

نصائح عامة لتبدي أنيقة وجميلة خلال شهر رمضان المبارك!

سألنا بعض قرّائنا عن أسرارهم في النجاح في الاهتمام بأنفسهن بشكل جيد خلال الشهر الفضيل ، فكانت هذه النتائج:

▪ "خلال النهار أرتدي قفطانًا فضفاضًا وخفيفًا أو قميصًا مريحًا وجينزًا ، عادةً مع عباءة رقيقة. أحاول التمسك بالأقمشة الطبيعية ، مثل البياضات القطنية أو الأقمشة الرقيقة جدًا التي لن تصبح ساخنة جدًا."



▪ "عادة ما ابقى المكياج إلى أدنى حد ممكن خلال اليوم ، وأحب التركيز على نظام جلدي شامل للحفاظ على رطوبة بشرتي. أبدأ بماء الورد النقي المرطب ، وبالنسبة لمنتج SPF ، أستخدم Kiehl's وربما كريم BB أو مسحوق بودرة خفيف من Bobbi Brown."



▪ "من المهم جدًا الحفاظ على رطوبة بشرتك ، وهذا هو السبب الذي يجعلني أعتني بها بحذر خلال شهر رمضان من خلال اعتماد علاجات البشرة ، عادة في عيادة تجميلية فقط للتأكد من أن وجهي يحصل على العناصر الغذائية التي يحتاجها."



▪ "لا أهمل العناية بالشعر خلال هذا الوقت. لذلك أزر العيادات التجميلية عندما يلزم الأمر. بخلاف تناول الفيتامينات بانتظام ، أحاول أيضًا زيادة عدد المرات التي أذهب فيها لعلاج الشعر خلال شهر رمضان. أحب كل من العلاجات الفعّالة ، فهي تحافظ على شعر لامع وصحي."



▪ "إذا لم يكن لدي وقت لأصفف شعري (أو لم أكن في مزاج مناسب لذلك) ، فسأذهب إلى الصالون للحصول على تجفيف سريع."



▪ "في المساء ، لدي خزانة ملابس مختلفة تمامًا. في كل ليلة ، أكون في تجمع جديد ، لذا أختار قفطان مطبوع أو ملون مع تطريز أثقل."

