

للتواصل



منيرة عاشور

تألقي وتميزي بكل ما هو جديد في عالم الأزياء والمكياج والاكسسوارات وكل ما يهم المرأة لتكوني مواكبة لأخر صيحات الموضة في عالم الجمال والاناقة.

للتواصل معنا:



أسرار الحصول على شعر طويل وقوي

الشعر الطويل حلم تسعى إليه العديد من الفتيات، ويتمنن تحقيقه، ولكن بطء نموه وضعفه مشكلة قد تواجهها الكثيرات، فلا داعي للقلق، يمكنك الآن حل هذه المشكلة بالطريقة التالية:

- 1 - زيادة كمية البروتين الذي تتناولينه: هكذا يتم بناء الشعر بواسطة البروتينات، فإذا كانت نسبة البروتين محدودة، فإنها لن تقيد شعرك، لذلك يجب الاكثار من تناول الأطعمة الغنية بالبروتينات مثل اللحوم الحمراء والبيض والعدس والفاصوليا.
- 2 - شرب الكثير من الماء: إذا كان شعرك جافاً فعليك الاكثار من شرب الماء، لأن الشعر الجاف سريع الانحسار، وبالتالي لن ينمو الشعر بشكل صحي.
- 3 - استخدام ماسك للشعر مرة كل اسبوع: هذا سيساعد على اصلاح اي ضرر بالشعر، ويمكنك عمل ماسك فسي البيت بحسب نوع شعرك وهي كالتالي:
 - ماسك ترطيب الشعر: إذا كان شعرك جافاً طبقي ماسك زيت جوز الهند وزيت اللوز.
 - ماسك تطويل الشعر: اضيفي نصف كريم براشوت وملعقتين خميرة فورية على النار بحمام مائي حتى يسخن المزيج وضعيها على شعرك لمدة ساعة ثم اشطفيه بالماء البارد والقليل من الصابون وهكذا الماسك تضعينه مرتين بالاسبوع.
 - ماسك تنعيم الشعر: ضعي اللبن الرائب مع ملعقة كبيرة للعسل وزيت كوز زيتون على شعرك كحمام زيتي لمدة ساعة على الأقل، ودلكي فروة الرأس بواسطة الاصابع لمدة 5 الى 10 دقائق تزيد من تدفق الدم والذي يساعد على نمو الشعر بشكل افضل.

نصائح لعيون غير منتفخة

- ينصح العديد من خبراء التجميل باستعمال شرجات من الخيار البارد، على العينين، لمدة ربع ساعة.
- لكن ضيق الوقت يحول دون تطبيق هذه النصيحة، ولذلك نقدم لك هذه الأساليب التجميلية، للتخلص من انتفاخ العينين.
- وزعي «الكونسيلر» على محيط منطقة العينين، وامزجيه جيدا.
- ثبتي الكونسيلر ببودرة فاتحة خفيفة.
- ارسمي خطا غامقا فوق خط الرموش العليا، ثم ضعي لون ظلال فاتحا على الجفنين.
- اعقصي الرموش.
- ضعي «الماسكارا» على الرموش العليا فقط.
- امسحي منطقة اسفل العين بطبقة خفيفة من «البلاشر» للمساعدة على تخفيف مظهر الانتفاخ في هذه المنطقة.

