

الشيبيبة
ملحق
أبريل 2023
hounna.com

هُنَّا

مجموعة أمل
الرئيسية صيف 2023
للمرأة قوية
طموحة
وكلاسيكية

قبل العيد...
6 إجراءات تعزز جمالك

سماح ورجوه

وقصة مجوهرات
صممت بلك حب



سباق قصر البستان
بإدارة الريتز - كارلتون

عضوية السبا السنوية قصر البستان، فندق ريتز كارلتون

عضوية شخصية | ٣٠٠ ريال عماني شامل الضرائب

- هذه العضوية حصرية للسيدات فوق ١٨ عاماً
- استخدام صالة الألعاب الرياضية للسيدات والمسبح المغطى والشاطئ الخاص بالسيدات
- ٢ جلسة سبا مجانية لمدة ٦٠ دقيقة سنويًا، غير سارية خلال عطلة نهاية الأسبوع أو العطلات الرسمية
- ٢ قسيمة مجانية لضيفتين خلال العام لاستخدام مرافق المنتجع
- المشاركة في جلسة يوجا جماعية مجاناً لكل عضوة شهرياً
- استشارة مجانية في الصحة ونمط الحياة شهرياً
- ٢٠% خصم على جميع علاجات السبا
- ٢٠% خصم على باقات التدريب الشخصي
- ١٠% خصم على برامج اليوجا والعافية الشخصية
- ١٠% خصم على متجر السبا
- ٢٠% خصم على الأطعمة والمشروبات (غير شاملة المشروبات الكحولية)

للاستفسارات

اتصلي على ٠٠٩٦٨٢٤٧٦٤٣٣٣ او راسلينا على الواتساب ٠٠٩٦٨٩٥٩٢٠٧٤٥



أساسي لكن أكثر من عادي



سبلاش

centrepoinstores.com



مركز ريتز كارلتون

أول الكلام

مرحباً بكم في عدتنا الأول من مجلة الموضة والجمال الجديدة "هن"، التي تمثل إضافة جديدة ومميزة في هذا المجال. تأتي هذه المجلة لتلبية رغبات القارئات اللواتي يبحثن عن المزيد من المعلومات والأفكار الجديدة في مجال الموضة والجمال.

إننا نؤمن بأن الموضة والجمال هما جزء من حياتنا اليومية، ولذلك فإنهما يحتاجان إلى اهتمام وعناية خاصة، وهو ما سنسعى لتقديمه لكم في كل عدد من مجلتنا.

تقدم المجلة محتوى شيق ومتنوع يشمل كل ما يهمكن في هذا العالم، بدءاً من آخر صيحات الموضة وأحدث التقنيات في عالم الجمال وحتى نصائح الخبراء في مجال الموضة والجمال. إضافة إلى ذلك، سوف تجدين لدينا مقالات مفيدة حول تصميم الأزياء والإكسسوارات والعطور وكل ما يخص الجمال الطبيعي، والاهتمام بالبشرة، والشعر، والأظافر.

وفي هذا العدد، نعرض لكن أبرز الصيحات في موضة ربيع وصيف 2023، بالإضافة إلى عدة نصائح في مجال الجمال. كما نعرض لكن مقابلة مع شخصيات مميزة في عالم الموضة والجمال، نشاركنا تجربتها ونصائحها لتطوير نفسك. نحن نعلم أن الأناقة والجمال يعدان أسلوب حياة، وهدفنا هو توفير كل ما يحتاجه قرائنا لتحقيق أفضل إطلالاتهم وإلهامهم بأفكار جديدة.

يمكنك متابعة المزيد على موقعنا الإلكتروني: <https://hounna.com>

أو حسابنا على الانستجرام [hounna.magazine](https://www.instagram.com/hounna.magazine)

شكراً لكم ونأمل أن تستمتعوا بالعدد الأول من مجلتنا.

هن



مجموعة مسقط للإعلام
Muscat Media Group

المؤسس
عيسى بن محمد الزدجالي
رئيس مجلس الإدارة
محمد بن عيسى الزدجالي
الرئيس التنفيذي:
أحمد بن عيسى الزدجالي

الناشر :
مجموعة مسقط للإعلام
حاصلة على شهادة الأيزو 2008 / 9001
صندوق بريد: 770
رمز بريدي: 112 روي
سلطنة عمان



شازجان أوتو
CHANGAN AUTO
قيادة نحو أوقات أوسع / Driving Forward With You

نحتفي معًا بشهر الكرم

يوني



يوني - في

محرك تيربو سعة 1.8 لتر، قوة 161 حصان
ناقل حركة تلقائي العتقيق ٧ سرعات

يوني - كي

محرك تيربو سعة 1.8 لتر، قوة 161 حصان ناقل حركة
أوتوماتيكي ٨ سرعات دفع رباعي

يوني - بي

محرك تيربو سعة 1.8 لتر، قوة 180 حصان،
ناقل حركة تلقائي العتقيق ٧ سرعات

ضمان المُصنِّع
١ سنوات / مسافة لا محدودة**

مجاناً عازل حراري للنوافذ مع
طبقة سيراميك لحماية الطلاء**

تسجيل مجاني

تأمين مجاني

خدمة مجانية*
٥ سنوات / ١٥,٥٠٠ كلم*

سير العروض من ٢٢ فبراير إلى ٢٢ أبريل ٢٠٢٣، على جميع الطرازات المشمولة بالسياسة الشرائحية من محركات سيارتنا شازجان أوتو، ألقها التي أواز. خدمة أسيان الأوتو فقط، يشمل العرض خدمة الصيانة الدورية لمدة ١٠٠٠ كلم فقط، *بالعمارة الأولى، عازل حراري للزجاج مع طبقة سيراميك لحماية الطلاء ضد العيوب الناتجة من التصنيع لمدة ٢ سنوات مع خدمة التركيب وتغطية سيراميك لمراكبات الكاحل المصنوعة من سيارتنا شازجان أوتو، ألقها التي أواز. الموديل المعروض عرض النسخ فقط، قد تختلف المواصفات من طراز لآخر، الموديل من المعلومات يرجى زيارة معرض سيارات شازجان أوتو.

٨٠٠٥٠٨٠٠

www.changanoman.com
changanoman

موقع مساحة العرّوض:
الرقم ٩٦١٤١٠١٠، الموالج ٩٨٧٨٨٨٧٨٠، محسار ٧٩٢٢٤٨٥

الخليج العربي للسيارات
والمعدات ش.م.م

المحتويات



38 سمح ورجوه
وقصة مجوهرات
صممت بكل حب



50 مقهى CLIFF DECK
في خليج مسقط
طعام شهى ومكان
مثالي لالتقاط الصور

20 استعدادي
للاحتفال
بأناقة

54 6 أسئلة
مع هويدا

30 قبل العيد ... اجراءات
تجميلية تعزز جمالك



24 اعتمدي اللوك
الناعم للعيد

32 قبل أن تخضعي له
كل ما تريدين معرفته
عن البوتوكس

36 عطور
صيفية رائعة
لرائحة لا
مثيل لها



42 مع المدربة لمياء الحراسي
عززي جمالك الداخلي
وأحبي نفسك

46 المالديف
إجازة عيد لا تنسى في
أكثر الأماكن سحرا



10 لامرأة ..
قوية طموحة
وكلاسيكية



14 أبرز صيحات
الموضة
لصيف
2023

22 احتفلي بالعيد
مع كاتريس



08 لا تتردي ..
التقليدي جميل دائما

16 شهد أحمد ..
عارضة على
طريق النجومية

23 تنظيف البشرة
بفيتامين سي .. لا
تتردي في التجربة



هنّ - خاص

مثل قطعة من الذهب تبقى لامعة على مر السنين هكذا هي الملابس التقليدية العمانية لا ينطفئ وهجها أبدا ولا تحلو مناسبة من غيرها. هذا العيد اجعلي اطلالتك مثالية بتصاميم تقليدية رائعة اخترناها لك من أزياء "لورنزا" للمصممة سماهر بنت سيف الحبسية. تضم مجموعة العيد ثمانية تصاميم تقليدية محدثة بروح عصرية لتناسب كافة الأنواع، صممت من أقمشة ذات جودة عالية كالحرير والمخمل والقطن لتناسب الأجواء المعتدلة خلال هذه الفترة. تزين التصاميم بالفصوص اللامعة والشك اليدوي والتطريز الذي يظهر جمالية الرّي وتزين به القطع في الصدر وعلى أطراف الأكمام. أما الألوان فتتنوع بين الأحمر والأخضر والأصفر والبني بدرجات مبهجة مليئة بالحياة اختاري ما يناسبك منها. المصممة سماهر الحبسية من محافظة مسقط تحمل شهادة بكالوريوس في الموارد البشرية من كلية مجان، وكانت قد أطلقت مشروعها في العام 2020م من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

لا تترددي.. التقليدي
جميل دائماً

لامرأة .. قوية طموحة وكلدسيكية

مجموعة ربيع وصيف 2023
إطلالة العيد بتوقيع أمل الرئيسي

هن_خاص

تستمد مجموعة ربيع وصيف 2023 لعلامة أمل الرئيسي وحيتها من جذورها المتأصلة في عراقة الماضي، وإبداع الأجيال السابقة، والتقاليد الحرفية التي كانت تعتمدها الحرفيات العُمانية في صناعة الملابس، وتأتي هذه المجموعة لتكريم ذلك التراث العُماني الغني ولكن بنظرة معاصرة.

تُعْتَبَر هذه المجموعة بمثابة تحية تقدير للسيدات العُمانية الموهوبات، اللواتي كرّسن حياتهنّ لابتكار أجمل الملابس والأزياء التقليدية. " بهذه الكلمات الجميلة وصفت أمل الرئيسي، المؤسّسة والمديرة الإبداعية لعلامة "أمل الرئيسي" مجموعة ربيع وصيف 2023 م.



الرئيسية:

أفتخر بأن السيدة
الجليلة ارتدت من
تصاميمي في
مناسبات مختلفة



يمتد مشوار أمل كمصممة أزياء لسنوات طويلة مضت واجهت خلالها الكثير من التحديات وعملت ليلاً "نهاراً" لتذليلها حتى تصل إلى ما وصلت إليه اليوم، ولا زالت الرحلة مستمرة . تقول: أعتقد أنني سعيدة جداً بما حققته خلال هذه السنوات. كل فترة أضع لنفسني هدفاً "معيناً" وخلال سعبي لتحقيقه أضع هدفاً جديداً ويكون ما تحقق خطوة في الطريق . تضيف: "لم يكن طريقي سهلاً، ولا أعتقد أن أي عمل من الممكن أن يمضي بسهولة سواء من ناحية التحديات المتعلقة بطبيعة العمل نفسه، أو من حيث الوصول للسوق المستهدف، لأننا بطبيعة الحال نعمل في مجال تبرز فيه منافسة كبيرة . نحن هنا نتحدث عن تنافس على مستوى المنطقة ككل وليس في عمان فقط. فأن يصل المصمم إلى مكان يكون فيه موجوداً إلى جانب علامات أخرى معروفة فهذا يحتاج إلى عمل دؤوب و متواصل لتحقيق الأهداف".

لا تخفي أمل سعادتها الكبيرة بأن عملها المتقن قد حاز ثقة السيدة الجليلة التي اختارت إطلالتها عدة مرات من مجموعاتها. تقول: "لامست تصاميمي قلوب نساء كثيرات في عمان وخارجها. العديدات من الإعلاميات والممثلات ارتدين من مجموعاتي، ولكنني وبشكل خاص أفتخر بأن أهم من ارتدت تصاميمي هي السيدة الجليلة عهد بنت عبد الله البوسعيدية التي لبست من عندي أكثر من مرة في مناسبات مختلفة، وأيضاً الأميرة هيا بنت الحسين. وهذا دليل على أنني أمضي بثبات ونجاح في طريقي".

ألوان متدرجة وأقمشة راقية

المرأة القوية، الطموحة والكلاسيكية هي المرأة التي تمثل تصاميم أمل الرئيسية. وفي هذا الموسم، تغتنى لوحة الألوان بتدرجات تعكس صفات هؤلاء السيدات العُمانيات، مثل اللؤلؤي والدرافي الفاتح اللذين يعبران عن تواضع وحيوية هؤلاء النساء الموهوبات. أما اللون الرمادي المائل للبنّي فيجسد الحشمة، في حين يذكر اللون الأخضر المائل للأزرق بالسكينة والهدوء.

ومن حيث الخامات، يضيفي الدانتيل الخاص بالعلامة لمسة فاخرة إلى الأقمشة الراقية والانسيابية. وتقدم العلامة هذا الموسم الأقمشة الأساسية المصنوعة بطريقة مستدامة، في مبادرة من المصممة أمل الرئيسية لتشجيع الاستدامة في صناعة الموضة.

