

大衣年年时尚 风华年年不同

今冬风格各异的大衣构成了这个时节独特的风景线。永不过时的大衣在经历了年复一年的时尚变迁后,显得越发令人着迷。要想为自己的衣橱添置几件百看不厌的单品,不妨听听时尚专家的意见。

关键词:茧形

今冬大衣摒弃了以往的柔美和女性化的风格,漂亮已不再是设计师们关注的主题,内敛的色彩和利落的剪裁令女性看起来更加干练。

茧式大衣的体积较大,内穿紧身的衣服能够平衡视觉效果,搭配一双厚底高跟鞋可以弥补弧形下摆造成的视觉下移。身材瘦小的女性可以尝试收腰款的茧式大衣,巧妙地利用茧式大衣突出自己的身材优势。

关键词:复古

斗篷式的大衣延续了斗篷的复古风情,为今冬的大衣添了个亮点。神秘、庄重是斗篷大衣的主要风格,内穿紧身的衣服配宽松的大衣可让你显得张弛有度。若担心斗篷硬朗的轮廓会抹煞女性的柔和,可以加一些女性化的配饰。

关键词:皮草

皮草永远是大衣不可缺少的元素,考究的质地、传统的设计令本季的大衣透着一股贵族之气。不过比起大面积的皮草设计,设计师们显然更倾向于用皮草来装饰领口和袖口等。年轻的女性不妨挑选质地柔软的兔毛大衣,既能凸显个人品位,又不会显得太过招摇。

关键词:黑白红

永恒的黑白色今冬被设计

师们重新诠释,无论是简洁的线条、大胆条纹,还是充满动感的波浪纹图案,选择黑白色的大衣是最简单却又是兼具性感的一款。黑色或白色的大衣能够令搭配更加自由和多样,再配上一双有型的靴子或时尚的包袋,立刻会让你整体造型增色不少。

除了黑白色,鲜艳的红色也以其张扬和高调的风格当仁不让地占据了今冬流行色的一席之地。红色大衣可以彰显女性的独立和自信。冷色调是与红色大衣搭配的最佳选择,尤其是黑色。

关键词:领、袖风采

立领大衣显得帅气十足,荷叶领大衣演绎出了知识女性的魅力,皮草领大衣体现的是局部的奢华。今冬大衣的领子彻底告别了小家子气,大翻领、圆领的设计无处不在。

中长袖的大衣似乎有恃无恐的御寒作用,不过今冬长短袖的组合却令人羡慕,故意露出的内搭袖子,在颜色和面料上都与大衣形成了鲜明的对比。

女性们要挑选一款耐看的中长袖大衣,先要充分考虑到其颜色和款式的适用性。

关键词:褶子 VS 格纹

腰间的褶子设计令裙摆式大衣成为今冬的潮流,与传统的直筒式大衣相比,褶

子的出现令厚重的大衣有了垂感,摆脱了以往的单调。与搭配裤装相比,裙摆式大衣搭配紧身连衣裤会更加出色。

颇有苏格兰风情的格纹摆脱了中规中矩的呆板,加入了更多的变化,设计师们显然在色块和线条的处理上花了不少心思,延续了格纹的复古风情。

黑白格纹是时尚圈经久不衰的经典,若对色彩的选择没有太大的把握,可以选择一款这样的大衣。

关键词:简洁 VS 军装

去年军装风潮在今冬仍可觅其踪影,受简约风格的影响,肩章、袖袋等装饰都被一一抛弃,代之以饰有铆钉、环扣等配件的腰带透出强烈的粗犷风格。具有宫廷味道的衬衫和帅气的皮质长靴也是体现军装大衣的绝妙搭配。

