

<<3分钟从头美到脚>>

图书基本信息

书名：<<3分钟从头美到脚>>

13位ISBN编号：9787506264686

10位ISBN编号：7506264684

出版时间：2004-8

出版单位：上海世界图书出版公司

作者：林薇

页数：311

字数：154000

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>

## <<3分钟从头美到脚>>

### 内容概要

即使是天生丽质，要是没有努力地保养，经过几年之后，由于外在环境的侵蚀，原先的亮丽就会消失。

相对的，即使外表不出众，只要能加以细细呵护，一样可以让自己容光焕发，美如天仙。

要把自己装扮漂亮，需要正确的观念与方法，同时也需要自己持之以恒地实行。

这本书便是从护肤、美颜、化妆、美发这四个方面，告诉爱美的女人80种神采飞扬的美丽秘笈哦。

更重要的是，只要3分钟，一切都搞定！

美丽真就这么简单，试过才知道！

## <<3分钟从头美到脚>>

### 书籍目录

1 护肤篇 让毛细孔多喝水——为皮肤保湿 紫光闪闪 锐气千条——如何防止紫外线的伤害 春暖花开 迎接新“肤”——在春天保养皮肤 来场烈日的皮肤圆舞曲——执行夏季护肤策略 换张秋高气爽的外表——秋季皮肤活力大法 冬季恋歌的亲密接触——展开冬天的皮肤保养 为皮肤寻找最合适的代言人——不同的肤色如何搭配服装 塑造第二张脸——保养你的手 维生素与水分另类补给——让皮肤“吃”水果 吃这个也白 吃那个也白——能让皮肤变白的食物 在皮肤上打个漂亮的蛋花——用鸡蛋来美白 做个亮丽的黑美我——皮肤变黑也不怕 改变所有的错——抢救晒黑皮肤 幽香浮动 愉悦万种——香氛疗法让皮肤比花更香 替外表把把脉——你的皮肤会疲倦吗 早避免 早幸福——小心护肤的错误动作 拒绝再痒——保养过敏皮肤 风干福橘皮关我什么事——保养干性皮肤 细心对待上帝的恩赐——中性皮肤全面防护 当皮肤像油田时——关于油性皮肤的误解 2 美颜篇 面子的亲密接触——好好按摩脸 撕剥之间美丽现身——巧用面膜 女人不可或缺的另一张脸——面膜的好只你最懂 只要青春不要痘——告别青春痘的烦恼 吸油面纸可以丢下——抢救出油大脸 Open Your Eyes——眼睛皱纹不再来 一闪一闪亮晶晶——挑选眼部的保养品 灵魂之窗向上提升——为眼睛按摩 请读我的唇——维护樱桃小嘴从现在开始 美鼻一出 谁也与争锋——鼻子完全防护.....3 化妆篇 4 美发篇

<<3分钟从头美到脚>>

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>