

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:



@Mj3sing



Mj3sign



Mj3 - Fashion

flickr
Flickr-Mj3sign



Mj3sing@hotmail.com

وصفات طبيعية لجمال الرموش

تلجأ الكثير من السيدات التي تركيب الرموش الصناعية للحصول على مظهر جميل للعين، لأنه لا يوجد شيء يعطي العين منظرًا جميلًا وجذابًا مثل الرموش، ولكن الرموش الصناعية لا تعطي العين جمالًا مثل الرموش الطبيعية، ولكي تحصل على رموش طويلة وكثيفة سوف نقدم لك أفضل الوصفات الطبيعية لتطويل الرموش وتكثيفها.

الحليب

يحتوي الحليب على عناصر طبيعية تساعد على تكثيف الشعر بوجه عام، لذلك قومي باستخدام الحليب في تطويل وتكثيف الرموش عن طريق بل الرموش بقطعة من القطن المغموسة في القليل من الحليب مرتين يوميا لتتمكن من الحصول على رموش جذابة في وقت قصير.

اللوز

يمكنك استخدام اللوز بطريقتين: أن تأخذي لوزة وتحرقها من رأسها وتضعها على شكل كحل في عينيك، هذه العملية ستكثف رموشك، أو باستخدام زيت اللوز قومي بدهن القليل من زيت اللوز على رموشك وسوف تحصلين على رموش كثيفة وطويلة.

النشاي الأخضر

ضعي النشاي الأخضر البارد على قطعة نظيفة وأفرقيه على رموشك بهدوء لكي لا يدخل النشاي الأخضر داخل العين.

زيت الخروع

ضعي القليل من زيت الخروع على الرموش مرتين يوميا مع استخدام فرشاة الرموش لتمشيط الرموش والحصول على نتائج رائعة.

مكياج في أقل من خمس دقائق

يجب أن يتسم مكياج الصباح بالبساطة والهدوء ومن اللازم ألا يشتمل مكياج الصباح على تفاصيل كثيرة، وبالتالي يجب الإقتصار في الأدوات والمستحضرات التي سيتم استخدامها في وضع لمسات المكياج، وهذه الخطوات ستعلمك كيف تقومين بإعداد مكياجك في أقل من 5 دقائق.

- ضعي منظف البشرة الخاص بفترة النهار على بشرتك بمجرد أن تستيقظي من النوم ثم اغسليها جيدا بالماء الفاتر.
- ضعي كريم المرطب على بشرتك، وهنا يمكنك الاستغناء عن كريم الأساس لأن الكريم المرطب هو الأنسب لفترة الصباح كما أنه يحتوي على عامل حماية من أشعة الشمس.
- قومي بوضع لمسات بسيطة من الماسكارا على رموشك وتذكري أن مكياج الصباح يجب أن يتسم بالبساطة.
- استعملي مرطبا وملمعا للشفاة مناسباً وهنا يمكن الاستغناء عن أحمر الشفاة.
- ضعي لمسات من البودرة الخفيفة على خدودك لأن ذلك سيمنح وجهك الجمال والنضارة.

أظن أن هذه الطريقة في المكياج تتناسب بشكل كبير مع المرأة العاملة أو الفتاة الجامعية التي تخرج للجامعة كل صباح مما يتطلب منها عناية خاصة ومكياجاً خاصاً مناسباً للعمل والمجهود اليومي المطلوب، وللحصول على أفضل النتائج، مع العلم أن البساطة هي أهم ما يميز مكياج الصباح.

خلطة لتفتيح البشرة



هل تعاني من التصبغات الجلدية؟.. هل لديك اختلاف في لون الركب والأكواع عن باقي الجسم؟ نقدم لك خلطة الكرم والفازلين لتفتيح البشرة، والكرم والفازلين للركب أيضاً وسائر المناطق المصابة بالتصبغات. أحضري علبتي نظيفة وضعي بداخلها 3 ملاعق كبيرة من الفازلين، وأضيفي إليها ملعقة كبيرة ونصف من كرم الجسم، بالإضافة إلى نصف ملعقة صغيرة من الكبريت الأصفر واخطي المكونات معا بشكل جيد. بعد الاستحمام الليلي ضعي خلطة الكرم والفازلين على المناطق المراد تفتيحها وغطئها بغطاء من النايلون تجنباً للاتساع «مثل غطاء الساندويشات»، ثم اتركي الخليط لمدة ليلة كاملة، وفي الصباح اغسلي الكرم والفازلين واستخدمي صابوناً طبيعياً مرطباً مثل الصابون النابلسي، أو صابون الغار، ورطبي المنطقة بالقليل من مستحضرات الطبية الموثوقة. كرري وضع خلطة الكرم والفازلين مرتين أو ثلاث مرات أسبوعياً لتحصلي على النتائج المبهرة خلال أسبوعين من الاستخدام، ولا تنسي أن الانتظام في استخدام خلطة الكرم والفازلين من الأمور التي تضمن نجاح تجربتك.

