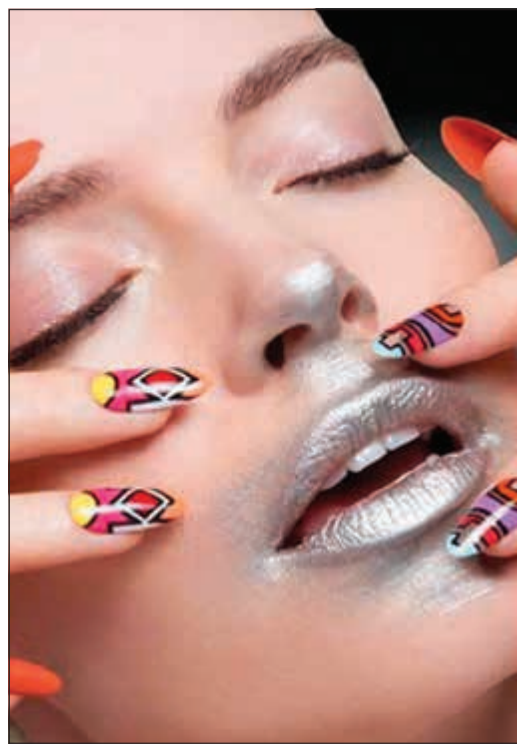




Nails

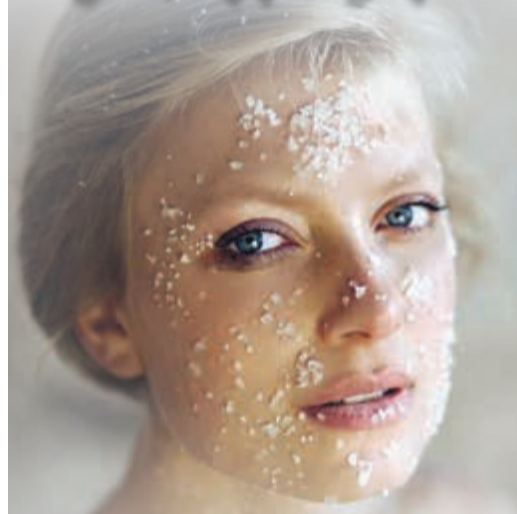
طلاء الأظافر بألوان جذابة ومميزة



لمحبى طلاء الأظافر اخترنا لكم اليوم باقة من رسومات الأظافر باستخدام طلاء الأظافر والذي يتميز بألوانه الجذابة والمميزة بحيث يجعل الرسومات أكثر جاذبية.

Stop

الملح سر من أسرار الجمال



يعد محلول الملح مكوناً مهماً وغير مكلف يمكنك إضافته لروتينك اليومي بهدف العناية ببشرتك. فعند إضافة الملح للمياه الدافئة سيساعدك ذلك على التخلص جفافاً والتهايات البشرة. ومن واقع أهمية استخدامات الملح لجمالنا سنقدم لك سيدتي بعض النصائح الجمالية التي ستعزز الاسترخاء والعناية بجمالنا من دون اللجوء لاستخدام المنتجات المكلفة.

● إليك استخدامات متعددة للملح للعناية ببشرتك:

تفتيح البشرة

بعد الاستحمام، وبينما لا يزال جسمك رطباً ومبللاً، يمكنك استخدام القليل من حبيبات الملح وتدايك بشرتك برفق. تدايك الجسم بتلك الطريقة يخلصك من طبقات الجلد الميتة، مع الحفاظ على نعومة البشرة. كما يساعد ذلك أيضاً على تنشيط الدورة الدموية. ويمكنك تجربة ذلك في الصباح لتنشيط الجسم أو بعد ممارسة التمرينات البدنية.

علاج حكة الجلد

الاستلقاء في حوض الاستحمام بعد إضافة كمية من الملح هو علاج فعال لحكة الجلد. كل ما يمكنك فعله هو إضافة كوب واحد من ملح الطعام أو ملح البحر لماء الاستحمام بهدف تنعيم البشرة والاسترخاء أيضاً.

التخلص من الروائح غير المرغوبة

للتخلص من رائحة البصل العالقة في يديك، يمكنك استعمال القليل من الملح على يديك مع وضع القليل من الخل وفرطها ثم شطفها بالماء.

منظف وتونر للبشرة

اخلطي ملعقة كبيرة من الملح وملعقة كبيرة من زيت الزيتون في وعاء صغير، ثم استخدمي الخليط في تدايك الوجه والرقبة، مع تجنب منطقة العينين. اغسلي وجهك جيداً بعد ذلك بالطريقة المعتادة.

العناية بالبشرة الدهنية

للتخلص من الزيوت الزائدة في البشرة، قومي بملء زجاجة سبراي صغيرة بالماء الفاتر مع إضافة ملعقة صغيرة من الملح، ورشي منها على وجهك كونها تجفف البشرة.

