



时尚准妈妈 生活别有“孕”味

孕育一个生命，对女人而言是人生的一个里程碑。随着时代的变迁，新时代的“准妈妈”不再蓬头垢面，而是美丽得体，别有韵味，过着自己独享的时尚生活。

俏妆扮 美丽不打折扣

“80后”，是追逐时尚生活的一代，就算是怀孕了，这些准妈妈也不放弃成为时尚孕妇的时机。市民小茹就是一名“80后”的准妈妈，怀孕6个多月了，可记者看到的，仍是一个装扮精致的女孩，皮肤晶莹剔透，一头乌黑的长发编成现在流行的韩式发髻，靓丽的娃娃裙遮住了圆圆的肚子。小茹说：“爱美之心人皆有之，生孩子我也要美美地生。尽管这辈子只会穿几个月，我也买了好几件漂

亮的孕妇装。怀孕期间我没中断做美容，用的是孕妇专用的化妆品，我要对宝宝的健康负责。”

像小茹这样爱美的准妈妈不在少数，因而针对孕妇的专用化妆品也走俏市场。市区一家孕妇用品专卖店的店主介绍，现在针对孕妇使用的化妆品品种日益丰富，尤其以基础护肤的产品最多。这些护肤品尽可能减少化学物质的含量，既保护孕妇的皮肤，也不用担心会影响腹中宝宝。

拍孕影 留下永久温馨

准妈妈也有追求时尚的权利！不少时尚新潮的“准妈妈”会给自己定个“影楼之旅”，为老公和即将出世的孩子留下自己“最具女人味”的写真。

记者在市区一家影楼内看到许多准妈妈们的照片，她们变换不同服饰，娇艳如花，美丽模样和普通艺术写真没什么区别，而裸露在镜头下的圆滚滚的肚子给她们平添了一份母性的美丽。影楼老板告诉记者，“准妈妈们在孕6—9个月的时候来拍照，而且都会选择露肚皮拍摄。她们自然流露的神情会让你感觉到她们很自豪、很骄傲。”

记者采访中，已有8个多月身孕的“准妈妈”晓蕾来取自己两周前拍好的孕味照影集。照片中，晓蕾抚摸着袒露的肚皮露出温柔的笑容，浑身散发着母爱的温馨，她的先生亲昵地俯身贴近还未出世

的“宝宝”，这个孕育中的生命给夫妻俩带来的喜悦被定格在瞬间。

“都说怀孕的女人最美，我要让镜头记下自己怀孕时的幸福与美丽，这将是

练瑜伽 舒缓孕期情绪

印象中的孕妇，一个个都是娇滴滴的“重点保护动物”，可现在很多准妈妈都捧着大肚子练起了孕妇瑜伽。

在市区一家会计师事务所上班的小张怀孕后，没在家平淡度日。“为了分娩的时候能轻松些，我买了一些针对孕妇的瑜伽碟片，每天抽空学着练。我妈妈为此还数落了我一番，可我觉得小心点不是没问题的，小宝宝在肚子里也需要运动的。”

在我市当瑜伽教练的西西说：“怀孕的时候，孕妇能参与的运动实在太

少了，而瑜伽能增强孕妇的身体素质，更能舒缓孕期激素变化引起的情绪焦虑，瑜伽的呼吸法对于孕妇分娩也有非常大的帮助。有很多孕妇不能适应身体的变化，出现失眠、走路喘气的情况，都可以通过孕妇瑜伽调理身心。”

可是，孕妇练习瑜伽安全吗？面对记者的这个疑问，西西笑着说：“其实只要不是习惯性流产或者严重心脏病、高血压的孕妇，都可以练习瑜伽，因为孕妇瑜伽跟普通瑜伽是有所区别的。”

(李云云)



清凉背心装 征服“桑拿天”

炎热盛夏，持续的高温让人无所适从，市民们的着装也在备受“烤”验。于是，清凉的小背心就成了大家最优的选择了！

市民张女士很热衷购买背心装，她说：“天气实在太热了，我感觉T恤都无法解决闷热，还是穿背心比较凉爽。我买了好几件，搭配短裤、短裙和长裙都别有风味。”

记者在市内几家商铺内看到，各式各样的背心随处可见。长长短短、金属朋克、玫红甜美、简约纯白、图样多变的印花……在店家们的多种混搭下，姑娘们的时尚指数也和气温一样飙升。

