第一图书网, tushu007.com

<<魅力辞典>>

图书基本信息

书名：<<魅力辞典>>

13位ISBN编号：9787538849363

10位ISBN编号：753884936X

出版时间：2005-9

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：王玉学医学博士

页数：324

字数：160000

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

你是否了解自己的秘密，你可曾发现了自己的魅力，你也许正在苦恼自己不够美丽，那么，关注一下自己，让你的周围绽放光芒。

本书将会给你一些权威的建议，它会告诉你，如何保养娇嫩细致的皮肤，如何保持健康苗条的身材，如何远离病痛的折磨，如何让生活充满新鲜与芳香……

<<魅力辞典>>

书籍目录

第一章 了解你自己的秘密　一、生理档案——女人之所以成为女人　1. 女性生理周期的形成　2. 周期性排卵　二、心理档案——破解女人心事　1. 少女的心理特点　2. 青春期的困惑　3. 女性心理的六种需求　4. 情牵女人心　5. 女人的依赖心理　6. 女人的病态心理分析　7. 中年女性的心理特点　8. 女性的心理疲劳　9. 老年妇女心理特点第二章 让你的周身绽放光芒　一、心灵美才是真的美　1. 自信是最佳的形象设计师　2. 女性应如何提高生活与艺术的品味　3. 当代女性应具备哪些气质　4. 如何塑造优雅的风采　5. 什么样的女性令人难忘　6. 什么样的女人让男人着迷　7. 应该如何寻找自己靓丽的焦点　8. 体验“女人味”　9. 女人似水　10. 如何做一个高涵养的女人　11. 女人挡不住的魅力　12. 女性眼神动人的秘密　13. 文化修养在于言表　14. 如何完善你的公众形象　15. 高雅气质受人倾慕　16. 中年女性何以能风韵犹存　17. 做女人应具备哪些条件　二、靓妆美颜日记　1. 选用合适的洁面品　2. 选购合适的护肤品　3. 选择洁面及护肤品时注意事项　4. 少女必备的三种彩妆品　5. 春季皮肤应注意的事项　6. 夏日防晒窍门　7. 秋季养颜窍门　8. 冬季皮肤护理秘诀　9. 消除“红脸蛋”的烦恼　10. 如何消除“熊猫眼”　11. 只留青春不留痘　12. 美白小窍门　13. 巧除雀斑　14. 怎样根据脸型选择发型　15. 消除多毛的烦恼　16. 让黄牙洁白起来……第三章 都市女人时尚秀第四章 专家诊疗室——做一个健康美人第五章 现代女人两大机第六章 我爱我家

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