

《袁彌明28日魔幻煥膚全體驗》

图书基本信息

书名：《袁彌明28日魔幻煥膚全體驗》

13位ISBN编号：9789881921857

10位ISBN编号：9881921856

出版时间：2010-06-29

出版社：天窗出版

作者：袁彌明

页数：192

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《袁彌明28日魔幻煥膚全體驗》

內容概要

著名藝人推薦其獨家的美容秘方及扮靚心得，有絕對的說服力。

扮靚心得在網上廣為流傳，人氣甚高。

親身試用心得，在OL界甚有說服力。

「美容博客」袁彌明，個人網站點擊率每日超過十萬次，在YouTube教人護膚等影片點擊率高達二百萬次，成為新一代觸目的美容達人。

親身試驗超過近百種來自不同國家產品的優劣，鑽研中美日台美容名家書籍、網站及一些產品及成分的研究報告等，袁彌明深信要令皮膚煥發動人光彩，必須遠離含化學成分的產品。她尤其對防治敏感皮膚有一套獨特心得，曉得結合純天然安全成分的護膚品和抗敏生活習慣，才是皮膚保養之道。

袁彌明在本書除分享親身體驗，亦提出28天美肌改造四部曲：完美潔膚基本功、關鍵肌膚修護錦囊、撫平面紋的魔法、內外美肌修煉法，就可不必花巨額金錢除紋去斑，不用食藥，不須打針，只由潔膚嫩膚做起，手執28天迅速「煥」膚的魔幻鑰匙，齊齊打開令你容光煥發的美肌秘密！

28天美肌改造四部曲：

首部曲，完美潔膚基本功，鑽研最潔淨的潔面大法，妙用神奇角鯊烯（Squalene）補濕鎖水。

第二部曲，關鍵肌膚修護錦囊，100%純左旋維他命C美白又淡斑，Vitamin B3控油兼去面黃，高嶺土潔淨面膜擊退黑頭、暗瘡等惱人問題，沒有難度。

第三部曲，撫平面紋的魔法，膠原蛋白防皮膚鬆弛，古惑「伸舌」小運動除雙下巴兼瘦面。

第四部曲，內外美肌修煉法，分享抗敏心得；「肉女」至纖排毒餐單，主打有由有機小麥草等廿多種蔬菜濃縮而成的「綠粉」，促進腸胃健康，去水腫兼減磅；含火山灰成分的「大腸清道夫」除宿便兼改善膚質，令人無毒一身輕。

《袁彌明28日魔幻煥膚全體驗》

作者簡介

袁彌明（Erica），不屑當純情無知玉女，更沒有留在某電視台「發展」當姐仔，反而在blog界迅速大紅，她的博客每日瀏覽人次高達六位數字，並把上妝落妝變素顏過程放在YouTube任人瀏覽。

現在有線電視、亞洲電視和網台香港人網當節目主持，每日上午炒股炒金炒期指作投資，下午打理生活百貨業務，晚上做回全職女友。著作有《反串》。

袁彌明個人網站：

<http://ericayuen.blogspot.com/>

名人推薦：

「想知道Erica為何選港姐後，就無間斷發揮爆棚的自信心及進取心，讀過她書中的美容體驗與秘技，就知道這位永遠充滿活力神采的女孩，絕非浪得虛名。」

「青姐」胡孟青

「還未說她異常勤力，本來對美容化妝一知半解，決定做這門生意後就立即翻箱倒篋找來百多本美容醫學產品成分的書籍來鑽研，成為漸顯權威性的美容博客……她這本美容書，我當然是熱切期待的。」

」

Kenneth Wong星級化妝師

「現在，終於有了這本美容字典，我就能隨時隨地翻著來看，翻著來偷師。試問，有哪位女孩子不愛美呢？」

有線主持譚凱琪

「Erica就願意花時間不停地嘗試，也願意跟大家分享心得和經驗，如果想用最短的時間令自己變得美麗，這本書絕對適合你！」

模特兒莊思敏

《袁彌明28日魔幻煥膚全體驗》

書籍目錄

第一週 完美潔膚基本功

- Day 01 護膚首先學潔面
- Day 02 Toner有助吸收精華
- Day 03 遠離刺激成分
- Day 04 透明質酸補濕最好
- Day 05 令面部發光的角鯊稀
- Day 06 徹底卸妝最護膚
- Day 07 深層清潔的技巧

第二週 關鍵肌膚修護錦囊

- Day 08 曬黑也會曬老
- Day 09 防曬的誤解
- Day 10 美白不一定致敏
- Day 11 沒有不能淡化的黑斑
- Day 12 再見黃面婆
- Day 13 忘記吸油紙吧
- Day 14 纏繞我的黑頭

第三週 撫平面紋的魔法

- Day 15 周期性肌膚護理
- Day 16 M come總有幾粒暗瘡
- Day 17 「凍敷」面膜收毛孔
- Day 18 眼部災難 易請難送
- Day 19 告別熊貓眼
- Day 20 紫外光曬出皺紋
- Day 21 整容不如運動

第四週 內外美肌修煉法

- Day 22 急救敏感皮膚
- Day 23 補濕面膜為肌膚「解渴」
- Day 24 櫻唇的誘惑
- Day 25 外遊護膚四寶
- Day 26 飲食煥膚
- Day 27 除宿便 膚質美
- Day 28 KEEP FIT心經

《袁彌明28日魔幻煥膚全體驗》

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:www.tushu111.com