



造型一



原型

明媚丽人喜迎春

□记者 张丽娜 文/图

丽人不艳不丽,不过很喜气。她往那儿一站,展露笑颜,你就会觉得所有的乌云都散了,满屋都是阳光。作为一名办公室职员,她的开朗积极是一把美妙的保护伞,从感官上直接掩饰了她体态上的稍许不尽人意,为“女人的微笑是最好的化妆品”这句话作出了完美注解。

不过此处,借助造型师韩俐之手,我们通过另外一种形式来给丽人增辉——根据她的外貌特征、性格特质,为她的穿着打扮提出最有效的改良方案。

脸部特征:丽人的脸很有亲和力,轮廓圆润,五官曲线感强,皮肤白皙透亮,眼神迷人,整张脸给人的感觉妩媚又热情。

身材特征:曲线圆润,很丰满,有成熟女人的韵味。这样的身材再加上热情开朗的性格,自有一种明媚、甜蜜的感觉,非常适合明亮活跃的色彩。

发型:大波浪卷发,打理得蓬松柔软一些。

妆容:妆面要清淡柔和,腮红要斜打,这样会让脸型显得更秀气。

服装款式:丽人的上身很丰满,腿形修长漂亮,很适合穿及膝的裙装。两件式的上衣搭配起来会更

显瘦。

服装面料、图案:有华丽感、光泽感的面料,质地要细腻。面料上可有大花朵、豹纹等图案以及蕾丝、荷叶边等突出女人味的装饰。

鞋包及配饰:精致而女性化的高跟鞋,材质最好是漆皮或亮光的,鞋面上有花朵、亮片做装饰;皮包的质地要柔软、有光泽感,轮廓要圆润;首饰与鞋包应统一风格,选择华丽闪亮的耳环、项链和戒指。

造型雷区:要回避一切生硬刻板、中性硬朗以及粗糙随意的服饰,服装中靠近脸部的位置要回避暗色(比如黑色)。



造型二

魅力档案

模特:丽人(化名)
身高:160厘米
体重:67公斤
职业:办公室职员

花有千姿,人有百态。每个人都有自己独特的外貌特征和个性气质,找准自己的风格,选择适合的妆容和服饰,平凡的男女也可绽放出非凡的光芒。你是哪一型的俊男靓女?你想让自己在公众面前的形象更完美吗?我们将邀请专业形象顾问,为你量身打造魅力形象。你想试试吗?拨打电话63931176报名吧!

新格调

韩俐形象
顾问工作室 特约
地址:凯旋东隅天仁商务会所 605-606室
电话:63931176 13938831176
网址:www.hlimage.com

养生堂

这些食物睡前可以吃

很多女性朋友晚上睡觉前不敢吃东西,怕长胖。其实,有些食物是适合睡前吃的,不会让你长胖,还能促进睡眠。

代表食物:小米粥

色氨酸食物——降低兴奋度
色氨酸在人体内代谢生成5-羟色胺,它能够抑制中枢神经兴奋度,产生一定的困倦感,还可进一步转化生成褪黑素,有镇静和诱发睡眠的作用。

小米在所有谷物中含色氨酸最为丰富,适合晚餐食用。此外,腐竹、豆腐皮、虾米、紫菜、黑芝麻等的色氨酸含量也非常高。

代表食物:全麦食品

维生素B族食物——消除烦躁
B族维生素相互间有协同作用,能调节新陈代谢,增强神经系统的功能。

全麦食品中含有丰富的B族维生素,具有消除烦躁、促进睡眠的作用。燕麦、大麦、糙米、全麦面包、全麦饼干等都属于全麦食品。

代表食物:牛奶、核桃

钙、镁食物——放松神经
研究发现,钙、镁并用可成为天然的放松剂和镇定剂。

钙含量丰富的牛奶被公认为“助眠佳品”。坚果类食物中镁含量较多,在临床上,核桃常被用来治疗神经衰弱、失眠、健忘、多梦等症。

这些食物同时食用,效果会更好一些。但全麦面包可能会影响人体对牛奶中钙质的吸收,这两种食物最好间隔食用。(美茵)

副刊

投稿:gyz0111@yahoo.com.cn
电话:65233688



广纳言论、开放包容的大型网络互动交流平台

注册人数超过30万 日均页面点击量超过6万

洛阳社区 洛阳人的网上家园

时事

文学

休闲

教育

户外

娱乐



BBS.LYD.COM.CN