

<<肌肤爱上水>>

图书基本信息

书名：<<肌肤爱上水>>

13位ISBN编号：9787806468227

10位ISBN编号：7806468226

出版时间：2005-7

出版时间：上海文化出版社

作者：徐俊

页数：135

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>

## <<肌肤爱上水>>

### 内容概要

水之于女人的意义早有前人为我们做出了注解——女人是水做的。

失去了水分，女人就如同枯萎的花朵，黯淡无华。

当个水漾的女人，是所有爱美女人的心之所系。

可是干燥的季节，电脑的辐射，代谢能力的下降，饮食的不当……这些全是水嫩肌肤的大仇家，肌肤时时都在与这些大敌作战。

千万不要被吓倒哦，为了我们的青春、我们的美，赶快打响肌肤的四大战役——“美白战役”、“养肤战役”、“排毒战役”和“塑身战役”吧。

首先找们要制造一些火力强大、杀伤力足够的“武器”来抵御这些“肌肤大敌”的侵袭，DIY的各种爽肤水、紧肤水及化妆水是我们制造出来专门摧毁黑色素、痘痘等敌人的法宝，是帮我们打好“美白战役”和“养肤战役”及“排毒战役”的大功臣；而各种精油浴、中药浴是赢得“塑身战役”的致胜关键；“喝水知识小锦囊”就如同我们这场战役的“孙子兵法”，它将指导我们喝什么样的水、喝多少水等知识。

有了这些“美丽三十六计”，相信你一定能从没有光彩的肌肤、没有曲线的身材中突围而出，变身为拥有青春的水漾美人儿。

警报已经拉响，补水刻不容缓。

作音汇集多年的“斗争经验”和美容知识，编写了这本书，希望它能教授你一些美容塑身知识，帮你打赢这场争夺美丽的翻身仗。

## <<肌肤爱上水>>

### 作者简介

徐俊，爱漂亮的天蝎座女生，时尚美容杂志资深编辑，毕业于广州医学院皮肤专业，拥有女孩子的爱美天性和专业的美容知识，深谙天然美容养肤之道，崇尚用最自然的方法获得最美丽的效果。不光自己身体力行，还希望与人分享护肤心得，让你的生活更臻完美！

## &lt;&lt;肌肤爱上水&gt;&gt;

## 书籍目录

· 美白篇 白雪公主，就要喝出来 美自主角，我有我的榨汁机 美白蔬果饮，我的MIX榨汁美白秘方 又白又水灵，汤汤水水熬煮妙招 花草美白，香气扑鼻泡脚秘笈 草本精华，来看我的煮泡白氏家族 喝水知识小锦囊 看我，做个白皙水精灵 雪嫩净自卸妆水 雪嫩净白紧肤水 水疗知识小锦囊 泡泡澡，全身白起来 祛斑美肤泡泡澡 净白嫩肤泡泡澡 一日喝水流程参照表 · 护肤篇 活肤焕颜，水说了算 润颜嫩肤花茶 喝水知识小锦囊 好肌肤，水水嫩嫩才光彩 提升气色活肤水 魅力精油活肤水 保湿法肤水 神采飞扬，与水的情结 水嫩养肤泡泡澡 喝水知识小锦囊 · 排毒篇 喝水，贵州省与毒素说拜拜 排毒养身素食饮 喝水知识小锦囊 痘痘，去你没商量 去痘洁肤神仙水 去痘爽肤神仙水 水疗知识小锦囊 泡一泡，只留青春不留痘 排毒祛痘泡泡澡 喝水知识小锦囊 · 塑身篇 骨感美人，当然爱喝水 喝水塑身主角，塑身果蔬饮 窈窕杨柳身，就在五花八门瘦身汤 苗条身材的煎煮纤体茶 馋涎欲滴的好身材，就在中式韵熬煮汤 喝水知识小锦囊 DIY 塑身膜，让水将你包围 塑身美体水膜 水疗知识小锦囊 魔鬼身体，全靠泡出来 瘦身纤体泡泡澡 水疗知识小锦囊

## <<肌肤爱上水>>

### 编辑推荐

· 给肌肤源源不断注入水动力 · 想拥有白嫩的肌肤 · 想告别往日的“丰腴” · 这一切可都要与水结缘 · DIY美丽蔬果饮 · 你不可不知的美白公式 · 还有N种美白修身浴  
· 我们的美丽方程式 · H2O+YOUNG——水漾BEAUTY

<<肌肤爱上水>>

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>