



潮流情报

关注2011潮流八大关键词

性感 荧光色 今年春夏最热

□阿伦

当季潮流跟上季潮流总是藕断丝连,双方很难干脆地说再见,但又很想觅出新意来。可能兜兜转转十几年下来却蓦然发现,“旧爱”还是最可爱的。2011年潮流八大关键词,也许你觉得有点眼熟,但从中也能寻找出一些不一样的地方。

荧光碰撞

如果说驼色、裸色是最受宠的色系,那么接下来就一定要关注这个春夏将风起云涌的各款荧光色。今年时尚关键词中,荧光色必定是最热的那一个。黄色、亮橙色、绿色、蓝色和紫色等荧光色大量出现在T台上,这是2011春夏季的风向标。几乎所有品牌都不会忘记给自己的作品抹下这个色系的印记,不同的是有人喜欢走多色碰撞,有人“独沽一味”,偶尔用少许细节来沉淀荧光色带来的视觉冲击。

惹眼夺目的饱和度、不可一世的高调面目,荧光色从骨子里渗透出了嚣张的魔幻气质。本季大热的荧光色人气爆棚的程度,上至云端T台,下到街头高手,几乎无人不追捧。但是,说真的,肤色不够白、身材达不到国际标准的亚洲人穿荧光色系会比较吃亏,尤其是最亮眼的荧光绿,如果穿得不好看,随时都会惹来“忍者神龟”的恶名。但如果是红色系的服装则可以放心尝试,因为它们会映衬出绝佳肤色,搭配小可爱饰品更叫人怜惜。荧光色的光泽度很高,绝对能帮助你成为人群中的亮点,就算你想成为御姐都绝对没问题。

明星出招

看大S如何养出乌黑亮丽的长发

□晓云

高调恋爱、高调结婚,明星与富二代的婚姻,让大S成为最近媒体关注的焦点。身为“美容大王”的大S早已名声在外,其诸多养颜高招令女孩子们争相效仿,而在保护肌肤之外,其实大S对自己的头发也下足了工夫,出道以来,一头乌黑的长发已经成为她的招牌。那她是如何养出乌黑亮丽的长发的呢?

大S的夸张保养法

大S平常对头发的保养,说出来可能会让很多人觉得有点夸张:

田园花色

年年岁岁花相似,繁花盛放的季节当然少不了花卉主题,它代表着男人特别喜欢女人维持的那种姿态:娇柔而不媚俗,灵动又不失甜美。整体来看,今年不可小觑的是田园花色,应该是跟业界大吹自然风有关系,可爱的小碎花和大朵写实的花卉图样都值得收藏,它们纷纷铺开盛放在吊带背心裙、连身裤套装之上,在款式上并没有太多突破。反而在色系搭配上有点小惊喜,譬如运用了古典色彩的黑色与花纹糅合,展现出颇有新意的一股魅惑之感。

别致镂空

镂空是为了性感还是乘凉?这是显而易见的问题。虽然镂空装不是人人都能穿得好看,但如果你选择的是比较入门级的款式,只要做好全身搭配,还是比较惹人喜爱的。最简单的款式,就是镂空程度比较低的针织毛衣,轻薄的用料适合在冬春交接时穿着,非常实用。而那些更为精巧的镂空,就几乎只能作为舞台元素和局部元素出现,或者你可以为其选择好搭配的内衬,但却会影响其整体效果,倒不如只将其留给最合适的人来穿。

实穿蕾丝

同样作为男人们最热爱的符号之一,蕾丝在2011春夏仍旧是无处不在,全身蕾丝造型的热度仍然在持续,它打造出不落俗套的女性化造型。不过,这一季的蕾丝趋势来自于那些旧时代的记

忆——譬如祖母的杯垫、纱帘、古董衫。在实穿性的范畴上,就大大地往前迈了一步。一些大牌时装在制作蕾丝服装的过程中,增加了其作为装饰功能的比重,主动在蕾丝材质下添加衬托物,使其更能成为一件真正的成衣,而不再是晚礼服中一闪而过的性感元素。蕾丝的形象也逐渐摆脱其古典老套的形象,慢慢走向多元化,可以是小清新,也可以是小白领,甚至成为最新款的小中性主义。奥秘在于色彩的转换,诚然,黑色蕾丝是最性感古典的,但白色蕾丝却增添了不少新鲜味道,其他色彩也各有不同功能,等着被你发现。

简约阔脚

简约主义的先锋大旗,自然而然地交到阔脚裤手中,因为其剪裁够简单,色彩也不提倡互相混搭,最接近极简主义者的要求。新一季的设计强调腰线,希望能展露女人的优势,同时也隐晦地强调身材比例,在腰线的提升下,下半身变得非常讨巧,只要你乖巧地穿上一款高跟鞋,就绝对比黄晓明的“汗血宝靴”更为鬼斧神工。当然,还有一些更为先锋、裤型非常惊人的阔脚裤,但并不提倡成为老式的“裤裙”,那样反而有点落伍。

知性牛仔

牛仔元素每逢春夏都会在T台上闹腾一番,动作颇大。但在2011年的春夏季中,它出现的几率虽然很高,动作却大大温柔起来,笔触是细腻精致的,不走粗犷路线,就算是比较前卫的牛仔套装,

服装轮廓和细节都走低调路线,尽量让穿着者和观者都更加淡定。于是乎,这些用很自然、亲和、休闲的布料制作的套装、裙装以及手术服风格套装,都能打造出上世纪70年代第一批知性女青年的形象,相当具有流行普及性的先决条件。在此之前,请毫不犹豫地收起2010年曾狠狠流行过的那阵西部牛仔风衬衫和层叠蛋糕裙,就好像扔掉前度爱人给你送过的节庆礼物一样干脆,因为能两人一起重温的机会已经很少,还是趁早忘却吧。

