

穿衣打扮

穿上“新中式” 像花儿般绽放自我

每个时代都镌刻着独特的审美印记。当新中式服饰在年轻人群中蔚然成风时，一群“60后”也被其中的传统美学深深吸引。在退休后的悠闲时光里，她们以新中式服饰为载体，重新发现了自我，书写着属于自己的时尚新篇章。

美是永恒的追求

对于64岁的李萍而言，年龄从不是追求美的羁绊，反而赋予了她更多的沉淀与风韵。一次偶然的机会，电视上的一场中式服装秀深深触动了她的心弦。那精致的刺绣、淡雅的色彩，让她不禁感慨：“美，竟可以如此含蓄而深邃。”

自那以后，李萍开始尝试中式风格的服饰，从旗袍到改良汉服，每一件都让她感受到了前所未有的优雅与自信。她深知，选择服装不仅要注重款式，更要懂得扬长避短。通过巧妙的搭配，她让自己的身材在视觉上更加协调。“我的身高不算高，所以我会通过比例搭配来显得高一些。相比长裤，中式上衣配毛呢短裤与长靴更适合我。”李萍说，她还学会了根据不同的服装搭配相应的配饰和妆容，从简约的珍珠耳环到精致的盘发，每一处细节都彰显着她对美的极致追求。

在新中式中寻找自我

63岁的董秀萍性格直爽，热爱生活，却从未想过自己会“迷”上新中式服饰。

从最初在商场橱窗里瞥见中式大衣，到后来参加时尚走秀课程，深入了解中式风格与面料，再到如今身着紫色花

纹金丝缎马甲和半身裙接受采访，董秀萍感慨道：“穿上这身新衣服，我仿佛看到了自己如花朵般绽放。”她希望通过尝试新中式服饰，来表达自己对生活的热爱和对美的追求。“我平时买衣服、做衣服特别喜欢宋锦，它是我的主打面料。宋锦既耐用又质感高级，做出的服装既适合日常穿着，也适合正式场合。”

新中式服饰为董秀萍的退休生活带来了新的乐趣和目标。她不仅学会了如何根据场合搭配衣服，还报名参加了时尚走秀课程，提升自己的气质和审美。

提升品位 彰显自信

刘玉今年61岁，她的衣橱里曾经满是运动休闲装。然而，随着年龄的增长和审美的提升，她开始觉得这种单一的穿衣风格已无法满足她的需求。于是，她报名参加时尚课程，阅读时尚杂志，并在朋友的推荐下尝试了一件黑色香云纱上衣，上面点缀着亮色的蝴蝶与花朵，既低调又不失品位。

“穿上这件衣服，我仿佛找到了自己的风格。”刘玉说。她发现，新中式服饰不仅能展现东方女性的柔美与温婉，还能在不经意间流露出一种低调的奢华感。她开始尝试将新中式元素融入日常穿搭中，无论是搭配牛仔褲还是半身裙，都能展现出独特的韵味。



李萍



董秀萍



刘玉

侍花草

养水仙 先切鳞茎



萧瑟的冬季，摆上一盆水仙，会让居室春意盎然。但爱花的你，是否有过把水仙养成“大葱”的经历呢？

在水养水仙之前，如果不经浅切刻，叶芽及花芽被鳞茎层层包裹，出芽受阻，一旦叶芽冲出鳞茎，叶片就会迅速生长，叶子变得窄而长，长成了“大葱”。所以，养水仙应先去尽鳞茎干皮和枯根，然后在茎顶主芽双侧的正反面进行浅切刻，略加剥离，使鳞片松散一些，便于抽芽。经过这样处理的水仙才能出叶短阔，株形整齐，并提前10-15天开花。

为了使水仙植株壮实，可在栽植前，选用阿司匹林1片，用1000倍液浸泡鳞茎或芽基30分钟。也可选择1000倍液生根剂浸泡，或用2000-3000倍液生物肥洗根。

养水仙要注意换水，环境温度较高时，每天换一次；低于10℃时，隔天换一次。水仙白天培养温度以12℃-16℃为宜，如果超过20℃，叶片就会徒长。

□娟子

炫耀一刻



摄影《打卡大雪人》
作者 门奎

国画《瑞雪兆丰年》

作者 徐成文



国画《渔歌伴鱼香》

作者 贾永安

段子时间

【喝酒】

儿子放学回家问爸爸：“爸爸，为什么小孩子不能喝酒？”

爸爸说：“因为小孩子不喝酒也很开心啊！”

儿子又说：“爸爸，可是大人喝了酒好像更不开心呀！”

爸爸：“……” □李云贵

【解决问题】

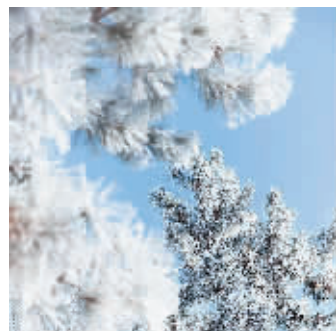
为了锻炼儿子的逻辑思维能力，我偶尔出一些这类的题来考他。

那天，我问儿子一个跟排队有关的逻辑推理题：“有8个人排队，小红不站中间，也不站在两端，她得挨着小芳，和小明之间要隔着两个人，还要站在小桃的前面。问：小红站在第几位？”

儿子听完，略微想了想，说：“这很简单。小红的要求太多了，肯定招人烦。把她赶出队伍，问题不就解决了吗？” □苏彤

纸上课堂

冬季美照这样拍



冬季是一个充满诗意的季节，温暖的阳光、清冷的风，都是摄影爱好者们钟爱的元素。对于摄影爱好者来说，冬季不仅是一个练习摄影技巧的好时机，也是一个提高出片率的绝佳机会。

了解相机 在开始拍摄之前，熟悉你的相机是至关重要的。了解相机的各个功能，比如光圈、快门速度、ISO等，以及它们如何影响照片的曝光和效果。冬季的光线变化较大，掌握这些基本功能可以更好地控制照片的亮度和清晰度。

选择合适的时间 冬季日出和日落时分的光线较为柔和，被称为黄金时刻，非常适合拍摄人像和风景。此外，阴天的散射光也非常适合拍摄，因为它可以减少阴影，使照片看起来更加柔和。

利用冬季的色彩 冬季的色彩也同样有利用价值，深绿的松树、灰白的天空，都是拍摄的好素材。尝试将这些色彩融入构图中，用对比色或互补色增强照片的视觉冲击力。

注意构图 构图是摄影中非常重要的一部分。在冬季拍摄时，可以尝试使用三分法安排画面中的元素，或者寻找引导线来引导观众的视线。此外，利用前景、中景和背景的层次感，可以增加照片的深度感。

拍摄动态元素 初冬的风可以带来动态的元素，比如飘逸的雪花或者摇曳的树枝。尝试捕捉这些动态元素，可以让照片更加生动有趣。

利用倒影 冬季的冰面常常平静如镜，是拍摄倒影的好时机。利用倒影可以创造出对称的构图，增加照片的艺术感。

尝试不同的视角 不要总是从水平视角拍摄，尝试从低角度或高角度拍摄，这样可以带来全新的视角和拍摄效果。

据《快乐老年报》