

<<形象美化漂亮女人>>

图书基本信息

书名：<<形象美化漂亮女人>>

13位ISBN编号：9787806999097

10位ISBN编号：7806999094

出版时间：2007-1

出版时间：哈尔滨

作者：王姝

页数：220

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>

## <<形象美化漂亮女人>>

### 内容概要

爱美之心人皆有之，你美丽，你就会吸引人们的眼球。

无论男人还是女人，谁会忍心让一个闭月羞花的女人伤心难过？所以，美丽是女人的优势，你应该记住这一点。

女人应该认识自己的美丽，追求魅力与独特之处，并将美丽这一优势运用得适当有度，这是女人应该修炼的一种素质。

天生丽质的女人不少，真正懂得运用它的却不是很多。

你是美丽的女性吗？那么把握住自己的优势，尽显你的美丽吧！你觉得自己还不够美丽吗？那么从现在开始，努力把自己打成一个美丽动人的女人吧！外在的美丽和内在的气质相结合，那将是一个极品女人。

把握每一个提升自己魅力的机会，相信自己，努力在细节中将自己打成一个优雅、时尚、成功、幸福的现代女人。

## &lt;&lt;形象美化漂亮女人&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 尽情释放你的美丽 美丽何来 漂亮是你的优势 形象是内在气质的表现 大方得体是万变中的不变 好女人内外兼修 形象美化也要充电 做一个超凡脱俗的气质女人第二章 量体裁衣必杀技 穿衣学会扬长避短 不适合的衣服不要穿 黑色并不是永恒的 图案的神奇视觉效果 宽肩女士对“魁梧”说NO 着装的整体风格不容小视 向好莱坞明星学穿衣 白衣造型重返纯真年代 中性搭配帅气妩媚 点胖成瘦 穿衣魔法 服饰色彩巧搭配第三章 着装里的“察言观色” 要性感不要暴露 走光需要常防范 OL着装攻略 春天裤装的流行手册 夏日清凉装扮 简约优雅秋装新主张 驾车女性着装 选择完美泳衣 百变丝巾 尽显鞋上风采 女人的随身包第四章 呵护你的秀发 健康的头发才美丽 给你的发质分类 护理鬃发的5个妙招 吃出美丽发质 秀发也需防晒 维生素的靓发实效 拯救涩发的绝招 秀发补水居家版 润泽秀发的“营养餐” 精彩护发花样多 自助焗油 给头发控油 抑制头屑全攻略 中药护发大揭秘 新鲜水果护发小绝招 酸奶护发效果好第五章 美发风暴席卷云鬓 美发与个性 迎接一场美发风潮 彩发缤纷饰靓女 刘海儿也性感 发型扮出俏脸形 发型凸显气质魅力 根据场合选择和谐发式 挑选好的发型师 与美发师沟通10大攻略 星味十足的8个美发细节第六章 女人的美容常识课 了解美容7个“一” 皮肤类型VS皮肤状况 最佳美肤时间表 不同肤质的保养要点 敏感皮肤需特别呵护 护肤易犯的三种错误 正确清洁皮肤的方法 肌肤补水四大误区 皮肤保湿锦囊 眼部肌肤保养有道 不要忽视美丽的颈部 手部护理不可少 唇部护理新概念第七章 问题皮肤攻关术 紫外线ABC解读 不做一个“斑”斓女人 抗皱小窍门 面部皮肤粗糙怎么办 毛孔粗大如何改善 粉刺痤疮及疤痕的处理 切勿动手除黑头 眼部问题一网打尽 四季皮肤保养要点 常用的自制美容品第八章 精致妆容提升品位 化妆品的鉴定和保存 怎么选择和涂抹粉底 眉形区别妆型 对镜自赏确定脸形 让明眸顾盼生辉 睫毛与眼线的修饰 眼影的选择及使用 画出挺拔秀美的鼻子 丰润双唇画出来 腮红晕出好气色 千万不要忘记卸妆 选择适合自己的妆容 不可缺少的指甲油与香水 化妆盒随季节变化第九章 关于减肥的N种说法 减肥与瘦身不是一回事 女性最易发胖的危险期 爱美女士不必谈“脂”色变 节食减肥要不得 减肥的4个错误观念 魔鬼身材轻松造 美体内衣不美体 便秘是肥胖的帮凶 瘦身成功的几条秘诀 远离垃圾食品才有好身材 仰卧起坐的3个错误 忙里偷闲 塑身法 家务劳动也减肥 适合女性的运动 暴走减肥法第十章 塑形体操ABC 让双峰傲然耸立 练出浑圆手臂 秀出笔直修长的腿 性感翘臀基本法则 三招打造小蛮腰 消灭小“腹”婆 腹部的健美四法 风靡欧美的健身操 健身减肥不要陷入误区 修身养性练瑜伽

## <<形象美化漂亮女人>>

### 编辑推荐

女人的相貌是天生的，这很难改变，但却有很多方式让自己散发出迷人的气质魅力。仪容整洁、打扮得体、配饰巧妙、举止优雅……无一不能展现脱俗的气质。只要用心体会，你一定能让自己成为一个楚楚动人的气质女人。

假如你的形象不够标准，在穿着打扮方面就要多花费一些心思。用心研究穿着打扮的技巧，好好整理一下你的衣橱，也许比逛一天街的效果要好几倍。因为服装的造型和款式可以掩饰体态的不如意，精选的发型和化妆会让你的形象更加完美，帮助你找回外形方面的自信。

<<形象美化漂亮女人>>

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>