

سوشيال ميديا



من خلال متابعتي لمواقع السوشيال ميديا اقدم لك سيدتي بعض الحسابات المميزة التي تساعدك على اختيار قطع جيدة ومميزة بأسعار مناسبة، حسابات متنوعة تلبي احتياجات المرأة العصرية من ملابس واكسسوارات منزلية، ملابس للأطفال بالإضافة للأطباق اللذيذة خاصة الأطباق الخاصة بشهر رمضان الفضيل الذي اقترب، والله يبلغنا اياه معكم على خير وكل عام وأنتم بالف خير.

مشروع كويتي جديد للحلويات الكويتية كالقلاش ولقيماط والقفايف الذ وأنطع الحلويات على السفارة الرمضانية

إنستغرام @savory_by_n



للموالح والسلطات وورق العنب بالزيت او ببسب الرمان تقدم لك هذا الحساب مشروع كويتي 100% اكل بيت ناطع ولذيذ ولا تنسى طلب الكعب المفرزة لشهر رمضان استعدي من الآن لاستقبال الشهر الفضيل.

@absolutelydelicious



لعشاق الغريبة اليك هذا الحساب، الغريبة الكويتية اللذيذة من غريبة أمي.

@ghraibat_omi

Skin

خلطة الطحين لتقشير البشرة وتنظيفها بعمق



التي تعمل على تقشير البشرة وتنظيفها بعمق:

المكونات معاً وتركيبتها لبضع دقائق حتى تنتفخ، ثم ضعي المزيج على البشرة الرطبة والنظيفة، باستخدام حركات دائرية والتركيز على المناطق التي يكون فيها الجلد سميكاً مثل الركبة والكوع، ولزيادة فعالية المزيج، يمكن استخدام قفاز الحمام التركي في نفس الوقت، اشطفي جسمك جيداً وضعي عليه كريما مرطباً.

المكونات التالية: ملعقة كبيرة من البولنتا (يمكن استبدال البولنتا بسميد القمح الناعم)، ملعقة صغيرة من زيت الزيتون النباتي، نقطة واحدة من زيت اكليل الجبل الأساسي، نقطة واحدة من زيت العرعر الأساسي.

● الطريقة: قومي بخلط جميع

وصفة طبيعية من المطبخ تزيل الجلد الميت

تقشير البشرة وتفتيحها غاية عند الكثير من الفتيات وتحتاج البشرة بين الحين والآخر الى عملية التقشير لازالة الجلد الميت واعادة النضارة والحيوية الى البشرة اضافة الى الرغبة في الحصول على بشرة مشدودة غير مترهلة لذا نقدم لك وصفة طبيعية من مطبخك وهي خلطة الطحين لتقشير البشرة، حيث يعد الطحين من المواد

Nails

عادات تحفظ أظافرك ناعمة وغير متكسرة



لقد حان الوقت لعدم إخفاء أظافرك عن العالم، لا بل إظهارها بكل فخر والتباهي بطولها والألوان التي تزينها بها. فالأظافر الضعيفة والمتكسرة تفسد إحساسك بالأنوثة وتؤثر على أناقتك وجاذبيتك، لذا عليك إعطاؤها المزيد من الاهتمام والرعاية للحفاظ على صحتها، ويمكنك تحقيق ذلك باتباع النصائح والعادات الصحية التالية التي سوف تحفظ أظافرك ناعمة وقوية وغير متكسرة:

● لمنع جفاف الأظافر، دلكيها بقليل من الفازلين مع مراعاة تغطية الجلد الصلب المحيط بكل ظفر وذلك يوميا قبل النوم أو في أي وقت تشعرين فيه بجفاف أظافرك. ويمكنك استبدال الفازلين بزيت الخروع الذي لا يساعد على ترطيب الأظافر فقط بل تغذيتها وزيادة سمكها بفضل غناه بفيتامين E.

● راعي دوما ارتداء القفازات أثناء القيام بالمهام المنزلية الشاقة أو خلال غسل الصحون، فالكور والمنظفات بأنواعها كذلك طبيعة العمل المنزلي من الأسباب الرئيسية وراء جفاف وضعف الأظافر. ولزيادة من الحماية يفضل وضع كريم مرطب على الأيدي قبل تغليفها بالقفازات.

● قد تتعرض الأظافر للتقصف والضعف بسبب استخدام بعض السبندات لها كأداة لحك البقع من على الأواني أو خدش كروت الشحن أو فتح عبوات الطعام وكلها أمور يجب الامتناع عنها لوقاية وحماية أظافرك من التهتك.

