

<<雪肌嫩肤完全手册>>

图书基本信息

书名：<<雪肌嫩肤完全手册>>

13位ISBN编号：9787506276276

10位ISBN编号：7506276275

出版时间：2005-7

出版时间：世图

作者：人生MENU编辑室

页数：219

字数：150000

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>

<<雪肌嫩肤完全手册>>

内容概要

究竟要如何才能不让肌肤泄露自己真实的年龄？

人有说永远保持一颗年轻的心！

人有说生活饮食要正常！

有人说常运动勤保养！

.....事实上，这些都是可以让我们年轻的方法。

如果单就“表面工夫”来探讨的话，我们知道，20岁后肌肤就开始走下坡了，为了避免让美丽的脸庞被自己的放任与无知而饱受摧残，终至失去光彩，我们建议想要拥有晶莹剔透脸庞的美人儿就从现在起，做好正确保养吧！

首先，请先检视自己的肤质属于哪一种，并选购适合肌肤的保养品，再针对四季做正确的保养，让每日例行的保养工作，做来既简单又有效！

除了每日基础保养外，深层保养、防晒、做好化妆前的保养工作、让彩妆持久又不伤肌肤、甩开压力好好睡一觉、彻底消除疲劳、告别黑眼圈等，都是预防脸部肌肤老化的黄金秘诀喔！

本书提供了女性朋友健康、美丽、自然的实用生活保养秘方，将理论融入书中，藉图片生动地传达美的资讯。

希望女性朋友能在生活中不断地充实自己、疼爱自己，因为在生命的长河上，唯有继续不断的吸收、酝酿、反省、更新，才会开灿烂的花，结丰硕的果。

<<雪肌嫩肤完全手册>>

书籍目录

PART 1 认识肤质篇 认识性质，当素肌美人第一步！

春夏秋冬保养方式各有不同PART 2 宝贝脸部篇 预防老化就从现在开始 脸部肌肤保养基本功 基础保养外的美丽加分动作 了解自己，也要了解保养品 化妆让素肌魅力加倍 六大素肌美人大敌 美丽肌肤来自健康饮食PART 3 身体保养篇 宝贝肌肤，美容沐浴让你水嫩光鲜 善用不同配方，洗出晶莹剔透 沐浴美肤操雕塑窈窕 洗澡美容用品大集合 10招秘方总结，让你全身美丽动人

<<雪肌嫩肤完全手册>>

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>