من جديد، تبرهن العلامة على براعتها في تقديم خيارات متنوعة من خلال القطع المميزة كالكفطانات والكنزات ذات الأكتاف المكشوفة والفساتين بالقصة الملتفة حول الجسم والسرراويل الواسعة. وتنزين تلك القطع بتفاصيل جميلة مثل الكسرات الناعمة والكشاكش والطيّات المنسدلة وغيرها من اللمسات المستوحاة من الأزياء التقليدية التي تمتاز بها مناطق مختلفة من عُمان. أما اللمسة الأخيرة فهي للدانتيل المطرز يدوياً، وللتطريز المتقن المستلهم من الأشكال الهندسية التي تزين الفساتين العمانية التراثية.

مرة أخرى، تنجح علامة أمل الرئيسية في ابتكار مجموعة تعكس روح الأناقة والأنوثة بأجمل صورها، وتعطي كل سيدة تصاميم تراقفها في كل المواسم، وتستحضر عراقة وجمال التراث العماني الغني.



أبرز صيحات الموضة لصيف 2023

استمتعي بإطلالة ساحرة هذا الصيف وأضفي مزيداً من المرح على مظهرك من خلال اتباع أبرز الصيحات التي قدمتها دور الأزياء العالمية في عروضها لربيع وصيف 2023 في باريس ونيويورك ولندن وميلانو. وسواء كنت كلاسيكية في اختياراتك أو جريئة. تحبين الملابس الفضفاضة المريحة أو الدنيم أو النقوش والألوان الزاهية فإنك بالتأكيد ستجدين ما يناسبك. إليك أبرز اتجاهات الموضة التي رصدناها لك من الملابس الحقائب والأحذية فهل ستعجبك؟



لوك كامل بملابس جينز

صيحة ليست جديدة على ساحة الموضة، لكنّها حتماً من بين أكثر الصرعات التي ستكون رائجة هذا الصيف إذ أن الكثير من الدور قدّمها ضمن مجموعاتنا في أسابيع الموضة. أنت حتماً تمتلكين جاكيت أو قميص جينز وسروال دنيم، هيّا اعتمديها كلّها سوياً في لوك واحد.

نقشات متعدّدة في لوك واحد موضة
تنسيق أكثر من نقشة لوك واحد هو أيضاً من بين الصيحات التي برزت في مجموعات ربيع وصيف 2023 والتي تحاكيك حتماً إن كنت تتمتعين بستايل جريء وخارج عن المألوف.

التصاميم المرفقة بقبعة
سواء كانت فساتين طويلة أم قصيرة، جيمبوت وغيرها. فإن التصاميم المرفقة بقبعة شبيهة بقبعات الهودي برزت بشكل لافت في مجموعات ربيع وصيف 2023



سراويل كارجو
ها هي سراويل الكارجو تأخذ حصة من مجموعات ربيع وصيف 2023 أيضاً. العديد من دور الأزياء قدّمها ضمن مجموعاتنا، على شكل سراويل طويلة أو برمودا، لا تردي في شراء تصميم منها اليوم لتكوّني السبّاقة بين صديقاتك.

ماذا عن الأحذية؟

موديلات الصنادل الصيفة النسائية ذات الديكور المشرق والغريب الأطوار ستكون الشكل الذي يجذب الانتباه في أحدث اتجاهات الموضة 2023. العديد من نماذج الأحذية التي قدمها المصممون للأزياء 2023 ستسمح لك باختيار خيارات جميلة من الأحذية لمجموعة النساء الموظفات والعاملات في مختلف المجالات. يمكنك الاختيار لكل مناسباتك وفقاً لمزاجك من الصنادل بالكعب العالي إلى الأحذية المزينة بالأحجار والكعوب الغريبة الشكل إلى الأحذية المطرزة بالزهور والأحذية الشبكية أو المرصعة بالأحجار. اختاري أي نمط ترغيبين ولكن كل شيء يجب أن يكون باعتدال وتناسق. فيما يتعلق بالنسبة للألوان لسنة 2023 يجب إعطاء الأفضلية للأحذية ذات الألوان الهادئة بالأخص في الصيف مثل درجات اللون البيج والقشدي، والرمادي، والوردي الباهت، والأزرق.

الحقائب هذا الصيف

حقائب لك أنت فقط
أفضل الاتجاهات التي يجب تجربتها هذا الصيف هو امتلاك الحقيبة التي تناسب بشكل فريد وتناسب مزاجك. حقيبة على شكل قلب مثلاً مهما بدت غريبة إلا أنها تعكس شخصيتك.

الأنماط اللامعة

إطلالناك ستألق في عام 2023 فإن كنت تحبين القطع اللامعة وكان ذلك يبدو غريباً في السابق فالآن هو الوقت المناسب لتحملي حقيبة مزينة بالأحجار البراقة والخرز الملون أو الترتير اللامع أثناء النهار. إنها موضة الموسم فأشبعي شغفك

حقائب بأقمشة منسوجة

توفر الأقمشة المنسوجة شبكة من الخيارات الأنيقة لحقائب اليد هذا الموسم. الجلود اللامعة، والأقمشة الناعمة، والبدايل النباتية كالقش والقصب، والأقمشة المنتفخة هي من بين مجموعة المواد التي تم تصميم حقائب هذا الصيف منها. استمتعي بواحدة منها.



الجلد من الرأس حتى أخمص القدمين
التصاميم الجلدية هي من بين الأقمشة التي لا تغيب عن ساحة الموضة، ستعتمدينها من رأسك حتى أخمص قدميك، وذلك بحسب دور الأزياء. فالكثير منها قدّمت ضمن عرض مجموعاتنا لربيع وصيف 2023 لوكات اقتصرت على تنسيق تصاميم جلدية بعضها مع البعض.



عارضة على طريق النجومية

هنّ - خاص

قد تبدو مدارج عروض الأزياء العالمية حلم يصعب تحقيقه، لكن هنا في مسقط تبدو الفرص متنوعة وعديدة للمواهب الشابة مع ازدهار مجال تصميم الأزياء العمانية وكثرة المصمّمات اللواتي تبحثن عن وجوه مناسبة لعرض تصاميمهنّ.

العارضة العمانية الجميلة "شهد أحمد" انطلقت تبني لنفسها الشهرة من خلال الانستغرام الذي أصبح بالنسبة لها بمثابة ممثي الأضواء ومنه انطلقت إلى عالم الشهرة، وعروض الأزياء، والتسويق، والإعلانات. إنها نجمة قادمة بدأت تسطع من أروقة السوشال ميديا فتعالوا نتعرف عليها.

إقبال كبير

إلى جانب عملها كعارضة أزياء ووجه إعلاني تدرس شهد أحمد الصحافة والإعلام. وحول دخولها مجال العمل كعارضة تقول: "الأمر كله بدأ من غير تخطيط، فأنا لم أكن شغوفة بالعمل في مجال الموضة وعروض الأزياء إلى حد كبير ولكن بشكل عام أهتم بإطلائي كثيرا وأشارك اختياري للملابس مع المتابعين عبر حسابي على الإنستغرام و من خلال تشجيع الناس وحبهم لي بدأ الشغف يكبر واهتمامي يزداد وهنا رأيت إقبالا كبيرا من شركات التسويق والمصورين و المصممين وأصبح الشغف عمل وربما مهنة لي.

مشاركات لا تهدأ

شاركت شهد في الكثير من عروض الأزياء من أهمها وأكبرها مشاركتها في عرض الأزياء الضخم "شيك" الذي ضم الكثير من المصممين العمانيين والعرب تقول: "أعتبر مشاركتي في عرض مجلة شيك تجربة مهمة جدا لي كون التنظيم والتقديم كان احترافيا والأزياء كانت في غاية الأناقة والروعة والحضور ضم كبار الشخصيات. سعيدة جدا بهذه التجربة التي تعلمت منها الكثير. أيضا كانت ولازالت لي مشاركات عديدة في عروض خاصة بالترويج لتصاميم المصمّمات العمانيات من خلال حسابي على الإنستغرام ولدي مشاركات كثيرة جدا في إعلانات تجارية لشركات في مجالات مختلفة.

كاريزما وثقة

تؤمن شهد أن الكاريزما والثقة بالنفس هما مفتاح النجاح في هذا المجال إلى جانب الجمال طبعاً. تقول: "الصفات الشخصية للعارضة مهمة جدا وبغض النظر عن المعايير الجمالية المطلوبة في مجال عروض الأزياء مثل الطول المثالي والقوام متناسق والنحافة، إلا أن الثقة بالنفس

الاحتراف

الأضواء والشهرة وممشى
عروض الأزياء حلم تلحق به
شابات كثيرات وعيونهن على
عارضات عالميات شهيرات
مثل الشقيقتين جيجي وبيلا
حديد وأيقونات كنعومي
كامبل وسيندي كروفورد
وغيرهن ممن أصبحن محط
أنظار العالم كله.

داماس

رمضان كريم

احتفلوا معنا بشهر رمضان المبارك

استردوا فوراً 30 ريال عماني
عند شرائكم بقيمة 300 ريال عماني
من مجوهرات مختارة من الماس واللؤلؤ

احصلوا على هدية حصرية مخصص
عند شرائكم بقيمة 500 ريال عماني وما فوق

من 1 إلى 30 أبريل 2023

صالح في المتاجر المختارة،
لمزيد من المعلومات اتصل على: 99854911



تلعب دوراً كبيراً لنجاح هذه العارضة أو تلك وأيضا الكاريزما التي أعتقد أنها السحر الذي ينطلق بالعارضة في هذا العالم ويلفت الأنظار لها. أعتقد أنني محظوظة كونني أتمتع بهذه الصفات وأنصح كل الشابات الشغوفات بالموضة وعروض الأزياء أن يلتفتن لهذه الجوانب ويعززن من ثقتهن بأنفسهن.

تسوق أونلاين

تعشق شهد الموضة بكل تفاصيلها وهي تراعي عند الشراء التنوع واللاحق بالموضة من حيث القصات والألوان. تقول: "عندما أشتري ملابس أبحث عما يوفر لي الأناقة والراحة في آن واحد وسواء كان ما أريده فستان أم سروال.. ملابس كاجوال أو سبور شيك أو ملابس أنيقة لفترة المساء فإن الإطلالة الانيقة هي ما أضعه في الحسبان. أما الألوان فأنا أتابع عروض الأزياء العالمية وأشتري بعض القطع من ملابسها وفقا لألوان الموسم فالآن على سبيل المثال تبرز تدرجات الأزرق والأحمر والأصفر كألوان الموضة لهذا الصيف وقد أصبحت في خزائني بالفعل.

ولكن من أين تشتري شهد ملابسها وما هي العلامات التجارية التي تعجبها؟ تقول: "الزمن تغير، ومعظم الشابات اليوم يتسوقن الملابس والعلطور والأحذية من خلال الشراء عبر الانترنت وأنا منهم طبعاً فمنذ مدة طويلة توقفت عن الشراء من المتاجر بشكل شخصي فكل ما يعجبني أحصل عليه بكبسة زر واحدة ويأتيني من حول العالم إلى منزلي مباشرة واليوم تتوفر الكثير من مواقع التسوق الموثوقة والتي توفر آخر صيحات الموضة وأسعار متفاوتة وبعضها مغر جداً مثل موقع "شي إن" على سبيل المثال. إن تجربة التسوق عبر العالم من خلال الهاتف أو الكمبيوتر رائعة للغاية.

انطلاقة نحو الأضواء

تخطو شهد بثبات وتأن في عملها كعارضة، وهي لا تستعجل النجاح لأنها تعلم أن بناء النجاح الدائم يكون بدراسة كل خطوة تأتي والتخطيط للأخرى القادمة، وأيضاً من خلال تجاوز الصعوبات وما أكثرها. تقول: بالرغم من أن هذا العمل ممتع جداً إلا أنه لا يخلو من الصعوبات فالجمع بين الدراسة والعمل وتنظيم الوقت بينهما كان تحدياً لي نجحت في تجاوزه ، أيضاً أجد بعض الصعوبات التي تتعلق بقلة احترام مواعيد العمل والالتزام بجلسات التصوير عند البعض وهذا أمر مزعج للغاية ويؤخر العمل، أتمنى أن يفهم الجميع أن الالتزام هو أساس النجاح.

