

للتواصل

منيرة عاشور



إليك سيدتي نقدم كل ما هو جديد في عالم الموضة والأزياء والجمال والأناقة. أسبوعيا نختار لك الأفضل والأحدث لتواكبي كل ما هو جديد في هذا العالم المتجدد

والمتغير بشكل سريع لتحافظي على إطلالتك وجمالك وتالك.

كوني امرأة جميلة وأنيقة وذات إطلالة خاصة ومميزة وسأقدم لك كل ما هو جديد للمحافظة على شبابك وجمالك وأناقتك. تابعينا عبر مواقع التواصل الاجتماعي لأي استفسار.

للتواصل معنا:

-  Mj3-Fashion
-  @Mj3sing
-  Mj3sign
-  Email - Mj3sing@hotmail.com
-  99324425

نصائح

الفواكه والخضار للجمال



لا يعرف الكثيرون ان لفاكهة والخضار التي نتناولها فوائدها جمالية تصاف الى فوائدها الصحية والغذائية.

فقد توافرت لنا مستحضرات تجميلية طبيعية في الغذاء الذي نأكله، وتنبه العاملون في حقل الجمال الى هذه الحقيقة، فصنعوا من الغذاء كريمات ومستحضرات تجميلية.

ونحن ايضا بامكاننا الاستفادة من هذه الاغذية:

الموز

يحتوي الموز على العديد من الفوائد الجمالية، ويكفي ان نعرف ان الكثير من كريمات الجسم التي نستعملها تحتوي على الموز الذي يسهم في الحفاظ على نضارة البشرة، ويستعمل الموز ايضا في صناعة الصابون والشامبو وكريمات الشعر ومرطب الشفاه.

ويستخدم الموز مباشرة بلا تصنيع، عبر تقطيعه الى شرائح ووضعها على البشرة لمدة 20 دقيقة لامتصاص الزيوت والفيتامينات الموجودة في الوجه، ويمكن خلط كمية من الموز المهروس مع كمية من زيت اللوز ووضع الخليط على الشعر لمدة 15 دقيقة، ويمكن الحصول على يدين ناعمتين وذلك بخلط كمية من الموز المهروس مع الزبدة ودهن الخليلط على اليدين، ويمكن ان نخلط كمية من الموز المهروس مع كريم البشرة الابيض للحصول على بشرة اكثر نضارة.

البرتقال

يعتبر البرتقال مادة اساسية في العديد من مستحضرات التجميل، وخصوصا كريمات العناية باليدين والاقنعة والشامبو. ويمكن الاستفادة من البرتقال بأبسط الطرق وذلك عبر استغلال قشر البرتقال بعد نزعه من الثمرة فتفرك اليدين به لتعمل العصارة الموجودة في القشر على تطرية جلد اليدين وازالة الخشونة من التشققات.

الليمون الحامض

يستخدم الليمون كمادة قابضة للمسام، وهو مفيد جدا لدوي البشرة الدهنية، لأن المواد الحامضية فيه قادرة على العمل كمادة قابضة للمسام، وهي تتلطف خلايا الوجه من الترسيبات الناجمة عن الدهون التي يفرزها الجلد وذلك عبر مسح الوجه بطبقة رقيقة من عصير الليمون وتركيها لتجف وحدها ثم تشطف بالماء الفاتر.

ويعمل عصير الليمون ايضا كمضاد للشمس ويقع الوجه، اذ انه يساعد على اخفائها، ويفيد في تبيض الاسنان والحصول على ابتسامة ناعمة وذلك عبر فرك الاسنان بالعصير وبصورة منتظمة.

البنفاج

يعتبر زيت البنفاج من اهم الزيوت العطرية، ويستخدم في صناعة الصابون والعمرون، وله فوائد صحية وجمالية عدة، بالإضافة الى فوائده الشهيرة كهدئ للاعصاب ومعالجة اضطرابات القولون والنفخة والغازات، ويستعمل نقوع البنفاج (الشاي) باردا كغسول ومرطب للبشرة، وله كذلك مفعول مقاوم للبقع وللحبوب في الوجه، ويستخدم في الحمامات كمادة منعشة ومجملة للبشرة.

البقدونس

يعمل البقدونس كعلاج مضاد للبقرة، ويستخدم ايضا كغسول ممتاز لتلطيف الشعر الفاتح، ويستخدم منقوع البقدونس لتنظيف البشرة الدهنية المصابة بحب الشباب بسبب تأثيره الفعال في تليخيس المسام من الدهون الزائدة والايوساخ التي تتجمع على البشرة.