غسول للفم

اخلطي نصف ملعقة صغيرة من الملح مع نصف ملعقة صغيرة من صودا الخبز في كوب صغير من الماء، واستخدمي المزيج كغرغرة لإنعاش الفم والتخلص من رائحة النفس الكريهة.

معجون للأسنان

استخدمي خليطاً من الملح مع صودا الخبز كمعجون لغسل الأسنان إذ يساعد على تبييض الأسنان والتخلص من مادة البلاك، كما يساعد أيضاً على علاج تسوس الأسنان وأمراض اللثة. لتحضير معجون الأسنان، قومي بطحن الملح جيداً للحصول على مسحوق ناعم من الملح، ثم اخلطي ملعقة صغيرة من الملح الناعم مع 2 ملعقة صغيرة من صودا الخبز، ثم قومي بغمس فرشاة الأسنان المبللة في ذلك الخليط واغسلي أسنانك به.

Makeup

طرق ونصائح لوضع المكياج بطريقه صحيحة



المقعدة، فبالنسبة لظل الجفون فيبدأ بوضع اللون الفاتح على الجفن العلوي ثم يتدرج إلى الغامق ثم لون ثالث لمنطقة تحت العين. على جذور الرموش لرسم العين. تكبير حجم الشفاه برسم خط خفيف حول الشفاه باتجاه الخارج ثم باستعمال لون فاتح من الروج والملحم في وسط الشفاه لجعلها ممتلئة نوعاً ما

الفاتحة فتوسع العينين. للحصول على شكل مسطح للبشرة تستخدم التأثيرات المطفية المكياج (ككريم الأساس أو أحمر الشفاه ذي اللون المطفى)، بينما التأثيرات الالامعة (ككريم الإضاءة والملحم) تزيد من الحجم مثلاً الشفاه فتجعلها ممتلئة. للحصول على مظهر مكياج طبيعي يفضل اختيار لون واحد بالنسبة للظل أو أحمر الشفاه فلا داعي لمزج ألوان المكياج. الحرص على اختيار نوعية أحمر الشفاه، فأحمر الشفاه الجيد هو الذي يغذي الشفاه ويحميها ويقاوم حرارة الجو وينتشر بسهولة. مزج العديد من الألوان حسب الذوق من أجل الوصول للتأثيرات

لكي نضعي المكياج بطريقة صحيحة بلا أخطاء يجب أن نستخدمي الأدوات الخاصة بكل مستحضر بطريقة صحيحة للحصول على أفضل النتائج في المكياج

نصائح لوضع المكياج بطريقة صحيحة:

- نثر بودرة الوجه على الجفون باستخدام فرشاة رطبة قليلاً، مع وضع ظلال العيون لتخفيف مكياج ظلال العيون.
- وضع كريم العناية بالعينين في المنطقة الرقيقة المحيطة بالعينين بمقدار حبة البازيلاء وبطريقة الترتيب من الخارج إلى الداخل بالأصبع الرابع.
- استخدام ألوان المكياج الغامقة أو داكنة للتركيز على العينين، فهي تصغر وتقلص من شكل العين، أما

Spot

نصائح خبراء التجميل حول عناية العروس ببشرتها



تهتم العروس كثيراً بمظهرها العام لأنها تود الظهور كالأميرة المتوجة في ليلة زفافها، لذا فهي تعمل على العناية ببشرتها وشعرها كما تقوم باتباع الحمية الغذائية للحصول على جسم رشيق وجميل. إليك بعض النصائح لخبراء التجميل حول عناية العروس ببشرتها وجسمها ككل:

- تناول الماء بكثرة، لأن الماء يغسل الجسم من أي شوائب.
- تناول الجزر أو التفاح يوميا، لاحتوائهما على فيتامينات مهمة.
- تجنبني تناول المأكولات الحارة والحد من تناول الأطعمة المقلية والمكسرات خاصة قبل فترة مناسبة من العرس.
- أتبعي نظاماً صحياً لتنظيف البشرة وتخليصها من البثور أو الشوائب.
- رطبي بشرتك بشكل يومي مع وضع كريم مغذٍ قبل النوم لتمتصه البشرة وتستفيد منه.
- ضعي كريماً مرطبا في النهار ليساعد على حماية البشرة من العوامل البيئية الضارة.
- اتركي حاجبيك من دون تهيئتهما قبل موعد حفل الزفاف بشهر لرسمهما بشكل جيد.
- اهتمي بنظافة أسنانك وتبييضها، لأن سر جمال العروس في ضحكتها.
- إزالة شعر الوجه قبل نحو شهرين من موعد الزفاف، حتى لا تكون البشرة عرضة للاحمرار والتهيج.
- وأخيراً، عليك عزيزتي أن تنسقي مع خبير التجميل قبل موعد الزفاف بشهرين لحل جميع مشاكل البشرة لديك.

