



D10

齐鲁晚报

都市消费·妆扮

2014.4.18 星期五

靓丽新嫁娘 无瑕美人计

Plan1——护肤

无论你平日是否专注于保养，婚礼前至少两个月，美肤计划就要启动了。美容院的专业护理结合日常的加强养护，就能让肌肤焕然一新，在婚礼上绽放无瑕光彩。

保湿美白

新娘护肤流程首先要通过加强基础护理提升皮肤的整体状态。干燥缺水会让妆容无法服帖、晦暗的肤色纵使用再明艳的彩妆也无法遮盖。所以，在婚礼前一定要着重加强补水保湿和密集美白护理，打造出柔润净白的好气色。

保养Tips：

1、可以每周到专业美容院做一次护理，让美容师根据你的皮肤状态选择适宜的护理项目，比如保湿、亮白、骨胶原等都很适合准新娘选择，关键是要持之以恒。

2、使用有密集改善效果的护肤品，如密集修复、密集焕白等，能在短时间内有效提升肌肤的锁水量、弹力和紧实度，但要依据自己皮肤类型选择适合的产品，防止肌肤营养过剩。

3、加强面膜护理。在基础护肤的同时，选择具有补水美白效果的面膜产品，并提高使用频率，婚



干燥粗糙的双手、不够光洁的背部，都会让你在婚礼上大大失分。所以，作为美丽计划的重要环节之一，美体护理要从头到脚全面呵护，360度无死角，就是要面面俱美！

全身护理

全身护理对准新娘来说“势在必行”，背部的痘痘会让露背礼服暴露得一览无余；颈部护理不当也会与漂亮的脸蛋不和谐，千万不要给你的婚礼留下任何遗憾哦！

保养Tips：

1、选择美容院的美体或SPA项目，一般全套护理包括泡浴、全身去角质、精油按摩、体膜等内容，享受美容师专业舒适的服务，美化身体还能放松筋前紧张的心情。

2、有条件的可以选择家中精油泡浴。精油泡浴可以利用植物精华与水的热力来促进血液循环，提高肌肤的渗透吸收力，起到促进代谢、滋养美肤的作用。

头发养护

一头柔顺光泽的秀发对新娘来说也极为重要，头发的养护非一日之功，所以更应该提早下手，才能在婚礼上打造出最完美的发型。

保养Tips：

1、每周定期使用发膜、焗油等护发产品为头发做持续深入的养护，能够在短时间内有效改善发丝的状态，让你原本干枯暗哑的头发焕发出新的光彩。

2、如果想更换发型或发色，也要提早下手。染发最好的效果是在染后两周左右，这时的发色看起来更自然，而如果发型发色不满意的话也要留有改正时间。

礼前一周可以每天睡前敷一片，你会发现皮肤一天比一天滋润透白。

眼部特护

新娘的爱意和神采都在眼波流转之间绽放，但如果你的双眼浮肿、细纹丛生、眼袋和黑眼圈挥之不去，也会在婚礼时给化妆师带来不少麻烦。所以在做好基础护肤的同时，对双眼进行“特护”势在必行。

保养Tips：

1、每天早晚坚持使用眼霜，并配合按摩手法适当按摩；每周进行一到两次眼膜护理，为眼部肌肤提供舒缓与密集养护；另外卸妆时也要使用眼部专用卸妆液。

2、养成良好的作息习惯，睡眠充足，切忌熬夜。平时多喝水，但要避免睡前大量饮水造成浮肿。长时间面对电脑之后可随手敷一片黄瓜片、土豆片，可及时缓解眼部疲劳。

呵护双唇

轻启双唇，说出那句幸福的“我愿意”。新娘护肤环节，一定也不能忽视了唇部护理。如果正值换季时节，干燥、脱皮现象会让你的嘴唇舒适度和美观度都直线下降，一定要全方位做好功课。