STOP

سحر العيون

تفضل الكثير من النساء استخدام الآي لاينر على الرغم من صعوبة استخدامه لدى البعض، ولابد من ان تتقن المرأة وضعه جيدا للحصول على النتيجة المطلوبة وذلك باختيار الرسمة التي تناسب شكل وحجم العينين. ليس من الضروري لتخطيط العين رسم خط مستقيم من دون نزع اليد قبل اكتماله، فبإمكانك رسم ثلاثة خطوط قصيرة، واحد عند زاوية العين الداخلية وآخر فوق منتصف الرموش والثالث عند زاوية العين الخارجية، صلي الخطوط القصيرة مع بعضها وستحصلين على النتيجة المطلوبة. لديك عدة رسومات ثلاثم العيون، ومنها الخط الرفيع الذي يمتد من زاوية العين الداخلية، وحتى الخارجية، وامامك الخط الاكثر سماكة والخط الممتد على زاوية العين الخارجية، وللحصول على ذلك الخط عليك بالبدء من منتصف الرموش ثم الملاء ببطء حتى تصلي الى الزاوية الخارجية للعين مع تمديد الخط قليلا نحو الخارج. عند استعمال الآي لاينر استخدمي الماسكارا التي تزيد العيون جمالا او استعيني بالرموش الاصطناعية الكاملة او الفردية. لتصحیح اي خطأ اثناء استعمال الآي لاينر استعملي اعواد القطن المخصصة لتنظيف الاذنين بعد ترطيبها بكريم ازالة الماكياج، وننصحك بالانتظار قليلا قبل البدء بالرسم مجددا. قبل استخدام الماكياج، غطي جفحك العلوي كاملا بلون كريمي خفيف حتى تبدو الاطلالة اكثر دفئا. لا تغلقي عينيك عند وضع الآي لاينر حتى لا ينتج عن ذلك خط غير متساوي السماكة، بل عليك فتح عينيك جيدا للحصول على خط مرسوم بدقة.

ظلال العيون

يتوافر في الاسواق الكثير من الوان الظلال تجعل المرأة لا تدري ماذا تختار، اليك القواعد البسيطة التالية لاستخدامها:

- ضعي الالوان الاكثر عمقا على الجفن.
- توضع الالوان الفاتحة على عظمة الحاجب.
- للحصول على نظرة جذابة، ضعي لونا واحدا من الظلال ابتداء من الرموش الى عظمة الحاجب.
- لا تستعملي الظلال الكريمة يوميا لأنها تعطي مظهرها اكثر تالقا.
- لا تستعملي الالوان المشبعة او المضيئة الا اذا كنت تعرفين تماما كيف تستخدمينها.



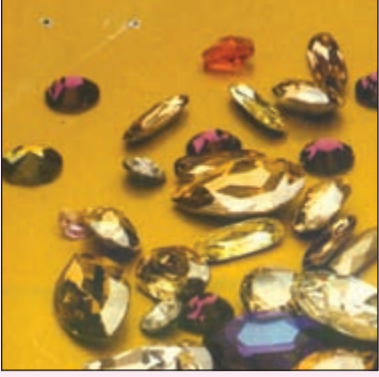
وصفات للوجه

ابدا من قبل.

- لتخفيف التجاعيد في الوجه والرغبة نهرس نصف موزة حتى تصبح مثل الكريما ونضعها على الوجه والرغبة مدة نصف ساعة، بعد ذلك نغسل الوجه والعنق بالماء الساخن، ثم نرشهما بالماء البارد واخيرا نجففهما بمنشفة ناعمة ما يضيء احساسا بان الوجه قد شد تماما ويمكن استخدام هذا القناع مرة كل اسبوع.
- لتنعيم بشرة الوجه: نبرش نقاعة صغيرة برشا ناعما ونضع البرش على الوجه لكن من دون الاقتراب من المنطقة المحاذية للعينين والشفتين، وذلك لمدة عشرين دقيقة ثم نغسل الوجه بالمياه الباردة ونضع الكريم المناسب لنوع بشرة الوجه.
- للحصول على اشراة مميزة للوجه: نضع ثلاثة ملاعق من اللبن في كوب من الزجاج ونضيف اليها ملعقتين من الطحين وملعقة من عصير الجزر.

ومشرقا، وذلك عن طريق هرس نصف حبة من الدراق الناضج واطافة ملعقة كبيرة من الكريما السميكة التي تؤكل مع الحلويات ومزجها جيدا، وبعد ذلك نضع المزيج على الوجه والرغبة مثل القناع تماما لمدة نصف ساعة ثم نزيل المزيج بغسله جيدا وتجفيف الوجه والعنق بشكل ناعم.

