

للتواصل



منيرة عاشور

تالقى وتميزي بكل ما هو جديد في عالم الأزياء والمكياج والإكسسوارات وكل ما يهم المرأة لتكوني مواكبة لأخر صيحات الموضة في عالم الجمال والالوانة.

للتواصل معنا:

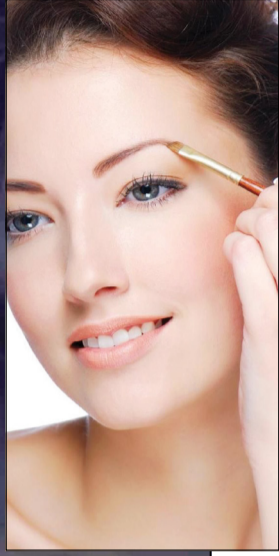


Eye brows

لحواجب مثالية.. اتبعي هذه الخطوات

تهتم جميع النساء بجمال حواجبهن إذ أنه لا شك أن الحواجب جزء أساسي من جمال العينين والوجه، ولكي تحظي عينك بجمال وجاذبية ساحرة، ينبغي عليك اتباع هذه النصائح لتبدو حواجبك بشكل جميل ومثالي:

- مشط الحواجب إلى الأعلى باستعمال فرشاة أسنان.
- في حالة حدوث تفریط في نشف الشعيرات الزائدة من حاجبيك، املئي الفراغات بواسطة قلم الحواجب. ثم بقومي برسم خط سميك أولًا، وبعد تجاوز قوس الحاجب، ارسمي خطوطًا رفيعة وصغيرة نحو الزاوية الخارجية للعين.
- إذا كان حاجبك بعيدين جدا عن بعضهما، فيمكنك تصحيح شكلهما عبر ملء المساحات الفارغة بخطوط صغيرة مرسومة بقلم الحواجب. ثم احرصي على أن تكون الخطوط الصغيرة المرسومة مائلة لشكل الشعيرات الطبيعية للحاجبين. يمكنك أيضًا رش القليل من البودرة فوق الحواجب لتثبيت الخطوط المرسومة.
- إذا كانت حواجبك قصيرة، أي الحاجبين ينتهيان باكرًا، فقومي بتدبير شكلهما برسم خطوط صغيرة نحو الزاوية الخارجية للعين. بهذه الطريقة، ستتمكنين من رسم حاجب كامل وترفعين كل مساحة العين.



نصائح

كيف تحصيلين على كونسيلر ثابت؟



يعتبر الكونسيلر «خافي العيوب» ضروري كإسناد لكياجك، حيث إنه يخفي عيوب البشرة والبثور وأي بقع وتصبغات تحتوي عليها بشرتك.. ولتحصيلي على كونسيلر ثابت اتبعي النصائح التالية:

- ابدئي بتخفيف بشرتك أولًا، واستعملي غسولًا رقيقًا للوجه وبعده تونر منطف للمسام.
- ضعي مرطبًا للبشرة واحرصي على أن يكون خاليًا من الزيوت، كما يمكنك وضع كريم الحماية من الشمس أيضًا قبل الكونسيلر.
- ضعي الكونسيلر مباشرة فوق البثور أو الحبوب أو المنطقة المراد تغطيتها ثم وزعيه جيدًا بإسفنجة المكياج أو بأصابعك.
- اتركي الكونسيلر من 5 إلى 10 دقائق لتتشربه البشرة، وتتبخر منه المواد المرطبة، وحتى يستقر فوق الجلد ولا يختفي سريعًا.
- ضعي بودرة شفافة مضيئة، أو البودرة التي تستعملينها فوق الكونسيلر، واختاري بودرة من نفس ماركة الكونسيلر، وأعلمي أنك لن تحتاجي لكريم الأساس مع الكونسيلر والبودرة.

Stop

أخطاء تجميلية تجعلك تبدين أكبر سنًا.. تجنبها



استعمال الكثير من مستحضرات التجميل، لا يعني أبدا الحصول على المظهر الجميل والمرغوب، بل على العكس قد يجعلك تبدين أكبر سنًا وأقل تألقًا، ولتفادي ذلك تجنبي الخمسة أخطاء التالية عند وضع المكياج:

اختاري بودرة الخدود المناسبة

كلنا نعرف أن البودرة يجب أن تكون على تفاعلة الخدود ولتسهيل ذلك يجب أن نبتسم عند وضعها، ولكن السر في الحصول على خدود وردية هو باستعمال الفرشاة الصحيحة التي توزع البودرة بشكل متساو وتجعل خدودك تبدو أكثر نضارة، كما يجب أن تستعملي لونا مناسبًا للون بشرتك لتبدين أصغر سنًا وتجنبي الألوان الداكنة.

