

# 女神训练营之美容课 美容让皮肤更年轻



文 | 吴超琪 图 | 孙凜

容颜 不是女神的全部 但一定是每个女神必备的。这个看脸的世界 要成为瞩目耀眼的女神 第一步就是保养好脸蛋。在女神训练营第三期开营这天 第11班的学员也迎来她们的第一节课 美容课。

现代女性在空气污染、日晒、精神压力等因素的影响下，皮肤变得又干又涩 如何来拯救肌肤 来自瑞安华利美人轻奢保养工作室的吕华超作为此次的美容导师，以沙龙的形式为学员带来一场让皮肤更年轻的奥妙探讨。

在课程开始前，吕老师让助理为每位学员发了一份问卷调查，帮学员更好地了解自己的皮肤，同时，对学员进行了肌肤含水量测试。

在当下流行的观念里，女人似乎拥有高超的化妆技术就可以变女神，而吕老师教给学员的是如何在素颜状态下呈现肌肤最好的状态。人的器官是有保质期的，皮肤在18岁之后开始衰老，保养的意义在于坚持。

这节课，吕老师还邀请了一名模特，为学员展示如何进行卸妆，并逐一展示专业日常皮肤护理的流程。卸妆要从下往上 提拉脸部 这样也能更好的清洁毛孔。皮脂腺的健康直接关系皮肤的好坏。即便是简单的卸妆动作，日常生活中也还是有许多人做错。吕老师一边为学员讲解护肤的原理，为其建立科学的护肤保养观念，让她们更加了解自己的皮肤，一边将护肤技巧细化到各个动作，让学员更直观护肤手法。

阳光、电脑辐射、日光灯 都会对皮肤造成难以修复的伤害。吕老师强调在护肤过程中，还有一点尤其重要 就是防晒，而且应该是随时随地的。

老师的课程中有很多护肤干货，如果不是这节课，也许在接下来的几年中，我还会一直重复错误的护肤，平时因为要出席一些场合，也会化些妆，不过现在看来，美容才是最好的化妆，当一个女人卸妆后的底子才是最真实的。学员倪丽君说。

