

身材娇小? 这样穿就出众!

□记者 张丽娜 文/图



造型一

个子不高,是女人心头一大缺憾。茫茫人海中,长腿美人轻轻巧巧就能制造鹤立鸡群之感,短腿美人即便眉清目秀,也往往被淹没在众人的后脑勺之中——人不可能专门跑到近前研究你的五官。

道理看似如此,却也总有例外。矮个女人也可以醒目出彩,就看你会不会制造亮点。



原形

姓名:马女士
年龄:40岁
身高:155厘米
体重:44公斤
职业:职业经理人

扬长避短

马女士相貌端庄,皮肤雪白,气质古典娴雅,犹如仕女图中走出来的人物,亲和力超强。遗憾的是,她的身高不足一米六,而且有些削肩。这种身材固然有小巧玲珑之可爱,但不易产生存在感。

想要夺取众人的视线,她须在服装的色彩和轮廓上下些功夫。样式复杂、花哨的衣装会让人产生头重脚轻之感;长度过膝的连衣裙、宽大的上衣和裤子,则会吞没娇小女人的个人气质,形成只见衣服不见人的尴尬效果。

色彩鲜艳明亮、样式大方时尚、贴合身体曲线的简洁服饰,方才是娇小

美人的正确之选。裙长不要过膝,上衣略短一点,能显得腿更长一些。

贴合肩膀、顺着肩线下滑的剪裁,会更突出削肩的缺点。想要修饰削肩,一个方法是选择有垫肩的服装,另一个方法是选择能在视觉上形成肩部外扩的服装,比如绕颈吊带装。

新鲜靓相

造型一:绿底花朵图案绕颈吊带背心,民族风中显现时尚律动,搭配白色合体长裤、白色高跟凉鞋,清爽干练,优雅性感。

造型二:蓝色褶皱薄纱连衣裙,清爽的冷色调,明净的款式,更衬得马女士肤白胜雪。



造型二

悦乙坊

韩俐形象
顾问工作室 特约
地址:凯旋东路天仁商务会所606室
电话:13938831176
网址:www.hilimage.com

作为都市白领的你,是否渴望给自己正确定位,以完美的形象现身于工作和社交场合?如果你对服饰搭配、化妆造型有种种困惑和心得,来坊中聊聊吧。我们会邀请时尚人士及造型专家给予解答和帮助。互动热线:63931176 13938831176

超短一步裙 动感又修身

夏日如果你没有穿过超短裙,就体会不到其中的妙处。一步裙易搭配,窄裙更修身,在勾勒出完美身体曲线的时候,还让你显得动感有活力。来看看本期推荐的几款窄短裙吧!



印花窄短裙很有夏天的气息,紧身的版型可以修饰出臀部的曲线,重新划分身材比例;超短裙摆很高,混搭玫红色蝙蝠袖上衣,更添活力。



高腰裙是本季街头亮眼的单品之一。橘红色的短裙颜色饱满,具有动感,搭配白T恤,舒适休闲,还可以让你轻松减龄,一个绿色肩带的黄色布包,会给你带来更多青春气息。



蓝色棉质短裙,在剪裁设计和细节的处理上十分巧妙。恰到好处的修身设计,有收紧臀部的效果,腰带处的橘色包边体现精致感,只要一件白色背心,就可以打造出一个俏皮的视觉效果。



浅蓝绿色的高腰裙,收腰显高。如果不喜欢过于紧身的设计,那么就选择这种“花苞”版型的短裙吧。



细条纹窄短裙,加上了蝴蝶结的俏皮设计,搭配可爱的心形涂鸦白T恤,清新的邻家女孩形象就出来了。

热辣流

阿芳美甲 特约
地址:世纪华阳143商辅
万达广场对面
电话:64155688
网址:www.afangmeijia.com



天气炎热

正好出汗

汗是人体的天然养生师。夏天,很多人喜欢享受空调带来的清凉,殊不知,适量排汗才能真正保持身体健康清爽。

排汗有3大好处。一是排毒,可以排出体内滞留的二氧化碳及多余水分,促进人体血液循环。二是瘦身,出汗能促使脂肪转化为热量并排出体外,在不知不觉中达到瘦身目的。三是调节血压,适度出汗可以扩张毛细血管,增强血管壁弹性,缓解血管压力,达到降压目的。

适度出汗才是健康的,以下这些方法你不妨一试。

定期泡花草浴。这能使代谢更加顺畅,有效改变寒性体质。需要注意的是,由于天热,泡浴的水温不宜过高,35摄氏度左右即可,否则容易造成虚脱。

通过“反序运动”促进排汗。每天清晨,你可以在小区中练习倒走。倒走前先活动全身关节,做足热身运动。每天倒走15分钟,即可达到最佳效果。

在家里时,你可以定时关掉空调,保持室内通风,静静地与自己“相处”,提升身体的耐热性。5分钟后,汗就会随着舒张的毛孔自然排出体外。

很多女性认为,夏天暴露在阳光下,皮肤会被晒黑、晒伤。但是,亲爱的,夏日的阳光也是让人体主动出汗的最佳“能动剂”,而且阳光中有丰富的维生素D,能促进钙的吸收。只要掌握好时间,晒太阳也不一定要把自己晒黑。你可以在上午6时至10时、下午4时至6时晒太阳,每天晒15分钟左右。这两个时段的阳光不强烈,却可以激发汗液“走出”身体。

如果怕污物阻塞毛孔,你可以用温热的浴巾轻轻包裹手臂、双腿、后背,分别热敷5分钟。热敷后,轻轻按摩皮肤,就可以为排汗提供畅通无阻的通道。(小艺)

养生堂

洪福养生会所 特约
地址:中央百货12楼
电话:68606299 63120361