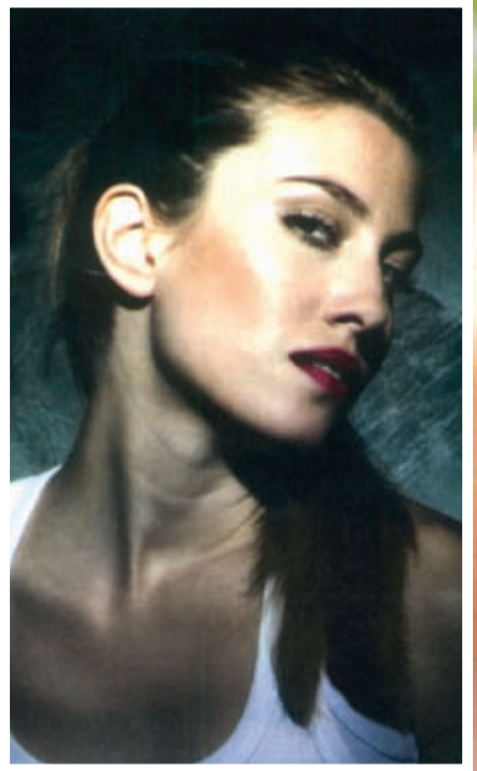
شكل جديد لعيونك

- لتعديل شكل العينين الدائريتين، ضعي ظلا فاتحا على الجفنين، وظلا داكنا على اثنتاءة العينين، ثم حدي خطي الأهداب، العلوي والسفلي، واطلي الأهداب العليا بالماسكارا.
- لزيادة حجم العينين الصغيرتين، ضعي ظلا فاتح اللون في منتصف الجفنين، وظلا أكثر تركيزا في الزاوية الخارجية، ولكي تبدو العينان أكبر حجما، عليك بتنسيق حواجب رقيقة، ويعطى «الاي لاينر» العينين الصغيرتين حجما وبعدا، لذا ننصح بتحديدهما على طول خط الأهداب العليا، مع رسم الزاويتين الخارجيتين، لا تهمل خطي الأهداب السفلي، بل حديهما مع تكثيف اللون عند الزاوية الخارجية، لتزويدي حجم عينيك الصغيرتين.
- للعينين المتباعدتين، قربي المسافة باستخدام ظل فاتح اللون على الجفنين، مع وضع ظل داكن في الزاوية الداخلية للعينين، ومزجهما صعودا نحو الخارج. يستحسن التركيز عند وضع «الماسكارا» و«الاي لاينر» على الزاوية الداخلية أيضا.
- للجفنين غير البارزين، مدي ظلال العيون الفاتح على الجفنين من خط الأهداب إلى عظمة الحاجبين. ركزي اللون المحاري الداكن، على الغضن. وانثريه قليلا نحو الحاجبين. خططي عينيك خفيفا باستخدام «الاي لاينر» ثم لفي أهدابك، واطليها بالماسكارا جيدا، لتوسيع عينيك.
- عندما تبدو العينان أكبر حجما، بسبب النظارات الطبية، يفضل عدم الإفراط في استخدام «الماسكارا». وإذا تسببت الإطارات في تصغير العينين، فالحل هو تخطيطهما.



المواجب

أبرزى وجهك باناقة، من خلال الاعتناء بحاجبيك، وتمشيطهما بشكل دائم. ومن أنواع فراشي الحواجب، ما يكون على شكل فرشاة مربعة، بأسنان قصيرة قاسية، تشبه في شكلها فرشاة الأسنان. وتستخدم هذه الفرشاة لتمشيط الحواجب بعد وضع قلم الحواجب، وذلك لتمزج حاجبيك مع خطوط القلم. ومن أنواعها الفرشاة المتعرجة والقاسية، التي تستخدم عند الرغبة في وضع البودرة على الحاجبين لجعلهما أكثر عمقا. ويساعد شكلها على وضع البودرة بدقة أكبر.