تجنبي أحمر الشفاه

إن ما يميز النساء الكبيرات في السن أحمر الشفاه النازف على حدود الشفاه والتي يجعلها تبدو غير مرتبة، ولتجنب نزيف أحمر الشفاه حول الشفاه، استعملي قلم تحديد للشفاه من نفس لون أحمر الشفاه، الذي سيعمل كعازل لنزيف أو ذوبان أحمر الشفاه، يمكنك أن تستعملي كريم الأساس على شفاهك أيضًا حتى يدوم طوال النهار، وأفضل طريقة لمنع نزيف أحمر الشفاه هو وضع أحمر الشفاه بالفرشاة بدلًا من الأنبوب مباشرة، كذلك تجنبي لون أحمر الشفاه الداكن الذي يزيد من ظهور التجاعيد والخطوط الرفيعة حول الفم، بينما اللون الفاتح يقلل من التركيز على هذه الخطوط، ولتكمين حجم الشفاه قومي بوضع طبقة لامعة على أحمر الشفاه الفاتح.

لا تنسي أساس محيط العين

البريمير أو الأساس مهم جدا خصوصا في منطقة محيط العين الحساسة، التي تتأثر بالتعب والإجهاد والأرق وحتى قلة الماء، لذا حاولي استعمال بريمير مناسب قبل وضع كريم الأساس، كما يساعد البريمير في بقاء للال العيون لفترة أطول، لكن انتبهي إذا كنت أكبر من سن ثلاثين تجنبي استعمال للال العيون السائلة واللامعة التي تجعلك تبدين أكبر من سنك.

انتهبي للون كريم الأساس

معظمنا سمع بقاعدة أن كريم الأساس يجب أن يجاري درجة لون جلدك بالضبط، ولكن وفقا لخبرة الماكياج «ساندي ليتنر»: يجب أن تستعملي درجة أقل قليلا من لون بشرتك، لأنها سوف توازن اللون الأحمر في بشرتك، أما إذا كنت لا تجنبي استعمال كريم الأساس، فاستبدليه بكريم مرطب ملون للحصول على أساس خفيف وموحد.

احذري من الحواجب الرفيعة

قص ونزع شعر الحواجب بشكل مفرط، سيسبب عدم ظهور شعر الحواجب لاحقا، مما يجعل الجفن يبدو أثقل والعين غائرة، وللظهور بشكل أصغر، يجب أن تكون الحواجب بسماكة متوسطة، كما أن محدد العيون سواء السائل أو الجاف يمكن أن يزيد من اتساع العيون والتركيز عليها، فإذا كنت لا تستعملين محدد العيون فجربي استعماله مع الماسكارا أعلى الجفن لزيادة اتساع العيون.



Hair

نصائح هندية للحفاظ على شعر جميل ولامع

يقال حمام الزيت عن ساعتين، ثم استخدمي الشامبو لتخفيف الشعر إن تدليك فروة الرأس يساعد أيضا على الاسترخاء وعلى الحصول على نوم مريح أيضا.

7- لا تستخدمي الفرشاة وشعرك مبلول: إياك أن تقومي بتسريح شعرك بالفرشاة إذا كان مبلولا ومهما كنت مستعجلة فإن أفضل طريقة للشعر المتشابك الرطب هو استخدام مشط خشبي ذي أسنان عريضة وليست الفرشاة.

8- احذري الاستخدام المفرط لمجفف الشعر: إن استخدام الشعر بشكل مفرط يؤدي إلى الأضرار بالشعر على المدى الطويل، كما أنه يؤدي إلى جفاف الشعر وتقصف أطرافه لذلك ينصح أن يترك الشعر ليحفظ طبيعيا ومن ثم القيام بتسريحه.

