كيف تكونين جميلة في رمضان بدون وضع المكياج؟

خلال شهر رمضان ، تفضل معظم النساء عدم وضع اي منتجات تجميلية على وجهها. كما ان الكثير من الأشخاص يوصون بذلك أيضاً ، لتخفيف جاذبية النساء أمام الجنس الآخر. ومع ذلك ، يجوز ارتداء الكحل في العينين.

يمكن المحافظة على بشرة نقية لا تحتوي على شوائب تودين إخفائها ، من خلال تناول وجبات صحية ، والحصول على قسط كافٍ من النوم وتطبيق نصائح الجمال الطبيعية.

لذلك سنقدم لك بعض النصائح السهلة حول كيفية جعلك تبدين وتشعرين بالرضا عن طريق تعزيز جمالك الطبيعي. عدم القدرة على ارتداء الماكياج أثناء الصيام يمكن أن يكون شاقًا ، خاصة عندما تكون مدمنًة للمكياج.

وجهك

قشري وجهك مرتين في الأسبوع.

عيونك

عالجي عينيك من خلال غمس الدوائر القطنية في شاي البابونج البارد. ووضعها على عينيك لمدة 10 دقائق ؛ لها تأثير التبريد والتهدئة.

جسدك ورجليك

استخدمي فرك الجسم وليفة لتدليك الجلد الرطب ، والانتقال في حركات دائرية صغيرة. هذا يحسن الدورة الدموية لجسم أكثر صحة. من خلال تقشير البشرة مرتين على الأقل في الأسبوع ، ستكون بشرتك أكثر سلاسة مع توهج أكثر صحة.

لعلاج خاص للقدمين ، انقع قدميك في وعاء من الماء الفاتر. واضيفي بضع قطرات من الزيوت العطرية والنعناع البابونج واللافندر. تدليك

القدم يساعد على استرخاء عقلك.

الشفاه

من خلال عدم ارتداء أحمر الشفاه أو ملمع شفاه الشفة أو بلسم الشفاه خلال شهر رمضان ، قد تشعرين بشفتين جافة وتشقق. في الليل ، ضعي طبقة من الفازلين للحفاظ على شفاه رطبة.