لا زالت شهد في بداية الطريق وأمامها الكثير لتنجزه تقول: "سعيدة جداً بما حقته في هذا المجال الممتع، أعلم أنها البداية ولكن يوماً ما سأصل إلى عروض الأزياء الكبيرة وربما العالمية، كما أتمنى أن أصبح وجهاً إعلانياً للشركات الكبرى التي تهتم بالأزياء والجمال. أريد أن أنطلق نحو الأضواء.

لمتابعة شهد أحمد على الانستغرام @xshddz

استعدي للاحتفال

ساناقته

ما تبحثين عنه من العقود والحلقان والأساور والخواتم والمزيد لدى لايف ستايل. وللحصول على مظهر كامل أنيق، قومي بإبراز أنوثتك وجمالك مع طقم مجوهرات نسائي يضم الحلقان المرصعة بالأحجار والسلاسل التي لا تقاوم بكل بساطة. أما المكياج فمن دونه لا تكتمل طلتك أبداً. يمكنك الآن الاختيار من مجموعة واسعة من الماركات العالمية المتوفرة في لايف ستايل من مستحضرات العيون والشفاة والخود بألوان وتأثيرات مختلفة.

اكتشفي الأحذية من شومارت

يتجدد عالم الموضة دائماً، ويأتي بصيحات جديدة من حيث التصميم والأشكال والألوان والموديلات. ولموسم الصيف هذا العام، يمكن القول بأن أحدث موديلات الأحذية النسائية تتميز بالأناقة والراحة في آن واحد. وسواء كنتِ تريدين التألّق بمظهر أنيق ورسمي أو كاجوال ومريح، اختاري من بين صنادل فلات نسائي ستضفي لمسة جذابة على بنطلون جينز وتيشيرت نسائي، أو ارتدي صنادل بكعب عالي مزينة بالأحجار اللامعة والقطع المعدنية واجعلي أناقتك ملفتة وإطلالتك في العيد لا تُنسى.



حان وقت التسوق للعيد. لا تقلقي ولا تشعرعي بالحيرة. يمكنك فقط الذهاب إلى مكان واحد يجمع كل احتياجاتك ويوفر لك خيارات واسعة من الملابس والأحذية والحقائب إلى جانب الاكسسوارات والمكياج وفقاً لأحدث صيحات الموضة العالمية. مرحبا بك في سنتر بوينت. لقد وصلت. ومع خيارات سبلاش وشومارت ولايف ستايل الرائعة أنت الآن جاهزة لقضاء أفضل اللحظات وتسجيل أجمل الذكريات مع العائلة والصدقات.

هَنّ - خاص

أزياء أنيقة من سبلاش

ألوان صيفية رائعة وقصات مثيرة تواكب أحدث صيحات الموضة هي ما تتميز به مجموعات سبلاش الجديدة الخاصة بالعيد حيث يمكنك الآن اختيار إطلالتك في العيد بعناية والانتقاء من بين الفساتين الصيفية الواسعة مع الكشاكش بألوان نابضة بالحياة أو القمصان والبلايز المطرزة وحتى سراويل الدنيم وغيرها. أضيفي هذه القطع إلى خزانتك لتتألقي بها هذا العيد وفي كل المناسبات.

حقائب وإكسسوارات على الموضة

إن حقائب اليد النسائية ضرورية لإكمال زي كل امرأة، لذلك في لايف ستايل يمكنك اختيار الحقبة المناسبة من مجموعة كبيرة من أحدث موديلات حقائب اليد النسائية. من حقائب اليد الكبيرة إلى حقائب كروس فاخرة وعصرية تتميز بمقابض كبيرة أو سلاسل اختيارية لأحزمة الكتف أو حقائب الترتز والأحجار اللامعة التي ستمنح إطلالتك التألّق الذي ترغبين به. كما يمكنك الآن أن تضيفي لمسة خاصة من التألّق إلى إطلالتك مع مجموعة واسعة من المجوهرات الراقية التي تأتي بتصاميم خاصة بشهر رمضان والعيد. وسواء كنتِ تبحثين عن إكسسوارات رقيقة وصغيرة للارتداء اليومي أو مجوهرات خاصة لتتألقي بها أيام العيد يمكنك بالتأكيد إيجاد



احتفلي بالعيد مع كاتريس

العيد هو مناسبة مميزة لتكوني متأققة. كاتريس تحقق لك ذلك حيث يمكنك أن تحتفلي بطريقة مثالية من خلال منتجاتها الرائعة التي صممت خصيصا لك لتحصلي على مظهر يخطف الأنظار.

برايمر غلوفر المينيتينغ الذي يتكون من جزيئات ذهبية لامعة لتمنح بشرتك حيوية ولمعاناً رائعاً. يمكن وضع البرايمر بمفرده أو قبل المكياج أو بعده كهايلايتر و يمكنك أيضاً مزجه مع البودرة أو الكريم الأساس المفضل لديك! تعتبر تركيبته غنية بمستخلص البطيخ ليغذي بشرتك بطريقة صحية. يتميز البرايمر بلمسة نهائية طبيعية وبطول بقاءه على البشرة.



تونر مجدد للبشرة بتركيبه تونر ومقشر، يقشر البشرة بلطف ويعنتي بها من دون تجفيفها ويتركها ناعمة.

ماسكارا ليفت أب فوليوم أند ليفت باور هولد المقاومة للماء لضمان بقاء رموشك مثالية طوال الليل مع تأثير شد طويل الأمد وحجم مذهل. يغذي القوام المضاد للماء الرموش أيضاً بزيت اللوز وزيت الخروع. بفضل الفرشاة الخاصة، تضيفي الماسكارا على الرموش طويلاً وكثافة لإطلالة عينين معبرة.



أحمر الشفاه المت برو انك ترانسفير الذي يدوم طويلاً لشفاه رائعة الجمال! والأجمل من ذلك أن التركيبة تحتوي على زبدة المورينجا لعناية مثالية طوال اليوم.



1 2 3 4 5 6 7



علبة سمر اوبسيسيفين برونزر بلش هايلايتر المت واللامع. فقط بضع ضربات من الفرشاة للحصول على بشرة برونزية رائعة. ببساطة ضع القليل من ظلال البرونزر على جانب الأنف واحمر الخدود على عظام الخد - ثم أضيفي الهايلايت اللامع على أقواس الحاجب والجفون وأعلى نقطة في عظام الوجنتين وامزجي بلطف لقضاء ليلة احتفالية مذهلة.



علبة الآي شادو «برو ديزيرت رومانس سلم» الرائعة والتي تتكون من ألوان متنوعة ومضيئة مناسبة لجميع اطالاتك في أيام العيد.

بودرة أحمر الخدود «اير بلاش جلو» التي تتميز بتركيبه خفيفة الوزن بلون طبيعي يدوم طويلاً تحتوي تركيبتها على زبدة الشيا وزيت بذور المانجو.

تنظيف البشرة

بفيتامين سي ..
لا تترددي في التجربة

إنعام الرويضي - هنّ

للتخلص من آثار التعب والإرهاق والحصول على بشرة مشرقة ومشدودة قبل العيد اخترت أن أجرب تنظيف البشرة باستخدام فيتامين سي، في مكان رائع وتحديداً في "The 8th beauty boutique" وهو مكان يجمع وأغلب احتياجات النساء من خدمات تجميلية ومنتجات العناية بالبشرة والشعر إضافة إلى بوتيك للملابس الجاهزة.

يتميز هذا الصالون الجميل بخدماته المميزة والمقدمة بشكل احترافي لعلاج مشاكل البشرة الشائعة والحفاظ عليها نضرة وخالية من العيوب إلى جانب معالجة مشاكل الشعر كالقشرة والتساقط والجفاف والنفشة.

تجربتي لعلاج البشرة

من المعروف مدى أهمية فيتامين سي للعناية بالبشرة، إذ يعتبر من أفضل العلاجات التي تحسن ملمس الجلد، وتقوّم علامات الشيخوخة، خاصة أنه يحتوي على مضادات الأكسدة ومضاد للالتهاب، إضافة إلى الحماية من المشاكل والأضرار الناتجة عن التعرض لأشعة الشمس.

تتضمن خطوات تنظيف البشرة استخدام مستخلص العلاج من فيتامين سي يحتوي على معزز تحضيري لفيتامين سي وفيتامين سي المركز بنسبة 25% ومضاد للأكسدة معزز لتفتيح البشرة بنسبة 10% ثم يتم وضع قناع الألوفيرا المهدئ للبشرة، وأخيراً كريم للوقاية والترطيب.

نتيجة هذا العلاج المتوقعة هو التخلص من بثور البشرة، إضافة إلى أنه يساعد البشرة على الاحتفاظ بالماء، ما يحافظ عليها ناعمة ويمنعها من أن تصبح دهنية جداً أو جافة، كما أنه يوحد لونها ويوازنها ويجعلها أكثر نعومة وإشراقاً. وهو ما ستلاحظينه مباشرة وتشعرين به.

ومن المهم القول إن هذا العلاج يناسب جميع أنواع البشرة حيث يحتوي فيتامين سي على خصائص أمان ممتازة، لهذا يمكن لمعظم الناس استخدامه لفترة طويلة من الوقت دون التعرض لأي ردود فعل سلبية.

الموقع / حي الصاروخ بجانب الماسه مول
للتواصل 24600294

Instagram @the.8th.beauty
the.8th.beautyboutique@

اعتقدي اللوك الناعم للعيد

رزان البلوشية_هن



رزان البلوشية
يختلف شكل المكياج وصيحاته من موسم الى آخر ومن مناسبة الى أخرى، وبالتأكيد أنت تفكرين بهذا وتخططين منذ اليوم لإطلالتك التي تريدينها أن تكون رائعة. ما رأيك أن نتعرف على تفاصيل لوك العيد المناسب لهذا الموسم مع خبيرة تجميل مبدعة تميزت بمهارتها، وتقصدها الشبابات لجميع المناسبات. إنها **رناد الزدجالية أصغر** خبيرة تجميل في مسقط.



إطلالة ناعمة للعيد
تقول رناد: المكياج الذي ستعتمدينه لأيام العيد مهم جدا فهو المكمل الرئيس لأناقتك ولن يكون لافتا ومميزا إذا لم تحسني اختيار الألوان. خاصة وأن العيد يأتي مع بداية فصل الصيف، فالجو حار وأنت تريدين أن يبقى مكياجك متألقا وجميلا لأطول فترة ممكنة خلال النهار ومن هنا أنصح دائما باعتماد اللوك الناعم الذي يبرز جمالك من غير تكلف. إذا لتحصلي على لوك مميز وملفت للعيد.. ابني النصائح التالية:
تميل أغلب الشبابات لارتداء أزياء خليجية في العيد، وهذا اللوك يتطلب مكياجا ناعما.

ضعي لمسات خفيفة من الكونتور والبلاشر على البشرة لإبراز ملامح الوجه. ركزي على إبراز مكياج العين بطريقة متناغمة مع الزي الذي ترتدينه مع التأكيد على عدم المبالغة.

عند اختيارك لأحمر الشفاه يجب أن تضعي بالحسبان فصل الصيف ودرجات الحرارة المرتفعة لذلك أنصحك باختيار أحمر شفاه غير لامع ومقاوم للحرارة . ومن ناحية الألوان ابتعدي عن الألوان القوية الحارة كالأحمر والأرجواني والفوشي . اختاري درجات النيود كالمشمشي والزهري فهي ستبدو رائعة علي شفاهك بكل تأكيد. أما ظلال العيون فيجب أن تكون متناغمة تعكس البهجة والسرور بشكل لطيف. أنصح بوضع لمسات بسيطة جدا من ألوان ناعمة مثل البني والزهري والأرجواني الفاتح، والابتعاد عن وضع ألوان كالأحمر والأزرق والأخضر لأنها تعطي مظهرا مبالغا به.

رناد الزدجالية



من هي؟

رناد لازالت على مقاعد الدراسة وهي لم تتجاوز الـ 16 من عمرها، ورثت شغفها من خلال والدتها وطريقها لم يكن سهلا فقد كان أمامها تحديات كبيرة لإثبات نفسها واكتساب ثقة النساء وقد حققت ذلك بفضل شغفها وبراعتها ونجحت بتجاوز كل الصعوبات.

تقول رناد: أُمي هي ملهمتي دائما وأبد ومعها خطوات أولى خطواتي في هذا المجال. عندما كنت صغيرة كنت أرافقها باستمرار إلى عملها وهناك اللعب بالمكياج وأضعه على وجهي و على الدمى وكانت هذه هي بداية الشغف الذي قادني للتعرف بشكل أكبر على أدوات المكياج واستخداماته وخطواته و أخذت معرفتي تكبر مع الوقت وأصبحت أرافق أُمي في عملها بشكل دائم .

