

生活时尚

# 靓丽配饰迎新年

□文慧



临近农历新年,这也是一年工作收尾的时候,各种年会、晚宴轮番登场,平时难得一见的好友也会在此之际一起派对欢聚。种种场合总少不了几件闪耀人前的靓丽配饰,笔者已帮你早早搜罗,必是心仪之选。

## 螺旋戒指

经典设计是在各大宴会、派对上永不会过时的选择,而且还能大大凸显主人家的品味和气质。宝格丽新年臻选中的B.Zero1系列戒指以干练、简洁的设计展现了大胆的风格和鲜明的格调,宽大的设计出挑却不张扬,Tubogas和BVLGARI标识这两

大标志性元素运用于创新设计中,独特的螺旋代表着过去、现在与未来的融汇,其名称中的0和1则象征着循环与永恒,同时也寓意着全新的开始,简直就是为新年而生!

## 爱心串珠

对于喜欢甜美清新路线的女生来说,一些活泼新颖的饰品往往更能代表她们的气质。好像意大利首饰及腕表MORELLATO最新推出的“爱心”Drops串珠系列,有花朵,有蝴蝶,有圆圈……每一颗串珠都是一种象征,可以透过个性化的组合,让它成为你独一无二的情感能量。不

仅适合派对上佩戴,也是非常好的情人节礼物,闪闪亮亮、满满爱意,必能让你在这个节日表达对“她”的爱意。

## 雪豹戒指

个性和创意一直都是潮人所追求的。英国奢华戒指设计师EM-MAISHIPLEY设计的雪豹系列灵感来自于世界上濒临灭绝的大型猫科动物——雪豹,尽显其无与伦比的优雅、美丽与力量。受雪豹周身图案启发,该系列大胆采用几何图形,将激情与力量体现得淋漓尽致。据悉,这一系列盈利所得的10%将捐赠给国际雪豹基金会,让

自己美丽的同时又可以环保做贡献,何乐而不为呢。

## 丝绒项链

有时夸张的造型也会成为你装扮的点睛之笔,来自Viktor&Rolf系列的设计,突破地将奢华柔软的丝绒与闪亮抛光的仿水晶进行了完美的结合,刚柔并济,成为了派对频繁时节炙手可热的配饰单品。其中摇滚风潮十足的项链采用了宽边效果的设计,非常显眼,很有体积感。在大面积丝绒材质中嵌以闪耀施华洛世奇黑钻及哑黑仿水晶组合,呈现出完美对比。

## 生肖手链

既然是新年,具有中国特色又喜庆的黄金生肖饰品,无疑也会成为高人气潮品。独有的古典气质配合式样简单的小礼服或旗袍都会别有味道。在英皇珠宝推出的“CrownYour Life加冕人生”十二生肖系列中发现的羊头手链,绝对是今年的主角。特效3D立体羊头造型讨人欢喜、生动时尚的硬足金串饰,并配以独特的皇冠演绎,喻意配戴者将踏入备受爱戴、爱护与重视的一年,为羊年添上一份亮丽、动人的独特色彩。

健身妙招

## 有的放矢防感冒

□毛颂赞

感冒是一种常见病、多发病。每逢季节转换,感冒的人数就多起来。不少家庭大人小孩全家齐感冒。日常生活中几种人容易感冒:过度劳累、经常熬夜者,室内空气污浊、不注意通风换气者,鼻部、腹部受凉者,不讲究卫生者。因此,预防感冒一定要有的放矢。

就是用肥皂和流动水好好洗手,并用清水漱口,日本研究发现,这样可以减少36%患感冒的几率。

### 给孩子穿件薄棉小背心

如果有意识地给孩子穿一件薄棉小背心,可以保护脾胃日夜不受凉,并护住孩子背部和腹部的许多经脉,能帮助孩子远离感冒。

### 常喝酸奶

英国研究发现,儿童常喝酸奶不容易感冒,可使感冒发病率减少1/3。研究人员建议,家长在冬春季多给孩子喝酸奶,可以达到预防感冒的目的。

### 冬天多吃一些酸味食品

营养学家认为,冬季气温变化大,人容易感冒,提高免疫力就显得极为重要。为此,平时不妨多吃些酸味食品(酸味新鲜水果、果醋、柠檬汁等),能有效提高人体对病毒的抵抗力。

### 不要过度劳累

研究发现,过度劳累、经常熬夜都会导致免疫力下降,以至于人体在感冒面前“缴械投降”。因此,每晚要早些安睡,这是防病的高招。

### 室内通风,少去污浊之地

在家坚持每天早晨开窗通风换气,不少于15分钟;尽量少去或不去通风不太好的地方,因为那地方病毒的浓度最高。

### 外出回来先洗手、漱口

外出回家后第一件事

侍花弄草

## 水仙花香

□王鸣光

水仙花的香气、清、淡、绵,闻之令人沉醉。这样的花香,清爽得像是被洗过似的,有清冽感、透明状。是藏在深山里的小溪,底下大小卵石,历历可数;游鱼蝌蚪,清晰可见;是雪后大地,银装素裹,纤尘不染,宁静安详。

