



Spot

خلطات تمنع نمو شعر الوجه نهائياً

أما كما أنه يمنع ظهور الشعر مرة أخرى عند المداومة على استخدامه.

أخلطي بيض بيضة واحدة مع ملعقة من السكر ونصف ملعقة من دقيق الذرة حتى يصبح الخليط في صورة معجون ناعم وأفرديه على وجهك واتركه حتى يجف تماماً ثم انزعيه وستلاحظين خروج الشعيرات مع الماسك بكل سهولة وأقل ألم.

خليط الكركم ودقيق الحمص: يعتبر الكركم من أكثر المواد التي تقلل من نمو الشعر كما أن له تأثيراً مضاداً للبكتيريا. أخلطي مقادير متساوية من الكركم ودقيق الحمص وأضيفي كمية قليلة من الماء لتحصلي على معجون سميك واتركه على وجهك حتى يجف تماماً ثم أفرديه باستخدام قطعة من القماش المبلل واشطفي وجهك بالماء البارد. يمكن استخدام الكركم والماء فقط في حالة عدم توافر دقيق الحمص.

خليط الكركم والبابايا: تهرس ثمرة واحدة من البابايا مع نصف ملعقة من الكركم ويدلك الوجه بهذا الخليط لمدة 15 دقيقة ثم يشطف بالماء. يكرر هذا الخليط مرة في الأسبوع وستلاحظين اختفاء الشعر الزائد بعد فترة قصيرة.

تعاني الكثير من السيدات من نمو متسارع لشعر الوجه مما يشعروها بالخجل أحياناً ويسبب لديها الاضطراب عند تركيز ادهم على الوجه، ولأن الوجه هو مصدر التفاهم بين الناس ومصدر الجمال عند المرأة تسعى يوماً للتحلل من هذا الشعر بوسائل عدة إلا ان النتيجة تكون في كثير من الأحيان غير مرضية ويدهمها نمو الشعر مرة أخرى، لذا نقدم لك خلطات تمنع نمو شعر الوجه نهائياً استقبدي منها:

خليط الكركم واللبن: يخلط مقدار من الكركم مع قليل من اللبن حتى تمام التجانس ويدلك الوجه بهذا الخليط في حركات دائرية ثم يترك لمدة 15 دقيقة ويشطف بالماء البارد.

خليط البيض: يعمل هذا الماسك بنفس طريقة الشمع في إزالة الشعر ولكنه أقل



مع منيرة عاشور

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



للتواصل معنا:



Mj3 - Fashion



Mj3sign



@Mj3sing



Mj3sing@hotmail.com

flickr

Flickr-Mj3sign

Secret

للشاي الأخضر فوائد صحية تعرفي عليها



يعتبر الشاي الأخضر أفضل مضادات الأكسدة الطبيعية التي تقاوم بدورها الشقوق الحرة. بجانب أنه أيضا يفيد في عملية التمثيل الغذائي في الجسم. وتبدو أكبر فوائد في حماية الجسم من السرطان وأمراض القلب نتيجة احتوائه على مضادات الأكسدة الطبيعية. وأثبتت الدراسات السابقة أهمية تناوله للوقاية من أمراض السرطان، القلب والسكري. إضافة إلى أنه يقلل من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. لكن الجديد هو الدراسة العلمية التي أجريت أخيراً مكتشفة قوة هذا المشروب في تعزيز الوظائف الإدراكية للدماغ وخصوصاً الذاكرة. فمع ازدياد المشاكل النفسية والعصبية التي يعاني منها الإنسان في يومياته أتى العلم ليكشف الحل موجوداً في أكواب الشاي الأخضر. اقترحت الدراسات السابقة

