

أهمية المكياج

يعزز الثقة بالنفس

ويمنح شعوراً بالجمال والراحة.

يبزز الملامح

ويظهر جمال الوجه بشكل متناسق.

يحمي البشرة

من العوامل الخارجية عند استخدام منتجات مناسبة.

يعكس العناية الشخصية

ويعطي انطباعاً إيجابياً عن الذات.

فوائد المكياج

- يحسن مظهر البشرة ويخفي العيوب البسيطة.
- يوفر حماية من الشمس والتلوث.
- يرطب البشرة ويحافظ على نضارتها.
- يمنح إشراقاً ويقلل من علامات التعب.
- يساعد على إبراز الملامح الطبيعية.

تأثير المكياج على النفسية والثقة

يعزز الثقة بالنفس

المكياج يساعد على تحسين الصورة الذاتية ويمنح شعوراً بالجمال.

يحسن المزاج

الاهتمام بالمظهر الخارجي يساهم في الشعور بالسعادة والرضا.

يعزز التعبير عن الذات

يساعد المكياج على إبراز الشخصية والإبداع والتعبير عن الذوق الخاص.

يمنح شعوراً بالإنجاز

تعلم مهارات جديدة وإتقانها بالمظهر يمنح إحساساً بالنجاح والإنجاز.

تواصل معنا

janaa_girls
janaa_girls
janaa_girls
www.janaa.org.sa



امسحي الكود
لمعرفة المزيد
عن برامجنا

فنون المكياج والعناية بالبشرة



العناية بالبشرة

خطوات العناية الأساسية بالبشرة

- 1 تنظيف البشرة
إزالة الأوساخ والزيوت الزائدة
بمنظف مناسب لنوع بشرتك.
- 2 ترطيب البشرة
للمحافظة على نعومة
ونضارة البشرة.
- 3 تقشير البشرة
للتخلص من الخلايا الميتة
وتجديد البشرة.
- 4 استخدام واقي الشمس
لحماية البشرة من أشعة الشمس
ومنع التصبغات.

أنواع البشرة



نصيحة مهمة

شرب كمية كافية من الماء، والحصول على نوم جيد، وتناول غذاء صحي ينعكس على نضارة بشرتك.

أساسيات المكياج

أنواع المكياج بحسب المناسبة



خطوات تطبيق المكياج



أنواع المكياج الأساسية



تذكري

المكياج يعزز جمالك الطبيعي وليس تغييره، اختاري ما يناسبك ويعكس شخصيتك بثقة.

أدوات العناية بالبشرة



- غسول مناسب
- تونر
- مرطب
- سيروم
- واقي شمس

أدوات المكياج الأساسية



- كريم أساس
- كونسيلر
- بودرة
- ظلال عيون
- ماسكارا
- أحمر شفاه
- فرش وأدوات إضافية

نصائح ذهبية

- اختاري المنتجات المناسبة لنوع بشرتك.
- استخدمي أدوات نظيفة للحفاظ على صحة بشرتك.
- لا تهمل إزالة المكياج قبل النوم.
- طيبي المكياج في مكان مضاء جيداً.
- تدربي باستمرار وكوني واثقة من نفسك.

الفائدة العامة

تمنحك العناية بالبشرة والمكياج الثقة والشعور بالراحة، وتساعدك على إبراز جمالك الطبيعي بطريقة صحية ومتوازنة، مما ينعكس إيجاباً على حياتك اليومية.