“今年很流行背心叠穿，像这款鹅黄色的背心搭配高腰的碎花短裤，再配上一双水果色的单鞋，非常甜美可爱，很受小姑娘们的喜爱。而这款无袖背心和花苞裙，穿起来就很有女人味，很适合熟女们。另外一些有个性的女孩子则很适合紧身背心、紧身裤和罗马鞋，绝对酷劲十足。”市区南大街一家女装店家向记者展示说。

看似平凡的背心却是夏日中百搭的基本款，既可以很好凸显出性感的身材，还可以巧妙地搭配出独特的风格。同时，它也是一件很容易买到也不会贵得离谱的单品！

(李云云)

试试盘发吧！最近很流行

炎炎夏日，和朋友阿花去理发店洗头。吹发之际，发型师建议：“试试盘发吧！最近很流行。”盘发？印象中这一直是

我发长及肩，发型师将头发分为上下两部分，将下面的头发一小缕一小缕地向上倒翻，用发胶固定。然后将上面的头发用梳子扎成一束马尾后自下向上进行倒梳，直到顶部头发如菠萝状，OK，搞定！发型师介绍说，这是简单的韩式新娘盘发，现在被

普遍用在日常生活之中。正欣赏着自己的盘发，阿花的发型也新鲜出炉。阿花的头发长及腰处，此次发型师为她设计了一款较复古的淑女盘发。发型师在两边耳后各抓起一把头发进行四股编发，将两条小辫子汇集所有的头发再进行五股编发，将发尾向后翻绕，塞进发根处。最后在脸颊两侧稍留出少许细发，展现出妩媚和娇柔感。

第二天顶着清爽宜人的盘发去上班，恍然发现单位里的盘发MM不在少数。

(杨湘娇)



赵顺龙： 与《乐清日报》 的老友情谊

“如果一个民族失掉了人文阅读的追求……那么，民族的文化历史将被割断，民族的心灵也会日趋浅薄，我们会泯灭了我们的文化感受性，道德同情心和人类终极精神价值的追求……”这是民间作家赵顺龙在他的新书《千年鼓歌》中写的一段感受。赵顺龙喜欢读书看书，天天和文字打交道，《乐清日报》理所当然成了他的老朋友。

曾与记者 同办公室

说到赵顺龙和《乐清日报》的情结，是从1998年开始。当初的《乐清报》在正泰集团柳市总部设立了一个记者站，那时赵顺龙在正泰集团担任工会主席，与报社的多名记者恰巧在一个办公室，对于新闻内容也特别关注。每天一大早，赵顺龙来办公室的第一件事就是将《乐清报》的内容仔

仔细地看上一遍，一有用词不当或是语序不对的地方，他总是很真诚地向记者指出。赵顺龙对民间文艺特别喜爱。当时《乐清报》开辟了一个专门写关于乐清故事的专栏，名叫“东塔乐园”，第一篇就是赵顺龙写的民间故事，之后陆续发表了30多篇。

藏书藏报 是一种文化积淀

赵顺龙是乐清市诗词学会副会长、乐清市民间文艺家协会副主席，在他的诸多头衔里，他最喜欢“藏友”这一称号。在赵顺龙的家中，收藏了《乐清报》从复刊以来到现在的《乐清日报》每一年的合订本和特刊。一次，他听说报社要出一期柳市特刊，赶忙打电话给报社的记者朋友，千叮万嘱咐一定要给他留一期。

收藏过程中，偶尔会落掉几期，赵顺龙总是千方百计地收集过来。他的亲戚中也有不少有收集《乐清日报》的爱好，一名亲戚见到记者，赶忙拉过记者“告状”：“把我的《乐清报》创刊号说借去看看，到现在还不还给我！”

目前，他家的藏书达到12000余册，他家在2010年首届温州读书节中荣获“温州百佳书香家庭”的称号。藏书藏报不仅是他的一种爱好，更是他的文化积淀，其中《乐清日报》是他研究本土文化的主要参考资料。

希望开办诗词专栏

“《乐清日报》近几年的变化很大。目前的《乐清日报》更成熟也更有深度了。多年以来，我最关注时政版的本土重大新闻和文艺副刊版面。”赵顺龙说，目前乐清正在打造“中华诗词之乡”这张金名片，这个千年古邑自古素有“东南小邹鲁”的美誉，但诗乡氛围却远远不够，他希望借《乐清日报》这个平台，在副刊版块开创一个“创建中华诗词之乡”专栏，将深厚的文脉延续下去。

(杨湘娇)