- للحصول على وجه وردي نضرا ايضا، نسحق كمية من بتلات السورود الطازجة في وعاء عادي ونضيف اليها مقدار ملعقة طعام من الماء ونتابع عملية السحق حتى تصبح مثل العجينة ثم نضع المزيج على الوجه والرغبة مثل القناع ايضا لمدة تتراوح بين 15 و20 دقيقة بعد ذلك نغسل الوجه والرغبة بالمياه الفاترة من دون استخدام الصابون الخاص بالوجه ثم نجففها بلطف بمنشفة ناعمة وستلاحظون الفرق فوراً لان البشرة ستظهر ناعمة ولمساء وموردة الى اقصى الحدود لدرجة لم تالفوها



أحجار يوم المولد

يركز البعض في بعض الاحيان على احجار يوم المولد، حيث يعتقد ان لكل انسان حجرا كريما او شبه كريم يميزه عن غيره نسبة الى يوم ميلاده، وهي ظاهرة اصبحت شبه عامة عند اختيار خاتم الارتباط ومزج الاحجار المناسبة مع الالماس لاضفاء المزيد من الرونق والاناقة اليها:

- العقيق الاحمر: هو الحجر الخاص بمواليد شهر يناير، ويرمز الى الصداقة الابدية.
- الجشمت الارجواني: هو الحجر الخاص بمواليد شهر فبراير، لونه ليكي شفاف، يرمز الى الاخلاق والصدق والايامن.
- الزبرجد: هو حجر ازرق مخضر او ازرق شفاف او اخضر، مخصص لمواليد شهر مارس ويرمز الى الذكاء والقوة.
- الالماس: هو الحجر الخاص بمواليد شهر ابريل، وتقول الاساطير ان الالماس يحمي صاحبه من الارواح الشريرة، ويرمز الى الطهارة والسعادة الزوجية، تتعدد الوان الالماس وتدرج من الابيض الى الازرق فالاصفر الشفاف وصولا الى الاسود، ويعود ذلك الى نوعيته.
- الزمرد: هو الحجر الخاص بمواليد شهر مايو، ويرمز الى تالف الانغام والاحسان العائلية والى النجاح في الحب.
- اللؤلؤ: هو الحجر الخاص بمواليد شهر يونيو ويرمز الى الصحة وطول العمر.
- الياقوت: هو الحجر المخصص لمواليد شهر يوليو ويرمز الى الحب الحقيقي والطمانينة، وتقول احدي الاساطير انه اذا كان خاتم الارتباط من الياقوت واصبح لونه قاتما فهذا يدل على ان الحب الحقيقي لم يعد موجودا كما كان، او ان هناك شيئا ما لا يجري كما يجب بين الزوجين.
- العقيق اليماني: هو الحجر الخاص بمواليد شهر اغسطس، ويعرف بلونه الابيض او البني الشفاف او الاخضر المصفر ويرمز الى الاخلاص.
- السفير او الياقوت الازرق: هو الحجر الخاص بمواليد شهر سبتمبر، ويرمز الى الاخلاق والايامن والحقيقة، وتقول الاساطير انه يجلب الصحة الجيدة والمال الوفير لحامله.
- الالوان او عين الشمس: هو الحجر الخاص بمواليد شهر اكتوبر، ويرمز الى الامل، ويتميز بالوانه المتدرجة من الخفيف الناعم الى القوي الجارح مثل الوان قوس قزح، وتقول الاساطير ان الالوان يجلب الحظ الجيد لمواليد اكتوبر بينما يجلب الحظ السيئ لمواليد الاشهر الأخرى.
- التوباز او الياقوت الاصفر: هو مخصص لمواليد شهر نوفمبر، ويرمز الى الاخلاص، ويتميز باللون الاصفر وتدرج لونه الى البني الشفاف.
- الفيروز: هو الحجر الخاص بمواليد شهر ديسمبر، ويتميز بلونه الازرق ويرمز الى النجاح والازدهار، وتقول الاساطير انه يحيى من صيبة العين.

Fashion

عروس 2014

بعد تحديد موعد الزفاف، على العروس ان تعلم جيدا ان حياتها

ستغير حتما. لاسيما نمط الحياة الذي كانت تعيشه، واذا كانت العروس

لا تهتم بنفسها فيستحسن ان تبدأ بفعل ذلك حتى تكون في كامل

إشراقتها وانانيتها يوم الزفاف وبعد الوصول الى تلك المرحلة على العروس

ان تكمل رحلتها وتستمر في ذلك الى ما بعد حفل الزفاف لتحافظ على

جمالها واشراقتها وتبقى دائما فتاة الاحلام في عيني زوجها. وفي الواقع

يبر الاهتمام بالجمال والتخضير لنجومية العروس بمراسم مختلفة

تلخصها على الشكل التالي:

