

20 ASTUCES
BEAUTÉ, LIFESTYLE &
BLOGGING



SOMMAIRE

I. 5 Conseils beauté

- I.I Une alternative naturelle au shampoing à sec
- I.II Empêcher les rides de venir avec le temps
- I.III Utiliser un anti-cerne plus clair
- I.IV Favoriser la pigmentation d'un fard
- I.V Nettoyer ses pinceaux

II. 5 Conseils pour être mieux organiser

- II.I Bien organiser ses journées
- II.II Faire du tri
- II.III S'accorder des pauses
- II.IV Prendre du temps pour soi
- II.V Programmer sa semaine

SOMMAIRE

III. 5 Conseils à appliquer au quotidien

III.I Lire avant de dormir

III.II Se relaxer

III.III Boire de l'eau à jeun

III.IV Citer 10 choses qui nous rendent heureux

III.V Définir ses objectifs

IV. 5 Conseils blogging

IV.I Créer un blog qui vous ressemble

IV.II Adhérer à des groupes Facebook, Instagram,...

IV.III Faire de belles photos

IV.IV Soigner son écriture

IV.V Les partenariats

I. 5 CONSEILS BEAUTÉ

I.I Une alternative au shampoing à sec

Vous en avez marre d'utiliser des shampoings à sec qui abîment vos cheveux ? Je vous propose d'utiliser de la farine à la place de celui-ci ! Beaucoup plus naturelle et bien plus économique, la farine va rendre vos cheveux plus doux et plus propres. Pour cela, il vous suffira juste d'appliquer de la farine dans vos cheveux, de laisser agir une minute et d'enlever le surplus en secouant votre tête vers le bas.

I.II Empêcher les rides de venir avec le temps

Pour éviter d'avoir des rides dès l'âge de 50 ans, j'ai une technique super-simple à vous proposer :) Lorsque vous appliquez votre soin du visage, partez du coin interne de l'œil et remontez jusqu'aux tempes à l'aide de votre annulaire en faisant des petits mouvement circulaires. Faites ça chaque jour et vous verrez des résultats avec le temps.

I. 5 CONSEILS BEAUTÉ

I.III Utiliser un anti-cerne plus clair

Pourquoi utiliser un anticerne plus claire que son fond de teint ? Pour la simple et bonne raison que nos cernes ont tendance à être plus foncés que notre teint. Afin de les cacher plus efficacement, utiliser une teinte légèrement plus claire (puis ça donne tout de suite un effet bon miné :))

I.IV Favoriser la pigmentation d'un fard

Pour avoir un fard beaucoup plus pigmenté, je vous conseille de légèrement mouiller votre pinceau. Vous verrez que la pigmentation est assez différente.

I. 5 CONSEILS BEAUTÉ

I.V Nettoyer ses pinceaux

Pour nettoyer ses pinceaux, je vous conseille vivement d'utiliser un shampoing car celui-ci va venir adoucir les poils de votre pinceau et il va éviter qu'il perde ses poils d'avantages.



II. 5 CONSEILS POUR ÊTRE MIEUX ORGANISER

II.I Bien organiser ses journées

Pour bien organiser sa journée, commencer par faire un planning avec toutes les choses que vous devez faire. N'hésitez pas à mettre de la couleur pour vous y retrouver et pour que ce soit plus sympa à respecter :)

II.II Faire du tri

N'hésitez pas à faire du tri entre les choses à faire qui sont assez importantes contre celles qui le sont un peu moins. C'est un bon moyen pour ne pas s'emmêler les pinceaux et surtout ne pas oublier de faire des choses importantes.

II.III Faire des pauses

Autorisez-vous des pauses dans la journée afin de ne pas cumuler vos tâches jusqu'à en être épuisé. De plus, vous serez moins stressés si vous les faites plusieurs fois par jour.

II. 5 CONSEILS POUR ÊTRE MIEUX ORGANISER

II.IV Prendre du temps pour soi

Dans votre emploi du temps, essayez toujours de vous accorder au moins 30 minutes par jour où vous vous posez et vous restez tranquille. Le but est de pouvoir faire quelques choses qui nous plaît et qui nous détend ^^

II.V Programmer sa semaine

Pour que votre organisation soit parfaite, essayez de planifier le plus de journées possible. Grâce à une organisation régulière et pointilleuse, vous verrez que vos journées seront moins compliquées à gérer.