وتضيف: " طريقي لم يكن سهلا فالانتقادات التي واجهتها بعض الأحيان في بدايتي كانت التحديات الأكبر التي أزعجتني وأصابتني باليأس كونني لا زلت صغيرة، ولكن مع الوقت تعلمت أن أتقبلها وأن أتعلم من خلالها وهي ما قادني للتعرف بشكل أكبر على الأذواق المختلفة للنساء ومن ثم النجاح.

وعن طموحها وتخصصها المستقبلية تقول رناد: "أتمنى أن أستمّر بالتقدم في هذا المجال وتحقيق الشهرة والنجاح بشكل أكبر وهذا يتحقق من خلال الجهد والتعلم والمتابعة. أما طموحي على مقاعد الدراسة فهو التحصيل العالي لدراسة الطب والنجاح فيه .

إنعام الرويضي - هنّ

يعطي طلاء الأظافر مظهرًا أنيقًا وجذابًا للأظافر، حيث إنه يبرز جمال يد المرأة، ويزيد من أناقة الملابس، ومع اقتراب عيد الفطر تركز الشابات على مظهر الأظافر بشكل رئيسي لتكون مكملًا لكشخة العيد. إذا ليس هناك وقت أفضل من هذا للاستماع إلى الفنانة المبدعة "مآثر محمد عيسى الغانمي" التي نقلت موهبتها من الرسم على الورق إلى تجميل الأظافر وإبداع أجمل اللوحات عليها.

بدأت مآثر الغانمي تحقيق شغفها في هذا المجال وهي بعمر 18 سنة من خلال متابعة مقاطع الفيديو واليوتيوب لتنمية مهاراتها وعندما بدأت جائحة كورونا وشلت الحياة قررت هي أن تستغل وقتها بالتدريب الاحترافي فتمكنت خلال فترة قصيرة من إتقان هذا العمل ولم تنتظر طويلًا حتى بدأت تستقبل زبائنها الذين حصلت على رضاهم وولفتت الأنظار إليها من خلال ثلاثية نجحت بتقديمها وهي الإبداع في الرسم على الأظافر والمهارة في العناية بها والسعر المناسب.

تستفيد مآثر أيضًا من حسابها على الانستغرام @Nail By Maather في صياغة محتوى مميز يقدم نصائح وخطوات للعناية بالأظافر إضافة إلى متابعة آخر الصيحات في هذا المجال.

ألوان صيفية

مع بداية فصل الصيف وارتفاع درجة الحرارة، يفضل استخدام ألوان صيفية للأظافر نابضة بالحياة، حيث يأتي دور الألوان المشرقة المستوحاة من الطبيعة كالأصفر والأخضر، فهي الأنسب لفصل الصيف، كما وأكد خبراء الجمال والموضة أن لون

النعناع واللون البرتقالي سوف يكونان أكثر ازدهارًا في الصيف وسيحافظ اللون الأبيض الكلاسيكي على مكانته فهو الملائم لكل الفصول وكل الأوقات، وستراجع الألوان الداكنة مثل البني والكحلي والأسود فهي مناسبة أكثر لفصل الشتاء.

اللون الأصفر

هو من أفضل الألوان الصيفية للأظافر لأنه لون نابض بالحياة، يعبر عن البهجة ويعطي شعور بالسعادة والتألق، مناسب لأصحاب البشرة القمحية والسمراء، مناسب للخروج الصباحي، ويمكن وضعه بعدة طرق، فيمكنك أن تضعيه بدون أي إضافات، كما يمكنك تزيين الأظافر معه ببعض الرسومات

اللون البرتقالي

من أجمل الألوان الصيفية لأنه يعكس الدفء والمرح والانطلاق، يعطي مظهرًا مبهجًا، مناسب جدًا للخروج الصباحية، مثالي مع جميع ألوان البشرة، كما أنه يتيح لك ارتداء ألوان عديدة من الملابس لأنه لون محايد يتناسب مع العديد من ألوان الملابس الصيفية، ويعطي إطلالة متميزة مع الملابس البيضاء

اللون الوردي الفاتح

اللون الوردي الفاتح والمعروف باسم (كاندي بينك) من أجمل الألوان الصيفية للأظافر، حيث تقبل على استخدامه الفتيات لأنه يبرز جمال اليد، ومناسب لكل درجات البشرة، وكذلك يليق بكل أطوال الأظافر، ويناسب جميع ألوان الملابس، وللحصول على إطلالة مميزة وأنيقة ينصح خبراء الموضة والجمال باستخدام طلاء للشفاة من نفس اللون.

روتين العناية بالأظافر مع مآثر

للحصول على أظافر قوية وصحية إليك الخطوات التالية:

- تقليم الأظافر كل فترة حتى تنمو بشكل صحي
- مسح الأظافر بخليط الليمون وزيت الزيتون لتقويتها
- مسح الأظافر بالليمون مع الصودا لتبييضها وإزالة الاصفرار عنها
- استعمال مبرد زجاج لتقوية الأظافر
- عدم استخدام طلاء الأظافر بشكل مستمر حتى تتنفس الأظافر



أظافرك بلون المرح هذا الصيف



فارج — المألوف

فلل جزيرة فاخرة 5 و 6 غرف

أجنحة قابلة
للتخصيص

إطلالات على
البحيرة والمنتزه

مساحات
بحدائق واسعة

جزيرة جنان
مجموعة حصرية



1 النانو ديرما جلو

هذا العلاج يساعد على تجديد خلايا الجلد وإصلاحها عن طريق دفع مزيج مركب من الفيتامينات. المعادن ومضادات الأكسدة وأحياناً المفتحات بالإستعانة بالديرما بن أو بالحقن المباشر.

2 معززات البشرة القابلة للحقن

وهي إجراء ثوري أصبح في السنوات الأخيرة من أشهر العلاجات التي تجرى في العيادات التجميلية لما لها من تأثير فعال في تألق البشرة ولمعانها مع شد للجلد وتخفيف الخطوط الدقيقة والمسامات المتوسعة، المميز في هذا العلاج أنه لا يحتاج إلى فترة نقاهة ويمكن تطبيقه في الأيام القليلة ما قبل العيد وهناك العديد من الخيارات مثل: Profhilo , profhilo plus, volite, Xelarederm ,RRS , Nuclofil ,Amber, و خيارات أخرى.

3 إبرة البلازما

تعتمد على حقن محفز النمو من خلال استخلاص الصفائح الموجودة في البلازما وحقنها في كامل الوجه أو الشعر عند الحاجة و هو إجراء ممكن أن يترافق مع بعض الكدمات ولذلك أنصح بإجرائه قبل العيد بعشرة أيام على الأقل.

4 شفاه أجمل

بالنسبة للشفاة في حال عدم الرغبة في تغيير الحجم ينصح بال piqo4 laser للتفتيح ، أو حقن محفزات الجلد ال skin boosters أو lip upgrade من promoitalia للتخفيف من الجفاف وإعطاء رونق وتوهج للون الشفاة.

5 الفيلرز

لا أحد يستطيع التشكيك بقدرة فوائد الفيلر في استعادة الحجم المفقود وشد الجلد المترهل على الفور، فهو يعتبر أحد الإجراءات السريعة والمذهلة التي يمكنها أن تمنحك جمالاً فورياً وعمقاً وتحديداً لملامح الوجه.

6 البوتكس

وهو إجراء لا غنى عنه في حال وجود تجاعيد حول العين، الجبهة، أو التقطبية ، كما أنه طريقة سهلة وفعالة في حال الرغبة برفع الحواجب وتكبير فتحة العين وله أيضا استخدامات أخرى مثل تصحيح الابتسامة اللثوية أو رفع زوايا الفم و علاج التجاعيد الطولية في العنق الناتجة عن ال platisma bands ينصح بهذا الإجراء قبل أسبوع من يوم العيد على أقل تقدير حتى يعطي النتيجة المطلوبة.

نصائح تعزز جمالك

لا تقتصر نضارة البشرة على الإجراءات التجميلية الخارجية التي يمكنك الاستعانة بها للحصول على نتيجة سريعة، فهناك العديد من الخطوات التي يمكنك القيام بها لإنقاذ بشرتك المجهدة وتعزيز صحتها. ومن هنا ننصح الدكتورة همسة سعيد مراجعاتها في العيادة باتباع روتين صحي للعناية بجلد الوجه على مدار السنة وليس قبل المناسبات فقط ، وهذا الروتين يعتمد على عوامل داخلية وخارجية. العوامل الداخلية

هي التي تؤدي إلى ارتفاع هرمون النمو وتخفيض الكورتيزول بالجسم وبالتالي زيادة كمية الكولاجين بالجلد وتحسين نوعيته مثل:

- ممارسة الرياضة لنصف ساعة على الأقل ٣ مرات بالأسبوع.
- النوم الكافي لمدة لا تقل عن ٧-٨ ساعات في اليوم .
- الابتعاد عن التوتر
- الابتعاد عن السكريات والكاربوهيدرات وخاصة السكريات والمخبوزات.



العوامل الخارجية

- الحرص على تطبيق الواقي الشمسي المناسب
- تطبيق كريم أو سيروم يحتوي على مضادات أكسدة مثل فيتامين C والنياسيناميد
- تطبيق كريمات ليلية تحتوي على مشتقات الفيتامين A مثل الريتينول والرتينينول
- دهن المرطب المناسب للبشرة مع التأكيد على مرطبات خالية من الدهون للبشرة الدهنية.

د. همسة سعيد

أخصائية في امراض الجلد والتجميل والليزر. عيادات EMC

قبل العيد

إجراءات تجميلية تعزز جمالك

استعداداً للعيد، ترغب كل امرأة في أن تظهر ببشرة صحية ومتألقة. ويكون السؤال دائماً إن كان هناك إجراءات سريعة يمكنها أن تمنحك الإشراق الذي ترغبين به وتكون بنفس الوقت آمنة و خالية من الآثار الجانبية. تؤكد الدكتورة همسة سعيد أخصائية التجميل والليزر في عيادات EMC أن الإجراءات المتاحة قبل العيد تختلف باختلاف الأشخاص، وعادة ما يقرر الطبيب ما هو مناسب منها لكل حالة على حدة ، لذلك يمكنك مناقشة الأنسب لك مع طبيبك قبل اختيار أي منها.

هن_خاص



قبل أن تخضعي له

كل ما تريدين معرفته عن البوتوكس

اقترب العيد وترغيبين بالتأكد أن تحتفلي مع عائلتك وصديقاتك وأنت أكثر شبابا وجمالا. وبينما العديد من العروض لحقن البوتوكس تستوقفك إلا أنك لازلتي متخوفة فيما إن كان هذا الإجراء يناسبك أم لا. هنا سنجيب عن أهم الأسئلة التي تتعلق بهذا الإجراء مع الدكتورة أمل مصطفى أخصائية الجلدية والتجميل نرجو أن تتمكني من خلالها من حسم قرارك.

هن_خاص

ما هو البوتوكس ؟

البوتوكس هو الاسم التجاري لماده Botulinum toxin وهي مادة سامة مستخلصة من أحد أنواع البكتيريا .

هل هناك مخاطر من حقن البوتوكس ؟

البوتوكس بشكل عام آمن وليس هناك مخاطر من حقنه في أماكن محددة من الجسم إذا كان ذلك تحت إشراف طبي مع طبيب متمرس، وذلك لأنه يتم حقن جرعات (وحدات) صغيرة.

ما هي أليه عمل البوتوكس في الجسم ؟ وما هي أهم استخداماته؟

تظهر التجاعيد نتيجة انقباض عضلات الوجه بعد تلقيها إشارات عصبية من خلال ماده الأستيل كولين وهنا يأتي دور البوتوكس في منع إفراز هذه الماده الأستيل وبناء عليه لن تتلقى العضلات إشارات بالانقباض فلا تظهر التجاعيد الحركية. يستخدم البوتوكس بشكل عام لعمل ارتخاء لعضلات معينة لفترة مؤقتة . وبالنسبة لأطباء الجلدية فإن أشهر استخداماته هي تقليل تجاعيد الجزء العلوي من الوجه (الجبهة - بين الحاجبين - حول العين) و أيضا الحد من فرط التعرق . إلى جانب استخدامه في تخصصات طبية أخرى مثل تحسين كسل العين والصداع النصفي والتقليل من نشاط المئانة لمن لديهم فرط نشاط المئانة.

هل تختفى التجاعيد بشكل دائم بعد حقن البوتوكس ؟

بالطبع لا، حيث تختفي التجاعيد بمتوسط 4 شهور وتختلف هذه المدة من شخص لآخر بالزيادة أو النقصان حسب طبيعة الجسم .

