نصائح على المدى الطويل لطلاء جذابة يوم زفافك

تألق العروس في زفافها أمر مهم وشائع ومحط آمال كل عروس. وهو لا يعني أن تبدي بصحة جيدة فقط وإنما أيضا أن تبدو عليك السعادة والجمال وقت التقاط الصور. ولكن ذلك الجمال والتألف لا يأتي طبيعياً دون بذل مجهود، إنما يأخذ ذلك وقت وتخطيط وتحضير. إذا كنتي تحديقين ببثرة على وجهك، معتقدة أن الجمال الخال من العيوب هو فقط من درب الأحلام، فكري مجدداً. يمكنك أن تمتلكي الوجه الذي يبدو ممتازاً في الصور دون الحاجة لفناني مكياج من هوليوود. إليك بعض النصائح التي يجب إتباعها قبل الزفاف:

قبل سنة من موعد الزفاف

أولويتك الأولى هي أن تقومي بزيارة لطبيب جلدية لأنه كلما بدت بشرتك بشكل أفضل، كلما كنتي أكثر استرخاء. يمكنك علاج حب الشباب، البقع الداكنة والندبات ولكن ذلك يستغرق أشهر لتحصلي على النتيجة المرجوة.

قبل تسعة أشهر من الزفاف

- من المهم جداً ممارسة الرياضة بشكل منتظم حيث أنها تساعد في أن تبدين بشكل جيد، تشعرين بصحة جيدة والرياضة أيضاً تعزز الدورة الدموية. يمكنك أن تجدي شئ رياضي تستمتعين به حقاً (المشي، المشي بكلابك، الجري في الصباح من أجل النشاط.. إلخ) فقط إبحثي عن شغف من نوع رياضي ولكن على أن يكون ذلك بشكل مستدام.
- قومي بزيارة صالونات التجميل وجربي قصات شعر والوان مختلفة كي يكون لديك متسع من الوقت للإصلاح قبل الزفاف في حال قمتي بتجربة لون او تسريحة غير جيدة.
- فكري في إزالة الشعر الزائد بالليزر "طبقاً لميزانيتك طبعاً"

قبل ستة أشهر من الزفاف

- كوني جادة فيما يخص بشرتك وإستخدمي مطهر بسيط للوجه، جنباً إلى جنب مع مستحضرات الوجة المعتادة. بينما لدى بشرتك

الوقت الكافي للتعافي، فكري في استخدام منتجات تعتقد أنها ستكون ذات نفع لك مثل اللوازم الطبية والكيميائية. إستخدمي منتج لحماية البشرة من أشعة الشمس الضارة عند مغادرة المنزل لحماية بشرتك من أضرار الشمس.

- إذا لم تكوني قد بدأتى ممارسة الرياضة بشكل منتظم فالآن الوقت المناسب للبدء، وإذا كنتى قد بدأتى بالفعل فإستمرى! ومكافئتك ستكون بشرة شابة ونضرة
- أعثري على طريقة لإزالة التوتر سواء بالحياكة او حتى المصارعة.