ставшее традиционным. Художники используют этот прием в нарядной одежде.
Девически-скромно, закрытое платье художник предлагает для свадебного вечера или выпускного бала. Его можно шить из шелка или шерсти.
Эффектное платье из плотного шелка, шерстяного крепа или из льна с ласаном. Отделка — рельефные цветочки и кру-жево, вывязанные крючком из ниток «мулине».
Ручная отделка — вязаная или вышитая — очень популярна.



К ВЫПУСКНОМУ ВЕЧЕРУ



ПРИЧЕСКИ

Если посмотреть фотографии самых эlegantных женщин мира, можно заметить, что они носят постоянную прическу и редко меняют ее на протяжении всей своей жизни. Создается впечатление, что они не стареют. Но если вы будете чересчур строго придерживаться этого принципа, вы, несомненно, лишите себя удовольствия выглядеть различно. И все же разноеобразие причесок должно быть ограничено известными ра-мками, которые диктует тот или иной тип женщины или де-вушки, форма ее лица, ее возраст.
До двадцатилетнего возраста девушка может носить косы или распущенные до плеч волосы, повязывать ленточку, де-лать челку или ходить коротко подстриженной под мальчика. Но если вам больше двадцати, вы должны выбрать более постоянную прическу с определенной формой и длиной волос.

Естественно, каждая женщина, особенно если она готовит-ся к торжественному случаю, обращается за помощью к па-рикмахеру. Но ее прическа ни в коем случае не должна вы-глядеть неестественной.
Природа одарила каждую женщину определенным цветом кожи и глаз, естественно сочетающимся с цветом волос. Осве-жая волосы или придавая им новый модный оттенок, нельзя нарушать общей гармонии между кожей, глазами и волосами. Черные волосы делают черты лица более резкими, ржавый цвет волос весьма агрессивен и не подходит любому типу женщины, а искусственно высветленные волосы не всегда молоды.
Многие женщины используют накладные локоны или шинь-оны. Для окружающих они должны выглядеть как собствен-ные. В противном случае прическа произведет неблагоприят-ное впечатление.