لماذا تختلف المدة من شخص لآخر ؟

يحدث ذلك نتيجة اختلاف الأشخاص في استخدامهم للتعبيرات الحركية والانفعالات والنشاط البدني للجسم.

حقنت بوتوكس ولم تعجبني النتيجة هل يمكن التخلص منه ؟

أولا يجب ألا تقلقي فتأثير البوتوكس ليس دائما ويزول تدريجيا خلال 4 أشهر. ثانيا لا يوجد طريقه لإزالة البوتوكس أو التخلص منه بعد الحقن . لكن إذا كنت مصممة على التخلص منه يمكنك تسريع تكسير البوتوكس وتقليل مدة تأثيره باتباع الإجراءات التالية بعد أسبوعين من الحقن، وأشدد على عدم البدء بالإجراءات قبل مرور أسبوعين تجنباً لأية مشاكل أو مضاعفات.

- ممارسة الرياضة لرفع درجة حرارة الجسم مما يؤدي إلى تدفق الدم لعضلات الوجه

- زيادة ممارسة التعبيرات الحركية بالوجه

- استخدام كمادات دافئة وحمامات البخار

- تدليك مناطق حقن البوتوكس بطريقه معينة يمكنك استشارة طبيبك عن كيفيةها

- يمكن لطبيبك مساعدتك ببعض الإجراءات مثل استخدام جهاز الهايفو وغيره.

حقنت بوتوكس ولم تختف التجاعيد فما السبب؟

يجب أن يكون مر على الحقن عشرة أيام على الأقل لتلاحظي النتيجة، فإذا كان كذلك فإن عدم اختفاء التجاعيد يعود إلى عدة أسباب وهي إما أن الكمية المحقونة غير كافية، أو أن التجاعيد لديك ثابتة وليست حركية لأن البوتوكس يعالج التجاعيد الحركية فقط.

وما الفرق بين التجاعيد الحركية والثابتة؟

التجاعيد الحركية هي التي تظهر نتيجة تحريك عضلات وجهك أثناء الابتسام أو العبوس أو رفع الحاجبين وهكذا. أما التجاعيد الثابتة فتكون موجودة دائما حتى مع ارتخاء عضلات الوجه ويمكنك ملاحظتها أكثر في فترة الصباح بعد الاستيقاظ.

هل يكن إطالة مده تأثير البوتوكس ؟

نعم، يمكن ذلك ولكن ليس لمدة أطول بكثير، بمعنى لا يمكن مضاعفة مدة بقائه، وإنما يمكنك إطالة المدة عن طريق تقليل النشاط البدني، وتقليل استخدام الوجه بالتعبيرات الحركية، إلى جانب الامتناع عن تدليك مناطق حقن البوتوكس، وتجنب تسخين هذه المناطق بالكمادات الدافئة أو حمامات البخار أو استخدام الليزر في تلك المناطق .

هل يمكن عمل إجراءات تجميلية أخرى مع البوتوكس ؟

نعم، يمكن ذلك

هل هناك مضاعفات للبوتوكس ؟

ليست بالمضاعفات الكبيرة وإنما يمكن القول أن هناك بعض الآثار الجانبية البسيطة مثل الألم البسيط موضع الحقن وصداع وسيلان الأنف وتختفي خلال ساعات، وفي حالات نادرة جدا قد يكون هناك ضبابية في الرؤية وتدلي جفن العين .

هل يتعارض البوتوكس مع أدوية معينة؟

يجب محادثه الطبيب الذي سوف يجري البوتوكس عن الأدوية التي تتناولها فهناك أدوية قد تزيد من تأثير البوتوكس فيتم حقن عدد وحدات أقل. هذه الأدوية مثل بعض المضادات الحيوية. أيضا يجب توخي الحذر عن استخدام الوارفارين والاسبرين ومسيلات الدم عموما أو المسكنات .

هل هناك نصائح معينة بعد حقن البوتوكس ؟

- لا تحاولي لمس أو تدليك المناطق المحقونة لمدة 24 ساعة على الأقل
- عدم الانحناء أو الاستلقاء والبقاء بوضع رأسي بعد الحقن لمدة ثلاث ساعات
- استشارة الطبيب قبل أخذ أية علاجات بعد الحقن مباشرة.
- عدم استخدام كمادات ساخنة أو حمام بخار أو التعرض للشمس أو ممارسة نشاط رياضي لمدة يومين على الأقل
- عدم استخدام مستحضرات تجميل خلال 24 ساعة الأولى بعد الحقن
- يمكن استخدام كمادات الثلج بلطف لتخفيف الألم
- يمكن أن يتحرك البوتوكس من موضع الحقن إلى أماكن أخرى بالجسم في حال عدم الالتزام بتلك النصائح .

د. أمل مصطفى
أخصائية الجلدية
والتجميل
عيادة ديرما كلينكا-
العذبية



الفايت دوو

طريقك إلى
الرشاقة والمتعة

من خاص

المدرية عزيزة الطالعية تعمل في مجال الرياضة منذ العام 2008 ولديها خبرة كبيرة في الأروبكس وفي مجالات عديدة كاليوغا والزومبا والفايت دور وغيرها. انضمت إليها في هذا الموضوع لتتعرفي على الفوائد الصحية للفايت دوو.

حرق الدهون وإنقاص الوزن

تعتمد الفاييت دوو على حركات كثيرة وتمارين عالية الطاقة تساعد على حرق الدهون العنيدة في مختلف أجزاء الجسم مما يساعد في إنقاص الوزن. حيث يمكن حرق ما يصل إلى ٥٠٠ سعرة حرارية خلال التمرين ، كما أن هذه الرياضة تساعد في تقليل الرغبة الشديدة في تناول الطعام من خلال تنظيم إشارات الجوع في الجسم.

تقلل من التوتر

إذا شعرت ببعض التوتر لا ترددي في لعب الفاييت دوو فذلك سيساعدك بالتأكيد على التخلص من القلق وتحسين صحتك العقلية وتقليل مستويات الإجهاد.

جسد متناسق

هذه الرياضة من أكثر الرياضات التي ستحسن تناسق جسمك، وتزيد كتلتك العضلية، وتقويك في الاستجابة السريعة. الحركات الكثيرة أثناء أداء هذه التمارين ستشرك كل عضلات جسمك وأعضائك في اللعبة والقتال، وهذا سيزيد من حرقك للدهون، كما أن الحركة المستمرة ستكسب جسمك مرونة عالية.

تعزز طاقة جسمك

الفايت دوو هو روتين ذو طاقة عالية يعزز جسمك وعقلك ويزيد من مستوى الطاقة لديك، سوف يقوم بتزويد خلايا جسمك بالمزيد من الطاقة التي تعم الأكسجين وتوزعه على جميع أجزاء جسمك، كما تعزز خلايا جسمك بمزيد من الطاقة اللازمة للحرق.

تشحذ العقل وتزيد التركيز

تشحذ الفاييت دوو العقل وتجعله متيقظاً دائماً، كل هذا سيعلم العقل أن يفكر بطريقة أسرع ويتصرف بطريقة أسرع.

نصائح أثناء ممارسة الفاييت دوو

- ممارسة تمرين متوسط الشدة خلال الفاييت دوو
- ألا تتجاوز مدة التدريب ٤٥ إلى ٦٠ دقيقة لثلاث مرات في الأسبوع
- التنفس بشكل منظم أثناء التمرين
- استخدم كل جسمك في كل الوقت الذي تلعبين به
- إذا كنت تعانين من أي إصابات خطيرة في الظهر أو الركبة لا تلعب الفاييت دوو.

تعتبر رياضة " الفاييت دوو " من أنواع الرياضات الجديدة التي تتكون من مزيج من الفنون القتالية والدفاع عن النفس (كيك بوكسنغ، الملاكمة، المواي تاي، الكونغ فو) يرافقها برنامج موسيقي مخصص، و تعتبر فترة أداء التمارين عبارة عن فترة ترويقية ستمدك بالبهجة والدرتياح طوال اليوم، كما أنها وسيلتك الآمنة والفعالة لإنقاص وزنك والحصول على جسد مثالي.

ردتاج

تيشيرتات بناتية
ابتداءً من
1,9 ريال



أسعار جديدة مخفضة.

جودة أفضل. قيمة رائعة.

redtagfashion.com / RedtagFashion

عطور

صيفية رائعة لرائحة لا مثيل لها

لن تكتمل أناقتك للعيد من غير رشة ساحرة تأخذك إلى عالم الأحلام وتجعل حضورك أسرا منعشا يفيض أنوثة ودلال. وسواء كنت تحبين رائحة الفاكهة، الزهور، أم الخشب والصندل فإنك ستجدين بالتأكيد في هذه العطور الفخمة ما يلبي ذوقك.

تخفيضات العيد النهائية



على العناصر المختارة

من ٢٠% إلى ٧٠%



عطر «لا بانتي» من كارتير مفعم بأريج الأزهار المنعشة. يجمع بين الغاردينيا والشاي الأخضر والياناسمين وزنبق الوادي والكمثري والأناناس والورد. مكونات قلب العطر الأساسية هي المسك وخشب الصندل والباتشولي والجلد وهي متوازنة تمامًا مع الجريب فروت والبرغموت في التفحات العلوية للعطر.



«بلوم نيتار دي فيوري» من غوتشي هو عطر الأحلام، والتأملات الرومانسية. روح العطر مكوّنة من الباتشولي والمسك وقلبه من أزهار الورد والأوسمانثوس. هو عطر يتسلل إلى قلوب النساء ومن الصعب الامتناع عنه. من أول رشة، سوف تحبينه وتنجذبين لنفحاته العُلّيا الأُحلى من نسيم ليلة ربيعية مع رائحة الزنجبيل.



عطر جود جيرل يعد عطر جود جيرل من كارولينا هيريرا يُعد من قائمة عطور، وهو الأكثر شعبية وجاذبية بينهم وذلك لأنه يتناسب مع المناسبات المختلفة للفتيات الصباحية والمسائية. كما أنه غني بمجموعة من المكونات الراقية والعطرية خاصة رائحة الفل ممزوجة بالقهوة ورائحة الليمون واللوز وفي قاعدة العطر يتواجد المسك وبراعم البرتقال، وتضفي رائحة القرفة والكاكاو وخشب الصندل والعنبر رقي وأناقة تميزك عن غيرك.

عطر مون أفضل 10 عطور نسائية المناسب للسهرات والمناسبات الخاصة، لما يتميز به من طابع اللافندر الفرنسي الممزوج مع الياسمين الهندي، ويمنح شعور بالتألق والأنوثة والإثارة، كما يحتوي قلب العطر على خشب الصندل مع الفانيليا، ويتميز بالثبات والقوة.



عطر «جوي» من ديور اسم مرموق يستحق مكانته. مما لا شك فيه أن هذا العطر من أروع العطور النسائية، فهو جنة من الأزهار الجميلة، وفي كل قطرة تسكبين فيها العطر تندفق روائح الزهور والحمضيات وتعطيك دفعة من الأدرينالين المنشط. عندما ينفث قلب يكون الإحساس بالدفء والنعومة مع نوتات خشبية وروح العطر من المسك النفيس.



«هير» من بربري هو عطر المرأة الموهوبة المتفائلة التي تحب الحياة والحب والمتع الصغيرة الجميلة، مع نفحات هذا العطر يبدأ القلب الذي يحب الحرية بالنبض والعقل بإطلاق العنان لخيال جامح ويرقص الياسمين والبنفسج ميتهجين متناغمين معا. قاعدة العطر نوتات الفانيليا والمسك التي تنعم عليها بمنتهى السعادة والفرح الغامر.



خاص - هنّ



سماح

امرأة متفردة

تخصصت سماح بنت عيسى الرواحية، في الإعلام والاتصالات من جامعة بورديو في أمريكا وحصلت على درجة الماجستير في الإعلام الرقمي من جامعة جنوب كاليفورنيا، وهي تدير الأنشطة التسويقية للعلامة التجارية بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي. أما رجوه بنت عيسى الرواحية فهي حاصلة على درجة البكالوريوس في العلوم المالية و في الاقتصاد والأعمال الدولية من جامعة نبراسكا - لينكولن بأمريكا، وتركز جهودها على المالية وإعداد الميزانية وتطوير المنتجات. وتعمل الشقيقتان جنباً إلى جنب على تطوير المفهوم وتصميم المجوهرات. تقول الشقيقتان: "صُنعت روشان لتلك المرأة التي تحتفل بتفرداتها ولا تخشى احتضان نفسها الحقيقية. لتلك التي تقدر الحرفية والأحجار الكريمة". و"روشان" هو اسم فارسي يعني مُشرق أو مضيئ، والكلمة مشتقة من الكلمة الفارسية "روشان" التي تعني "النور". وغالباً ما تستخدم كصفة لوصف شيء ساطع جداً أو مضيء.

