

HA HEBE ACADEMY

ĐÀO TẠO ỨNG DỤNG

EBOOK CHỌN MỸ PHẨM THÔNG MINH

CÁCH CHỌN KEM NỀN PHÙ HỢP

Hết cảnh mua nhầm tông trắng bệch, xỉn màu — chọn đúng ngay lần đầu

Ngọc Ánh — HEBE ACADEMY

TÁC GIẢ

MỤC LỤC

- Lời mở đầu — Vì sao mua kem nền hay bị "hố"?
- Phần 1 — 3 yếu tố quyết định kem nền hợp hay không
- Phần 2 — 4 bước chọn đúng kem nền của bạn
- Phần 3 — Bảng chọn kem nền theo loại da
- Phần 4 — Bước tiếp theo của bạn

Lời mở đầu — Vì sao mua kem nền hay bị "hố"?

Bạn ra cửa hàng, thử một chút lên **mu bàn tay**, thấy đẹp thế là mua. Về nhà đánh lên mặt: **trắng bệch như đắp mặt nạ**, hoặc **xỉn màu, lệch hẳn với cổ**. Thế là bỏ xó, phí cả mấy trăm nghìn.

Sự thật: **kem nền đắt tiền đến mấy mà sai tông thì vẫn xấu**. Chọn kem nền không khó — chỉ cần hiểu 3 yếu tố và test đúng chỗ. Cuốn này chỉ cho bạn cách chọn **đúng ngay lần đầu**, không phải mua đi thử lại.



HEBE ACADEMY

ĐÀO TẠO ỨNG DỤNG

PHẦN 1 — 3 YẾU TỐ
QUYẾT ĐỊNH

1. Tông màu (shade) — hợp da mặt, hợp cổ

Tông đúng là tông "**tàng hình**" khi tán lên da — không làm mặt sáng hơn hay tối hơn cổ. Sai tông là lỗi khiến makeup "giả trân" nhất.

2. Undertone — nền da ấm hay lạnh

Đa số da người Việt là **undertone ấm/vàng (warm)** hoặc trung tính (neutral). Chọn nền ngả hồng lạnh (cool/pink) để làm mặt **xám, xỉn**. Nhìn mạch máu cổ tay: ngả xanh lá → ấm; ngả tím/xanh dương → lạnh.

3. Độ che phủ & finish — hợp loại da & mục đích

Da dầu hợp finish **lì (matte)**; da khô hợp **căng bóng (dewy)**. Đi làm hằng ngày chọn che phủ nhẹ—vừa cho tự nhiên; chụp hình/sự kiện mới cần che phủ cao.

💡 *Nhớ 3 chữ: TÔNG đúng, UNDERTONE hợp, FINISH theo loại da. Đủ 3 là kem nền "ăn" vào mặt bạn.*

HEBE ACADEMY

ĐÀO TẠO ỨNG DỤNG

PHẦN 2 — 4 BƯỚC
CHỌN ĐÚNG

1 Xác định undertone của bạn

Nhìn mạch máu cổ tay dưới ánh sáng tự nhiên: xanh lá → **ấm**, xanh dương/tím → **lạnh**, khó phân biệt → **trung tính**. Đa số nên chọn nền có chữ **W (warm)** hoặc **N (neutral)**.

2 Test ở QUAI HÀM, không phải mu tay

Quẹt 2–3 vệt nền ở **đường quai hàm** (giáp mặt và cổ). Vệt nào biến mất, hoà vào cả da mặt lẫn cổ — đó là tông đúng. Da tay khác màu da mặt nên test ở tay dễ sai.

3 Soi dưới ánh sáng tự nhiên

Đèn cửa hàng thường ám vàng làm sai màu. Ra **gần cửa sổ / ánh sáng ngày** để xem vệt nền có thật sự tiếp da không.

4 Chọn finish theo loại da

Da dầu → **matte / kiềm dầu**. Da khô → **dewy / căng bóng**. Da hỗn hợp → **natural/satin**. Chọn đúng finish thì nền vừa đẹp vừa bền.

💡 **Mẹo:** Da hay đổi màu theo mùa (hè sạm hơn). Nếu được, có 2 tông: 1 sáng cho mùa đông, 1 đậm hơn cho mùa hè — hoặc mua tông trung gian rồi điều chỉnh.

HEBE ACADEMY

ĐÀO TẠO ỨNG DỤNG

PHẦN 3 — CHỌN THEO
LOẠI DA

Bảng tra nhanh

Loại da	Finish nên chọn	Dạng nền hợp	Tránh
Da dầu	Lì (matte), kiềm dầu	Kem nền lì, cushion kiềm dầu	Dewy bóng → càng nhờn
Da khô	Căng bóng (dewy)	Kem nền dưỡng ẩm, cushion glow	Matte mạnh → mốc, khô cứng
Da hỗn hợp	Tự nhiên (satin)	Cushion natural	Quá lì hoặc quá bóng
Da nhạy cảm	Nhẹ, thành phần lành	Nền khoáng, ít hương liệu	Che phủ dày, nhiều cồn

💡 **Nhớ:** Không có kem nền "tốt nhất" — chỉ có kem nền *HỢP NHẤT* với da bạn. Hợp da mới là đắt xắt ra miếng.

KHÔNG BIẾT DA MÌNH HỢP GÌ?

Soi đúng loại da & undertone của bạn rồi chọn nền chuẩn — sẽ dễ hơn nhiều khi có người nhìn tận mặt tư vấn. Nhấn HEBE ACADEMY để được hỗ trợ.

[Xem khoá học →](#)

HEBE ACADEMY

ĐÀO TẠO ỨNG DỤNG

PHẦN 4 — BƯỚC
TIẾP THEO CỦA BẠN

Chọn đúng nền là nửa chặng đường makeup đẹp

Kem nền là **gốc** của cả gương mặt — chọn đúng thì mọi bước sau đều lên đẹp. Nhưng chọn đúng mới là bước 1; **đánh cho mịn, giữ cho bền, phối cùng che khuyết điểm** mới ra một lớp nền hoàn hảo.

Để thành thạo trọn bộ kỹ năng đó trên chính gương mặt mình, HEBE ACADEMY đồng hành cùng bạn:

- 🌸 **Lớp Cá Nhân** — tự makeup thành thạo, đẹp chuẩn cho chính mình
- 📁 **Lớp Chuyên Sâu** — học nghề bài bản, nhận khách, tạo thu nhập

NHẬN TƯ VẤN LỘ TRÌNH (MIỄN PHÍ)

Nhắn HEBE ACADEMY để được gợi ý lộ trình phù hợp nhất với bạn.

[Đăng ký tư vấn →](#)

Cảm ơn bạn đã đọc đến đây. Chúc bạn chọn được "chân ái" kem nền của mình! 💖 ✨

— Ngọc Ánh, HEBE ACADEMY

HEBE ACADEMY

ĐÀO TẠO ỨNG DỤNG

Học thật · Làm thật · Có nghề