

# 25歲開始的美容保養書



[25歲開始的美容保養書\\_下载链接1](#)

著者:林葉亭

出版者:大峽谷

出版时间:20030616

装帧:

isbn:9789572868409

◎25歲開始的Skin care

隨著皮膚年齡的老化，皮膚保養對25歲以上的女人來說可是馬虎不得。林葉亭告訴讀者如何做每日的皮膚清潔與保養、如何防止紫外線的傷害。並開闢【Trouble Care】特區，教導女性朋友遇到黑斑、細紋、青春痘、曬傷、黑眼圈等臉部問題該如何改善，以及如何利用彩作遮掩，讓25歲以上的女人怎麼看都年輕。◎我想變得更美麗  
美容液、敷臉、生活改善

模特兒將使用各種品牌保養品作實驗，由林葉亭針對產品作評分。保養品包括美白與保濕的美容液、敷臉用品等。另外林葉亭也會說明生活習慣對皮膚的影響，教導讀者如何從飲食、睡眠、運動、按摩與瑜珈等方式改善自己的肌膚。◎25歲的身體保養大作戰

身體部位的小瑕疵可是會透露年齡的秘密唷！林葉亭照顧你的臉，也照顧你的完美身體，本單元將依照頸、肩膀、手、足(大腿~腳)、健胸、抬臀、入浴療法等單元，用深入淺出的方式，教導讀者保養愛護全身的各部位。◎給25歲的女人年輕化妝術

25歲以後的女人，需要知道如何正確且有效的化妝，林葉亭不但重視化妝前的保養，更

重視化妝的靈魂角色—修飾粉底，林葉亭提供的專業化妝術，可以讓25歲以上的女人變得更年輕。對色彩有專業見解的林葉亭更運用不同色彩，為讀者搭配出甜美、個性美、性感美，以及適合不同場合的彩妝。◎皮膚科醫生的對談記

林葉亭將與皮膚科醫生吳英俊與羅奇對談，破解一般讀者對皮膚保養問題的迷思，並提供正確的皮膚保養觀念。◎明星美麗秘笈大公開

為什麼那位明星永遠可以這麼美？他是怎麼保養的？林葉亭將公開台灣藝人保養與養生方法，讓愛美的讀者也可以很卡哇依。◎養生小食譜

吃的保養品有比擦的更有效。林葉亭提供讀者實用養生食譜，讓讀者從內美到外，不用花大錢買保養品，就能健康的享有自然美貌。◎Q&A教室

該如何避免產後妊娠紋？凡士林真的可以當護唇膏嗎？女人總是對自己身上的許多地方不滿意，為了解答讀者形形色色的問題，林葉亭特別開闢Q&A教室，解答讀者從頭到腳的疑惑。就算是難以啟齒的問題，或是身上不容易被注意的地方，林葉亭都會很細心的為讀者設想，並做最詳盡的解答。作者介紹

作者：知名造型師--林葉亭

星座：處女座--追求完美、實事求是。

專長：造型設計、化妝、髮型設計、服裝搭配、服裝飾品DIY。

學歷：日本文化服裝學院造型設計科畢。

身份：歌手、主持人、演員、整體造型師、作家。

經歷：1993年以歌手的身份出道，期間發行過「SUBWAY」、「和照片談憐愛」等專輯。近年轉至幕後發展，曾為陶晶瑩、伍思凱、張菲等多位知名藝人做過造型。出版過數本與美容相關書籍，如「寶貝我的臉」、「EQ魔法書」、「不思議的衣」。現為專業服裝造型顧問、美容講師。

代言：嬰兒尿布、婕若琳潤膚除紋霜等產品

目前為J2服裝公司負責人，J2目前已有10家分店。並代理LIMI(山本里美)、Cocue(小杉正佳)、Ysaccs(山本耀司)、SAC(日本雜誌人氣)等產品。

作者介绍:

目录:

[25歲開始的美容保養書\\_下载链接1](#)

标签

25岁开始的美容保养

林叶亭

女人25，活出最好的自己

25保养

护肤美容

形象工程

美容

好

## 评论

为大家分享个护肤小知识:1.清晨洗脸不该用脸盆，2.不该用肥皂偏碱性的肥皂不但破坏了皮脂腺和汗腺的保护作用，而且会刺激皮脂腺多多“产油”3.不该用热水，热水能彻底清除面部的防护膜4.不该用湿毛巾:久湿不干的毛巾有利于各种微生物滋长，各种皮肤问题可以微信我哦，教你如何护肤A312860908

看这个不如实践起来，护肤走起来。最近用了爱美肌，感觉很不错，开始美起来，感兴趣的亲可以V我哦578740703 爱美肌，爱美肌，爱美肌 爱上你的肌肤

学美容知识就是为了美丽 既然学了那就用起来吧 黛莱美，蓝莓系列产品关注我吧微信zdn2524219553扣扣524068505 可批发代理一件代发

[25歲開始的美容保養書 下载链接1](#)

-----  
[25歲開始的美容保養書\\_下载链接1](#)