小衣



人的皮肤分为干性皮肤、油性皮肤、中性皮肤、混合性皮肤和敏感性皮肤,针对不同类型的皮肤采用不同的方法洗脸,可使肌肤变得更加美丽。

根据皮肤类型洗脸

干性皮肤

皮肤干燥、有粗糙感,缺乏弹性。洗脸时,可将玫瑰花瓣浸泡在水中,再加几滴蜂蜜,用毛巾洗湿整个面部,温水冲洗完之后再用水慢慢把脸部擦干,这样可使面部光滑、细腻。

油性皮肤

皮肤光泽而细腻,极易沾染污垢及粉尘,毛孔粗大,易生粉刺。每日应彻底洁面两三次,保持面部清爽。最好用蒸汽洗脸,可使面部皮肤毛孔扩张,排除淤积于毛孔内的污垢,同时补充细胞新陈代谢所需要的水分。洗脸时在温水中加几滴白醋,可有效清洁皮肤上过多的油脂、脱屑和尘埃。

中性皮肤

皮肤有弹性,光滑细腻但不油腻,毛孔不大,无色素沉着。每周应彻底清洁一次皮肤,作面部按摩(一般持续20分钟),按摩时以中指、无名指指肚由下而上、由内向外打小圈。按摩后可在面部搽些营养霜,让皮肤不干燥、不油腻。

混合性皮肤

根据脸部肤质的不同,分别按油性、中性、干性皮肤护理,也可进行综合性护理,以保持面部清爽、不干燥。此类皮肤最好选用油性较少的营养霜。

敏感性皮肤

最重要的是,不要再给皮肤过度的刺激和负担,要选择添加香料、色素和防腐剂等过敏原成分的洁面产品。

总之,无论你是哪种皮肤,都要注意以下三点:1.洗脸时不要用湿毛巾用力擦脸,久湿不干的毛巾容易滋生各种细菌,会伤害皮肤;毛巾一定要拧干,再轻轻擦拭脸部。2.最好用20℃~25℃的温水洗脸。20℃~25℃的温水与皮肤细胞内水分的温度十分接近,更容易渗透到皮肤里,从而使皮肤变得细腻、红润。3.不要用肥皂洗脸,否则会破坏面部皮肤表面的保护膜。

萧萧

报童帽



今冬最热单品

今冬的报童帽褪去了穷酸气,显得俏皮和帅气,成为今冬的时尚配饰。如搭配一件黑色系的短外套,或是花格呢毛料的大衣,下身五分裤和长筒靴,也是这一季时尚搭配的穿法。时尚的女性们可以穿上灯笼裤和长至大腿的长筒袜与花边衬衫的搭配也很不错。

报童帽兼具中性与优雅的典雅特质,这种俏皮的感觉,很男孩子气。而且报童帽低帽檐硬挺、软帽型包裹住整个后脑勺的款式,很能修饰脸型。

图①为黑色报童帽。

图②为奢华毛皮报童帽。

图③为淑女报童帽。

图④为帽顶的毛球俏皮可爱。

文/图 小东

拥有纤腰是每个女人的梦想。许多健身专家都有这样的结论:相对腿部而言,腰部是最容易瘦下去的。要想瘦腰最好的做法就是做运动,只要动作到位,并结合饮食控制,一个月就能有明显效果。

简单收腹运动

这个运动虽然简单,但非常有效。躺在地上伸直双腿然后提升、放回,不要接触地面,重复做15下,每日3~4次。

仰卧起坐练正腹肌

1.膝盖曲成60度,用枕头垫脚。
2.右手搭左膝上,同时抬起身到肩膀离地,做10次,然后换手再做10次。

呼吸练侧腹肌

1.放松全身,用鼻子吸进大量空气,再用嘴慢慢吐气,吐出约7成的气后,屏住呼吸。

2.缩起小腹,气提升到胸口上方,再鼓起腹部将气降到腹部。

3.将气提到胸口,降到腹部,再慢慢用嘴吐气,反复做10次。

转身练内外斜肌

1.左脚站立,提起右脚,双手握着用力扭转身体,左手肘碰右膝。

2.左右交替做20次。

媚儿

做个迷人小“腰”精