保养Tips：

1、如果嘴唇脱皮，切勿用手撕，可先用热毛巾敷3-5分钟，然后用柔软的刷子刷掉唇上的死皮，再涂护唇霜。

2、将润唇膏涂抹在嘴唇后，用保鲜膜覆盖在上面，一次大约15分钟，用这种方法坚持护理，能有效恢复唇部润泽。

LINK——护肤“口碑款”

① 迪奥密集修护精华露 ② 雅诗兰黛密集焕白滋润霜 ③ FANCL 补湿净白面膜（加强版）④ 兰蔻精华眼膜霜 ⑤ 雅顿八小时润泽护唇膏 ⑥ 欧舒丹蜂蜜润唇膏

Plan2——美体

要在戴上婚戒的时候留下最美好的记忆，纤纤玉手一定要护理得当。而婚礼时必须穿高跟鞋长时间站立，足部护理也必不可少。

保养Tips：

1、在婚礼前一周可以到美容院做一个手蜡护理，或在家里自己做一次手膜，能增加弹性和柔嫩度，使手部皮肤光滑柔嫩。

2、涂营养霜，去死皮、角质层，包括修剪趾甲，都能减轻你婚礼时的脚部酸痛现象，最后也不要忘记涂上漂亮的甲油。

LINK——美体“心水货”

① 香奈儿粉色邂逅身体乳 ② 娇韵诗调和身体护理油 ③ 波柏翠玫瑰蔷薇护手霜 ④ 卡诗奥丽顺柔发膜 ⑤ 阿芙玫瑰精油



婚礼是女人一生最憧憬的时刻，千般关注，万般宠爱，都汇聚在这一天。所以，踏上红毯的那一刻，怎能不惊艳到底？但为了这一天的完美出镜，也需要未雨绸缪，展开一场从头到脚的美丽计划。以爱的名义扮靓自己，让婚礼定格下最完美的你，赶快行动起来吧！

□张颖

Plan3——新娘妆

作为最受瞩目的焦点，画一个漂亮的新娘妆对新娘来说至关重要，除了婚纱影楼会提供婚礼化妆，你还可以自己选择专业化妆师全程跟妆。

影楼化妆

很多婚纱影楼会赠送婚礼当天的新娘妆服务，需要新娘在婚礼当天到影楼完成化妆造型。影楼化妆相对装备比较齐全，效率也比较高，一般不需要另外付费，是经济实惠的选择。

提示：

1、提前与影楼化妆师沟通你想要的风格，让化妆师根据婚纱、礼服的风格为你提供妆容选择，因为没有跟妆，妆容最好与所有婚礼服装都要协调。

2、婚礼前一天睡前做一次面膜护理，把肌肤调理到最佳状态，婚礼当天起床之后只要做好基础护肤就好，不要自己上任何彩妆。

新娘跟妆

分类：

新娘跟妆分为两类：一种是全程跟妆，即从早上新娘出家开始一直到婚宴结束，化妆师都跟随新娘随时补妆或变化妆容造型；另一种是半程跟妆，即化妆师只是在早上的时候到新娘家中为新娘化好妆。

价格：

根据分类的不同、服务时间的长短、化妆师的口碑，新娘跟妆的价位也会有高低。目前济南市场上的跟妆服务，半程跟妆即早妆或晚宴妆一次在200-500元；全程跟妆一般会有各种高低套系可以选择，价位从500-2000元不等，网上团购时会有较低折扣，套系服务还可以赠送伴娘及妈妈婆婆化妆以及免费试妆。

提示：

1、首先要确定婚礼上跟妆的预算，然后到专业的婚庆网站查询相关跟妆服务机构的价位和服务内容，如果有亲戚朋友给予推荐，也可以事半功倍。

2、选择好了跟妆一定要提前试妆，要和化妆师充分交流，也要适当尊重化妆师的创意。试妆时不仅要看妆面，还要看发型等搭配的整体感觉以及化妆品是否会过敏等。

3、关注细节，比如化妆师的工作速度、是否细心等，化妆师在婚礼上相当于半个伴娘，为了保证婚礼正常进度，有经验的化妆师将帮你轻松hold住各种小状况。