وصايا

تألق العينين

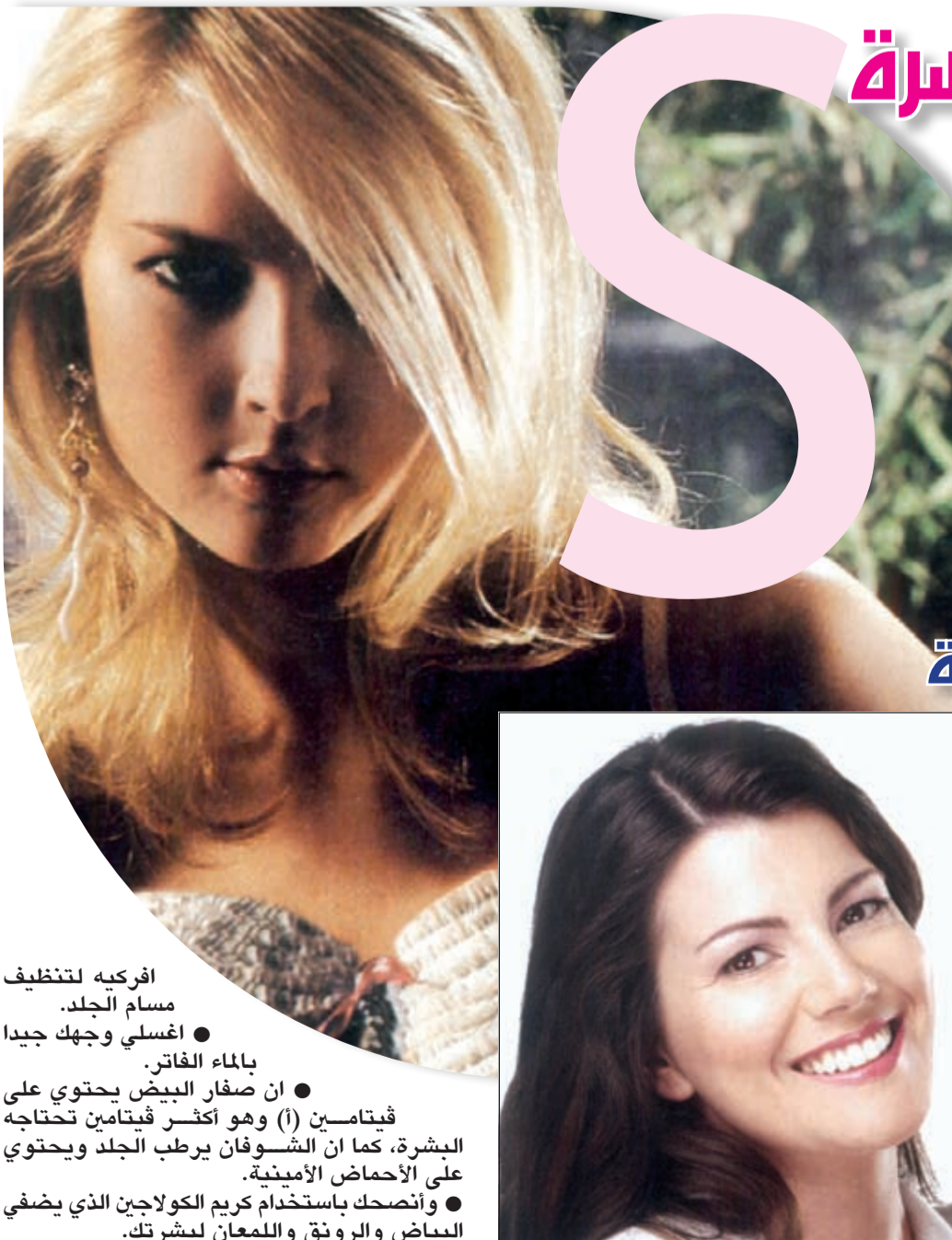
- تعرفي على الأسرار التالية، للحصول على عينين متألقتين.
- عدلي شكل عينيك بواسطة المكياج، إذا كنت ترغبين في ذلك، لكن اعلمي أن الظلال الداكنة تحجب الشوائب، بينما تبرزها الظلال الفاتحة.
- إذا كانت عيناك لوزيتين، ضعي ظلا زاهيا من الأهداب، حتى الحاجب، وظلا معتدلا على الجفن، وآخر داكنا على زاوية العين الخارجية.
- اجعلي عينيك أكثر شباها، باستخدام الظلال الفاتحة على الزاوية الداخلية للجفن، بالقرب من الأنف، وعلى عظمة الحاجب. واستعملي الألوان الداكنة لرفع شكل العينين، شرط مدما عند الزاوية الخارجية.
- إذا كنت تعانين من ضيق المسافة بين العينين، على استخدام ظل واحد، بدرجات عدة، من الزاوية إلى الداكنة. ابدئي بوضع اللون الفاتح، حتى الثلث الأول من الزاوية الداخلية، ثم امزجي الألوان الأكثر تركيزا صعودا ونحو الخارج. ننصحك بتحديد النصف الأخير من عينيك بقلم تحديد العينين السائل «الاي لاينر».
- تنصح صاحبة العينين الغارقتين باستخدام ظل فاتح، يمتد من خط الأهداب إلى الحاجبين، مع استعمال ظل، لكن بدرجة فوق اثنتاءة العين. خططي العينين على طول الأهداب باستخدام «الاي لاينر».

خلطات السمسر لبشرة نضرة

SKT

طريقة سملة وسريعة لتقشير البشرة

- تحتاج البشرة من فترة لأخرى إلى التقشير من أجل استعادة نضارتها وذلك بإزالة طبقات الجلد المتراكمة والتخلص من الأتربة، فضلا عن إزالة الطبقة الخارجية من على البشرة، وهو ما يجعل البشرة مفعمة بالنضارة والإشراق، ولكي تقوم بعملية التقشير بشكل طبيعي اليك سيدتي الجميلة فناعا طبيعيا ستجدين كل مكوناته لديك بالمنزل وهو الشوفان وزيت الزيتون.
- قناع البشرة: المكونات
 - ملعقتان شوفان مطحون + ملعقة سكر مع القليل من زيت الزيتون وصفار بيضة.
 - ضعي المزيج على وجهك لمدة عشر دقائق ثم



- افركيه لتتظيف مسام الجلد.
- اغسلي وجهك جيدا بالماء الفاتر.
- ان صفار البيض يحتوي على فيتامين (ب) وهو أكثر فيتامين يحتاجه البشرة، كما ان الشوفان يربط الجلد ويحتوي على الأحماض الأمينية.
- وانصحك باستخدام كريم الكولاجين الذي يضيفي البياض والرونق والملمعان لبشرتك.