إن أبرز ما يميز تصاميمنا هو أشكالها الهندسية المذهلة وملمسها وألونها لبراقة، نسعى إلى البحث عن مجموعات فريدة من الأحجار الكريمة والأشكال والألوان لتصميم قطع فريدة تسرُّ الناظر إليها. ونستلهم أفكارنا من عدة مصادر مثل الطبيعة والهندسة المعمارية وخيالنا

من هنا كانت البداية

تتابعان: "غالباً ما يُسألوننا كيف بدأنا في صنع المجوهرات، وكيف وجدنا شغفنا هذا؛ ونحن نفكر في الأمر ونرجع بذكرياتنا إلى الوراء نتذكر شغف أمانا وحبهما للمجوهرات، فحين كنا نقضي إجازتنا في الخارج اعتادت والدتنا زيارة متاجر المجوهرات الفريدة بحثاً عن قطع مجوهرات نادرة، فسررت وأختي علي خطاها وبدأنا في فعل الشيء ذاته في رحلاتنا. بدأ الناس يسألوننا عن المكان الذي اشترينا منه أقراطنا وأخذوا يمتدحون جمالها. لذلك فكرنا لماذا لا نؤسس علامتنا التجارية الخاصة؛ خاصةً وأننا مولعون بالفن والجمال. عندما اجتاح كوفيد19 العالم أدركنا أن الحياة قصيرة جداً وعلينا أن نتبع شغفنا ونحقق أحلامنا فبدأنا حينها.



رجوه

سماح ورجوه

وقصة مجوهرات صممت بكل حب



أطلقت الشقيقتان سماح و رجوه، علامة "روشان" للمجوهرات في العام 2022، والبداية كانت مع "الأقراط" التي عملتا على تصميمها بكل حب وشغف. ورغم أن عمر هذه العلامة لم يتجاوز العام الواحد، إلا أنها وبفضل فريدة تصاميمها وذكاء مؤسستها نجحت في جذب الأنظار إليها سريعاً. هذا النجاح قررت الشقيقتان مشاركته مع النساء من خلال تخصيص جزء من أرباحهما لدعم مبادرات تعليم النساء في جميع أنحاء العالم. إليكم القصة كاملة كما ترويها الشقيقتان.

النساء تعشق الأحجار الكريمة

تشعر النساء بالضعف أمام الأحجار الكريمة بأنواعها الواسعة وألوانها الرائعة .. فيبينهما قصة عشق لا تنتهي. هذا ما تعرفه الشقيقتان جيداً وهو ما عملنا على توفيره. تقولان: " صنعت جميع مجوهراتنا باستخدام أجود أنواع الفضة الإسترليني، وبعضها من الفضة الإسترليني المطلية بالذهب مع الأحجار الكريمة مثل لآلي المياه العذبة والكوارتز الأحمر والمورجانيت والعقيق الأخضر والعقيق الأسود. سنعمل هذا العام على التركيز على القطع والألوان المميزة، فهناك زيادة في الطلب على الأحجار الكريمة الملونة، وخاصة الأحجار الملونة الحيوية والمفعمة بالحياة. وتشمل الأحجار الكريمة الشائعة الباقوت والزمرد والتوباز والزبرجد والجمشت. وعادة ما توجد هذه الأحجار الكريمة بألوان مختلفة مثل اللون الأزرق والأحمر والأخضر والوردي.

تضيفان: " إن أبرز ما يميز تصاميمنا هو أشكالها الهندسية المذهلة وملمسها وألونها لبراقة، نسعى إلى البحث عن مجموعات فريدة من الأحجار الكريمة والأشكال والألوان لتصميم قطع فريدة تسر الناظر إليها. ونستلهم أفكارنا من عدة مصادر مثل الطبيعة والهندسة المعمارية وخيالنا، كما نستمد الإلهام من مختلف الثقافات والحركات الفنية. فالإرث الثقافي مهم جداً في تصميم مجوهراتنا، وغالباً ما نستلهم الجمال من تراثنا ومن الثقافات الأخرى لتصميم قطع فريدة ذات معنى.



مجموعات جديدة وأفكار متنوعة

أطلقت "علامة روشان" عدة مجموعات مميزة منها مجموعة "مجان" الفريدة، وهي عبارة عن قطع رائعة مصممة بلمسة عصرية مستوحاة من بلدنا الحبيب عمان. تضم المجموعة أقراط لبان المستوحاة من أرض اللبان وخاتم الخنجر، فخرُ عمان وتاريخها. أما أحدث ابداعات العلامة فهي مجموعة "فريليس" التي تأتي كاحتفال بتمكين المرأة حيث تجسد القطع القوة والشجاعة، وتتميز هذه المجموعة بألوان جريئة وقطع مميزة مرصعة بالأحجار الكريمة مثل اللازورد وحجر ماركاسيت وحجر العقيق الأخضر واللؤلؤ.

خط مستقبلي

إنها البداية فقط.. وأمامنا الكثير من العمل هكذا ننظر كل من سماح ورجوه لما تحقق حتى الآن. تقولان: مرت سبعة أشهر فقط منذ أن أطلقنا مجوهرات روشان وقد غمرنا الحب والدعم الذي تلقيناه حتى الآن. سنركز في المرحلة التالية على زيادة مستوى التسويق الإلكتروني، وتوسيع خط الانتاج، ونتطلع إلى كسب المزيد من العملاء على مستوى العالم واستكشاف فرص الشراكة. ونأمل أن تتولى علامتنا التجارية الريادة بمجوهراتها المتفردة والمنافسة دولياً. وأن نكون قادرين على إحداث تأثير ملموس في مبادرات تعليم الفتيات والنساء في جميع أنحاء العالم ومواصلة رحلتنا لكسب ثقة عملاء يؤمنون بهدفنا ورسالتنا.



نأمل أن تتولى علامتنا التجارية الريادة بمجوهراتها المتفردة والمنافسة دولياً. وأن نكون قادرين على إحداث تأثير ملموس في مبادرات تعليم الفتيات والنساء في جميع أنحاء العالم ومواصلة رحلتنا لكسب ثقة عملاء يؤمنون بهدفنا ورسالتنا.

لماذا الأقرات ؟

تركز الشقيقتان على تصميم الأقرات التي تعد قطعة أساسية لا تستغني المرأة عنها . وحول ذلك تقولان: وجدنا شغفنا في تصميم الأقرات - هذا ما نحب تصميمه - وهو سيكون التركيز الرئيسي لعلامتنا التجارية. تعتمد استراتيجيتنا بشكل أساسي على تركيز جهودنا على تصميم قطع فريدة من الأقرات المتميزة جودة وتصميمًا. ونركز بشكل كبير على ضمان جودة مجوهراتنا وجودة المواد المصنوعة منها؛ فكل قطعةٍ منها تحمل معانٍ كثيرة أكثر من كونها مجرد قطعة مجوهرات. الأقرات هي واحدة من أكثر قطع المجوهرات شعبية ومن الآمن القول أن الأقرات ستكون دائماً على الموضة. فكل قطعةٍ منها تحمل معانٍ كثيرة أكثر من كونها مجرد قطعة مجوهرات. ومع ذلك، سنقوم بإنشاء قطع أخرى للمناسبات الخاصة مع استمرارنا في توسيع خط مجوهراتنا في المستقبل.



مع المدربة لمياء الحراصي

عززي بهالك الداخلي وأحبي نفسك

عراية الروح
تقول لمياء: لأنني شغوفة بعوالم الروح بدأت أبحث وأتبحر فيها وقرأت الكثير من الكتب والمقالات التي أنارت بصيرتي وبسببها دخلت في مرحلة تصالح عميقة وسلام نفسي مكنتني من رؤية الخالق كما هو بدون أي تأثيرات خارجية أو موروثات مجتمعية. وكذلك بسبب قلة الموارد المتاحة في هذا العالم زاد شغفي به وكلما تعلمت شيئاً رغبت في المزيد والمزيد. أن تفهم روحك يعني أن تفهم حقيقتك الوجودية. أما عن سبب تسميتي لنفسك بعراية الروح فهو يعود لكوني الأولى التي بدأت تسبر أغوار هذا العالم وتحدث عنه في قناة اليوتيوب علناً وهذا التوجه الروحاني جعل الناس تثق بي أكثر ووضعهم في حالة حماس متقد للمواضيع الجديدة.

لم لا نتقن الحب؟
تقول لمياء: خضت رحلة بحث طويلة عن الذات والحب الشخصي والإلهي حتى تمكنت من مهارات التواصل التي بت عرضها على عملائي بطريقة تختصر عليهم سنوات طويلة من الشقاء أو التعلم ثم التعثر وهكذا.. ومن خلال هذه الرحلة اكتشفت المعنى الحقيقي للحب الذات وهذا الاكتشاف جعلني أتساءل «لم لا نتقن الحب؟»
وجدت بأن غالبية الناس لا يعرفون المعنى الحقيقي للحب الذاتي أو يمارسونه بطريقة سلبية يفسرون علاقاتهم مع الآخرين بطريقة لا تمت للحب بصله فجعلت هذه المهمة مهمتي الأولى لأنني مؤمنة بقوة الحب العظمى وبقدرة الخارقة على تغيير حياتنا وإيجاد الشريك المناسب، العمل المناسب، التوجه الحياتي المناسب الخ...

تقنيات مختلفة
تختلف التقنيات المعتمدة التي تتبعها لمياء بحسب الحالة. تقول: أحياناً أستخدم تقنية الكوتشنج لعلاج مشكلة ما وأحياناً تقنية البرمجة اللغوية العصبية وأحياناً تقنية الثيتا العلاجية التي تساعدك على إدراك معتقداتك المعيقة والتحرر منها على المستويين الواعي واللاواعي بطريقة تمكنك من رصدها في نفسك أو حولك في علاقاتك بمنتهى السهولة. النتائج التي ألمسها تحفزني على تقديم المزيد وتعلم المزيد لخدمة الناس بأفضل طريقة ممكنة والحفاظ على خصوصيتهم بذات الوقت. وأنا فخورة جداً بنتائج هذه الجلسات وبتقدم عملائي ونجاحهم.

بين الجمال الداخلي والخارجي
تقول لمياء: خلال السنوات الأخيرة تم غسل أدمغتنا في منصات التواصل الاجتماعي بمعايير جديدة للجمال تم فرضها علينا من خلال الكمية الهائلة من إعلانات الشركات وصور النجمات وكاميرات السيلفي. خسر منحوت، بشرة بيضاء لا تشوبها شائبة، شامة على الخد، حواجب مرسومة، شفاه بارزة وغيرها الكثير من المعايير الجمالية التي تنساق إليها النساء بدون وعي رغبة في أن يكن مقبولات وجميلات وعلى الموضة.



نحن على أبواب عيد الفطر السعيد. النساء يستعدن لهذه المناسبة بجمالها.. ملابس واكسسوارات ومكياج. ولكن مهلاً...! ماذا عن الجمال الداخلي وكيف من الممكن أن يشرق على وجوه النساء؟

خاص - هنّ

نحن على أبواب عيد الفطر السعيد. النساء يستعدن لهذه المناسبة بجمالها.. ملابس واكسسوارات ومكياج. ولكن مهلاً...! ماذا عن الجمال الداخلي وكيف من الممكن أن يشرق على وجوه النساء؟

لمياء الحراصي قاصة وروائية حائزة على جوائز عديدة، كوتش علاقات شخصية وحياة محترفة، ومدربة دولية معتمدة للتدريب، شغوفة بمساعدة الناس على تحديد وتحقيق أهدافهم الشخصية من خلال التعامل مع المشكلات التي تسبب لهم عدم الارتياح. بدأت رحلتها في عالم الوعي والطاقة منذ 2014 وخلال هذه الرحلة اكتسبت ثروة من المعرفة. تؤمن لمياء بأن الكون هو بداخلك فمتى ما أحببت نفسك أحببت الحياة. تحمل لمياء شهادة بكالوريوس في إدارة الأعمال من الجامعة العربية المفتوحة، وهي معالج ومعلم دولي معتمد بتقنية الثيتا. إضافة إلى كونها ممارس ريكي معتمد للمستويين الأول والثاني، ولديها دبلوم كوتشنج عال دولي معتمد من أكاديمية الرؤية الدولية، ورخصة دولية مدرب المدربين. إلى جانب أنها ممارس بتقنية البرمجة اللغوية العصبية. في السطور القادمة نتعرف أكثر على رؤيتها ومفاهيمها.



