

## 穿衣打扮

有品位的银发女性  
爱穿这些裙子

穿衣打扮是一门学问,那些造型时髦、显气质的女性,在选款和搭配上肯定花了不少功夫。裙子作为女性穿搭中的必备单品,不论老少,几乎是所有女性都非常喜欢的服装。但对于七八十岁的银发女性来说,挑选裙子可不能马虎大意,一个不小心,就容易导致造型“翻车”,给人一种油腻的感觉。

## 清新连衣裙

## 衬肤又减龄

在裙子颜色选择上,可以尝试清新色系的连衣裙,有助于衬托肤色、提亮气色,从而达到降低视觉年龄的效果。如白色、蓝色、莫兰迪色等,即便是结合条纹元素装饰,也不会显得花里胡哨、杂乱无章,烘托出清新自然的夏日氛围。

## 高腰半身裙

## 塑形又百搭

考虑到适配度、可塑性方面,建议七八十岁的女性优先选择半身裙,方便搭配不同款式上衣,轻松打造出百变造型。

## 面料有质感

## 舒适又时尚

想要穿出气质感,对于裙子面料的选择就不能马虎。避免软塌、褶皱,否则

容易显得廉价;尽量选择质感好的面料,如针织、缎面等,不仅穿起来舒适有型,也能通过高品质的面料来展现高级有气质的时尚品位。

## 新中式风格裙子

## 彰显气质与韵味

具体到风格上,随着近年来新中式的流行,七八十岁的女性可以尝试该风格的裙子,彰显别具一格的气质与韵味。不同于传统的国风,新中式风格裙子(见图)融合了现代与国风元素,整体风格不会显得过于老派,比如融合现代感的旗袍裙,标志性的立领和盘扣,尽显优雅知性。

## 穿裙三要点

## 减龄有气质

明示腰线 到了老年阶段的女性,身材已经开始变形,这一阶段的穿衣打扮更要懂得塑形,学会利用技巧穿出显瘦的效果。穿半身裙时,首选高腰款



式,搭配上衣时将衣摆塞进裤腰,明示腰线,拉长腿线,从而穿出三七分身材比例,削弱身材短板。

适当露肤 虽然不建议七八十岁的女性穿裙子露肤太多,但露肤绝不是禁忌,适当增加留白可以摆脱臃肿累赘感,整体造型更加轻盈清爽。裙摆长度不要超过脚踝,适当露出腿部更显腿长;上衣适当增加脖颈、手臂留白,呼应下半身露肤,清爽舒适更有夏日氛围感。

选择配饰 配饰不仅可以强调服装的搭配关系,同时也能提升个人气质魅力,进而弱化视觉年龄,靠气质来达到减龄效果。穿半身裙配衬衣时,佩戴宽檐礼帽和墨镜,防晒遮阳又具有美观性;细腰带强调腰线,包包颜色呼应帽子,细节感拉满。

据潮人志

## 段子时间

## 【无眠冬眠】

儿子在看动画片《熊出没之冬日乐翻天》。

爸爸问:“这俩熊冬天怎么不冬眠呢?”

儿子回答:“成天忙着拍戏,哪有时间冬眠?” □李云贵

## 【闻不到】

老伴儿是一位京剧爱好者,不仅喜欢听,还喜欢唱,在家经常给我们唱上一段。

一天,老伴儿兴致高昂,在家里清唱了京剧《杨门女将》中余太君的唱段:“一句话恼得我火燃双鬓。王大人且慎言,莫乱猜我忠良之心……”

我听了,称赞老伴儿说:“你唱得很有味道!”

小外孙听我这么一说,立即凑了过去,在老伴儿周围闻了又闻,最后有些失望地说:“姥爷,您说有味道,我怎么闻不到呢?” □王保川

## 生活妙招

## 选瓷砖要“查看听比”



瓷砖是家装中的必需品,除了品牌、花色外,在瓷砖选购中需要把握以下几点,才能选到品质好的瓷砖。

查 检查瓷砖的外包装是否有破损,再检查里面是否有损坏的瓷砖及合格证等。外包装上主要看是否有厂名、厂址、产品名称、数量、规格、颜色、执行标准等。另外,瓷砖原料中含有微量的放射性物质,所以一定要关注放射性分类,室内装修一定要选A类产品。