مع منيرة عاشور

نالسي ونميري
بكل ما هو
جديد في عالم
الأزياء والمكياج
والاكسسوارات
وكل ما يهم المرأة
لتكوني مواكبة
لآخر صيحات
الموضة في عالم
الجمال والأناقة.



للتواصل معنا:



Mj3 - Fashion



Mj3sign



@Mj3sing



Mj3sing@hotmail.com

Flickr-Mj3sign

For you



ليوم منعش اتبعي هذه النصائح الجمالية

مع كل إشراقة صباح جديدة تأمل كل أنثى أن تكون لها إطلالة مميزة، لتحظى بيوم منعش يمدحها بالحوية والجمال، وهذا الأمر منوط باتباع عدد من النصائح الجمالية الخاصة بأبطالتك الصباحية، فهناك بعض التفاصيل البسيطة والتي بدورها تمنحك الثقة لتبدي يومك بصباح مثالي ورائع.

السرا هنا عبارة عن 6 نصائح جمالية ليوم منعش، طبقيها كل صباح لتتمتعى بيوم حيوي:

- 1- أخذ حمام صباحي: إن البدء بأخذ حمام صباحي منعش وغير ساخن يعمل على إيقاظ الخلايا العصبية في الجلد وبالتالي تنشيط الدورة الدموية، وبذلك تتعمن بيوم إيجابي وجسم نشيط مليء بالطاقة طوال اليوم.
- 2- ترطيب الجسم بعد الاستحمام: من الطبيعي أن تكون مسام الجلد متفتحة بعد الاستحمام صباحاً، لذا قومي باستخدام كريم الترطيب للحصول على بشرة ناعمة ورطبة تمنحك الشعور بالراحة والانتعاش طوال الوقت.
- 3- عمل كمادات للعيون: عند الاستيقاظ من النوم فإن العيون تكون منتفخة نتيجة للسهر والتعب، ولتفادي بقاء هذا المظهر مدة طويلة بحيث يفسد إطلالتك، الجني لعمل الكمادات الباردة مثل، كمادات الخيار أو الشاي وذلك بعد وضعها في الثلاجة لتنشيط الدورة الدموية والتخلص من الانتفاخ.
- 4- تهنيت الحاجبين: كل ما عليك هو إزالة الشعيرات الزائدة والمتطايرة، وننصح هنا بالقيام بذلك بعد الاستحمام حيث تكون مسامات البشرة متفتحة ورطبة أكثر فيتم إزالتها بدون ألم.
- 5- استخدام كريم الأساس: هذه خطوة أساسية لتنعني بصباح رائع، وهي إحدى أهم خطوات وضع المكياج للحصول على بشرة متوحدة اللون دون التكلف، وننصحك بوضع كريم الأساس بعد الاستحمام ووضع الكريم المرطب بـ 10 دقائق، وذلك لضمان وصول الزيوت الطبيعية في الجلد إلى السطح مرة أخرى.
- 6- رش العطر: النصيحة الجمالية الأخيرة والتي بها ستكتمل إطلالتك ليوم مميز ومنعش هي وضع العطر، لكن يجب الإشارة هنا إلى أن العطر يجب أن يوضع على رسخ اليد أو أماكن الضغط خلف الأذن للحصول على رائحة دائمة، هي ست نصائح جمالية فقط ليوم حيوي وإطلالة طافية، اتبعيها الآن واستمتعي بيومك منذ الصباح حتى لحظة النوم.

Hair

ماسك الجرجير لتقوية وتطويل الشعر



طريقة عمل ماسك الجرجير للشعر سهلة ويمكن القيام بها في البيت، ويعتبر ماسك الجرجير من الماسكات المفيدة جداً للشعر، ويساعد ماسك الجرجير في تطويل الشعر وزيادة نعومته وكثافته، ويؤكد خبراء التجميل أن الجرجير يحمل الكثير من الفوائد للشعر ولجمالها، واليوم نستعرض معك مكونات وطريقة عمل ماسك الجرجير للشعر، جربها معنا الآن:

ماسك الجرجير للشعر:

المكونات: حزمة جرجير + قليل من الماء.
طريقة التحضير: اخلطي الجرجير مع قليل من الماء في المفرمة، ثم قومي بتصفيته جيداً وضعيه على فروة رأسك على شكل مساج للشعر، ثم قومي بتغطية شعرك بغطاء مخصص لذلك واتركي ماسك الجرجير على شعرك لمدة 3 ساعات، بعدها اغسلي شعرك جيداً ومع تكرار الماسك ستجدين نعومة وكثافة في شعرك تدريجياً.
لا تنسى أن للجرجير فوائد كبيرة للشعر فهو منبت ومكثف للشعر، بالإضافة إلى أنه يعمل على تطويل الشعر، ويقوم بتغذية البصيلات ويمنع تساقط الشعر ويعتبر من أفضل الأغذية الطبيعية للشعر والمقوي له.