

Chinese-foreign Women's Health

2013 05
上半月

中外女性健康

武汉大学出版社 荣誉出品

世界十大
最美婚鞋

舌尖与欲望的
缠绵

汤唯
北京遇上西雅图

夏季防晒
你不知道的 7 件事

生得惊为天人
算什么

美味土产：
在“速溶”中瘦身

Mr. Right 背后的夫妻关系

ISSN 1672-6383

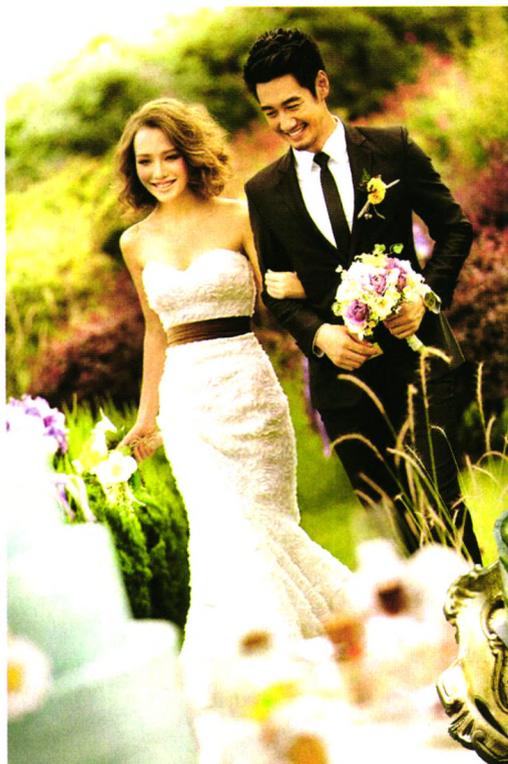
0 5 >



9 771672 638037

ISSN 1672-6383(国际标准刊号) CN42-1619/R(国内统一刊号) 邮发代号: 38-533 定价 15元

Contents 目录



P34 用腮红巧饰脸型



P12 世界十大最美婚鞋



P10 清新淡雅的夏日婚礼

编者的话

01 《初夏时节，分享美好》

风向 | 资讯

06 生活缔造者

08 健康风向标

风向 | 视点

10 清新淡雅的夏日婚礼

12 世界十大最美婚鞋

14 新娘“辫”奏曲，“辫”出最美新娘

16 假珠宝才是真流行 职场珠宝搭配秘笈

风格 | 特别策划

18 Mr. Right 背后的夫妻关系

风采 | 美丽课堂

28 瘦腿全攻略 做街头美腿达人

31 精油按摩适合你吗

32 日晒后“面若桃花”怎么办

33 肌肤爱“喝水”，为何还“喊渴”

33 出现不明原因的肌肤刺痛是怎么回事

34 用腮红巧饰脸型

35 夏季防晒你不知道的 7 件事

38 丝袜达人的混搭 LOOK

风采 | 修身养生

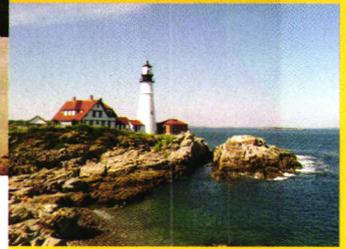
40 初夏最养生的生活方式

42 美味土产：在“速溶”中瘦身

44 夏季解暑又减肥 水中小运动塑身效果更明显

风雅 | 生活方式

46 轻生活 正流行



P66 寻觅著名电影拍摄地： 让你的蜜月之旅成为“经典”

- 48 爱上听书，让日子变得云淡风轻
- 50 人往低处走？
- 52 我那“垃圾”点缀的美丽人生
- 55 精巧软木塞盆景 DIY
- 56 “绣”色生香，灵动的闺阁女儿情

风雅 | 美食点睛

- 58 去海岛旅行 尽享菲律宾美食
- 60 英国菜的傲慢与偏见

风雅 | 爱上厨房

- 62 被冷藏的欲望——冻柠檬芝士蛋糕
- 63 芒果班戟
- 64 土豆也小资——土豆浓汤
- 65 极品卤肉饭

风雅 | 人在旅途

- 66 寻觅著名电影拍摄地：
让你的蜜月之旅成为“经典”

风雅 | 悦读

- 74 推荐音乐
- 75 推荐电影
- 76 推荐书籍



P62 被冷藏的欲望 冻柠檬芝士蛋糕

风情 | 执子之手

- 77 你们是最熟悉的陌生人吗
- 82 当梦想照进现实
- 85 意外的爱情保鲜剂
- 86 有什么样的“媳妇观” 就有什么样的婚姻生活
- 88 生得惊为天人算什么
- 90 谁许谁地老天荒

Contents 目录



P110 姚晨：朝着幸福的方向奔跑



P122 优雅，没那么简单

P124 淡雅纱帘，让空间更飘逸



92 因为爱，所以孩子气

风情 | 两性相悦

94 舌尖与欲望的缠绵

96 “慢热”老公慢慢“焐”

风情 | 专栏

98 与父母离婚

风铃 | 教子有方

100 我有没有动你幸福的奶酪

101 话痨宝宝有话说，你听懂了吗

102 牵着蜗牛去散步

103 如何做出简单营养的孩子早餐

风范 | 人物

106 柴静：去掉标签，永远清楚地活着

110 姚晨：朝着幸福的方向奔跑

114 她是歌手，她是传奇

风范 | 职场

116 一张名片引发的蝴蝶效应

118 你是哪种职场“饮品”

120 这些话，不能对领导说

风尚 | 仪态

122 优雅，没那么简单

风尚 | 家居

124 淡雅纱帘，让空间更飘逸

风尚 | 伊人

126 是谁，在流年里绽放