看 质量好的瓷砖釉面平滑细腻,如果是带有花纹的瓷砖,花色图案应当细腻逼真,没有明显的缺色、断线等缺陷。可以将瓷砖平放在室外,或者在明亮的灯光照射下,在1米远外观察,如果看不到明显的釉面缺陷,就是釉面上乘的瓷砖。好的产品平整度好,尺寸偏差较小,可以将一批产品平铺在平整的地面上,看看有没有隙缝、参差不齐以及色差等现象,如果没有,这样的瓷砖铺贴后整体效果会很好。

听 有经验的业主在选购瓷砖时,会将同尺寸的瓷砖拎起来比较一下重量,然后再轻轻敲击瓷砖细听声音,从而辨别瓷砖质量的优劣。质量好的产品会清脆悦耳,而质量差的则会发出闷声。因为每个产品的原料配方都不一样,一些质量差的产品烧制温度低、周期短,敲击时就会发出“空空”的闷声。

比 同样是知名品牌,不同品牌间的同类产品可能存在质量差异,因此在选购时一定要货比三家,这样才能选到高品质的产品。业内人士表示,相同规格的瓷砖,如果重量较大而吸水率低,则说明内在质量较好。另外,有釉与无釉瓷砖的使用也有一定的区别,有釉砖主要用于卫生间、厨房,而无釉砖大多经过表面抛光处理,俗称抛光砖,属高档陶瓷产品,其价格也相对较高,多用来装饰客厅,可营造华贵气派的效果。 □林静

## 美滋味

## 绿豆煮汤有讲究

有人煮绿豆汤时会感到疑惑:煮绿豆汤时,绿豆到底要不要“开花”?所谓开花与否,就是煮烂与不煮烂。

开花:解毒 绿豆蛋白质含量是大米的三倍,而且蛋白质富含赖氨酸,再加上其含有的鞣质和黄酮类化合物,可与有机磷农药、汞、砷、铅等化合物结合形成沉淀物,使之减少或失去毒性,并不易被胃肠道吸收,这就是绿豆解毒的原理。只有把绿豆煮开花,这些物质才能发挥更好的功效。

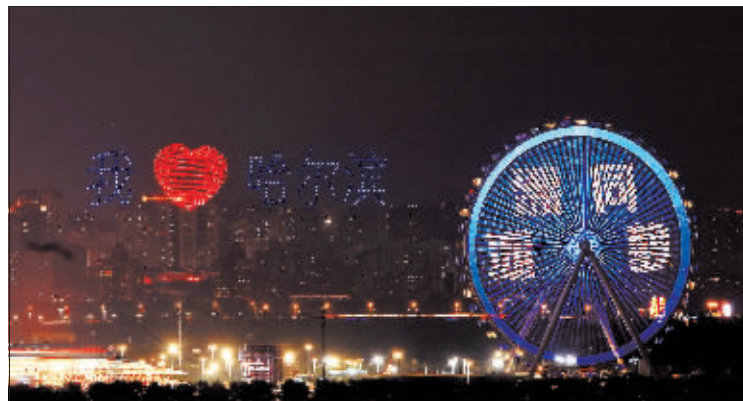
想要用较短的时间将绿豆煮开花,可以在煮绿豆前将其放入冰箱冷冻片刻,然后取出煮汤,这样用不了多久就会开花。煮沸后三五分钟把汤盛出来,此时的清热解毒作用最强,这个过程只是简单的物理变化,营养不会流失。

不开花:解暑 绿豆的消暑功效来源于绿豆皮,中医称其为绿豆衣,主要是其所含的多酚类物质发挥作用。一般来说,绿豆煮的时间越短,多酚类物质含量越高,它的抗氧化活性也越高,解暑作用也是最好的,因此想要消暑热,绿豆无须煮开花。

小贴士 煮汤前将绿豆在清水中泡1个小时,煮出来的绿豆更软糯;煮绿豆时在水中滴几滴醋或柠檬汁,可防止绿豆氧化和汤色过浓。 □刘波



## 炫耀一刻



摄影《我爱哈尔滨》  
作者 荀智才



国画《玉兰绶带图》

作者 刘青莎

## 国画《竹报吉祥》

作者 庄俏君

