

فراسوی زیبایی

www.ketab.ir

پورمحمد شاندیز، زهرا، ۱۳۶۵ .	سرشناسه
فراسوی زیبایی / زهرا پورمحمد شاندیز.	عنوان و نام پدیدآور
مشهد: زرین کلک آفتاب، ۱۳۹۴.	مشخصات نشر
۲۳۰ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.	مشخصات ظاهری
۳-۹-۳۱-۹۵۰۶۰۰-۹۷۸ : ۲۰۰۰۰۰ ریال	شابک
فیبا	وضعیت فهرست نویسی
زیبایی شخصی	موضوع
لوازم آرایش	موضوع
زنان — بهداشت — به زبان ساده	موضوع
۱۳۹۴ ف ۲۹/۹/۸/۸۷۷۶ RAY	رده بندی کنگره
۶۲۶/۷۲۶	رده بندی دیویی
۳۹۳۳۹۷	شماره کتابشناسی ملی

نام کتاب : فراسوی زیبایی
 گردآورنده: زهرا پورمحمد شاندیز
 ناشر : زرین کلک آفتاب
 ویراستار : بهارک بهارستانی
 نوبت چاپ : اول ۱۳۹۴
 شمارگان : ۳۰۰۰ نسخه
 لیتوگرافی : کارنگ اسکندر
 چاپ : نیکو
 صحافی : حافظ
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۰۳۱-۹-۳
 قیمت : ۲۰۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

فصل اول: استفاده سالم از لوازم آرایشی

- ۱۰ فرمان برای فرار از حساسیت به لوازم آرایشی..... ۱۵
- ۲۰ نکته که برای زیبایی باید از آنها اجتناب کرد..... ۱۷
- ۳ اشتباه رایج در خرید لوازم آرایشی..... ۲۱
- ۴ وضعیت قرمز در آرایشگاه..... ۲۴
- ۵ راز زیبایی..... ۲۸
- ۶ گام به سوی داشتن ابروانی زیبا و فوق العاده..... ۳۳
- ۷ ترفند آرایشی برای جوانتر نمایان شدن..... ۳۴
- ۷ نکته مهم در رابطه با آرایش و لوازم آرایشی..... ۴۰
- ۸ توصیه برای پاک کردن آرایش..... ۴۳

فصل دوم: آرایش و نکات مربوط به آن

- آرایش و اثرات روانی آن..... ۴۷
- آرایش ۵ دقیقه‌ای..... ۴۸
- تجدید آرایش..... ۴۹
- آرایش تکمیلی و ترمیمی..... ۴۹
- آشنایی با انواع کرم‌ها..... ۵۱
- کرم‌های مرطوب کننده:..... ۵۱
- کرم‌های ضد آفتاب:..... ۵۲

- ۵۲..... کرم‌های روز و کرم‌های شب:
- ۵۲..... آرایش چشم‌ها جهت درشت جلوه دادن چشم
- ۵۳..... آرایش دختران جوان
- ۶۰..... آرایش صورت
- ۶۰..... پوشش دهنده:
- ۶۱..... کرم پودر:
- ۶۱..... پودر:
- ۶۱..... آرایش قدم به قدم چشم
- ۶۴..... آرایش لب‌ها
- ۶۶..... آرایش مناسب برای هر رنگ پوست
- ۷۰..... آشنایی با عطر
- ۷۵..... آموزش روش صحیح شامپو زدن
- ۸۲..... آن روی سکه صنعت محصولات آرایشی و زیبایی
- ۸۳..... لوسیون وازلین:
- ۸۳..... رژ لب مایع:
- ۸۳..... رنگ ناخن:
- ۸۵..... آنچه درباره فر کردن موها باید بدانیم
- ۸۶..... از بیگودی‌های دیروز تا بابلیس‌های امروز
- ۸۶..... فر داغ الکتریکی
- ۸۷..... مراقبت از موهای فر
- ۸۸..... آیا آرایش چهره شما را پیر می‌کند؟
- ۹۱..... ابرو آرایی
- ۹۱..... مهندسی ابرو
- ۹۲..... زیبا سازی ابرو