9- تسريح الشعر واستخدام فرشاة مناسبة: قومي كل ليلة باستخدام الفرشاة لتسريح شعرك بكل الجهات ولكن كلا على حدة، أي قومي بتسريحه من اليمين إلى اليسار ثم من الأمام إلى الخلف أو العكس واستخدمي فرشاة جيدة وايدني من فروة الرأس وانتهي عند أطراف الشعر.

مواد طبيعية لا تؤدي شعرك أثناء غسله وتنظيفه، خاصة إذا كنت تغسلين شعرك أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع، لذلك يفضل أن تستخدم أنواع الشامبو والبلمس ذات المنشأ النباتي، لأنها تسهم في تغذية شعرك بشكل أفضل. لذلك قومي بقرأة المكونات قبل شراء الشامبو لأن بعض المنتجات قد تحوي كلمة نباتي في اسم المنتج، بينما قد لا يحوي أي مكون نباتي في الحقيقة.

6- احرصي على حمام الزيت مع تدليك فروة الرأس: إن الحصول على حمامات الزيت مع تدليك فروة الرأس ثلاث مرات في الأسبوع يؤدي إلى تحفيز عملية النمو لدى شعرك ويعطيه قوة وصحة كذلك يحافظ على رطوبة فروة الرأس الأمر الضروري لصحة الشعر، وينصح هنا باستخدام زيت جوز الهند واللوز وكذلك زيت الزيتون، قومي بإضافة الزيت الفاتر إلى شعرك وقومي بتوزيعه بعناية على كل فروة الرأس ثم بادري بتدليك فروة الرأس باطراف أصابعك، وينصح أن تتركيه على شعرك حتى الصباح إذا أمكن وإذا تعذر ذلك حاولي إبقائه أطول فترة ممكنة بحيث لا

أن هذه البهارات تسهم في توفير التغذية الصحية لشعرك، لذلك حاولي إضافتها إلى الطعام وخاصة الشوربات أو أثناء قلي الخضراوات، كذلك بإمكانك إضافة الكمون والفلفل الأسود المحمص والمطحون على اللبن الطازج قبل تناوله، واحرصي على تناول نبات الخبيزة، حيث له تأثير فعال في تنشيط جميع وظائف الجسم بشكل عام.

4- الضغط النفسي: يؤثر الضغط النفسي على صحتك بشكل كبير، وأيضا على لون شعرك، لذا حاولي تنظيم وقتك والسيطرة على ذلك للتحقق من الضغوط النفسية الناتجة عن ضيق الوقت، مع محاولة إجراء تمارين استرخاء مثل التأمل، فضلا عن الخروج إلى الطبيعة وذلك للمساعدة في تحقيق صحة أكبر وتوازن عقلي أكبر، وبادري بالحصول على نوم كاف ومريح لأن ذلك يساعد بشكل كبير على نمو وتجدد الشعر.

5- ابتعدي عن استخدام المواد الكيماوية: ابتعدي عن المواد الكيماوية في أي منتجات خاصة بشعرك، لأنها ستؤدي إلى تدمير شعرك على المدى الطويل، فحاولي أن تبحثي عن

هل سمعت من قبل عن النصائح الهندية؟ هل تعرفين أن هناك 9 نصائح هندية للعناية بشعرك إشراقا وتجودا، الآن تعرفي معنا على هذه النصائح في هذه المقالة:

1- شعرك الصحي يبدأ من العناية بهسلك: يؤكد خبراء التجميل الهنود أن أسلوبك الغذائي يؤثر بشكل أساسي في الحصول على شعر صحي، لذا احرصي على أن تتناولي الكثير من الخضراوات والفواكه التي تحوي السكر الطبيعي، وكذلك منتجات الألبان كالحليب واللبن بالإضافة إلى تناول جوز الهند، حيث ثبت أن الجوز هو الوصفة الأساسية للشعر الصحي، انثري القليل منه على السلطة أو مع الأرز لكي تحصيلي على النتائج المطلوبة.

2- تجنبي الأغذية المعلبة: إن الأغذية المعلبة عبارة عن مواد مليئة بالمواد الحافظة التي لا تحتوي على فائدة كبيرة للجسم ما يجعلها غير ذات نفع كبير، كذلك المشروبات المنلجة تعيق عملية الهضم والبناء في الجسم لذلك ينصح بالابتعاد عنها أيضا.

3- اضيفي البهارات إلى غذائك: إن إضافة البهارات إلى طعامك يكسبه مذاقا خاصا، بالإضافة إلى