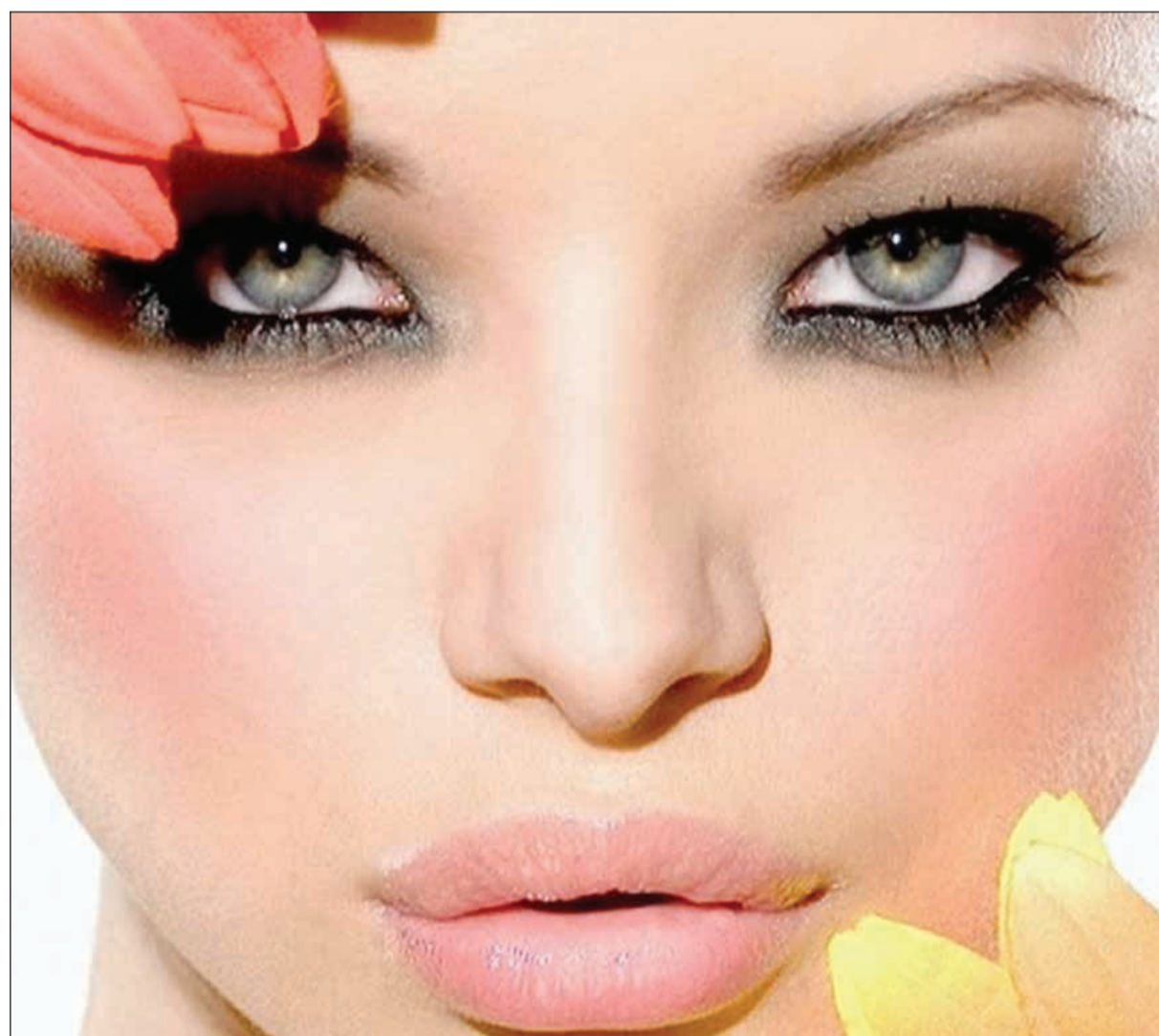
ان الشاي الأخضر قد يكون له تأثير مفيد على الوظائف المعرفية في الدماغ. لكنها لم تحدد حقيقة هذا التأثير إلى أن أجرى فريق من الباحثين في مستشفى جامعة بازل في سويسرا يرأسه كل من البروفيسور Christoph Beglinger والبروفيسور Stefan Borgward دراسة تكشف تأثير الشاي الأخضر على أعصاب الإنسان.

للشاي الأخضر فوائد صحية جعلت منه أفضل شراب على الإطلاق من الناحية الصحية، وأهمها:

- 1 يساعده على حرق الدهون.
- 2 يساعده على تسريع عملية الأيض، لأن تأثيره المضاد للأكسدة يساعده الكبد على أداء وظيفته بشكل أكثر فعالية.
- 3 إن شرب الشاي الأخضر 3 مرات يوميا يحرق 200 سعر حراري إضافي يوميا.
- 4 كذلك وجد الأشخاص الذين يتناولون الشاي الأخضر أن الطاقة لديهم تعززت بشكل كبير، وعلاوة على ذلك يخفف الشاي الأخضر مستوى السكر في الدم، والذي يعتبر مسؤولاً عن تخزين الجلوكوز على شكل شحوم، ولذا فإن تخفيض مستوى السكر يخفف أيضا مستوى الشحوم المخزونة في الجسم.
- 5 يحمي القلب من الأمراض.
- 6 يخفف مستوى الكوليسترول في الدم، لأن تأثيراته المضادة للأكسدة تمنع تأكسد الكوليسترول الضار في الشرايين.
- 7 يمنع تشكل الجلطات الدموية غير الطبيعية، وأن له نفس فعالية الأسبرين في هذا المجال.
- 8 يزيد مستويات الكوليسترول النافع الذي يساعد على إزالة الصفائح الدهنية من جدران الشرايين.
- 9 يساعده في تخفيض ضغط الدم.
- 10 يحمي من الإصابة بمرض السكري.
- 11 يساعده على الوقاية من التسهم الغذائي. ونظراً لأن الشاي الأخضر يقتل البكتيريا فإن شربه مع الوجبات يمكن أن يخفف خطر الإصابة بالتسهم الغذائي البكتيري، ويمنع نمو البكتيريا في الأمعاء، ويساعده على نمو البكتيريا النافعة في الأمعاء.
- 12 يمنع رائحة الفم.