- ۹۳..... ابروهای خشن ابروهای شاد
- ۹۴..... نکته درباره برداشتن ابروها با موچین
- ۹۵..... اثر معالجات ارتودنسی بر سیستم عضلات
- ۹۶..... ادوکلن
- ۹۶..... ادوکلن خود را با توجه به نوع پوستتان انتخاب کنید!!
- ۹۶..... • روش تست کردن ادوکلن:
- ۹۷..... • ترکیباتی در ادوکلن ها که باید از آنها پرهیز کرد:
- ۹۷..... • چطور بفهمیم عطری با پوستمان سازگاری دارد؟
- ۱۰۰..... اضافه کردن مو (اکستشن)
- ۱۰۱..... • مضرات موهای مصنوعی
- ۱۰۲..... امان از این بینی زشت
- ۱۰۸..... انتخاب پودر، عطر، کرم و ماتیک
- ۱۰۸..... • پودرها
- ۱۰۹..... • عطرها
- ۱۰۹..... • کرم ها
- ۱۰۹..... • ماتیک ها
- ۱۱۰..... انتخاب رژ لب مناسب
- ۱۱۳..... انتخاب رنگ موی مناسب
- ۱۲۱..... با آخرین متدهای زیبایی آشنا شوید
- ۱۲۱..... • خداحافظی با مدل موهای سفت و محکم
- ۱۲۱..... • لب هایتان را زیاد آرایش نکنید
- ۱۲۲..... • ناخن های کوتاه تر و گردتر را امتحان کنید
- ۱۲۲..... • بگذارید کمی از ریشه موهایتان دیده شود
- ۱۲۳..... • پوست هایی به رنگ شکلات

- ۱۲۵..... با لباس مناسب عیب‌های اندامتان را بپوشانید
- ۱۲۹..... با موثرترین ماسک‌های میوه‌ای آشنا شوید
- ۱۳۵..... بهداشت در آرایشگاه زنان
- ۱۳۵..... نکات بهداشتی هنگام اصلاح
- ۱۳۵..... آرایشهای رایج و سلامت
- ۱۳۶..... پوشش‌های محافظ
- ۱۳۷..... آرایشگرها و تخلفات رایج
- ۱۳۸..... بهداشت مو
- ۱۳۹..... • شوره سر
- ۱۴۰..... • ویتامینه کردن موی سر
- ۱۴۰..... • نکته‌هایی در هنگام شستن موها
- ۱۴۲..... بیماری پشت نقاب زیبایی
- ۱۴۲..... • کاشت ناخن
- ۱۴۴..... • رشد قارچ‌ها
- ۱۴۵..... • انتقال بیماری
- ۱۴۵..... • کاشت مژه
- ۱۴۵..... • تاتو ابرو
- ۱۴۶..... • عوارض تاتو
- ۱۴۷..... • از بین بردن تاتو
- ۱۴۷..... • لایه برداری
- ۱۴۸..... پوستمان را پاس بداریم
- ۱۴۹..... پوست‌های چرب در بخش مراقبت‌های ویژه
- ۱۵۳..... مشخصات کرم ضد آفتاب
- ۱۵۴..... پیری را به عقب بیندازیم
- ۱۵۶..... فرار از نشانه‌های پیری

- پیش شرط‌های آراستگی بعد از ۵۰ سالگی..... ۱۵۸
- نبایدهای ۱۰ گانه در سالمندی..... ۱۵۹
- بایدهای ۵ گانه..... ۱۶۰
- توصیه به زنان سالمند..... ۱۶۱
- مقابله با پیری پوست..... ۱۶۲
- گریم**..... ۱۶۳
- تاریخچه گریم..... ۱۶۳
- ترکیبات رنگی آرایشی..... ۱۶۴
- مواد آرایشی چشم..... ۱۶۴
- مواد آرایشی لب..... ۱۶۵
- مواد آرایشی مو..... ۱۶۵
- مواد آرایشی ناخن..... ۱۶۶
- Cosmeceuticals چه هستند؟..... ۱۶۷
- تناسب، اصل زیبایی است..... ۱۶۸
- چانه متناسب..... ۱۶۸
- نسبت طلایی بین اجزای صورت..... ۱۶۹
- این ماسک به صورت شما می‌نشیند؟..... ۱۶۹
- آفریقایی‌ها عاشق فک‌های بیرون زده‌اند..... ۱۷۰
- معیار زیبایی بینی..... ۱۷۰
- توصیه‌هایی برای جراحی زیبایی..... ۱۷۱
- تزریق بوتاکس..... ۱۷۳
- توصیه‌هایی در رابطه با لباس برای خانم‌ها..... ۱۷۵
- جادوی رنگ در آرایش..... ۱۷۹
- چگونگی انتخاب رنگ لباس..... ۱۸۴
- ۹ قانون مهم درباره تناسب رنگ‌ها..... ۱۸۶

