



近日,青岛市民政局老年活动中心的学员们迎来了一场别开生面的时尚盛宴。时装·T台模特表演班的学员们,在市南区大学路、黄县路等老街区上演了一场以欧式街景为背景,进行时尚穿搭潮流服饰展示的“街拍”室外课。这群平均年龄55岁的学员们,用她们的自信与活力,为这座城市注入了新的活力与时尚元素。

据老师李书成介绍,这个班共有40余名学员,已经学习了三个学期。她们有着不同的职业背景,但都对时尚和模特表演充满了热情。室外课最重要的是,要将学习到的专业形体姿态、服装饰品搭配风格和专业

在老城区的街道上,学员们成为一道靓丽的风景线。她们摩登的气质和优雅的步伐,吸引了路人的目光,65岁的朱秀奇就是其中一位表现出色的学员。在街拍过程中,她选择了一套亚麻服饰,突出休闲舒适的特点,还搭配了一套夏季牛仔裤外加时尚小衫。特别是搭配上黄色的包包和黄色的帽子这些亮色调后,整个人的气质一下子就提升起来了。“色彩是服装搭配中非常重要的因素,比如冷暖色调的搭配,可以帮助你更好地进行服装配色。同时,也可以尝试一些

时尚盛宴 别样芳华 当美龄模特邂逅网红老街

记者 安娜

老街区与时尚相遇

艺术修养融入生活中,时刻自然地展示出气质高雅、时尚靓丽、举止文雅的自己。

在“街拍”前,每名同学都精心准备了两套时尚穿搭潮流服饰,并根据街景、背景及个人服饰的搭配风格,打造了自己的时尚造

型。“室外课对每位同学的服饰搭配要求比较高,色彩、风格、款式必须与本次拍摄的街景、背景相搭配。特别是对配饰,像眼镜、帽子、围巾、包包、手套,各类项链、手链等,都有比较严格的要求。”李书成说。

时尚靓丽与个性展示

大胆的色彩组合,以展现自己的个性。”朱秀奇说。

这次“街拍”室外课对62岁的朱秀奇来说也是收获颇丰。“街拍能够融入生活中去,这对我们寻找和发现生活中的美格外重要。”

“中老年人在时尚领域同样有着巨大的潜力和价值,她们可以通过时尚来表达自己的个性和追求。”李书成表示,未来他将探索更多适合中老年人的时尚活动。

(照片均由受访者提供)



山东省老年国际旅行社 66988553 13306484027 66988549 55715169

最美东西南北疆全景空调旅游专列18日

吐鲁番(坎儿井、葡萄沟)/乌鲁木齐(天山天池、大巴扎)/北屯(喀纳斯、禾木、五彩滩)/伊宁(赛里木湖、霍尔果斯口岸、薰衣草葡萄庄园、那拉提大草原)/库尔勒(罗布人村寨、博斯腾湖)/喀什(喀什古城、艾提尕尔清真寺)/疏勒(张骞纪念馆)/阿图什(卡拉库勒湖)/库车(库车王府、天山神秘大峡谷)/哈密(魔鬼城、回王府、十二木卡姆)

★专属团队: 纯中老年游客群体、满足同年龄段人的出游意愿
★出游安心: 保健医生全程陪同、让您的旅程省心和贴心
★舒适放心: 空调专列硬软卧, 沿途不上下客、行李免费放车上
★线路用心: 行程舒缓, 环游东北经典景区

8月7日 9月2日 5980元起
(出发时间以国铁集团调令为准)

以上行程仅供参考 以最终行程为准 (青岛、潍坊、淄博、济南均可上下车)

鲁疆号

《跟我一起去旅行》旅游分享会邀请您7月15日(周二)上午10:00前往山东省老年国际旅行社门店(镇江北路81号八一商务楼2楼282室), 到场咨询均有好礼相送(详情电询)

黑吉辽蒙冀环游-哈尔滨、北极村漠河、国门、呼伦贝尔大草原、长白山、抗美援朝纪念馆、鸭绿江断桥、沈阳故宫、山海关专列13日

7月22日、8月8日(出发时间以国铁集团调令为准) 3580元起

乌兰布统-丰宁坝上草原、大型马术表演、电音狂欢夜、多伦诺尔天路草原、吉普车深度游草原、草原牧场、野鸭湖、玛瑙山、吐力根河漂流、红山军马场、敖包祭祀、草原射箭、草原实景演出、丰宁坝上草原、津门故里大巴4日..... 7月17/24日 889元

