第一图书网, tushu007.com

# <<懒妹妹扮靓手册>>

## 图书基本信息

书名：<<懒妹妹扮靓手册>>

13位ISBN编号：9787500848677

10位ISBN编号：7500848676

出版时间：2011-1

出版时间：工人出版社

作者：糖果儿

页数：242

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

## 内容概要

美丽是女人永恒的事业。
无论高矮胖瘦，她们都喜欢把自己打扮得漂漂亮亮。
但快节奏的生活留给现代女性的时间非常有限，很多女性开始追求简单明快的扮靓方法，用最少的时间达到扮靓的最佳效果。
本书通过一些简洁却很有实效的一些扮靓技巧与方法，让那些厌烦繁琐打扮的女孩、没有充足时间化妆扮靓的女孩，每天只花10分钟，让自己变得更加漂亮迷人。

## 作者简介

糖果儿，女，毕业于南华大学，喜欢文字，长于写作，长期在某医疗机构工作，现为某健康咨询机构健康顾问，曾在多家报刊开办健康美容专栏，深受读者喜爱，曾出版《五色果蔬养颜经》、《小美女28天美容养颜经》。

# <<懒妹妹扮靓手册>>

## 书籍目录

一、简约美发，美丽从头开始二、护扶，成为焦点的开始三、瘦身，其实很简单四、美甲，让“第二张脸”更美丽五、装扮，“装”出好气质六、情迷香水，打造属于你的味道七、美丽私房话，越变越美丽八、春夏秋冬，美丽全靠养

## 章节摘录

版权页：插图：但是，这样十年如一日的打扮，渐渐地会让身边的人产生审美疲劳，即使再漂亮，如果老是一个样子，也让人觉得非常乏味。
所以，女孩子还是应该多变化一些，因为变化可以让人有耳目一新的感觉。
这样简单的编发技巧，即使是对于繁忙，时间紧张的上班族来说，也不是一件难做的事情，每天只需腾出五分钟给你的头发，就可以弄出一个美丽的编发，再搭配一个合适的发卡，化一个简单妆容，穿一身合适的衣服，从头到脚，你就会变成一个焕然一新的美丽女子了。
DIY染发打造魅力小女人从到办公室上班的第一天开始，凯丽就发现周围女同事，各个都将自己打扮得光鲜亮丽。
每一件衣服都会配合一个非常搭调的发型，连头发的颜色，都搭配得非常好。
而自己永远是那种黑直的长发。
办公室的同事这样和凯丽说：“ 工作本来就非常沉闷，必须要用外形来改变一下心情。
”确实是这样，凯丽决定一切从头开始，改变也先要从头开始。
当然，对于一个刚刚上班的工薪阶层来说，去一次发廊，消费价格不菲，凯丽寻找方法，发现原来简单的染发在家里也可以进行。
在染发之前，凯丽发现需要注意的地方还有很多。
比如说：为了防治颜料弄污自己的前额，应该在前额上面放一些棉花，棉花要呈放射状放置。
首先，在染发的时候，要将双手保护好。
带上一次性手套，防止染发剂沾到手上。
其次，头发全部用染发剂涂抹均匀以后，要将头发从顶部拧到尾部，然后用夹子夹好，或者是戴上一个浴帽。
这样做的目的，是防止染发剂滴到身上。
最后，一般来说染发剂在头发上停留的时间为15～20分钟。
然后用清水冲洗干净，就可以得到自己想要的颜色了。
买染发剂的时候，商家都会随着包装赠送一袋或一管洗发用的调理剂，在用清水洗发之前，可以先用这个调理剂清洗刚刚染过的头发，这样染出来的头发就会有光泽。
凯丽第一次染发，因为经验不足，所以染出来的效果并不是多么好。
星期一到公司上班，中午休息的时候，凯丽向有经验的同事，又请教了一些染发的经验。
同事告诉她，染发的目的就是要把头发变得亮丽一些，但是如果选用过分激进的颜色，如大红、大绿、大紫等，就失去了原来染发的本意。
染发，应该让染发色调和发丝自然地融合起来。
这样得到的效果才会好。
还有同事告诉凯丽，在选择染发剂的时候，要先弄清楚自己的皮肤以及眼珠的颜色，比它们深或浅两度通常都适合。
凯丽的性格比较保守，这也是她一直留黑发的原因。
她和几个熟悉的同事，说明了自己的意思。
同事们说：“ 单一或者是过分深沉的发色都会让人看起来比较年长，你的性格又这么保守，那就选择一款半永久的染发剂吧。
这一类的染发剂，染出来的发色并不是那么明显，而且还可以让头发充满光泽，当染发剂渐渐地褪去时，在头发上的表现也不是那么明显。
”同时，几个同事还建议凯丽说：“ 因为你已经染过了一次头发，想要改变头发颜色，再次染发时，应该让染发剂在发根逗留几分钟，这样比较容易让发色改变。
”凯丽将这些注意事项，一一记录下来。
同时，在染发的过程中，她也总结了一些经验。
比如说，在刚开始染发的时候，不能一股脑儿将染发剂都涂抹到头发上。
在涂抹染发剂之前，应该把头发分成不同的区域，用梳子分出清晰的发界，这样可以让染发剂更容易

贴近发根。
在染发的过程中，凯丽还发现，如果染发时间不足15分钟，就将染发剂冲洗掉，会影响染发的预期效果，令头发的颜色过浅。
但是，如果要是染发的时间过长，又会使得头发的颜色过深，这样也会失去染发的效果，同时会损坏发质。
发质一旦被损坏，头发的颜色就会迅速地消退。
头发一旦染色，褪色也是很正常的事情。
凯丽发现，头发一旦褪色，补救是非常必要的。
补救的措施其实非常简单，就是将染发剂倒在一个塑料盒子里，然后用梳子沾上染发剂，从发根到发尾，慢慢梳理，这样补出来的颜色就会变得自然。
在不断地总结自己的经验，同时又整合同事经验的过程中，凯丽俨然已经成为DIY染发专家，她可以随意地变化自己的发色，同时还将自己更多的心得体会拿出来和同事一起分享。
同事们觉得，凯丽越变越美丽的同时，也越来越可爱了。

## 编辑推荐

美丽是一个整体，不仅需要漂亮的衣服，靓丽的妆容，还需要巧妙的搭配，为你的美丽增添一份迷人的色彩。

爱美是女人的天性，娇靥如花和不老容颜是女人们无法放弃的梦想。

聪明女人应该这样扮靓自己……

第一图书网, tushu007.com



## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com