

女性衣橱必备基本款之针织衫

爱美的马女士有满满一柜子的衣服，搭配起来却日渐缺乏新意。

聪明的她向专业造型师寻求帮助。她的具体要求是：让造型师帮她整理衣橱，教她巧妙搭配，充分利用现有服饰，最大限度地营造新鲜感，使自己不多花钱，却能尽享扮靓乐趣。

□记者 张丽娜 通讯员 张朝霞 文/图

造型师建议

马女士脸型偏圆，发量较少，可以尝试今年大热的梨花头。

乍寒还暖的初秋时节，为了让马女士的造型变出新花样，造型师首先挑出了几件简洁的针织衫。看来，造型师是要借助针织衫的力量，让马女士变身时尚达人。



造型一

泛着绸缎光泽的蓝色连衣裙视觉效果十分惊艳，用黑色针织衫及配饰来平衡，显得低调而奢华，搭配新做的发型，派对感十足，一种不言而喻的美好感觉瞬间溢满心头。



造型五

略显宽松的浅驼色深V领针织衫是本季值得注目的单品，搭配修身牛仔裤，加上棕色细腰带，成就了女人味十足的休闲装扮，演绎出恰到好处的慵懒感觉。



造型四

甜美的桃粉色针织衫与细节设计感强的暖灰色短裙搭配，视觉效果绝佳，再加上一件珍珠白的抹胸、一条华丽精致的项链，婉约风情令人回味。



造型三

黑灰色中长款条纹开衫是衣橱里永不过时的明星单品，经典的款式与色彩，无论搭配裤装还是裙子，都可以恰到好处地展现熟女的优雅气质。



造型二

清爽的米白色中袖开衫因为西装领的款式，具有了些许正式感，与豹纹小背心搭配，优雅中透出时尚气息。牛仔短裙的加入，令整体造型显得轻快活泼。



新鲜靓相

模特：马女士
年龄：32岁
身高：165厘米
体重：53公斤
职业：会计

悦己坊

思齐形象顾问工作室特约
地址：中州路与玻璃厂路交叉口
天力商厦 1012室
电话：13938862765

作为现代女性，你一定希望自己妆容靓丽，衣着得体，提升自信和个人魅力。如果你在个人扮靓方面有什么疑问和困惑，请致电 13938862765、13525979299，我们会请专业造型师和色彩形象顾问为你答疑解惑，给出个性化解决方案。



1



2



3



4



5

热辣流

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

天气一天天转凉，脚上的凉鞋很快就要被各种美靴取代。那么，这个秋天最潮的靴子是什么样的呢？

1. 如果你喜欢运动，不愿受过多束缚，就看看这双短靴吧。亮眼的橙色让人显得年轻有朝气，靴侧的简单装饰，透出得体的大方和利落。
2. 乳白色的高腰靴透着小女生的甜美，适合搭配各色短裤或短裙，看似简单却味道十足。
3. 亮蓝色的及膝靴，传递着一种我行我素的生活态度，软软的材质十分舒服，无论走到哪里，都显得个性十足。
4. 棕色高统靴的颜色和设计看似中规中矩，却散发出一种浓浓的自由和野性味道，它的风格是那么贴心，值得你放心地依靠。
5. 流苏装饰的短靴总让人欲罢不能。许多人在都市里做着流浪的梦，喜欢它不需要什么理由。(瑞雪)

初秋美靴看过来

食物中的早衰陷阱

爱美的你是否知道，生活中有些食物是不能多吃的，否则容易损害健康，让你提前衰老。

一是含铅食品。铅会使脑内去钾肾上腺素、多巴胺等含量明显降低，破坏神经细胞内遗传物质脱氧核糖核酸的功能，结果不仅使人易患痴呆症，还会使人脸色灰暗，过早衰老。

二是腌制食品。在腌制鱼、肉、菜等食物时，加入的食盐在体内酶的催化作用下，易与体内的各类物质作用生成亚胺类的致癌物质，人吃多了易患癌症，并促使人体早衰。

三是霉变食物。粮食、油类、花生、豆类、肉类、鱼类等发生霉变时，会产生大量的病菌和黄曲霉素。人食用后，轻则有腹泻、呕吐、听力下降和全身无力等症状，重则



养生堂

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

可致畸，并促使人早衰。

四是水垢。水垢会使人体消化、神经、泌尿、造血、循环等系统发生病变，从而引起衰老。科学家曾对使用过 98 天的热水瓶中的水垢进行化学分析，发现镉、汞、砷、铝等有害金属元素较多，对人体危害极大。

五是过氧脂质。炸过鱼、虾、肉等的食用油，放置一段时间后会生成过氧脂质；长期存放的鱼干、腌肉、糕点等也会产生过氧脂质。它会对人体内的酸碱系统及维生素等产生极大的破坏作用，加速人体衰老。

六是高温油烟。中国人喜欢用高温食用油来烹调菜肴，而高温油会释放出含有丁二烯成分的油烟，长期大量吸入这种物质，会改变人的遗传免疫功能，使人易患肺癌。研究表明，菜籽油比花生油的致癌危险性更大，因高温下菜籽油比花生油释放出的丁二烯成分要高 22 倍。因此，炒菜时食用油加热最好不要超过油的沸点，以热油为宜，这样可避免烟熏火燎损害健康，也可减少面部皱纹的生成。(小艺)