لنعومة بشرتك

المشمش، العنب.

فيتامين(هـ)

هو مضاد للاكسدة يمكن أن يساعد على منع حدوث أضرار جذرية على الجلد وهو متوفر في الحبوب، الخضراوات، المكسرات.

فيتامين(سي)

يساعد في شفاء الجروح وغيرها من الأضرار التي تصيب الجلد، وهناك بعض الأدلة التي تشير إلى أنه يعيد للبشرة شبابها، كما أنه يعمل على رفع كفاءة جهاز المناعة، وهو متوفر في الطماطم، البرتقال، الليمون، الفلفل الأخضر والبازلاء.

فيتامين(د)

مضاد للاكسدة يلعب دوراً مهماً في مقاومة تصبغ الجلد وهو متوفر في اللبن، الزبدة الصفراء وسمك السلمون.

فيتامين(ب)

يساعد على الحفاظ على لون بشرتك صحية ويمنع ظهور بعض مشاكل الجلد ومتوافر في الحليب، الخضراوات، الفواكه واللحوم.

الزنك

يساعد على التخلص من حب الشباب ويعزز عمل جهاز المناعة ومتوافر في الأسماك، السردين، المكسرات والدجاج. حاولي بقدر الإمكان أن توفري في الأطعمة التي تتناولينها هذه الفيتامينات لأنها تعد سراً من أسرار جمال ونضارة بشرتك.

هل ترغبين في الحصول على بشرة صحية وجميلة؟

يجب عليك أن تحرصي على تناول الأطعمة الغنية بالفيتامينات وعدم التهاون بخصوص هذا الموضوع، فلا شك أن البشرة عنوان وسر جمال كل فتاة، لذا لا بد من تغذيتها وهذه المجموعة من الفيتامينات هي أحد العوامل الأساسية لنعومة بشرتك.

فيتامين(ا)

فيتامين مهم جداً لصحة الجلد لأنه يساعد على تعزيز وإصلاح أنسجة الجلد ويمكن أن يساعد على منع جفاف الجلد وظهور حب الشباب، وهو متوافر في الأطعمة التالية: الجزر، الفلفل السبانخ، الكبد،



شعر كثيف وطويل خلال شهر واحد



مع بقدونس وملعقتين من الحناء، قومي بتجفيف البقدونس واخلطيه مع زيت جوز الهند والحناء، ثم قومي بتسخين الخليط على النار ثم قومي بتخزينه واستعمليه بمعدل مرتين يومياً وسوف تلاحظين الفرق في أقل وقت.

الوصفة الخامسة

الببيض، استخدمسي عدد بيضات يناسب طول شعرك، افصلي صفار البيض وأخفقيه جيداً ولكن بالخلط الكهربي، وأضيفي إليه بعد ذلك زيت الزيتون وزيت السمسم وزيت جوز الهند واخططهم جيداً ثم قومي بوضع هذا الخليط على شعرك لمدة 3 ساعات.

الشعر الصحي والطويل هو حلم كل فتاة، وغالباً ما يصطدم حلمها بالواقع لعدم تمكنها من الحصول على شعر طويل، ولذلك نقدم لك بعض الوصفات الفعالة والمجربة لتطويل الشعر، لتتعلمي كيف تحصلين على شعر طويل وكثيف خلال شهر واحد:

الوصفة الأولى

قومي بتقطيع الفلفل الأخضر إلى قطع صغيرة وضعيها في علبتي نظيفة، ثم قومي بإضافة زيت الزيتون عليها بالعلبة واتركيها لمدة 10 أيام، ثم قومي بوضعها على شعرك وهنا سيطول شعرك بمقدار 5 أشبار خلال عامين.

الوصفة الثانية

مكونة من زيت النارجيل وزيت الجرجير وفص ثوم مهروس، قومي بوضع كمية من زيت الجرجير تناسب طول شعرك وأضيفي إليها كمية مناسبة من زيت النارجيل ثم أضيفي إليهما فص الثوم المهروس واخططها معا خلطاً جيداً، ثم قومي بوضع الخليط على شعرك ودلكي به فروة رأسك واتركي الخليط على شعرك لمدة ساعتين وبعدها قومي بغسل شعرك بالشامبو، ثم قومي بوضع الزيت على شعرك لمدة دقيقتين واغسلي بعد ذلك شعرك بالماء الفاتر.

الوصفة الثالثة

ورق السدر، حيث إنه نبات ذو أوراق خضراء صغيرة وبها ثلاثة خطوط طولية، ويمكن الحصول عليه مجففاً من عند العطار، قومي بنقع ورق السدر في الماء لمدة ساعتين، ثم دلكي شعرك به وفروة الرأس بالورق يوميا وسوف تحصلين على نتيجة رائعة خلال شهر.

الوصفة الرابعة

كوب من زيت جوز الهند