- درمان چین و چروک صورت با بوتاکس و ژل ۱۸۷
- راه‌های فرار از بوی عرق ۱۹۱
- بوی بد امتیاز منفی ۱۹۱
- شست و شو ۱۹۲
- لباس‌های تر و تمیز ۱۹۲
- بوی بد پاها ۱۹۳
- غلبه بر ۸ عامل برای جوان ماندن ۱۹۴
- لبها و زیبایی (LIPS & BEAUTY) ۱۹۷
- طریقه استفاده از lipstick ۱۹۹
 - کاربرد صحیح lipstick ۱۹۹
 - آرایش لبها ۲۰۰

فصل سوم: پوست زیبا و سالم

- نکاتی برای داشتن پوستی زیبا ۲۰۵
- ۱- پوست نرمال: ۲۰۵
 - ۲- پوست چرب: ۲۰۵
 - ۳- پوست خشک: ۲۰۶
 - ۴- پوست ترکیبی: ۲۰۶
 - ۵- پوست حساس: ۲۰۷
- نکاتی در مورد سلامتی پوست ۲۰۷
- بهداشت پوست بزرگسالان ۲۰۸
- رازهای جوانی پوست ۲۱۰
- راههای ساده زیبا شدن ۲۱۲

۲۱۵	رنگ ها در آرایش
۲۱۵	• رنگهای اولیه یا اصلی
۲۱۵	• رنگهای ثانویه یا فرعی
۲۱۵	• رنگهای فرعی دیگر
۲۱۷	روش استفاده از کرم پودر
۲۱۹	روش های خودآرایی
۲۱۹	• انواع چهره ها
۲۱۹	۱- فرم بیضی:
۲۱۹	۲- فرم گرد:
۲۱۹	۳- فرم مربع:
۲۲۰	۴- فرم مستطیل:
۲۲۰	۵- فرم لوزی:
۲۲۰	۶- فرم مثلث:
۲۲۰	۷- فرم مثلث معکوس و یا قلب:
۲۲۰	۸- فرم صورت باریک و لاغر:
۲۲۱	• ابروها
۲۲۲	• چشم ها
۲۲۲	۱- چشمهای از هم دور
۲۲۲	۲- چشمهای به هم نزدیک
۲۲۲	۳- چشمهای بسیار درشت
۲۲۳	۴- چشمهای ریز و باریک
۲۲۳	تب زیبایی
۲۲۵	• ریشه های بیمارگونه تصور زشتی

فصل چهارم: زیبایی در کنار سلامت

- ۲۲۸ قبل از خرید هر کرم پودری آن را تست کنید
- ۲۲۸ اگر لنز می زنید مواظب باشید
- ۲۲۹ زیبایی و شادابی
- ۲۳۲ سلامت مهم ترین عنصر آراستگی
- ۲۳۳ نکات مهم استفاده از محصولات آرایشی
- ۲۳۳ • خارش های چشم ناشی از استفاده از ریمل
- ۲۳۳ • پاک کردن مواد آرایشی قبل از خواب
- ۲۳۳ • عدم استفاده از لوازم آرایش مشترک
- ۲۳۳ • اسپری های مو و پودر های آرایشی
- ۲۳۴ • لوازم آرایشی طبیعی و گیاهی
- ۲۳۴ • استفاده از لوازم آرایشی ضد آب
- ۲۳۴ • توجه به PH محصولات
- ۲۳۴ • محصولات دو منظوره
- ۲۳۵ • تاتو
- ۲۳۵ • رنگ مو
- ۲۳۵ • گونه های برجسته، سلامتی تا زیبایی پرخطر
- ۲۳۶ • گونه های ژله ای
- ۲۳۷ • گونه های مصنوعی
- ۲۳۸ • تزریق چربی، خوب یا بد
- ۲۳۸ • فرار از پیری زودرس بدون عمل جراحی