默默而坐,等到躁动的心化为一泓深潭,一片白云,便有一缕清爽的、淡淡的花香,不急不躁,徐徐而来。仿佛一位高士,走出深山野林,幽篁僻室,慢慢地一路踱来,与你促膝交谈。

这样的花香,猛然闻之,不仅让人一时有些醍醐灌顶,神清气爽之感,更有一种绵绵的力量,渗透心中,萦绕不息,替你扫除心中的浮尘,按捺住骚动的欲望,并且长留在记忆中。到那时候,望着凋零的残花,依然会闻到那一缕清淡而绵绵的花香。

这样的花香,源于一个季节吧。避开一个百花争艳,绿意盎然,色彩斑斓的季节,甘愿没有鸟的婉转动听的歌唱,蝴蝶蜜蜂的翩翩起舞;没有暖阳的抚摸,软风的吹拂,细雨的滋润,却常常遇到天低云暗、朔风呼啸,滴水成冰,万木萧条。如此,方能有这一缕的雅致的幽香吧。有诗曰:“宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来”,水仙花香,何尝不是“磨砺出”、“苦寒来”?

说到了梅,水仙与之相比,盛花期,只需一盆一钵,一勺清水,几块小石,简简单单,清清爽爽。水仙花的香气,更是缘于这一份淡泊吧。

水仙花香起,蓬荜生辉,杂念顿消,心境清幽。



张家界三姐妹峰

赵连友 摄

## 鲢鱼藏羊

□李兴福

节。将羊肉藏入鱼肚内。锅上火烧热,用油滑锅,倒出油,锅烧旺一点,加50克油,烧成七八成熟。将鱼下油锅内煎约一分钟,将鱼翻身再煎一分钟,如油不够再加油煎到鱼两面黄色,倒出。锅洗一下再将锅烧热加30克油,将蒜籽姜块下油锅煸出香味,再把冬笋片、香菇片下锅,鱼放在上面,加料酒、酱油烧开,放清水500克,盖上盖大火烧开,改中小火烧。约30分钟看一下汤汁,拿一根筷子从鱼头上戳一下,如爽快地下,说明鱼要好了;如硬硬的,说明不到位,再用小火焖烧10分钟,加糖、鲜粉、胡椒粉收汁,见锅内汤汁将收干时,改用小火用手不断地转动锅子,防止粘锅,放葱节、姜片再淋上30克麻油,起锅装长腰盆即成上席。

三、特点:色泽金红,整条鱼完美,鱼肉鲜嫩,羊肉酥软鲜美,汤汁醇浓,辣中有咸有甜,甜中有鲜,堪称冬季佳肴,有滋补功能。

世相杂侃

## 改装童车乐趣多

□朱永平

我家宝宝使用的童车虽然也算有点“品牌”,但是“功能”一般,碰到雾霾、刮风、下雨、冰冻,总是束手无策。我家离幼儿园约500米距离,每天推童车送宝宝去上学,来回各需大约20分钟。天气好的时候不在话下,天气糟糕的时候就会感觉很别扭。于是,我产生了改装童车的想法。

首先,我想迫切解决雾霾天气对宝宝的侵害。记得小舅妈曾经送来过一大块精美的细网纱布,原来说是可以给“奶头”挡风遮灰的。国庆节的时候,我把这块细纱布找了回来,先用“淘”来的银色灰布和粗铁丝做了一个童车的篷,看上去与同色的童车浑然一体;然后把细

