

追“族”生活 个性当道

你或许听过“月光族”这样的新派词,那你可能还没有听过“慢活族”“穷忙族”“乐活族”……等一系列的新名词吧?想知道自己属于哪一族吗?下面就跟着小记来看看个性一族的花样生活吧!

慢活族:“慢”是一种能力

每天很早起床,并非是为了按时出现在办公室,而是自己动手做可口的早餐,不会为了赶时间而吃快餐。他们不喜欢打车或开车去上班,反倒更喜欢骑自行车甚至徒步。他们可能不会选择快节奏的工作,反而更热衷于收入虽然不多,但压力也少,时间上更自由的工作。没事时能长期捧着图书慢慢地看,也能在周末逛逛街、喝咖啡或看电影,有时也会为了培养兴趣而参加活动。时不时地给自己放个长假,独自去旅行。

被访者:李小莉

职业:某媒体工作人员

李小莉说,“慢活”状态其实很容易,就是按照自己的节奏去生活。身边的好多朋友,都在为薪金而做自己不喜欢的的工作,最后变得很压抑、很勉强,享受生活也就变成了忍耐生活,从而活得很累。其实,慢下

来生活是一种能力。在如此竞争激烈的社会,生活节奏也不断加快,想要慢下来,说真的还挺难,但自己可以主宰生活,要注意内慢外快。工作中可以风风火火,但下班后要马上慢下来,感受一种无为状态,让内心趋于平静,做到工作是工作,生活是生活,随心所欲地调节自己的节奏就好。

穷忙族:“穷忙”何时能停止

他们总在控诉时间不够用,工作特别多。每天为了工作不停得忙碌,过后才发现工作还是做不完,虽有收获,同时也有了更远的目标,于是又为了新目标而继续忙碌。他们白天掐着时间工作,晚上掐着时间睡觉,把健康与生活都给了工作,使自己处于亚健康状态,随之而来,会越来越忙碌,越来越焦虑抑郁。年轻人为了生存而忙碌,中年人为了下一代而继续忙碌,无休止的工作,反倒越来越“穷”。

被访者:荣振东

职业:某公司部门主管

记者见到荣振东时,他正在肯德基里吃快餐。他说道,大学毕业刚工作时,天天全是工作,从一个打杂的小职员干起,每天事很多,没时间

出去玩,有点时间就学习充电,想趁着年轻多学点东西。可三年后,他当上部门主管,依旧很忙碌,每天的工作把所有私人空间占满了,手机永远处于开机状态,需要现在收入比以前多了,但房价也在上涨,他不得不继续拼命的工作。他认为,其实对于“穷忙族”而言,除了生活所迫外,个人欲望也是一个原因,月薪2000元的时候,就想挣5000元,买了10万元的汽车时又想着买更好的车,随着薪水增加的同时,个人期望也在上升,于是也就不断地为达到心愿而继续奔波、忙碌。

乐活族:活着就是为了快乐

他们是健康、快乐、环保,自给自足的一群人。他们青睐有机食品和健康蔬菜,避免高盐、高油和高糖食物。他们会注重生活品质,不抽烟,也尽量不吸二手烟,会减少制造垃圾,实行垃圾分类和回收,甚至减少一次性筷子和纸张的使用。生活中,他们注重节约用水,电器不用时关闭电源,尽量穿天然棉麻材质的服装,会积极参加公益活动和慈善事业,关怀他人,分享乐活。

被访者:苏鸿

职业:某企业行政职员



苏鸿,一个很乐活的女孩,在她的家里,到处可见的环保物品,着实让我们看到了乐活状态。化妆盒、垃圾桶、相框、收纳箱……都是她亲手自己制做的家饰,而她的包包中,总装有一套餐具和方便袋,随身随拿。就算每天工作再忙,她也很在意吃饭,有机绿色食物当然不能少,休息时就练习瑜伽,来缓解工作压力。她认为,乐活是一种心态,与金钱无

关。不见得开名牌轿车,吃山珍海味就叫乐活,反而这样倒有些落伍了。乐活,就是普通公众,通过消费,享受生活,支持环保,获得身心健康的自我感觉。同时也要有良好的经济头脑,理性的消费意识。使用二手货品,提倡废物再利用,避免污染,追求健康环保的绿色生活。

本报记者 李艳苗

非凡视觉·我拍我秀



新郎:刘军

新娘:张敏

新郎感言:结婚是瞬间的,幸福是永远的。老婆,我爱你!