PEUGEOT

رمضان مبارك



عروض مُميّزة تنوّرنّا في شهر الكرم.

- هدية نقدية تصل إلى ٥٠٠٠ ريال عُماني
- ضمان مُمدد حتى ١٠ سنوات/٣٠٠٠٠ كم

- خدمة مجانية سنتين / ٣٠,٠٠٠ كم - ٥ سنوات خدمة المُساعدة على الطريق
- تسجيل وتأمين مجاني للسنة الأولى - عازل حراري من جونسون - هدايا فورية مضمونة

Follow us ضيفنا على
@peugeotoman | @alhashargroup



إتصل أو راسلنا عبر تطبيق الواتساب ٩٥٤٢٨٧٧٩



تطبق الشروط. يسري العرض من ١٥ مارس - ٣٠ إبريل ٢٠٢٣م. الهدية النقدية فتاحة على طرازات مختارة وتختلف حسب الطراز والبلدية وتستخدم كدفعة مقدمة ٢٠٪. الخدمة المجانية سنتين/٣٠,٠٠٠ كم أيهما أسبق. التأمين والتسجيل يشمل سلطة عُمان ودولة الإمارات. عازل حراري جونسون. ضمان مُمدد ١٠ سنوات/٣٠,٠٠٠ كم أيهما أسبق. ٥ سنوات خدمة المُساعدة على الطريق من IMC. أدر عجلة الحظ وإربح خدمة إضافية من ١,٠٠٠ كم إلى ٤,٠٠٠ كم أو تأمين للسنة الثانية أو بطاقة وفود بقيمة ١٠٠ ريال عُماني أو إقامة في فندق شيراتون عُمان لشخصين. العرض لا يشمل المركبات التجارية، الصور لغرض التوضيح فقط.

أيضا لعبت مسابقات الجمال نفس الدور من خلال التسويق لمعايير محددة للجمال تتمثل بالنعافة الشديدة.

وبوقفة قصيرة مع أنفسنا نسأل: من الذي قال إن البشرة السمراء ليست جميلة؟ وأن الشفاه الرقيقة ليست جميلة؟ من الذي حدد أن الخدود البارزة أجمل؟ فسابقا كانت النجمات العربيات والعالميات يظهرن بشكلهن الطبيعي وكن جميلات وأصبحن أيقونات.

مع كل هذا الزخم بدأت جهات كثيرة تنتبه إلى حجم الخلل النفسي الذي خلفته معايير الجمال الجديدة والضعف الكبيرة التي سببتها وسائل التواصل الاجتماعي على النساء اللواتي يرغبن في أن يكن مثاليات.

وهنا يأتي دورنا لنؤكد أن الجمال الداخلي مهم جدا وهو ينعكس على مظهرك الخارجي بالتأكيد. وهذا الجمال الداخلي لن يظهر إلا إن كانت ثقتك بنفسك عالية. ولهذا أؤكد أن الثقة هي المعيار دائما، وهي وسيلتك لتعزيز جمالك الداخلي والخارجي. فكيف تعززين هذه الثقة؟

الثقة هي الأساس

هل تعرفين كم هو الوقت الذي يحتاجه الطرف الآخر حتى يكون فكرة عنك؟ ثابنتين فقط! تخيلي الرسالة التي يمكنك إرسالها في هذا الوقت القصير. لذلك إذا لم تؤمني بشكل كاف بأنك جميلة فهذه الرسالة ستصل للأخريين بكل تأكيد. تخيلي مثلا لو جلست أمامك وظهرت وأكتافي منحنية. بالتأكيد لن يستغرق الأمر إلا ثابنتين حتى يتكون الانطباع لديك وتطلقي حكمك علي.

مثال آخر، المرأة التي تضع مكياجها مبالغا به، السبب يكون غالبا محاولتها أن تخفي شيء ما يزعجها، ولو بدأت هذه المرأة العمل على بناء ثقتها بنفسها فإنها ستتحرر من الصدمة وتتخلص منها وتميل تلقائيا لشيء مختلف، كما أنها ستقلل من استخدامها لمساحيق التجميل أو حتى عمليات التجميل.

كيف تصبحين أكثر جمالا

كما قلت الثقة بالنفس تزيدك جمالا، ولغة الجسد تظهر مقدار هذه الثقة لديك. لذلك على من تبحث عن تعزيز جمالها أن تبدأ العمل على تقبل جسدها بدون رتوش وأن تحبه من خلال رفع ثقتها بنفسها. هناك تمرين بسيط اسمه «تمرين المرأة» ممكن أن يساعد تطبيقه في تحقيق ذلك، ويكون عن طريق الوقوف أمام المرأة ومحاولة المرأة أن تعتاد رؤية جسدها ووجهها بدون رتوش وأن تتقبله.

فكلما رفعنا الوعي الجمالي كلما ارتفعت ثقتنا بنفسنا دون الحاجة للعمليات. نتعلم كيف نلبس بشكل مقبول غير ملفت، كيف نتكلم، كيف ننظر للناس بدون تحديق مزعج. أن نتبع الاتيكيت في تصرفاتنا ولغة جسدنا. أن نلتزم بأخلاق عالية. هذه العوامل إن تعلمتها فإنها ستزيدك ثقة وجمالا.

الرفض أم التقبل

سؤال طرحه الكثيرون في طريقهم إلى تحقيق الجمال الداخلي والثقة بالنفس. هل يجب أن نرفض المعايير الجمالية المفروضة علينا أم نتقبلها ونتعامل معها بواسطة الوعي؟

الرفض هنا خطأ لأنه مقاومة فقط، وهو الوجه الآخر للاندفاع والانسحاق مع المعايير. الحل يكون من خلال الاقتناع بأن اختلافنا هو ما يميزنا، فالاختلاف فطرة وجمال. أنصح بالعمل على اكتشاف ما يميزنا حتى تظهر ثقتنا بأنفسنا فما يجمعنا ككثر هو قيمنا التي نعتنقها وإنسانيتنا وبالتالي ثقتنا بأنفسنا. فالكاريزما أهم من الجمال وهي تظهر ثقتك بنفسك فاعلمي على تحقيقها.

المالديف

•• إجازة عيد لا تنسى في أكثر الأماكن سحرا

المياه الفيروزية، والرمال البيضاء المضيئة، وغروب الشمس الرائع، والفخامة المبهرة، ليست فقط ما ستحظون به عند زيارتكم جزر المالديف المليئة بالنخيل والزمرد الأخضر، فالى جانب الجمال الساحر الذي تتميز به هذه البقعة التي تعد الأجل في العالم فإنها ستكون فرصة مثالية لكم للاسترخاء في فنادقها الفخمة الرائعة والاستمتاع بالرياضات المائية المختلفة والعديد من التجارب الغنية الأخرى. فإن كنتم لم تحجزوا بعد إجازتكم لعيد الفطر فتعالوا تأخذكم بهذه الجولة مع " خبراء الجزر " الذين يوفرهم برنامج متنوع ويسافرون بكم في رحلة لا تنسى. "Travelcation.om"

خاص - هنّ

تقع جمهورية جزر المالديف تحديداً في الجزء الجنوبي من المحيط الهندي من قارة آسيا والتي تحد دولة الهند من الاتجاه الجنوبي، ومن الاتجاه الجنوبي الغربي فإنها تحد سريلانكا، وتتكون جزر المالديف من أرخبيل من الجزر التي يعد موقعها ما بين المحيط الهندي وبحر العرب، ويبلغ عدد جزر ذلك الأرخبيل ألف ومائتي جزيرة.

البعض من تلك الجزر مأهول بالسكان ويعد من بين الجزر التي يتهافت عليها السياح والبعض الآخر غير مأهول بالسكان ولا يمكن اعتبارها وجهة سياحية لافتقارها الظروف الملائمة، كما أن مياه البحر تمثل تسعة وتسعون بالمائة من مكونات هذه الجزر وهي الدولة الأصغر من حيث المساحة في قارة آسيا.

تجارب لا تنسى

ما التجربة التي يمكنكم خوضها هناك قد تنساءلون. في الحقيقة إنها تجارب عديدة وليست واحدة، فمن المنتجات الصحية إلى تذوق الطعام البحري الشهى إلى ركوب القوارب والغوص للاستمتاع بالتنوع المذهل للحياة البحرية وغيرها الكثير.

علاج واسترخاء

تنتشر المنتجات الصحية في المالديف على معظم الجزر، وتتسم بالهدوء والاسترخاء. وتتيح مرافق المنتجات الصحية الفاخرة الكثير من العلاجات المميزة مع مجموعة شاملة من المنتجات التي تقدم تجربة تدليل فاخرة، مثل برامج التنظيف العميق أو الترطيب والعناية بالبشرة أو تقشير الجسم وإزالة السموم.

ماك كافيه
McCafé®



لنظرة
أجمل
للأيام

FOR A
FRESH
PERSPECTIVE



سياحة وسفر

أنواع فوق الماء

تضم الأكواخ العائمة فوق الماء مجموعة من المرافق الفاخرة مثل الحمامات ذات القاع الزجاجي وحمامات السباحة الخاصة وأسرة للاستلقاء تحت أشعة الشمس وأراجيح شبكية فوق الماء، وكذلك أسرة في الهواء الطلق لاكتساب شمرة مميزة، فضلاً عن هدوء يجعلك تنام على صوت الأمواج وسلالم مؤدية مباشرة إلى المحيط.

طائرات مائية

تعتبر الطائرات المائية تجربة فريدة ومشوقة خلال السفر إلى المالديف. ومع أنها ليست وسيلة نقل زهيدة الثمن، إلا أن التنقل عبرها يتيح للمسافر الاستمتاع بالمناظر الخلابة، وتسافر الطائرة المائية أسرع بـ 3 مرات من القارب، ليشارك المسافر خلالها الجزر والفيلات الفاخرة والشعاب المرجانية والبحيرات البديعة.

طعام مميز

إن طعام جزر المالديف هو عبارة عن مزيج من البلدان المجاورة لها مثل سريلانكا والهند حيث تتداخل المكونات والنكهات، ويعد السمك الغذاء الرئيسي لسكان هذه الجزر وخاصة التونة بالإضافة إلى جوز الهند الذي يدخل في إعداد معظم الأطباق ويستخدم في أشكال مختلفة كالحليب أو الزيت أو عن طريق برشه فوق الأطباق. ومن أطباقهم الشهية التي عليكم تجربتها حساء السمك وخبز الشباتي المحشو بالتونة المدخنة.

أفضل الصفقات

إن قررت قضاء إجازتكم في هذه الجزر الساحرة فلا تردوا في الاستعانة بالمساعدة لتحصلوا على أفضل الخطط والصفقات لتكون إجازتكم ناجحة. ويمكنكم الاستعانة بخبراء الجزر "ترافلكتيشن" من خلال حسابهم على الانستغرام "Travelcation.om" الذين يوفرهم برامج متنوعة وأسعار تنافسية.

أسست زينب اللواتية هذه الشركة التي تقدم خدماتها أونلاين تحت إشراف قانوني. وتضم وجهاتهم إلى جانب المالديف كل من بالي - سريلانكا - سيشل - موريشيوس.

تقول زينب : أوفر أنا وفريقي لكل عميل رحلته الخاصة وفقاً لميزانيته تتضمن عدد الليالي التي يريدتها والأماكن السياحية التي يفضل أن يزورها. ومن المميزات الأخرى: جميع المنتجعات التي نتعامل معها في الدول المذكورة من فئة الخمسة نجوم.

- الأسعار التنافسية لتعاقدنا مع معظم وكالات المالديف.
- لضمان الحقوق يتم التعاقد بشكل رسمي بين الطرفين تحت إشراف قانوني ويذكر في العقد جميع تفاصيل العميل والخدمات التي سنقدمها له.

- توفير التذاكر الدولية مع الباقات أو يمكن للعميل توفيرها بمفرده. هذا وتتضمن جميع حجوزات المالديف الضرائب

- التذاكر الداخلية لكل من "الطيران المائي، القارب السريع، الطيران الداخلي" الوجبات (الفطور والعشاء) فيما قد توفر بعض المنتجعات ثلاث وجبات - أنشطة غير آلية (مثل الكاياك، أدوات الغطس، وغيرها من الأنشطة)

- الاستقبال والتوديع من المطار
- مميزات خاصة لشهر العسل، أعياد الميلاد، وعيد الزواج

متابعة على مدار الوقت

تستقبل "ترافلكتيشن" الحجوزات من جميع دول العالم وليس فقط سلطنة عمان وبإمكان العملاء الحجز عن طريق الهاتف وما يميزهم عن غيرهم هو مدى الاهتمام الذي يوفره لكل عميل ومتابعته لهم قبل، أثناء، وبعد الرحلة. أما الأهم فهو أنهم يصممون لك رحلتك الخاصة وفقاً لميزانيتك، ولضمان راحتك فإنهم متوفرون للمساعدة والاستفسار وتقديم الدعم على مدار الساعة كل أيام الأسبوع.