● جففي يدك جيدا لمدة دقيقتين على الأقل بعد تعرضها لمدة طويلة للماء وينصح أيضا بتجفيف القدم جيدا بعد الاستحمام فالقدم الرطبة تكون أكثر عرضة للإصابة بالفطريات.

● احرصي على تهوية الأحذية المغلقة مثل البوت والكوتشي دائما في الهواء الطلق يوميا فارتداء الأحذية المبللة نتيجة التعرق قد يزيد من إمكانية حدوث العدوى الفطرية.

● يفضل ارتداء جوارب مصنوعة من القطن الطبيعي حيث إنها تساعد أكثر على امتصاص العرق وحماية قدميك وأظافرك من الأمراض الجلدية.

● إذا كنت تلاحظين وجود نقاط بيضاء على أظافرك فهذا دليل على قلة نسبة معدن الزنك بالجسم، ولعلاج ذلك تناولي يوميا كوبا من الحليب مع بيضة مسلوقة، فهذه الأطعمة غنية بالزنك الذي

يساعد على تغذية الأظافر والحفاظ على صحتها.

● لتقوية الأظافر الضعيفة، بنصح الخبراء بتناول 300 ميكروجرام من فيتامين البيوتين من أربع إلى ست مرات خلال اليوم، فالبيوتين مفيد في علاج الأظافر الضعيفة.

● تجنبي قص الجلد المحيط بالأظافر فهذا قد يضر بصحتها ويتسبب في إضعافها وإصابتها بالأمراض، اكتفي فقط بدفع الجلد للخلف بواسطة المبرد الخشبي أثناء عملية التهذيب.

● احرصي على قص أظافر القدم بشكل مستقيم لتجنب نمو حواف الظفر بداخل الجلد.

● استخدام مبرد الأظافر بطريقة خاطئة من أحد الأسباب التي تتسبب في إضعاف الأظافر. احرصي على برد أظافرك في اتجاه واحد وليس في اتجاهين وتجنبي تماما استخدام المبرد على أظافرك بعد الاستحمام مباشرة حيث إنها تكون ضعيفة وأكثر عرضة للتكسر.

● راعي تدليك أظافرك باستمرار بواسطة زيت

مع منيرة عاشور

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



للتواصل معنا:



Beauty

احصلي على جسم ناعم ومعطر بأسهل الطرق



احصلي على الجسد الأنثوي النظيف المعطر بأزكى الروائح المنعشة، بأسهل الطرق وأسرعها، من خلال مجموعة من الأقتنعة المعطرة للجسم والبشرة:

القناع الأول

المقادير:
● 4 ملاعق كبيرة أرز مصري مطحون
● حجر عطري برائحة البرتقال أو العود أو الفانيليا متواجدة لدى محال العطارة
الطريقة:
● تقوم ببشر الحجر بالمبشرة من الجهة الناعمة، وتخلطه مع الأرز المطحون، بعد ذلك تضعه في علبه بوردة قديمة وترشه على الجسم كله بعد الاستحمام لمدة ربع ساعة وبعد ذلك يفرغ الجلد، ومع الاستخدام تحصل على بشرة ناعمة ذات رائحة جيدة، وهذا الماسك يستخدم بشكل يومي أو مرتين في الأسبوع.

القناع الثاني:

المقادير:
● زيت الفانيليا
● زيت الزهر الفرنسي
● ربع ملعقة صغيرة زيت لوز حلو
● 60 مليلتر زجاجة كحول أبيض
● ربع ملعقة زيت ورد
الطريقة:
● نضيف 3 ملاعق متوسطة من أي زيت عطري نختاره سواء كان الفانيليا أو الزهر الفرنسي إلى زيت اللوز لأنه يربط الجلد ويخفف من نسبة السبيرتو حتى لا تؤذي الجلد، وبعد ذلك نضيف زيت الورد، ونرج الزجاجة جيدا ونتركها أسبوع أو 10 أيام أو أكثر حتى يمتزج الخليط معا.

القناع الثالث:

المقادير:
● ثلاث ملاعق كبيرة زيت لوز حلو
● ملعقة متوسطة زيت برتقال عطري
● ملعقة زيت الياسمين (اختياري)
● ملعقة زيت الألفندر
● ملعقة زيت مشمش
● ملعقة عطر
الطريقة:
● نضع كل الزيوت معا، ونحتفظ بالخليط في زجاجة، ونستخدمها بعد الاستحمام، بتدليك الجسم من أسفل لأعلى في اتجاه القلب، ونتركهم لمدة 3 إلى 4 ساعات، وبعد ذلك يفضل الاستحمام مرة أخرى.
أنت جميلة وبراقة مع هذه الأقتنعة اللطيفة، فلا تضيعي فرصة الحفاظ على بشرتنا.

