

<<气质女人的修炼手册>>

图书基本信息

书名：<<气质女人的修炼手册>>

13位ISBN编号：9787800848735

10位ISBN编号：7800848736

出版时间：2006-10

出版时间：金城出版社

作者：叶萱

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>

## <<气质女人的修炼手册>>

### 内容概要

女人的美貌是天生的，但是气质却是后天可以经过磨练和积累获得的。

本书要告诉你的就是：如果你是很普通的女性，通过对自身气质的修炼，你会成为男人倾慕的女人；如果你是清新靓丽的女性，通过对自身气质的修炼，你会成为男人心动的女人；如果你是美丽善良的女性，通过对自身气质的修炼，你会成为男人永远回味的女人。

气质女人一定知道如何展示自我的人生价值，懂得在生活中要有自己独到的见解，具有一颗宽容而大度的爱人之心。

女人因气质之美而脱俗，因气质之美丽妩媚。

本书将全方位告诉你，如何来做一个气质女人！

## <<气质女人的修炼手册>>

### 书籍目录

第一章 外表是魅力的前提——妆容着装适合的才是最好的建设一个合理的衣橱配饰，无声的诱惑把美丽经营到细节什么样才叫性感星座着装风格呵护肌肤，厚待自己彩妆，美化自己的规则淡妆，透明动人的步骤第二章 仪态是女人的名片——信念修养个字母的女人更完美自信，令女人更美丽自爱，令女人更优雅平和，令女人更年轻勇气，令女人更可嘉知识，令女性更丰富微笑，令女人更可亲倾听，令女人更可敬交谈，令女人更可爱姿态，令女人更迷人礼仪令女人更卓越 第三章 健康是幸福的馈赠——身心保健睡眠的神奇功效健康从饮食开始体检是对自己的呵护步行，上班路上可健身瑜伽，柔软的冥想有氧运动的喜与忧女性易患的心理疾病不同年龄女性的心理问题职业女性的心理陷阱设计一个合理的未来每天问自己十个问题保持平衡心态的要诀 需要忘记的件事 第四章 独立是女性的荣耀——为人处世职场女人有资本气质女人要放松保护自己的隐私魅力源于冷静向男人学习什么智慧女人有慧眼职场礼仪一二三办公室护肤手册职业女性健康食谱魅力女性告别职业病第五章 家庭是心灵的港湾——居家理财节俭是种温暖的美德不同年龄的理财观用色彩装饰我们的家细节显现家装品位做家务也是幸福不同年龄的家居气质星座，居家风格的趣解做个善于待客的女主人

## <<气质女人的修炼手册>>

### 章节摘录

书摘手袋 搭配 女性出门总少不了带个包。

在注重装饰的今天，女性的包远远超出了它的实用价值，成为女服饰配套的一个重要组成部分，在整个形象中处于很惹人注目的部位。

拥有包的数量不必多，但质量要好。

若是皮包，要注意皮质和脚上的皮鞋配套，颜色风格要与所穿服装协调。

如果你穿着一套风格朴素的服装，却挎着装饰华美的皮包，会有一种喧宾夺主、“只见皮包不见人”的感觉，相反，如果你穿一身华美的丝绒旗袍，却提着一只塑料网袋，则会令人遗憾不已。

类型 公文包：公文包通常分几大格，专门存放纸张、计算器、卡片、圆珠笔、文件、公文信笺等。

公文包坚实挺括，以真皮为主，也有用轧花皮革缝制的。

款式有正方、长方、扁方、扁圆和大哥大式等多种，色彩以酱黄为主，携带方式包括有拎、背、挟等。

伸缩包：包内无固定的支架，软而有韧性。

它式样繁多，有背带式、有手提式，有的集皮包与钱包为一体，包里面通常有二、三个暗袋，可放钞票、钥匙、化妆品，适合青年女性使用。

拉链背包：它对参加远道会议或进行野外作业的女性最为适用，但刚开始使用一般难以习惯，背带易夹头发，多用几次便自然了。

一般做工精良的皮包，皮质优良富有光泽，背带长度能调节自如。

包的位置以放在腰与髋骨之间比较合适，而且方便。

一些特大的挎包，只要手能自由进出即可，包带不宜过长。

有些背包还可收起背带变成挎包，一包两种携带方式，可随意选择。

而双肩背包，更使年轻女性充满青春朝气。

背法 带包外出时，要注意自己的仪态：用肩背包时最忌两边甩动，可用一手固持皮包，另一手自然摆动；用手提包时可以靠在身边，不可摇晃，或挽在手臂里，手臂由外朝内挽，手肘平放在腰间，与手臂成自然的90度；对于没有背带的皮包，可用单手，像抱书本般抱在右胸前或左胸前，也可托在腰际，切忌挟在腋下或用手指抓住皮包；如果除了皮包还拿着另一样东西如伞、书本等，最好用一只手拿两样东西，另一只手自然摆动，才能保持端庄和优雅的仪态。

P11-12

## <<气质女人的修炼手册>>

### 编辑推荐

女人的美貌是天生的，但是气质却是后天可以经过磨练和积累获得的。

本书要告诉你的就是：如果你是很普通的女性，通过对自身气质的修炼，你会成为男人倾慕的女人；如果你是清新靓丽的女性，通过对自身气质的修炼，你会成为男人心动的女人；如果你是美丽善良的女性，通过对自身气质的修炼，你会成为男人永远回味的女人。

气质女人一定知道如何展示自我的人生价值，懂得在生活中要有自己独到的见解，具有一颗宽容而大度的爱人之心。

女人因气质之美而脱俗，因气质之美丽妩媚。

本书将全方位告诉你，如何来做一个气质女人！

<<气质女人的修炼手册>>

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>