网纱布像帐子一样从车顶垂放到轮子(左右也是围起来的)——俨然一辆“防霾”车,宝宝坐在里面赛过戴着口罩,至少可以遮挡许多尘埃与小飞虫!其次,刮风下雨的时候,我既要给自己打伞,又要给宝宝遮雨,常常手忙脚乱,顾此失彼。于是,我又去“采购”了质地较厚、透明度较高的塑料薄膜,给童车做了一件专用的“雨披”,使用时,童车的顶部、前面与左右两侧都有薄膜遮雨,冷天的时候有后侧与底下通风就够了;热天的时候,左前和右后的两个直角各开一条大口子,用以透气。现在,送宝宝上幼儿园再也不怕天下雨了。

还有,改装的童车有着“防寒保暖”的功能呢!进入寒冬以后,宝宝早上坐在童车上幼儿园时总是说“我好冷!”即使给他加盖小毯子或者放下细网纱布,他还是“超级冷”。的确,郊区的冬晨常常在冰点,孩子迎风而坐,能不冷吗?实在让人既心痛又着急。然而“急中生智”,我干脆利用遮雨的塑料薄膜来给宝宝“防寒”——效果不错,此后,宝宝坐着童车上学时再也没有叫过冷,两只小手还总是暖暖的呢!

改装童车虽然花费了许多时间与精力,但是能让童车添加了好几种“功能”,感觉还是非常值得的。而且,现在已经有好几位其他宝宝的家长表示要学习我的这些“专利”,这使我更加高兴!

男左女右

## 爱情哪会管“门当户对”

□李芬兰



母亲爱做媒。最近又在张罗一对男女的终身大事。

男孩叫张超,是母亲同事的儿子,国外回来,标准的“海龟”,在一家跨国企业上班,前途无量;女孩叫刘月,是我们家邻居的女儿,长得十分可人,家境也好。按理说,他们是门当户对的。

第一次见面,母亲跟着一起去了。两个人面对面坐着,似乎话都不多。母

路上溜达,看到张超牵着一个女孩的手,欢天喜地地在马路上走着。看他们的表情,完全沉醉在热恋之中。张超看到我母亲,愣了一下,忙叫“阿姨”。我母亲点点头,微笑着说:“谈女朋友了?是做什么的啊?”女孩很大方地说:“阿姨,我是卖皮鞋的。”母亲说:“爸爸妈妈是做什么的啊?”女孩说:“他们都是工人。”母亲还要说什么。张超说:“阿姨,我们有点急事,先走了啊。”母亲看着他们离去的背影,只想到三个字:不般配。

母亲又想到了刘月,不知她怎么样了。到家后,她就去敲了邻居的门。邻居苏阿姨见是母亲,热情地让进屋里。一番闲聊后,母亲言归正传,说:“刘月谈朋友了吗?”苏阿姨

忽然微微叹了口气,说:“别提了。”母亲说:“怎么了?”苏阿姨说:“上回啊,你给介绍的那个‘海龟’,我们都觉得挺好,她却看不上。其实啊,是她暗地里早就谈了个男孩子。”母亲乐了,说:“那不是很好吗?”苏阿姨说:“好什么啊。那男孩子,父母在他小的时候就离了婚。他自己呢,也没个正经工作,整天吊儿郎当的。真搞不懂,刘月是中了什么邪……”

从邻居家出来,进了屋,母亲依然一脸纳闷。我问清了母亲个中始末,忍不住就笑了:“妈,感情的事,门当户对也可以,不门当户对也行,就像你去菜市场买菜,青菜萝卜,各有所爱吧!”母亲没说话,依旧是一副“年轻人的世界我不懂”的表情。

排队等候不喧哗  
文明举止人人夸



此菜鱼羊二味,互为渗透增美,合为一鲜。

一、原料:鲜活鲢鱼一条750-800克,羊肉300-400克,干香菇3-4只,冬笋肉50克,蒜籽50克,泡红辣椒2只。调料:植物油70-80克,料酒50克,酱油40-50克,糖、盐、胡椒粉、鲜粉各适量,葱50克,姜30克,清水500克,麻油30克,郫县豆瓣辣酱50克。

二、制作方法:将鲢鱼活杀,刮去鱼鳞,冲洗后,从鲢鱼背中间批开约二寸长口,要批过鱼肚,取出鱼内脏不用,留鱼泡。将鱼肚内冲洗干净,去掉鱼鳃、胸骨,沥干鱼肚内水分待用。羊肉切成一寸半长见方片,用料酒、生抽酱油、葱姜洗净切小片,腌渍半小时。香菇泡发后洗净批片,每只香菇批三片,冬笋洗净去皮,煮熟切一寸半长八分宽二分厚的片,泡红辣椒去籽切成一寸长六分宽片,葱姜洗净,姜切指甲片,葱切成