

网友出行

- 1.AA 制【户外地带·游走部落】12月5日三门峡、平陆寻梦天鹅湖。
 - 2. 一费制【户外地带·游走部落】12月4日济源谷堆山登高、泡温泉。
 - 3.一费制【户外地带·绿野仙踪户外】12月4日白鹿河之旅。
 - 4.AA 制【户外地带·乐游部落】12月4日少室山卓剑峰穿越。
 - 5.AA 制【户外地带·洛阳驴友群户外】12月4日新乡关山休闲赏景约伴。
 - 6.AA 制【户外地带·伊川户外】12月4日探幽崆峒峡。
 - 7.AA 制【户外地带·乐游部落】12月4日偃师最高峰穿越。
 - 8.AA 制【户外地带·行走河洛】12月5日九龙潭登山观冰。
 - 9.AA 制【洛阳徒步·新区徒步团】12月4日太行雄峰——沁阳神农山活动。
 - 10. AA 制【洛阳徒步·中建社区队】12月5日豫西明珠十里画廊澍池石峰峡谷活动。
- 详情请登录洛阳网·洛阳社区查询 (bbs.lyd.com.cn)



由朱延平导演,赵本山、小沈阳、林熙蕾等人主演的《大笑江湖》将于12月3日登陆新都汇奥斯卡影城。影片以“戏说”的方式,讲述了主人公吴迪从一个鞋匠到大侠的成长历程。从初涉江湖到退出江湖,他所经受的种种磨难和考验也是历代大侠们江湖路上的必修课。因此,如果你想从一个默默无闻的草根变成受万人景仰的大侠,《大笑江湖》这部电影一定会对你有所启发。

奥斯卡影城
地址: 洛阳新都汇购物广场4层
团购热线: 15136370108
影讯热线: 0379-63106788

奥斯卡本周电影排行榜

- 第一名《哈利·波特与死亡圣器》
- 第二名《生化危机:战神再生》
- 第三名《危情时速》

洛阳广场文化扫描之

□记者 冯莹雅 实习生 王亚飞/文 李卫超/图

走进广场秀猫步

洛阳广场文化扫描,晒一晒洛阳市民的幸福生活。如果您知道哪些广场有别具一格的活动,欢迎报料。报料电话:15090175087

扭腰、送胯、回转、双手叉腰亮相……瞧,洛浦公园七一路段的一个小广场上,这群“奶奶级”模特们那美丽端庄的模样、高贵优雅的气质,真是羡煞旁人!她们就是我市红牡丹中老年模特队的队员们,每周一、三、五上午,您都能在此见到她们美丽的身影。

5年坚持,只为爱好

据了解,这支模特队有30多人,平均年龄55岁,身高都在168厘米左右,成员来自全市各地。

51岁的郑云芝和49岁的全丽娟是两名伊川籍队员,她们每周一、三、五专程从伊川赶到洛阳参加训练。她俩身穿过膝的长风衣,留着长长的直发,那高挑的身材、高贵的气质,让人眼前一亮。

“我都是当奶奶的人了,走走‘猫步’,就图个爱好,不怕辛苦!”全丽娟说。模特队里,与全丽娟一样当奶奶的可在不少,有的平时还要照看孙子(女),但都会抽空来训练。

59岁的赵柏肖和57岁的朱晓峰都是模特队的老队员了,

她们已坚持了5年。赵柏肖退休前是我市一家事业单位的职员,一直酷爱跳舞;跳了十几年的舞,有点基础,对学走‘猫步’是很有帮助的”。

朱晓峰虽然还未退休,但身为公司领导的她,对走‘猫步’的热爱一点也不逊于别人。公务繁忙,她不能每次训练都按时参加,但只要她有时间都会赶来和大家一起训练。尽管训练时间不如别人多,但朱晓峰的功底非常好,走起‘猫步’有模有样。

