

<<女人一本书>>

图书基本信息

<<女人一本书>>

前言

## <<女人一本书>>

### 内容概要

女人，不一定要美丽，但一定要有魅力。

本书的两位作者抱着极大的热情采访了各个阶层的众多女性，从女人一生要做的上万件事中筛选出成为魅力女人要做的109件事。

它像闺蜜一般与你分享有趣的女性话题，给出生活中最贴心的建议：从形象气质的塑造修炼到持家理财的精明智慧，从两性交往的私密经验到经营事业的机巧方略……涵盖女性生活的方方面面，并对女性在生活中遇到的各种问题进行面面俱到的解答。

它像私人教练似的训练女性朋友，引导女人从青涩走向成熟，帮助女人正确经营仪态、爱情、婚姻、事业，优雅从容地打理纷繁世事，气定神闲地应对人生烦恼。

<<女人一本书>>

作者简介

海克·布吕莫娜 ( Heike

Bl ü mmer ) 1995年，海克·布吕莫娜开始了她的记者生涯，经常拍摄一些以音乐、模特和时尚文化为主题的纪录片，后又与人一起创办了德国著名的《虚拟杂志》；现今，她在柏林经营着“动植物”媒体公关公司。

雅奎琳娜·托马克 ( Jacqu

<<女人一本书>>

书籍目录

前言

男女有别

咱家有女初长成

进入

自由泳

汽车抛锚

踏板启动

铁人三项运动

做企划书

愉快地乘飞机

搬家

家庭主妇

组织派对

家有工匠

安装电灯

种草药

了解电线与插销

给家具上光

烹饪美味面条

学做酱面条

编织最简单的毛衣

冷静地与蜘蛛周旋

处理污渍

炖产后汤

女人与技术

如何播放唱片

换轮胎

优雅地上、下车

停车难

钉纽扣

投掷

非语言沟通

冲着命令怒吼

织补破洞

女人和男人

夸奖男人

与非舞者跳舞

凰求凤

拒绝求婚

魅力新娘

给家人理发

温馨提示

他是否有情人

无效婚姻

单身女人

<<女人一本书>>

取下婚戒  
成功调情  
相亲  
女人与事业  
作报告  
阅读讲稿  
开自己的小型服装店  
一流女厨师  
领导岗位  
掩饰窘态  
明星之母拿绿卡  
女人与消费  
买股票  
戴帽子  
正确戴墨镜  
皮草, 第二层皮肤  
选择合适的内衣  
购买香水  
辨识钻石  
辨别假货  
系围巾  
镜中女人  
如何更上镜  
黄瓜面膜  
沐浴  
美甲  
既不前卫也不落伍  
化淡妆  
理发师  
染发  
荒唐的食疗  
用去皱注射液补救  
危机中的女人  
伪幽默  
摆脱痛经烦恼  
发飙  
学烹饪  
服装尺码  
内急  
了解并治疗倦怠  
自卫  
中年危机  
生育女神们  
女人与文化  
女人必看的部影片  
汽酒女行家  
食用马肉

<<女人一本书>>

美国式约会  
正确食用沙拉  
女人必读的本书  
购置艺术品  
拿住扎啤酒  
伊朗之旅  
头顶水罐运水  
打坐莲花台  
正确饮用伏特加  
女人与社会  
  男女平等  
  送礼艺术  
  介绍与被介绍  
  做善事  
  称呼“你”还是“您”  
  哀悼  
  儿童性启蒙教育  
  喝茶  
  说三道四  
  为奥斯卡保持良好体型  
女人与年龄  
  写回忆录  
  当婆婆（岳母）  
  擦拭银器  
  性生活  
  老年模特  
  老年大学生  
  皇后妈妈  
  建立基金会  
致谢

<<女人一本书>>

章节摘录

## <<女人一本书>>

### 媒体关注与评论

读这本书，就像我们平时和闺蜜一起讲悄悄话：既能分享有趣的话题，又能得到贴心的建议。

它是一本来自闺蜜的分享秘笈：有用，并且有趣！

——《都市丽人》增加些生活常识，增加些工作技能，增加些为人处事的智慧，做女人就会轻松些！

——《VOCE风采美妆》如果您是一位女性，并一直在探究您想了解的东西，现在终于有本适合您的书了。

——《法兰克福周日汇报》畅销书《男人一本书》终于有了姊妹篇，由于考虑到女性的复杂性，人们认为世间有许多事情似乎是不可能的，但两位女作家恰恰作出了相反的回答。

——《晚报》本书不失为女性世界的最佳指南，作者以奇特的手法，对女性生活中的问题进行面面俱到的解答。

可以将它作为有趣的读物，而非一本正经的指导性丛书来阅读。

——亚马逊网站

## <<女人一本书>>

### 编辑推荐

《女人一本书》献给那些敢于主动迎接生活挑战、渴望有所作为的女性朋友，是都市女性修炼自我的“幸福之书”，也是男人赠予爱人的最好礼物。  
自2008年9月在德国出版后，《女人一本书》持续100多周荣登德国《明镜周刊》畅销榜，被西方女性誉为从“青涩女孩”变身“成熟女人”的第一书！

<<女人一本书>>

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:<http://www.tushu007.com>