飘逸兽纹

要说春夏兽纹跟秋冬兽纹的分别,首先是材质的厚重轻薄之分,其次就是搭配用料的变更,诚然,这些都跟客观条件有很大的关系,但更重要的是,两者之间的气质截然不同。秋冬的兽纹讲究架势、气场,春夏的兽纹图样则是将飘逸风格融入其中,展现了原生态的野趣,就算是做裤装,也要求能体现动态方寸间的魅力。如果你确实希望能将兽纹元素放在日常穿着项目中,可以选择单件服装,再搭配纯色上衣或者长裤。

风情木屐

木屐其实在2010年也颇为风光,业界看好其前景,估计这股风潮延续到今年会更加热烈。在不少顶级品牌的计划中,木屐是春夏时节不可少的一道风景线,类型还相当丰富,有传统的木屐底,还有改良型的厚底、坡底……林林总总,反正就是尽量营造出高人一等的境界来。

美丽计策

春季瘦身

别忘这些法则

春季不减肥,夏季徒伤悲。眼看夏天越来越近了,你还在等什么?马上开始瘦身吧!记住以下这些法则,不必运动也可达到瘦身的效果。

慢慢享受每一口食物

细嚼慢咽不只是淑女的象征,它确实是一个小小的秘诀。每吃一口咀嚼20下,可以更好地体会到吃的乐趣。

早晨一杯温开水

早晨喝一杯温开水可以疏通肠道,还可稀释血液黏度,降低血压。同时记住白开水是最好的饮料,每天喝8杯,可加速新陈代谢,最重要的是你的皮肤会一整天富有弹性和光泽。

不要边看电视边吃晚饭

虽然感觉上悠闲轻松了很多,但你会在不知不觉中越吃越多,越吃越久。

下午吃点小零食

整天叫着节食是毫无作用的!饥饿只会使你更暴躁。你可以少吃多餐,下午3点吃两块苏打饼干或水果,这会防止你到晚上像狼一样扑向饭桌。

逛超市前吃点小零食

最易破坏你减肥计划的就是逛超市。若不想随心所欲,那就在购物前吃点东西。特别是在15点-19点之间,是你血糖最低的时候,面对诱人的食物,会让你欲望大增。

吃丰富的早餐

以为不吃早餐就可以减肥是愚蠢的观念。一顿丰富的早餐会让你一整天都精神百倍。半天不吃,只会消耗你的肌肉而不是脂肪,而不稳定的饮食习惯只会产生能转变成脂肪的卡路里,还会使你终日昏昏沉沉。

将喝汤和吃水果改在饭前

在已经吃饱的情况下喝汤和吃水果,只会让你的胃不断撑大,接下来的情况是“胖了”。如果将喝汤和吃水果放在饭前进行,你在用餐时就不会吃得太多了。

将喝鲜奶改为喝脱脂奶

虽说一杯全脂牛奶(250毫升)大约有65卡路里,不会成为致肥原因,但如果是天天喝的话,不妨改喝脱脂奶,因为它的热量只是全脂奶的一半,但钙质与蛋白质却相同。

晚间刷牙的时间尽量提前

这个原则同样适用于午饭。口气清新会让你抑制住不断吃零食的欲望。

常喝什锦乌龙粥

生薏苡仁、干荷叶各30克,冬瓜子100克,赤小豆20克,乌龙茶适量。将上述除干荷叶、乌龙茶之外的原料洗净,放入锅内加水适量煮熟,再将纱布包好的干荷叶和乌龙茶放入粥内煮8分钟,取出纱布包即可食用。每日早晚食用,健脾减肥。

(美美)

“坐椅子时头发不能靠椅背;系安全带时,要先把头发撩起来;拍戏如果有人抓手时,一定要等我把手头发甩开;发型师梳头时如果听到‘啲’的一声,就会拿眼瞪他……更早以前还有更严格的要求,即对头发是不准烫、不准刮、不准喷发胶。”而且,在外面拍广告时,走到哪儿都有助理撑伞遮阳,这点估计一般女孩子是学不了的。

洗头发的正确步骤

步骤一:梳开头发再洗。千万注意,洗头之前一定要把头发梳开,不能在打结状态下洗。譬如说你今天绑了一整天头发,你不能

松开头发后就直接洗,一定要先把头发梳开再洗。

步骤二:用指腹按摩头皮。洗头的时候一定要用指腹搓你的头皮,每一寸头皮都要被洗发精的泡沫覆盖,并且用指腹搓过每一寸头皮,这样头皮才能洗得干净。

步骤三:彻底洗两次。头发要分两次洗,先洗头皮,接着再洗发丝。如果你是油性发质的话,就要用两种不同的洗发精洗,先用专门洗头皮的产品轻轻地洗,再用一些含牛奶成分、氨基酸成分的产品,正常地洗一次发丝。洗发丝时可以将头发撩到一边,轻轻地揉它,并且用手指抓顺、抓开。四种梳子齐上阵

大S自称有非常多的头发保养秘诀:“比如说,洗完头吹发时,我会用凉风吹,这样不伤害发质;湿的时候先用宽齿梳梳头发,差不多吹干时用专门按摩头皮的按摩梳先按摩头皮和发根,然后用普通梳子梳头发,把头发吹干后再用密密的排骨梳把毛鳞片梳顺。”

化妆包里的秘密武器

大S说,如果她的化妆包里只能带五样美容美发秘密武器的话,那就是面纸(要随时保持干净)、护唇膏、护手霜、口气清香喷剂,还有一瓶免洗润发乳。另外,她总会随身携带一把小型的防静电梳子。