

仪容礼仪

仪容礼仪



“每个女人的前20年是靠美丽的外表生活，但是容貌是爹妈给的，漂亮就是漂亮，不漂亮就是不漂亮。而女人的后半生要靠自己的修炼，这是伴随终生的，每个女人都有自己的独到之美。”

南开中学的“容止格言”

南开中学各教学楼门口都有一面镜子，上面均写着：面必净，发必理，衣必整，钮必结；头容正，肩容平，胸容宽，背容直。气象：勿傲，勿暴，勿怠；颜色：宜和，宜静，宜庄。

这就是著名的“容止格言”。周恩来总理青少年时期曾在南开中学学习，其一生都在严格履行这四十字箴言，“容止格言”也是我们讲究形象的精华所在。

- 自然美：我们的心愿
- 修饰美：仪容礼仪的重点
- 内在美：最高境界



面容

- 面部护理
 - 眼睛：清洁
 - 耳朵：卫生、耳毛
 - 鼻子：清洁、鼻毛
 - 嘴巴：护理、胡须
- 口部最重要的是要力求无异味
- 脖颈



发型

男士头发：

- 干净整洁
- 不宜过长
 - 前不遮额头
 - 侧不盖耳朵
 - 后不盖衣领
- 无汗味，没头屑
- 不用过多定型产品



女士头发：

- 干练的短发最好。
- 留长发的女士，在上班或重要场合中，最好用卡子或者发箍把头发束起来。



化 妆

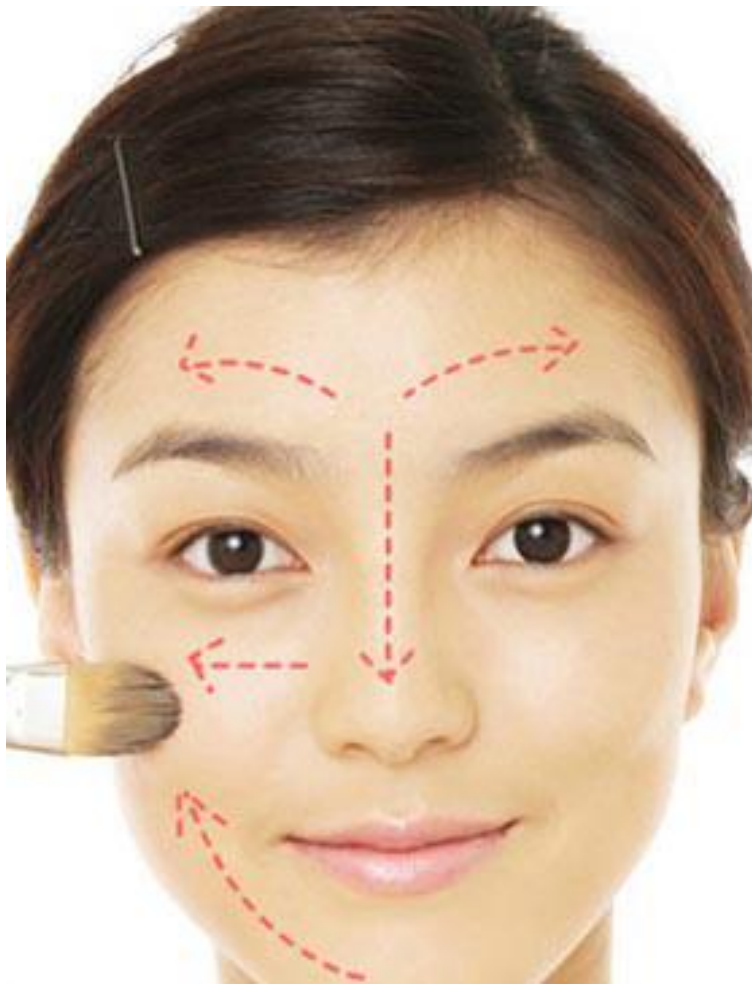
- 化妆的原则