- على العروس البدء بالاهتمام بجمالها فتحدد موعدا لها مع طبيب الجلد لاسيما اذا كانت تعاني من مشكلة في البشرة أو موعدا مع اخصائي التجميل لتوفير العلاج اللازم للبشرة وتحسينها.
- تجنب التعرض لاشعة الشمس في حال كان الزفاف في فصل الصيف لكن اذا لم يكن من الأمر بد ينبغي وضع كريم الحماية Sumscreen على الوجه لتفادي حروق الشمس لأن وجه العروس اذا كان مستمرا كثيرا تصبح نظرتها قاسية بدلا من ان تكون ناعمة، كما ان البشرة تصبح باهتة، ومهما كان لون البشرة غامقا فإنها تخسر نضارتها عند تعرضها لاشعة الشمس.
- كذلك يجب البدء بعلاج خاص للاعتناء بالشعر وتغذيته بالفيتامينات الضرورية وحتى اخضاعه لبعض انواع الاقنعة والوقوف الخاصة لتقويته واعطائه الاشراة اللازمة.
- ويمكن ان تقوم العروس بجولة على مصففي الشعر واستشارتهم والوقوف على رأيهم في نوع التسريحة المناسبة لها، والاهم



هذا يمكن ان يضيء بعض العرض على الحفنين.

- في حال كان صدر العروس كبيرا ينبغي تفادي الموديل الضيق والقبعة العالية حتى ولو كانت من الدانتيل الناعم، ويمكن اعتماد الزي المفتوح عند الصدر على هيئة الحرف «V» ليعطي شكلا جميلا ومثيرا للرقبة كما يمكن ارتداء الموسلين بحسب الرغبة.
- أما إذا كان الوركين بارزين فعلى العروس ان تختار الموديل الضيق من الأعلى عند الصدر، والواسع عند الخصر والوركين.
- في حال كانت المعدة ظاهرة وغير مشدودة يمكن ان تختار العروس الموديل الذي تريده لكن مع حركة خاصة عند الخصر والمعدة لإخفاء العيب.
- كما ترون، هناك أمور صغيرة جدا يجب الانتباه اليها وعلى العروس الاهتمام بأدق التفاصيل ولا تنسى انها ستكون نجمة الحفلة وان الاضواء ستكون مسلطة عليها، فلا مجال للوقوع في أي خطأ صغير أو كبير، والحفاظ على كامل الأناقة والجمال.

وتجعل جسمها متناسقا ومثيرا، بحيث تظهر في فستان زفافها كامل اشراقتها وسحرها فتصبح بحق نجمة السهرة.

- يجب الانتباه دائما عند اختيار فستان الزفاف إلى ضرورة مراعاة الراحة التامة لدى ارتدائه خصوصا ان العروس سترتديه فترة طويلة، إضافة الى التركيز على ملائمة الفستان لمقاسات الجسم وإظهار التقاطع الجميلة في جسم العروس وإخفاء العيوب قدر الإمكان.
- إذا كانت العروس ذات بنينة عريضة واختارت موديل يكون فيه الجزء العلوي من الثوب ملتصقا بالجسم مع تفاصيل أفقية، فهذا سيؤديها عرضا لذا عليها في هذه الحال تفادي الخصر العالي وكذلك الخصر الواطي، وهنا تكون العروس قد قامت بلعبة خداع عبر إظهار جسمها مثل العارضات، وعرفت ماذا تختار حتى تكون الاحلى والاجمل في الحفلة من دون منازع.
- في حال كانت كتفا العروس ضيقتين عليها اختيار الموديل بدون حزام الاكتاف «Strapless» وبحافة ناعمة عند العنق «Neckline» لان

من ذلك معرفة ما يليق بها وينسجم مع فستان زفافها، وهنا ننصح العروس بعدم الخجل من طلب تجربة التسريحة التي ستظهر بها يوم زفافها.

- بعد الجولة على مزيني الشعر واختيار الاختصاصية التجميل المناسبة لوضع الماكياج يجب إعلامهما بالتاريخ المحدد بحيث يحضران إلى منزل العروس لعمل البروفة أو تذهب اليهما العروس وهذا يدخل ضمن الاتفاق المسبق بينهما.
- بخصوص الماكياج يجب الاعتماد عليه بعد القيام بتجارب عدة في أكثر من مكان وعلى يد أكثر من اختصاصية تجميل، وبعد ذلك يحكم على النتيجة ويختار الأفضل ويثبت الموعد المحدد لحفل الزفاف ويمكن في أغلب الأحيان الاعتماد على اختصاصية التجميل التي تزورها العروس في شكل دوري لأنها تكون ملمة بكل التفاصيل التي تليق بالعروس وتظهرها جميلة وبالتالي تبعد عنها كل ما لا يليق بها.
- على العروس أيضا ألا تنسى أبدا ممارسة الرياضة لأنها ضرورية لوقفتها ورشاققتها،