

# هفت ایده ساده و زیبا برای درست کردن کمربند

کمربندها نقش مهمی در زیبایی پوشش شما دارند. آنها فقط یک بند زینتی و پر زرق و برق نیستند که به لباسشان رنگ و لعاب می‌دهند؛ کمربندها می‌توانند لباس شما را به دو بخش تقسیم کرده و هم اندام‌تان را متناسب‌تر نشان دهند، هم زیبایی مدل لباس‌تان را نمایان کنند. با این حال کمربندهایی که در بازار هستند، اغلب مدل‌های تکراری دارند که شاید استفاده از آنها خیلی باب میل‌تان نباشد. از سوی دیگر، کمربندها معمولاً جزو اکسسوری‌های گران قیمت در پوشاک هستند. بنابراین به صرفه‌تر است کمی خلاقیت به خرج دهید و کمربندهای زیبا و متفاوتی درست کنید. ما در اینجا شما را با روش تهیه ۷ کمربند ساده اما زیبا آشنا می‌کنیم.

## کمربندی از کش قیطانی

این کمربند برای بستن روی مانتو و پیراهن‌های بلند و گشاد و دامن و شلوار جین مناسب است. برای درست کردن یک کمربند بافت، به ۶ رشته کش قیطانی نیاز دارید که سر آنها را به هم گره زده و شروع به بافتنشان کنید. درست مثل گیس بافت. به انتها که رسیدید، قیطان‌ها را یک گره محکم بزنید و تمام! کمربند شما خیلی ساده آماده شد.



## ساده اما متفاوت

برای تهیه این کمربند ساده و زیبا، به یک تکه نوار چرم احتیاج دارید. این نوار را از بازار تهیه کنید و به اندازه دور کمر خود ببرید. حالا دو طرف کمربند را یک سوراخ ریز زده و بندی را از آن عبور دهید و کمربند را روی کمر خود سفت کنید. سپس بند را گره بزنید و دنباله آن را آزاد و بلند بگذارید. این کمربند را می‌توانید با پارچه‌ای ضخیم و دولا که میان آن لایه چسب قرار داده اید هم درست کنید.



زیبایی

## چرا پوست‌تان پیر به نظر می‌رسد؟

وقتی سن بالا می‌رود، حتی اگر چروک زیادی روی پوست نداشته باشید، باز احساس می‌کنید پوست‌تان زیبایی و طراوت سابق را ندارد. در این وضعیت استفاده از گرانتیمت‌ترین کرم‌ها هم نمی‌تواند وضع پوست‌تان را بهتر کند. چرا پوست ما حتی بدون چروک هم پیر به نظر می‌رسد؟ دلایل این پرمردگی را در ادامه برایتان می‌گوییم:

### • افتادگی پوست

پوست شما به مرور و با افزایش سن، افزایش استرس و چاق و لاغر شدن‌های پی در پی شل و افتاده می‌شود. افتادگی پوست باعث ایجاد سایه‌هایی روی صورت شما می‌شود که هر قدر هم به پوست‌تان کرم روشن‌کننده و پودر بزنید، باز به چشم می‌آید.

اگر دقت کنید، حتی با وجود آرایشی مناسب باز هم در عکس‌ها افتادگی پوست واضح است. دلیلش همین سایه هاست که در اثر نور فلش بیشتر به چشم می‌خورند.

برای اینکه پوست‌تان به سرعت دچار افتادگی نشود: ۱- سریع وزن کم نکنید ۲- حرکات کششی مناسب صورت‌تان را انجام دهید (یوگای صورت) ۳- از کرم‌های سفت‌کننده پوست استفاده کنید.

### • لکه‌های پوستی

لکه‌هایی که روی پوست‌تان ایجاد می‌شوند، پوست شما را چندین سال پیرتر نشان می‌دهند. استفاده نکردن از ضدآفتاب، چرب نکردن پوست خشک، استرس و بیماری‌های پوستی و بیماری‌های کبد از مهم‌ترین دلایل این لکه‌های پوستی هستند و برای برطرف کردنشان راهی ندارید جز آنکه از یک متخصص پوست کمک بگیرید.

### • نمایان شدن رگ‌ها

رگ‌ها هم ممکن است به صورت برجسته دیده شوند و هم رنگی. وقتی رگ‌ها و مویرگ‌ها از زیر پوست‌تان قابل دیدن باشند، یعنی شما حداقل ۵ تا ۱۰ سال پیرتر از آنچه هستید به نظر می‌رسید. برای پوشاندن این رگ‌ها باید از کانسیلرهای سنگین استفاده کنید.

### • پیر شدن دست‌ها

پیر شدن دست‌های شما دو علامت دارد: خرابی پوست و تغییر شکل و رنگ ناخن. اگر دست‌انتان را در معرض آب، شوینده‌های شیمیایی، آفتاب و هوای سرد و خشک قرار دهید، دیر یا زود پوست‌تان شل، نازک و لک دار می‌شود. ناخن‌های ناسالم هم می‌توانند نشان دهنده پیری دست‌ها باشند. ناخن‌های یک دست ناسالم، تیره رنگ، خشن و خط دار و بد فرم می‌شوند. متهم اول این شکل ناخن‌ها، لاک‌هایی هستند که طولانی مدت روی ناخن شما می‌مانند. همچنین بیماری‌های عفونی و قارچ‌های مخصوص ناخن هم می‌توانند باعث این وضعیت شوند. برای تازه ماندن ناخن‌هایتان: ۱- به ناخن‌ها برسید ۲- کمتر لاک بزنید و اجازه دهید ناخن‌ها تنفس کنند. ۳- آنها را مانیکور کرده و زبری سطح ناخن را بگیرید. ۵- پوست دست و ناخن‌تان را با لیمو ترش تازه ماساژ دهید.