瞧!说着说着,赵柏肖和朱晓峰便做起了双手叉腰和单手叉腰等亮相动作,那举手投足之间散发出来的优雅魅力,吸引了不少路人驻足欣赏。

爱打扮 爱美食

模特队的队员大部分都穿着长风衣,看上去身姿高挑挺拔。她们告诉我,模特没有不喜欢长风衣的,也只有具备一定身高和气质的人才能将长风衣穿出味道。和打扮有关的话题是这群“资深美女”聊得最多的话题。

在生活中,她们特别关注时装展或者模特大赛。“有的衣服好看,咱们买不到也买不起,就借鉴其中的‘亮点’,自己DIY,

设计出独一无二的服装。”赵柏肖说,她们的漂亮演出服就是这样制作的。

除了服装,美食也是她们最爱聊的话题。朱晓峰是个烹饪高手,雪里蕻炒肉、红烧肉是她的拿手菜,而其他队员也各有各的拿手菜。她们聚在一起,训练之余聊聊美食,交流厨艺,可开心了。

走出美丽,还要走出健康

“准备好了,一二三四……”随着赵柏肖的口令,队员们开始训练,有晚礼服、旗袍式的慢步,也有休闲步,她们柔美的身躯、婀娜多姿的体态、自信的眼神,充分展现了知天命之年的女性们最美丽的一面。

赵柏肖向我介绍,她们走‘猫步’,不光能走出美丽,还能走出健康。赵柏肖说:走‘猫步’挺耗体力的,以前,我们中有些队员身体不太好,还比较胖,走了一段时间的‘猫步’,人也瘦了,身体也健康了,最重要的是心情好了!哈哈!”队员们爽朗的笑声在洛浦公园上空久久回荡。



花鸟鱼宠

□见习记者 杨玉梅

只到蟹爪兰含苞待放时

蟹爪兰是一种仙人掌科的植物,很好养,且开花适逢元旦和春节,花朵娇艳、花色明媚,在严冬里为我们的家平添一抹亮色,因此很多人都喜欢在家里种上几盆。花虽然好养,但是要让它恰好在春节开放不是件容易的事。西工区有一位名叫孙跃泉的老人,他养蟹爪兰已经有十几年了,对此颇有心得。

采访当日天气晴好,孙跃泉就把他的宝贝花都搬到路边晒太阳。仔细观察蟹爪兰,我发现这个名字实在很形象,一片片小茎节首尾相连,边缘

还有尖齿,像极了螃蟹的小爪子。

孙跃泉介绍,蟹爪兰主要靠嫁接种植,春秋两季都可嫁接,但最好的季节是春季,春季万物复苏,气温、水分等各方面条件都比较利于它成活。嫁接的时候,要先找来一片仙人掌,用刀片在顶端割开一个小口。再剪下长约两寸的蟹爪兰,将剪的那一端去皮,然后插进割开口的仙人掌里,再将仙人掌栽进土里,浇上水,嫁接就完成了。

经过嫁接的蟹爪兰长得更大,花开得更多,一般嫁接成功后第三年就

会开花。蟹爪兰长到一定程度,可以用细竹片或铁丝做成圆形支架,撑起下垂的茎节,这样既能使株形向四周扩散成伞状,美观大方,又可以使营养更加集中。

蟹爪兰喜旱不喜涝,因此浇水不能太过频繁,否则容易烂根,一般一个星期浇一次水就足够了。种花的盆最好用瓦盆,土应该选用腐殖土。至于肥料,孙跃泉比较喜欢用芝麻饼或是豆饼,在换花盆的时候,将芝麻饼捣碎放到盆底当底肥,然后铺上土,种上花。平时可以用淘米水来浇花,

也能提供营养。

孙跃泉说,要想让蟹爪兰在春节期间顺利开花,必须做到以下三点:一是光照,一天的光照时间不能少于7个小时,光照时间越长,长得越旺;二是温度,温度不能低于15℃,否则就会落蕾;三是施肥,11月初要追加一次肥料,他一般是将芝麻饼或者煮熟的黄豆捣碎,放在花盆的周围,然后盖上土。这三点缺一不可,做到这三点,保证你的蟹爪兰在春节期间开得又大又好。