إذا ماذا تنتظرون؟ اجعلوها إجازة عيد لا تنسى و وضبوها حقايبكم الآن.

طعام شهى ومكان مثالي لالتقاط الصور

يعتبر تناول الطعام تجربة مهمة للكثيرين وغالباً ما يبحث رواد المطاعم عن مكان مميز يجمع بين الهدوء والإطلالة الساحرة والطعام اللذيذ، وبدون شك فإن هذا مطلبكم أنتم أيضاً خلال إجازة عيد الفطر السعيد. لحظة! يمكنكم بالفعل عيش تجربة استثنائية في مقهى "كليف ديك" في خليج مسقط بعيداً عن صخب المدينة وزحامها وهنا فقط يمكنكم اقتناص أوقات رائعة بين أحضان الجبال وبإطلالة مميزة على الخليج.



فردوس نورين، الرئيسة التنفيذية لـ Bake'in

تأسست Bake'in على يد صاحبة الأعمال الفاضلة فردوس نورين، وهي مصرفية من حيث المهنة وصانعة مخبوزات مشهورة من حيث الهواية والشغف. وقد فازت بالعديد من الجوائز الدولية عن وصفاتها الراقية. وتشتهر Bake'in بمكونات المخبوزات عالية الجودة وهي تتعاون مع شركات تصنيع دولية مرموقة من جميع أنحاء العالم. كما تعاونت Bake'in أيضاً مع شركات لتصنيع أدوات إعداد المخبوزات وتزيين الكيك لتلبية جميع احتياجات صناعة المخبوزات للهاة المحترفين وصانعي المخبوزات المتحمسين في سلطنة عمان.



BAKE FEST 2023

مهرجان المخبوزات 2023
17 و 18 و 19 مايو 2023

يضم

طهاة عالميين من تركيا والهند وسريلانكا

عرض المعجنات - تزيين المعجنات - زهور السكر - مسابقات تصميم الكيك - جوائز وهدايا



الشريك الإعلامي

شريك الضيافة

الشريك الذهبي

الشريك الرقمي

الدعوة عامة لجميع الطهاة المحترفين وصانعي المخبوزات المتحمسين (الفنادق، المقاهي، المخابز، المطاعم) وصانعي المخبوزات المتحمسين



امسح الرمز لتسجيل مقعدك الآن مجاناً!

للاعاية وفرص التسويق، يرجى الاتصال بـ Bake'in على الرقم +968 96001904 / أو بالبريد الإلكتروني على bakein@bakein.me تطبيق الشروط



هـنّ - خاص

حظي مقهى Cliff Deck في خليج مسقط بشهرة كبيرة على خلفية تجربة تناول الطعام العصرية التي تتخطى حدود خيارات المطاعم الداخلية والخارجية، فهو مكان مثالي للاستمتاع بالأجواء المحيطة بعيداً عن ضجيج المدينة، حيث أفضل المناظر في المدينة مع غرفة للطعام مشرقة ومتجددة الهواء. هذا المقهى المستقل يديره فندق شيراتون عمان، ويسهل الوصول له مباشرة من مواقف السيارات الفسيحة والأجواء المفعمة بالحياة، من أجل تجربة راقية ومميزة.

مكان رائع للصور

لا يحتاج هذا المقهى إلى التعريف به لمستخدمي منصة إنستجرام للتواصل الاجتماعي، الذين شاهدوا صوراً واسعة الانتشار لمناظره الخلابة وتصميماته الداخلية النابضة بالحياة على حساباتهم على إنستجرام. ومن مميزاته أن موقعه ليس داخلي تماماً وليس خارجي تماماً، فهو مكان مثالي للاستمتاع بالطقس الرائع، فليس هناك وسيلة أفضل لإحياء تجربة تناول الطعام من تناوله في بعض الهواء النقي والمناظر الرائعة. حيث الأجواء مريحة ومؤنسة وممتعة. استعد لمجموعة صور لا تنسى وأنت تتناول قهوتك المثلجة، حيث توجد أماكن مختلفة لالتقاط الصور بين المناظر الخلابة.

طعام شهى

هذا المقهى النابض بالحياة هو المكان المناسب لك في العيد للاستمتاع بما لذ وطاب، حيث القائمة الثرية من المقبلات والسلطات في البداية، ثم الأطباق الرئيسية الكبيرة، وطاولة منفصلة للحلويات. أنصح بزيارته خلال النهار للتنعم بالجو الرائع وأنت تتناول الطعام ثم تبقى إلى بعد غروب الشمس للاستمتاع بالأجواء المفعمة بالحياة. مع هذا المزيج من المناظر الخلابة والطعام الشهي، لا عجب إذن لماذا حقق Cliff Deck هذا النجاح. المقهى يتميز بإطلالات خلابة على أفق خليج مسقط، ليوفر بذلك تجربة طعام لا مثيل لها في الهواء الطلق.



ذا ميريام مسقط أول مجمع سكني للنساء

يوفر المشروع سكناً لأكثر من 2700 شابة، حيث يمكن المقيّمات من حرية الاختيار ما بين مختلف أنواع الغرف الفردية والمشاركة لتناسب احتياجاتهن على أفضل وجه.



يقدم ذا ميريام مسقط أربعة أنواع من الغرف لتلبية احتياجات المقيّمات المختلفة: غرف مفردة واسعة حيث توفر خصوصية متناهية، وغرف مزدوجة بأسعار معقولة والتي تتيح الفرصة لمقابلة أشخاص جدد، بالإضافة إلى غرف لذوي الاحتياجات الخاصة. يهدف المجمع السكني إلى تعزيز راحة الساكنات من خلال توفير المرافق والخدمات التي تمكنهن من إكمال مهامهن اليومية بسهولة، حيث يمكنهن الاستفادة من غرف غسل مجهزة تجهيزاً كاملاً ومركز تجاري مؤلف من طابقين ومساحات استراحة متعددة الاستخدامات في كل طابق سكني، وتشمل هذه المساحات محطات طهي تمكن المقيّمات من إعداد وجبات الطعام في بيئة إجتماعية، بالإضافة إلى أماكن جلوس مريحة تمكنهن من التجمع للإختلاط والدراسة.

يقدم ذا ميريام مسقط أيضاً العديد من المرافق الترفيهية للمقيّمات للإستفادة القصوى من الوقت الذي يقضينه في روعه، حيث يوفر المركز التجاري المطاعم والمقاهي والسوبر ماركت وأماكن للدراسة والعمل وخدمات الصحة والجمال وأكثر من ذلك بكثير. هناك مداخل منفصلة للمقيّمات عن مداخل الضيوف الذين يزورون المركز التجاري مع مناطق استقبال مخصصة لضمان الأمن والسلامة.

تعد اللياقة عنصراً أساسياً في حياة الشابات، لذلك نحن نؤمن بأهمية تسهيل الوصول إلى المرافق الرياضية في مكان الإقامة. إذ يضم المجمع أكبر مركز للياقة البدنية للسيدات في المنطقة كجزء من الطابقين التجاريين في المجمع السكني. دعم الاحتياجات الأكاديمية والعملية للساكنات من أولى اهتمامات ذا ميريام مسقط، كونه مجتمعاً مخصصاً للطالبات والمتدربات والموظفات الشابات. وبحكم الموقع الاستراتيجي للمشروع في قلب منطقة الخوض الحيوية بجانب المنشآت

التعليمية الكبرى في المنطقة مثل جامعة السلطان قابوس واحة المعرفة، يقطن في المجمع طالبات من أكثر من 20 كلية وجامعة في مسقط والمناطق القريبة. ولا يقتصر المجمع على الطالبات فحسب فالمجمع يعتبر المنزل الثاني لكثير من الموظفات والمتدربات في المنطقة.

فيما يلي تقييم بعض المقيّمات للمجمع:

« جميل ونظيف وراقي.. مكان مناسب للموظفات والطالبات.. مجمع متكامل بمرافقه وخدماته المميزة...»

« سكن للطالبات والعاملات على مستوى فندقي راقى»

لا تفوتني عرض الصيف الرائع للغرف المشتركة!

يرجى التواصل على 968+ 98987242 أو leasing@mct.themyriad.com لحجز العرض اليوم!



منتج جديد

Jura J8

إمكانية إضافة المنكّهات

للقهوة المفضلة لديك



اطلب الآن 15%
واستفد من العرض الحصري
العرض يشمل اول 10 ماكينة

SHOP ONLINE



ROOFOOF.COM

6 أسئلة مع هويدا

تعشق هويدا مشاركة متابعيها يومياتها عبر حسابها في الإنستغرام، تعرض لهم كل جديد ومفيد سواء اختياراتها في مجال الموضة التي تمتلك شغفا بها أو تجربتها لمنتجات جديدة بالإضافة إلى تفاصيل زياراتها للأماكن السياحية والمطاعم أيضا. درست هويدا الإعلام وعملت في قناة مجان لفترة مؤقتة في العام ٢٠١٩ وهي تعمل حاليا بقسم الدعلام وتنظيم المؤتمرات والمعارض في إحدى الشركات.

هنّ - خاص

1 كيف تعتنين بجمالك؟

الجمال نعمة يجب الحفاظ عليها والعناية بها ولذلك فإنني كجميع الشابات اللواتي يهتمن بجمالهن أستخدم مسكات لتعزيز نضارة البشرة وأيضا مرطبات طبية لتجديد الخلايا وبهذا أحافظ على جمالي.

2 - إلى أي مدى يعدّ الجمال مهما للنجاح في الإعلام أو عبر السوشال ميديا؟

الإعلام لا يعتمد فقط على الجمال لتحقيق النجاح، بل يحتاج الموهبة أولا فهناك إعلاميين وصناع محتوى حققوا نجاحا ساحقا بفضل موهبتهم وثقتهم بأنفسهم والكاريزما التي يمتلكونها

3 - ماذا تعني الموضة والأزياء لك؟

لدي اهتمام كبير بالأزياء منذ طفولتي وقد بدأت أصمم أزيائي الخاصة في عمر مبكر ودائما ما أكون حريصة على إبراز نفسي من خلال إطلالاتي واختياراتي في عالم الموضة وأشارك هذه الخيارات مع المتابعين بشكل مستمر.

4 - مع أم ضد عمليات التجميل؟

لم أخضع لأي عملية تجميل. أعتمد على المكياج لتغيير ملامحي أحيانا وعموما لست ضد عمليات التجميل إن تتطلب الأمر.

5 - اهتماماتك وهواياتك

اهتمامي الأول هو مجال الموضة والأزياء ومتابعة أحدث الصيحات الموسمية، إلى جانب عشقي الخاص للفروسية

6 - ما هي طموحاتك؟

أن أخطو للأمام في مجال تصميم الأزياء الذي أعشقه وأمتلك بوتيك لعرض تصاميمي الخاصة.

هويدا بنت سالم المزروعية | بلوجر وإعلامية عمانية
حساب إنستغرام @howida_ | عدد المتابعين 75 ألف



هونشي أوسادو الجديدة كلياً



نقدم لكن هونشي أوسادو الجديدة كلياً -التعبير الحقيقي عن الفخامة والأداء. بتصميمها الأنيق والإيروديناميكي، محركها القوي وتقنياتها المتقدمة، فإنها ستخطف الأنظار بالتأكيد. وسواء كنت على الطريق السريع أو تتجول في طرقات المدينة، فإن هذه السيارة ستوصلك إلى حيث تريد بكل أناقة وفخامة، فلماذا ترضى بما هو أقل؟ جرب أقصى مستويات الفخامة والأداء مع هونشي أوسادو اليوم.

محرك توربو 2.0 T • قدرة 223 حصان و قوة عزم 340 نيوتن متر • ناقل سرعة 8 سرعات
سرعة 100 كم /الساعة في 7.8 ثانية • سقف بانورامي بحجم كبير



CR NO. 1001990

7 سنوات فمان غير محدود المسافة | 7 سنوات خدمة مساعدة على الطريق مجاناً | 7 خدمة مجانية | ابتداءً من 13,225 ر.ع

مزيج مثالي
من العراقة والحداثة

مجلية

امسحي الرمز لاستكشاف مجموعات المجوهرات
العربية الساحرة من مجلية



امسحي الرمز لزيارة صفحة الانستجرام