Makeup

كيف تستخدمين الكحل لإبراز جمال عينيك؟



وتجنيح الخطوط عند نهاية رسمه العين بحيث لا يلتقيان ويكونان متوازين. الكحل الملون مثل الأخضر والأزرق، ويمكنك اعتماد هذه الطريقة لرسم الكحل على النصف الخارجي فقط لخط الرموش السفلى أو على طول الجفن كله، كما تستطيعين كذلك الاكتفاء بهذه الخطوة أو إكمالها من خلال تنسيق لون الكحل مع لون ظلال العين على الجفن العلوي. هذه هي أهم وأجمل وأسهل طرق استعمال الكحل، لتتمتعين بإطلالة فريدة وإظهار سحر عينيك أكثر فاستخدمي الألوان الداكنة. التركيز على الخط السفلي للرموش:

تحديد خط الرموش العلوي والسفلي ثم جمعهما في زاوية محددة، ويعود أمر سماكة الخط إلى ما تفضلينه أنت بالإضافة إلى مدى حجم العينين واتساعهما. الرسم الفرنسية الممنجة: وهي طريقة مبتكرة وملفتة للأنظار، حيث بإمكانك تحديد الرموش العلوي أو السفلي وجعل آخر الخط مجنحاً، لكن ننصحك بالابتعاد عن رسم هذه الطريقة في حال وضعت ظلال عيون داكنة اللون. الجتح المزدوجة: وهي طريقة جريئة لوضع الكحل ومميزة أيضاً، كل ما عليك هو تحديد الرموش العلوي والسفلي

يتمتع الكحل بسحر وجاذبية خاصة ولا يمكن للمرأة الاستغناء عنه، حيث إنه يعتبر من أهم مستحضرات المكياج القديمة والحديثة على السواء والمتاح استخدامها للجميع وبطرق كثيرة تضمن إطلالة مميزة ومتألقة لك سيدتي. ولأن الكحل من أهم ما يبرز جمال العينين ولونيهما ويعكس ذلك على ما ترتدينه، إليك سيدتي أهم وأجمل 5 طرق استعمال للكحل، لتظهري من خلالها جمال عينيك: عيون القطعة: وهي طريقة جذابة ومفعمة بالألوان ويمكن رسمها من خلال



Skin

توحيد البشرة بالمكونات الطبيعية

البشرة من القضايا الجمالية التي تحظى باهتمام كبير جداً من شريحة واسعة من النساء، لأن مشكلة تباين أو اختلاف لون البشرة، مشكلة حقيقية ومزعجة جداً. توحيد البشرة وتنسيق لونها في أماكن الجسم وبالأخص بالوجه تحتاج إلى اتباع طريقة صحيحة طبيعية أو عند الطبيب المختص، لأن تباين لون البشرة قد يكون لأسباب عرضية أو مرضية. حقي توحيد البشرة وتمتعي بجمال اخاذ بتناول أو استخدام هذه المكونات الطبيعية من وقت لآخر: الحليب: يحتوي الحليب على حامض اللبنيك الذي يساعد على إزالة طبقة الخلايا الميتة لتظهر بشرة جديدة وفاتحة اللون. اللبن: يحتوي الزبادي على نفس حامض اللبنيك الموجود في الحليب. الليمون: له خصائص تفتيح وتبييض طبيعية فهو يزيل النمش والبقع الداكنة التي تظهر على الوجه ويحتوي على مضادات للأكسدة مفيدة للبشرة. البرتقال: يحتوي على فيتامين (ج) ومضادات الأكسدة التي تحمي البشرة وله خصائص تفتيح وتبييض للبشرة.

الفصل: يحتوي على مضادات الأكسدة ويحمي البشرة من المؤثرات الخارجية الضارة ويعمل على تجديد البشرة. الخيار: ينعم الخيار البشرة وينعشها كما أنه يزيل النمش ويعزز من نضارة البشرة ويعالج حروق البشرة الناتجة من التعرض لأشعة الشمس الضارة. الفراولة: تعمل الفراولة على تنظيف البشرة وتصفيحتها. زيت اللوز الحلو: يعمل على تفتيح وتوحيد لون البشرة ويزيل الهالات السوداء حول العين. الطماطم: تعالج البشرة من الحروق وتحتوي على مضادات الأكسدة المفيدة للبشرة وتحميها من المؤثرات الخارجية الضارة وتعزز من نضارة البشرة. البطاطا: تنظف البشرة وتزيل الحبوب وتعمل على تفتيح وتوحيد لون البشرة. الأرز: يعمل على تفتيح البشرة ويحميها من أشعة الشمس الضارة. الكركم: يساعده الكركم على تفتيح وتوحيد لون البشرة. أيضاً وجدت هذه المكونات سواء بالوجبات الغذائية أو الوصفات التجميلية تآكدي أنها ستحقق توحيد البشرة الذي تحلمين به وتوسعين إليه.