

# 教师节、中秋节将至 玩转美丽 教师也时尚

美丽是每个女人的终极梦想,教师们也不例外。因为职业的关系,教师们必须穿着得体,不过,这并不代表教师们的穿着打扮不可以时尚哦!这就要看自己怎么搭配,只要这份时尚不是很过分,穿起来美观大方得体是最重要的。教师节、中秋节将至,让自己也玩转美丽,时尚起来吧!



孟笛(月牙湖幼儿园教师)

## 素色的装扮永远知性

教师们在职业装的选择上,要十分注意上下装的搭配,少用例如黄绿、蓝紫的色相对比,可以在同一颜色中选择注意明度差的中度对比,这样既时尚漂亮,又不失庄重得体。而尤以纯色搭配最符合知性优雅的教师气质。比如白色衬衣、灰色羊毛衫,简洁的黑色套装,纯色的选择更加让人感受到清纯的气质。知性又优雅,干练派的着装瞬间提升亲和指数。

## 黑白搭配要加上亮点

黑白配是个永远也不会过时的装扮,但也容易令人感觉到毫无生气。此时,你需要一些“花样”点缀。比如一件立领花边复古小衬衫这样带有活泼设计感的上衣,或者桃红色的小外套,能立即让单调的形象略

## 显青春与俏丽。

黑白搭配可能是很多男老师最多的选择,但纯白色衬衫加黑色西裤,会显得呆板、单一,而暗色条纹白衬衫加深灰色休闲西裤不仅斯文,还带点时尚的味道,绝对会让学生同事们眼前一亮。

## 丝巾包包手表当配饰

配饰是教师的一大禁区,夸张的饰品绝不能出现在学生面前,但是夸张的饰品确是一种很好彰显流行的方式。那就转变一下思想吧,把那些怎样变化都不能进校园的物件放在假期里,手表、吊坠,这些基本可以在学校通行无阻的饰品,加入你缜密的心思中!比如融手链、手镯于一体的美丽手表,钻石、水晶、锆石、漆皮等等,闪亮元素汇集的手表带给教师别样美丽,就在举手之间……快报记者 史丽君



韩薇(南京航空航天大学教师)

## 纤体大课堂



### 边赏月,边品茶,品出好身材

中秋佳节,一家人一起赏月吃月饼团圆饭,共享天伦之乐。可是月饼热量高,吃多了难免会胖,并且中国人的团圆饭一般都比较丰盛,油腻腻的大荤是一定少不了的。这对于正在纤体瘦身的姐妹们来说,过中秋节更像如临大敌一样。小编给你介绍几款适合中秋节吃大餐时喝的自制水果纤体茶,既能控制食量又可消脂哦!你可以根据自己的实际情况任选一款。

## 本期话题:如何自制水果纤体茶

餐前趁热饮用杨桃纤体茶能自然而然的抑制食欲,大餐进行时就不怕“吃”而不可收拾了。将切成粒状的杨桃和拍扁的柑橘,放入开水中煮一会,加入适量白糖。要想中和杨桃的苦涩味,就在茶煮好后,加入杜松子酒调匀,还可再加些柑橘冲淡茶水中的酒味。如果平时经常饮用,每天喝两杯,据说一星期就能达到很好的瘦身效果。

仅仅控制食量还不够,消除脂肪才是关键。只要在大餐时多喝山楂纤体茶,面对众多美味的食物也可以大快朵颐。山楂有祛除油腻的功效,可以改善因为吃太多而引起的消化不良;再配上些麦芽、槐花、枸杞,能抑制脂肪沉淀;最后加上萝卜,来平复进食太多而引起的体内燥热。将这几种食物混合煮熟,即可饮用。这款山楂纤体茶的味道是酸中带苦,苦中带酸。加一勺蜂蜜,可以改善茶中苦味。



用薄荷和香草冲泡而成的薄荷香草纤体茶,也可以帮助消化和消脂。中秋月明之时,坐在自家小院,手端一杯加了冰的薄荷香草茶,品味着薄荷独特清冽的香气,感受着融入在大自然之中的清新凉爽,享受着这一份惬意。实习生 夏璇