1. 美观
2. 自然
3. 协调：妆面协调；全身协调；角色协调；场合协调



化 妆 程 序

1. 洁面
2. 化妆水、润肤霜
3. 乳液
4. 粉底液
5. 定妆
6. 眉毛的描画
7. 眼妆
8. 腮红
9. 口红
10. 检查



粉底

手法：

粉底液：点拍涂抹

干粉：按压

提问：

不同材质的粉底适合哪种化妆工具呢？

粉底液



粉饼



散粉



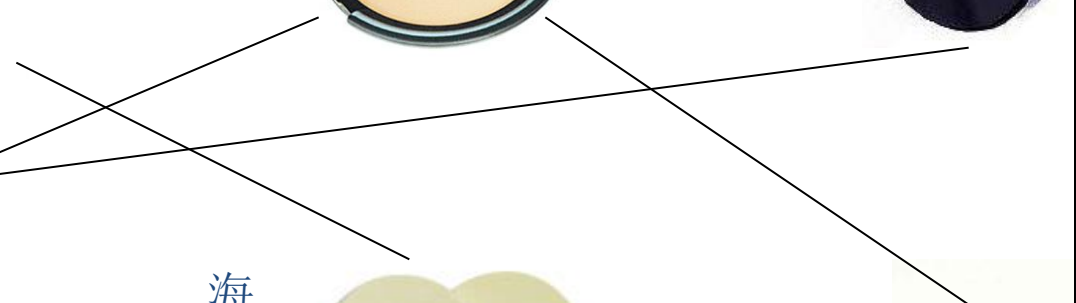
粉刷



海绵粉扑

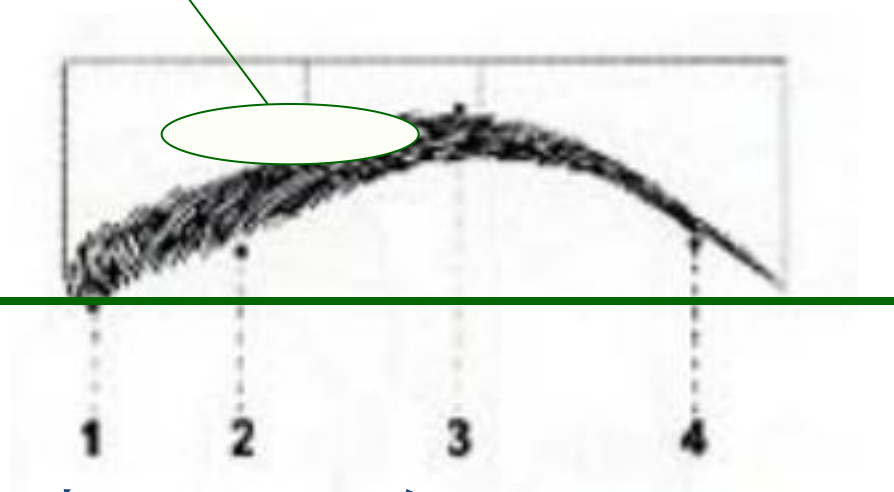


绒布粉扑



眉 型

提亮

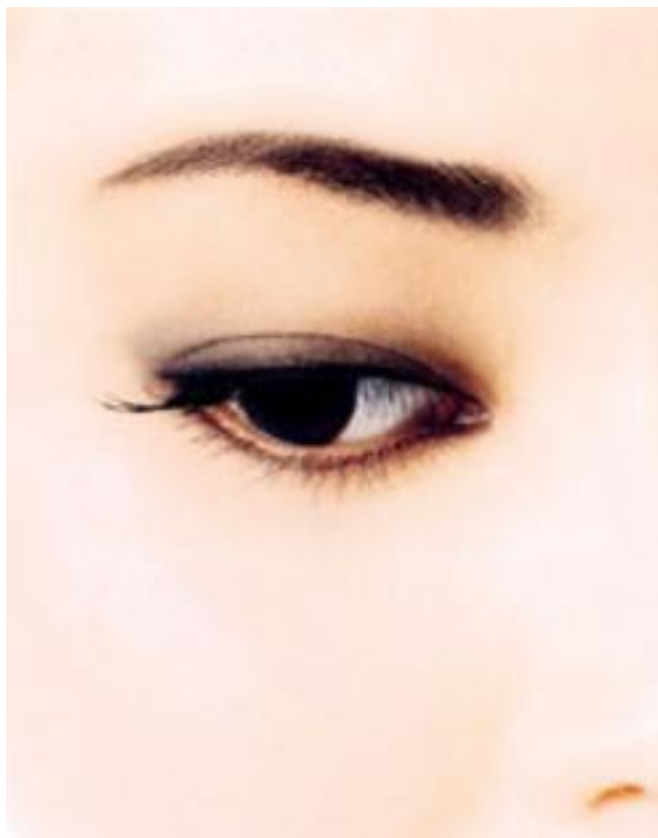


粗 → → 细

最浅 → 深 → 浅

1. 眉头 2. 眉腰 3. 眉峰 4. 眉梢

眼 妆



1. 眼影

2. 眼线

3. 刷睫毛膏

化妆应注意的问题

- (1) 化妆的浓淡要视时间、场合而定。
- (2) 不要在公共场所内化妆，也不要在他人在面前化妆，特别是不要在男士面前化妆。
- (3) 不要非议他人的妆容。
- (4) 不要借用他人的化妆品，这样既不卫生，又不礼貌。
- (5) 男士在涉外场合稍加化妆是必要的，但不要油头粉面。