

# 8件小事让你一天变漂亮



## 第4件事 试试跨牌混用护肤品

有许多人对于护肤品混用有误解,认为从洗面到晚霜全用一个牌子才可以。其实,混用护肤品基本上不会对皮肤造成不良影响,反而有利于补充皮肤所需的营养。由于各种护肤品品牌都有自己的强项,在护肤营养配方上也有独到之处,因此,混用不同品牌的护肤品能在营养上形成互补。

## 第5件事 常笑可以自动调节内分泌

每天摆“苦瓜脸”会使皮肤细胞缺乏营养,脸上的皮肤干枯无华,出现皱纹,同时还会加深面部的“愁纹”。笑一笑,十年少。情绪稳定对内分泌平衡十分重要,拥有一颗温和宽容心的女人是美丽的,这不只是心理上的印象。

## 第6件事 必须学会睡觉

你可能会嗤之以鼻——睡觉还用学?但忽视深夜保养,很容易就会让你的肌肤年龄=实际年龄×1.2。这也是为什么美妆界前所未有地重推“分时保养、深夜美容”理念的原因,有效的睡眠让你每天比别人多保养整整8小时!

## 第7件事 做好防晒,一件事顶一万件事

仅仅用一个数据来证明防晒的必要性吧——欧美最新调查数据表明,坚持每天抹防晒品的女性,在50岁的时候,会看起来比实际年纪小13岁——也就是看上去才37岁而已。知道问题的严重性了吧!赶快加入到防晒大军中来吧!

## 第8件事 控油让脸面更干净

油乎乎的脸看起来就很脏,无论肤色如何,都是一脸邋遢样。其实神秘的“油脂腺”通俗说来就像一根水管。大家要像对自家不断冒水的龙头一样,进行一次有效的管道维护。(新浪)

**第1件事 饭后不要喝茶**  
铁是让脸色白里透红的重要元素。作为食补搭配,饭后饮料也有学问,维生素C能促进铁质吸收,像柳橙、葡萄柚汁这种柑橘类水果最棒,而容易氧化的咖啡或茶,则会让养分摄取功亏一篑。所以,饭后不喝茶,脸色才会红润动人!

**第2件事 变美从正确洗脸开始**  
根据调查,七成多女人没有选对适合自己的洁面产品,而且洗脸方法也存在着不同程度的误区。及时调整洗脸方式,否则错误护理会日日侵害肌肤,让你擦什么保养品都不见效。

**第3件事 嚼口香糖就可以美容**  
经美国洛杉矶面部神经医学中心主任福克斯博士临床试验证实,每天咀嚼口香糖15—20分钟的人,几个星期后面部皱纹开始减少,面色也变得更加红润。在日常生活中,咀嚼甘蔗、面筋等,也会起到同样的作用。

宝贝漂亮的肌肤是喝出来的!

精磨好豆浆  
清凉爽一夏  
健康热线:8818193

九阳豆浆  
周口宝贝  
喝豆浆,美容又健康!

纯粹摄影

纯粹摄影地址:周口新华步行北街口路西二楼  
电话:8286565



本期摄影:纯粹婚纱摄影  
20号宝贝:高晶晶 年龄:18 爱好:听歌 星座:处女 最喜欢的一句话:做一个纯粹的人,拍纯粹的照片 最大的愿望:成为一名演员 最崇拜的人:周笔畅 读者支持热线:13592242208

★精磨细熬好豆浆,豆浆机行业的标准,九阳豆浆机!

专注好豆浆 九阳 15年!

本栏目为企业、商家提供形象代言人、平面广告、车模模特人选,欢迎服装卖场、珠宝首饰店、美容、美甲、化妆品商家赞助! 联系电话:13592242208



为了充分彰显周口女性健康、阳光、时尚魅力,展现活泼、青春、靓丽风采,满足她们的明星梦想,“九阳豆浆·周口宝贝”将为您提供一个宝贵的平台。

本栏目每周推出一位宝贝,每位宝贝均能得到由九阳公司提供的贵重礼品一份,和纯粹提供免费的20寸海报一幅。欢迎16岁以上女性参加,不收报名费,由新华步行北街纯粹摄影机构免费拍摄,当场选片。

报名地点:纯粹摄影:8286565 QQ:380836404

# 今夏穿长裙的5个关键词



导读:今夏经典唯美的女神般的长裙再度登场,及脚踝的长度加上拖曳的裙尾将身体的比例拉长,女王气质越发凸显。

**关键词1: 丑腿救星**  
裙子一定要够长,长得几乎可以扫地的裙子可以让你下半身永无出头之日,可以掩饰各种不完美的体型,偶尔露出的脚踝只会令你更性感。

**关键词2: 几何分割线**

如果你的长裙是单色,上身衣形又缺乏变化,那么一款腰带十分重要,腰带的宽窄取决于你腰围的大小。

**关键词3: 配饰宜简**  
由于长裙本身包裹身体面积很大,裸露的皮肤本来就少,再往上面添各种繁复饰品只会显得累赘,简单的镯子、项链及耳环等,却可画龙点睛。

**关键词4: 昂首挺胸**  
千万不要被庞大的长裙牵绊了身躯,有含胸习惯的美女,一定要奋然挺直脊梁,这样才能令你的长裙柔垂动人,你也全身充满女神的典雅气势。

**关键词5: 凉鞋通牒**  
通常人们认为长裙会让人显得更矮,其实长裙带给人视觉上的影响主要来自它带给下身的沉重力量。一对出彩的凉鞋绝对是长裙的最佳伴侣。不要担心不够高撑不起一条长裙,“绝望主妇”伊娃也就1.57米,照样长裙摇曳倾倒众生,她经常也就是穿人字拖而已。所以哪怕你是袖珍美女,也可一赶长裙潮流。(石棠)



## ·潮流前沿·

本栏目由万果园名品百货独家赞助。

职场MM很多时候都是选择裤装的,裤装的易搭配与方便是最适合职场的。当然,也不能少了时尚优雅。怎么能把这些气质都结合起来呢?看看这组图片吧!



天蓝色的衬衣,配上深色的胸花、九分的牛仔裤、细带高跟鞋,十分有女媛气质。



花朵般衬衫、黑色铅笔裤,略显胖的MM也是可以穿出好身材的。



这一身颜色的选择十分特别,细带的凉鞋修饰身形,有点肉肉的MM也可以试试。

