

## لكل الذين لا يجيدون فن الطبخ... موقع Supercook ينقذكم!



صبايا.. شباب.. هل تعاونون من عقدة الطبخ؟ وتفتقدون الى المهارة الكافية لتصنعوا وجبات سريعة ولذيذة تتفاخرون بها امام اصدقائكم لذي استضافتكم لهم في منزلكم؟

الأساسي، وهذا الحال بالنسبة الى انواع اللحوم او السمك، وغيرها...

استفدي من الإطعمة التي لديك، بدلا من اهدارها ولمزيد من التوفير، وتذوقني أطيب الوجبات وتعرفني على وجبات أخرى تنفذها بعد الاطلاع على طريقة تحضيرها...  
المفضل هو: [www.supercook.com](http://www.supercook.com)  
صحة وعافية...

خس؟ ماذا أيضاً؟ بيض؟ دونوا كل ما لديكم وابعثوا به الى هذا الموقع، وانقوا على زر الموافقة، سوف ترون امامكم وصفة لذیذة مكونة من العناصر التي تمتلكونها ولن تتكلفوا لتذهبوا في جولة في السوبر ماركت لأن الامر تم بفاعلية السهولة!!!

وفي حال كان طبقك المفضل هو الأرز، يمكنك ان تحصل على عشرات الوصفات الذي يشكل الأرز عنصرا

الريك، موقع supercook الذي تم تأسيسه خصيصاً لتعليمكم فن الطبخ! غير ان هذا الموقع لا يهتم فقط بتعليمكم وصفات سريعة، بل يعلمكم كيف تستفيدون من كل الأغذية المتوفرة في ثلاجتكم!!!

يكفي لتحصلوا على وجبة لذیذة، ان تفتخوا ثلاجتكم، وتظروا اليها، ماذا لديكم؟ 3 جبات بندورة؟ جبنة؟

## لوك النجمات بين الماضي والحاضر

3 نجيمات شهيرات نتناولهن في هذه الصفحة ونبحث عن الفوارق بين بداياتهن وبين شهرتهن الحالية بين البراعة واللوک العصري ونختار ما هي الصورة الافضل التي تناسبهن بالنسبة لنا؟

### Rihanna : ملامح البراعة لم تتبدل ولكن !!



كانت تبدو في بداياتها في غاية الطفولة، شعر مجعد وطويل، وكانت تتمتع بجمال كلاب وابتسامة بريئة. بهذا الثوب الملون والماكياج المناسب بدت ريحانا كأميرة صغيرة... بعد ان دخلت ريحانا في عالم الشهرة، غيرت اللوك بشكل كبير، كما نلاحظ في الصورة الاولى أختارت تسريحة الشعر القصير العصري والتي تتناسب مع ستايل حياتها الجديد. لا شك ان ريحانا التي تعوى بتبدل اللوك مع صدور كل اليوم جديد لها، تتمتع بجمال أخاذ، ولكن لو قارنا بين ريحانا الصغيرة ذات الشعر الطويل الأجدد وريحانا العصرية، فاي ريحانا تفضل؟؟؟

### Lilly Allen : صبغت شعرها بالزهري ليتحدث الجميع عنها!



فاجأت المغنية ليلي آلان في احدى الحفلات العالم بشعرها الزهري الصادم! فانتشرت صورها في كل العالم، صور تعكس امرأة قررت ان تضيفي الأثارة على الحدث وان تعبر عن جنونها... كانت تريد ان تكون سيرة الجميع، وهذا ما حصل افي مهرجان كان، ظهرت مرة أخرى ليلي ولكنها كانت قد صبغت شعرها بالأشقر، رغم ان ابتسامتها لم تكن ظاهرة الا بشكل خادع، وذلك لأسباب عديدة منها الإجهاض والانفصال، في تموز، عادت الى طبيعتها وشعرها الأسود، في هذه الصورة كانت تتسوق، يبدو انها قد عثرت على هواية أخرى غير صبغ الشعر!

### Hayden Panettiere : لوك عصري؟!



لطالما كانت تأخذ الممثلة الشفراء هايدن بانيتيري بعين الإعتبار القيم التي تربت عليها التي جعلتها تبدو أكثر براءة، خاصة مع اتباع اللوك الكلاسيكي الناعم الذي عكس شخصية الفتاة الطيبة واللطيفة. الشعر الأشقر الطويل المنسدل على الكتفين، والماكياج الذهبي الخفيف، انه لوك ينال إعجاب أبناء بلدها وايضا كبار السن. تحول حقيقي حصل، عندما انتقلت الفتاة الى كاليفورنيا، لقد قصت شعرها منذ اليوم الأول "كاريه"، وأصبح الجميع يتسارع هل يليق هذا اللوك بصبي ما زالت مراهقة؟.. بقصة الكاريه وبالشفاه الملتصقة بالروج، وبظنرة مرسومة بشكل دقيق، لا شك انها تبدلت كثيرا...

## مجموعة جديدة من Clarins

### Clarins من HydraQuench



ابتكرت Clarins الترطيب المتعدد المستويات وفتحت الأبواب الى جنة جديدة للبشرة التي تعاني من فقدان الرطوبة، ومن البرد والحرارة والتلوث. HydraQuench يعيد ملء احتياطي الماء في البشرة، على سطح البشرة، عند مستوى الطبقة القرنية، في طبقة البشرة السطحية وفي طبقة البشرة الداخلية، مع مؤشر حماية بدرجة 15 SPF كريم HydraQuench رقيق ذو قابلية عالية على الامتصاص يعيد للبشرة العادية والمائلة الى الجافة توازنها، لبشرة متألقة ومحمية مهما كانت التغيرات الحرارية خلال النهار.

### Clarins من High Definition Body Lift



تطلق Clarins اليوم الجيل الخامس من Body Lift أفضل طريقة للحصول على قامة مشقوفة ومصقولة، مفعول متكامل على مصدر ظهور وإعادة ظهور السلولايت، يخفف مخزون الدهون ويقطص الفائض، يسيطر على التكاثر المتزايد للخلايا الدهنية. يعمل مستحضر شد وصلل الجسم High Definition Body Lift على تخفيف السلولايت من خلال تعزيز عملية إزالة الدهون الزائدة حتى من أكثر النواحي عنادا وعضوية. ينشط تصريف الدهون لتحرير الجسم من الشعور بالثقل وعدم الراحة. لبشرة مشدودة ومتجانسة المظهر مع سلولايت أقل تمنحك شعوراً بالراحة والرضى كلما نظرت الى نفسك في المرآة... حتى وأنت ترتدين أكثر السراويل قصرا!