小布告:你是一个摄影达人吗?你想一展你的风采吗?那么就来参加我们的《我拍我秀》吧,只需将您的婚纱照或写真照和个资料发至 mizhong@126.com 即可。



爱宠有家

狗狗的身体语言

狗虽然不会开口说话,但它的表达能力极强。它的眼神、姿态和表情,无一不诉说着它丰富的内心世界,一点一滴都体现着这可爱的小生灵特有的智慧。

俯首:当小狗把身体后端抬高,前端俯低时,尾巴会起劲儿地摇动,眼睛也闪闪发亮。它是在对你说:“一起来玩儿吧!哪怕只玩一小会儿!”如果你表情严肃,它会用特别友善的方式表达,以期引起你的注意,调动你的情绪。

摆尾:摇尾巴的狗通常是友好

的。但狗在感觉恐惧、激动或困惑时也会摇尾巴。一只受了惊吓的小狗可能把尾巴低低地夹在两腿之间摇动,这是它在琢磨下一步行动:“我该战斗,逃跑,还是投降?”一个愤怒的挑战者会高举着快速摇动的尾巴进攻和袭击。要注意观察情况:也许小狗最好的哥们儿刚刚放学归来,也许有别的小狗正在它的碟子里大快朵颐,还要观察它如何分配身体的重量:挑衅的狗通常会紧张地把身体主要分量放在前腿上。

翻身:小狗肚皮朝天,把爪子举向空中时,是在表示谦恭与服从。如果它在一只狗面前摆出这个架势,那是在说:“我可不想打架,我服了你!”如果这姿势是做给你看,含义可就丰富了:为了逃避一场预料中的训斥,它会翻着肚皮说:“我不想惹你生气,接受我的道歉吧!”或是在为逃避做一件不大情愿的事耍赖。更多时候,仰面朝天的狗只是想告诉你:在你身边,它是多么快乐——“来吧,来拍拍我的肚皮!”

宁静

东鸽爱心购物券体现企业社会责任感

近日,东鸽电器城推出发放爱心消费券,捐助贫困大学生的活动。顾客只需捐赠5元钱,即可换购价值2190元的购物券。

东鸽电器城的负责人告诉记者,新入校的大学生开学在即,像以往一样,有许多贫

困的家庭需承担大学生给家庭带来的巨大的经济压力。东鸽集团作为社会的一员,理应承担这份社会责任,尽企业最大的能力去帮助这些经济困难的大学生,让他们能够背负最少的负担迈进大学的校门。同时东鸽电器城还郑重承诺:1、价格透明、保证

在最低成交价基础上再用券,绝不加价用券。2、费券可单品使用,也可套购使用,使用时不影响参与店内其他促销活动。3、全场所有品牌(含特价机),均可使用本券。4、由顾客爱心捐助的善款,全部赠予贫困大学生。

温文

药妆成就健康肌肤

化妆品,永远都是时尚舞台上退不下去的精灵。如今,药妆产品的出现,又为整个化妆品行业带来了新的发展。

记者走访多家化妆品连锁超市和药店了解到,目前药妆产品正在化妆品行业中崛起。市面能买到的药妆品牌有薇姿、理肤泉、佰草集、相宜本草等。据一位化妆品经销部经理介绍,药妆销售逐渐呈上升趋势,消费者购买药妆产品多在商场的化妆品专柜和药房,其中药房药妆产品种类不多,而商场的药妆专柜,更有针对性,量肤设计的产品,专业人员的指导,都给消

费者提供了全方位的药妆服务。

据了解,药妆产品除了安全、可靠、效果显著外,也取源于天然成分,配方精简,不含色素、香料、防腐剂甚至表面活性剂,更加环保与健康。同时,药妆所针对的肌肤问题有祛痘、祛斑、抗过敏、消炎、控油等,提醒消费者在对自己的皮肤有一定了解后,请教美容师来合理地选购药妆,特别要注重成分配方,从而才能达到消费者满意的治疗效果。业内人士介绍,如今的药妆产品逐渐走向正规,产品大都经过专业的医院、医学机构认证,更加专业。 本报记者 李艳苗

狂恋晚装包

但凡在有红地毯的地方,就会出现美女涌动的画面,以及晚装包的若隐若现的神秘踪影。有人说,这个包可有可无,不过是让美女们的玉手多一个依靠点而已;也有人说,这个包必不可少,它是构成红地毯风景的必要因素。而我们,更多是在一边学习搭配技巧,一边等待着真正使用它的时机出现。

晚装包又被称为小坤包,是专门用来搭配晚礼服的小包,它的流行趋势常随着晚装流行趋势的变化而变化。今年各大名牌刮起一股强劲的印度风,充满了热烈浓重的热带风情。为了配合

这股色彩缤纷的印度风,小坤包也跟着亮起来,仿金属的金、银色,强烈刺激着每个女性的眼球。

今年爱马仕、LV等品牌纷纷打破传统的对称造型,推出了几款造型别致、不对称晚装包,比较流行蝴蝶结造型也被设计巧妙地运用到了晚装包的外形上。今年的晚装包在图案和外形方面都选用了许多不对称的设计,甚至会用一些贵重的、天然的材料,比如宝石和其他的一些配饰来强化这种不对称感。但我们在日常选购上,却会因为一种

自然而然的“羞涩”心态而避开这些款式,觉得自己拿着是否太过炫目了,它们的最终归属是否应该是明星名媛?

以往中国风的晚装包,多以丝绸、湖锦缎等材质配以金珠、刺绣、中国结等元素制成。但今年的中国风晚装包势头有所减弱,不再是主流,但是仔细观察,还是能够在晚装包的图案、配饰这些东西上发现中国元素的痕迹。如果说以前流行的中国风晚装包都是一些具象的元素,那么现在则更倾向于抽象的、局部的。

乐