

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.

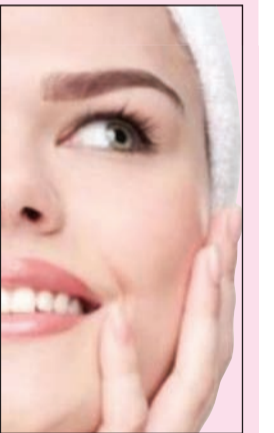
للتواصل معنا:



Mj3sing@hotmail.com

Mask

قناع العنب لبشرة خالية من التجاعيد



يحتوي العنب على العديد من مضادات الأكسدة التي تمنع التجاعيد وتعطي البشرة متسعاً من الوقت لتتنفس وتتجدد، وكما يُعتبر تناول العنب مفيداً جداً للبشرة فإن استخدامهما كمكون أساسي في الماسكات خيار ناجح ومفيد أيضاً.

نقدم لك سيدتي خطوات عمل قناع العنب لبشرة خالية من التجاعيد - قطعي حبات العنب الى قسمين وتخلصي من البذور ثم اسحقيها برفق على بشرة وجهك ورقبتك وركزي على المناطق حول العينين والشفتين بحركات دائرية لمدة 20 دقيقة على الأقل.

- اشطفي بشرتك بالماء الفاتر ونشفيها برفق. - حاولي تكرار التجربة كل يوم وستدهشين بنتائجها بعد الأسبوع الأول، لأن تمييز الخطوط الرفيعة على بشرتك سيكون أمراً صعباً كما أنك بذلك تحافظين على نظافة بشرتك وانتعاشها.

ولا تنسي شرب كميات كافية من الماء يومياً أي مالا يقل عن 8 أكواب من الماء في اليوم الواحد، وتناولي السلطات التي تحتوي على الخضراوات أو الفواكه بكثرة، واحصلي على فترات نوم كافية لأنك بهذه الخطوات ستحافظين على شباب بشرتك الى اوقات طويلة دون الحاجة لتدخلات خارجية مثل الماسكات أو حقن البوتوكس أو الكولاجين أو حتى العمليات الجراحية.

Body Care



تعرفي على فوائد الليمون لجسم رشيق

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على تنحيف

الجسم وتطهيره

كما أنه يطرد

السموم من

المعدة والكبد

ويحمي خلايا

الجسم

الليمون يملك

قدرة طبيعية

على