5. CONSEILS À APPLIQUER AU QUOTIDIEN

III.I Lire avant de dormir

Pourquoi lire avant de dormir ? Tout simplement car ça va vous aider à vous endormir. De plus, ça vous rendra plus intelligent, vous serez en meilleure forme et ça favorise la santé mentale. Que des bonnes raisons pour lire !

II.II Se relaxer

Ca rejoint un peu ce que j'ai dit au-dessus mais il est vraiment très important de prendre du temps pour se relaxer et se reposer au risque d'être rapidement fatigué ou énervé.

III.III Boire de l'eau à jeun

Chaque matin, avant de déjeuner, buvez un ou deux verres d'eau afin d'éliminer les toxines de la veille et de bien préparer votre corps à cette nouvelle journée. Au fil du temps, vous aurez une peau en meilleure santé et vous serez beaucoup moins fatigué et malade.

5. CONSEILS À APPLIQUER AU QUOTIDIEN

III.IV Citer 10 choses qui nous rendent heureux

Et oui, dire 10 choses qui nous rendent heureux chaque jour nous permettrait de nous sentir mieux quotidiennement. Lorsque vous avez un petit coup de blues faites-le :)

III.V Définir ses objectifs

Chaque semaine ou chaque mois, fixez-vous des objectifs plus ou moins gros. En faisant ceci, vous verrez que vous aurez tendance à moins repousser les choses et à mieux réussir dans la vie.

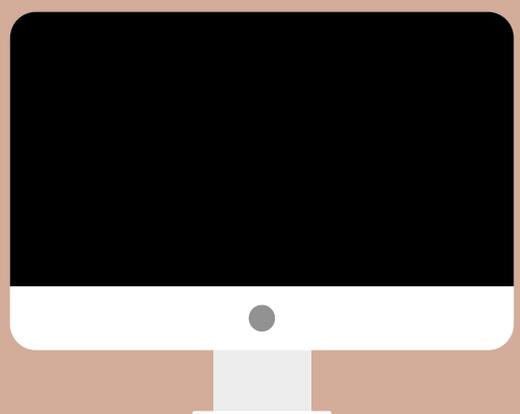
IV. 5 CONSEILS BLOGGING

IV.I Créer un blog qui vous ressemble

Choisissez un thème qui vous plaît avec des couleurs qui vous ressemble. Faites quelque chose de simple et épuré mais qui vous plaît avant tout !

IV.I Adhérer à des groupes Facebook, Instagram,...

J'ai écrit un article à ce sujet, vous avez juste à **cliquer ici** pour le voir ! Être dans des groupes va vous permettre de développer blog ou votre réseau et de sympathiser avec d'autres personnes qui partagent la même passion que vous.



IV. 5 CONSEILS BLOGGING

IV.III Faire de belles photos

Que vous utilisiez un appareil photo ou un téléphone pour votre blog, il est très souvent nécessaire de retoucher la lumière ou encore le contraste. Je vous ai écrit un article ou je vous explique en détail comment améliorer vos photos (**cliquez ici**).

IV.IV Soigner son écriture

Eviter les fautes d'orthographe (même si je sais que c'est compliqué) en utilisant des sites de corrections en ligne (Reverso). Ecrivez comme vous le sentez mais évitez les insultes ou les phrases déplacées.

IV.V Les partenariats

Pour les partenariats, n'hésitez pas à démarcher des marques qui correspondent à la thématique de votre blog. Lorsque vous recevez des demandes de partenariats, demandez-vous si elle correspond bien à votre univers. Un article à ce sujet est en ligne sur le blog, il vous suffit de **cliquer ici**.

CONCLUSION

Et voilà, vous avez fini de lire mes 20 conseils ! J'espère qu'il vous aura plu et que ces petits tips vous aideront au quotidien.

Si vous avez la moindre question ou que vous souhaitez d'autres conseils, je vous invite à me contacter à l'adresse suivante :
eumashining@outlook.fr