浙江-楠溪江竹筏漂流、狮子岩、丽水街、大龙湫、灵岩景区、灵峰日景、江心屿、三垟湿地、寺前街双飞3日青岛独立成团 无购物百分百纯玩

7月15/22/24/29/31日2780元

张家界-韶山、凤凰古城、湘西苗寨、张家界国家森林公园、张家界大型民俗表演、土司城、天门山国家森林公园双飞6日一价全含 0自费

7月14/20/24/28日 3980元

广西-百魔洞、巴盘屯、古龙山大峡谷、靖西鹅泉、侨港风情街、百年老街双飞6日..... 7月14/17/19/24/26/31日4880元

7月14/22/26/30日3980元

地址:青岛市市北区镇江北路81号八一商务楼2楼282室 ★★★另有多条线路供您选择, 可拨打上方电话咨询★★★

俄罗斯-红场、莫斯科古姆百货商场、圣瓦西里大教堂、克里姆林宫、基督教世主大教堂、列宁墓、冬宫、亚历山大纪念柱、狮身人面像、青铜骑士像、滴血大教堂、伊萨基耶夫教堂、拉多加湖、阿尔巴特大街、凯旋门、莫斯科国立大学双飞9日青岛起止、全程领队陪同

7月24/31日、8月7/14/21/28日 6999元起

北欧(芬兰、瑞典、丹麦、挪威)-斯塔万根大街、斯德哥尔摩老城区、乌斯彭斯基大教堂、赫尔辛基大教堂、赫尔辛基大学、南码头露天市场、岩石教堂、西贝柳斯公园、Oodi图书馆、Amos Rex美术馆、斯德哥尔摩皇宫、圣尼古拉教堂、诺贝尔博物馆、维纳恩湖区、弗罗姆小镇、松恩峡湾、纳柔依峡湾、哈当厄尔峡湾、EdiFjord小镇、沃尔令斯瀑布、维格兰雕塑公园、奥斯陆市政厅、小美人鱼雕像、吉菲昂喷泉、腓特烈教堂、安徒生雕像、新港码头街四国双邮轮双峡湾10日拒签全退 赠送双人WIFI双点进出直飞北欧 赠送联运 赠送转换插头纯玩无购物

8月21日、9月4/11/18日 16999元

摩洛哥-穆罕默德五世广场、市政厅、迈阿密海滨大道、巴西亚皇宫、马约尔花园、梅纳拉花园、库图比亚清真寺、不眠广场、阿依本哈度村、瓦尔扎扎特、托德拉峡谷、梅克内斯、布日占蓝门、卡拉维因清真寺、麦地那、非洲洞、丹吉尔灯塔、丹吉尔悬崖咖啡厅、艾希拉小镇、乌达亚堡、麦克苏尔清真寺、哈桑清真寺、穆哈木德五世陵墓、哈桑二世清真寺、里克咖啡馆12日全程入住四星级酒店 纯玩无购物 赠送超值流量卡

8月21日、9月4/11/18日 13999元

韩国-松岛中央公园、景福宫、青瓦台、光化门、临津阁、北村韩屋村、国际免税店、涂鸦修、韩国乱打秀、汝矣岛公园、海苔博物馆+韩服摄影双飞5日 7月23/30日 1499元

8月13日 28800元

澳大利亚、新西兰-悉尼歌剧院、悉尼植物园、悉尼歌剧院、海德公园、圣玛丽教堂、圣派翠克大教堂、费兹罗花园、库克船长故居、墨尔本皇家植物园、费林德斯街火车站、联邦广场、墨尔本大学、南岸公园、袋鼠角、市政厅、天堂农场、玛塔玛塔小镇、红树森林、爱歌顿农场、市政府花园、怀奥塔普地热世界、帕内尔文化区、海港大桥、工党纪念碑、天使湾12日含签证、含小费、纯玩0购物

过敏性皮炎
中医巧解决

过敏性皮炎又被称为接触性皮炎。中医认为,这个病的病因是血分热毒,涂抹激素药膏只能暂时缓解症状,通过调理过敏体质,才能达到既治标又治本的效果。

调体基础方:甘草、乌梅。

祛邪药搭子:金银花可以清热解毒;牡丹皮、茜草能清热凉血;墨旱莲有凉血止血、滋补肝肾的作用。

很多接触性皮炎患者皮肤比较干,时间久了以后会干燥脱屑,中医认为这是阴血不足的表现,所以要滋补肝肾。

此外,在日常生活中要避免日光下久晒;日常饮食要尽可能的保持清淡。在使用化妆品时要慎重,在试擦之后再使用。保证充足的睡眠和必不可少的运动锻炼。倪诚