**南京全美医疗美容**

诊疗科目: **美容外科**

刘庆德主任主诊  
江苏省医疗美容主诊医师  
资深知名眼鼻专家

- 双眼皮、下睑袋矫正术
- 眉提升术、隆鼻术
- 隆乳术、面部除皱术
- 激光洗眉、洗眼线

咨询热线: 13905172027 13770647327  
(苏)医广【2008】第03-03-016号

中山路81号华夏大厦2401室(新街口华桥路口华夏银行北门上楼书假日不休息)

025-84731766 地址  
025-84731755 地址

**雀斑大王**

www.jinrixiu.com.cn

为你揭开5天敷面膜治雀斑内幕

- ★液氮色素提取雀斑 只需40元
- ★五天雀斑面膜 只需500元
- ★6瓶保湿霜总价 只需720元
- ★5瓶营养晚霜总价 只需800元
- ★2瓶隔离日霜总价 只需240元
- ★去色素印美肤茶 只需900元

厂家直销五折 ★1600元

地址: 丰富路203号创业者中心202室  
雀斑大王专线: 84218744 13951018444

**免费体验**

你想皮肤白嫩、紧致、年轻吗?

韩国连锁“佳玉”美容试营业, 原价680元, “韵姬”护理现价68元, 仅限前15名, 签约即免费让您了解自己, 掌握命运。(急聘美容师)

咨询电话: 86801233  
地址: 洪武路福鑫国际1526室

**针灸减肥**

针灸科目(医保定点)

减肥, 纤体: 细腰、收腹、提臀、瘦腿; 面部美容(瘦脸、除皱、除痘、祛斑、眼疾、祛黑眼圈、祛眼袋); 增高、增肥、丰胸、减胸、提胸、近视治疗、哮喘、中风、偏瘫、痛风(口服歪斜); 治疗狐臭。

免费咨询 免费体验 无疼任何费用

红森林专业减肥 招聘: 医生、护士、美容师(待遇优厚)

地址: 南京市白下区新街口户部街33号天之都大厦2812号  
电话: 65670329 8519853 (24小时) QQ: 254465037

**消除眼袋 绽放明眸神采**

张东主任医师运用国际最新眼袋祛除技术亲自为您操作, 一次性祛除眼袋, 肿眼泡, 同时紧致去皱, 消除黑眼圈, 安全无痕, 告别反弹, 让您重现青春明眸。同时根据个体差异, 基础条件和个人要求及审美的不同, 运用高超、精致的技法, 实现自然完美的效果。

**韩式无痕去眼袋**

- ☆提升眶隔筋膜
- ☆有效解决皮肤松弛下垂
- ☆持久紧致不反弹
- ☆轻松快捷, 不受季节影响
- ☆适应各类有眼袋的人群

张东主任医师  
江苏省美容外科主诊医师  
原国家三甲医院整形外科主任  
中国医科院北京整形医院研修  
中国医科大学毕业

025-86507291  
025-86527291

**锥祛体除 雀斑**

●快速、祛除遗传性雀斑, 该技术于1962年在美国各大医疗机构成功应用于美容外科, 1993年-2008年在中国大陆已有众多临床验证, 实践证明该技术利用锥体基因转移疗法直达雀斑根部, 将雀斑连根拔起的同时, 对皮肤无损伤、不留疤、安全、有效。

▲黄褐斑一疗程治疗 ▲扁平疣、老人斑、黑痣、肤色暗黄一次治疗

地址: 南京市集庆路233号(集庆门医院)  
电话: 025-52235576 ▲24小时专家热线: 13182860086

为保护消费者权益, 我院施行先签约后拍照, 再治疗, 疗效以相为证

◆9月15日-10月10日凭此广告, 治疗可分期付款, 余款可在雀斑祛除后付清, 5天内雀斑未祛除者, 全额退还治疗费用, 我院额外赔偿10000元现金。

**寻找100名痤疮患者 签约祛痘**

我院拥有采用拔毒疗法治疗青春痘、痤疮、粉刺的专利技术, 结合内调外治, 配合U光治疗仪彻底拔出包藏在毛囊深处的粉刺, 自行脱落排出体外, 畅通堵塞的毛囊, 清除病根, 彻底治疗。

主治: 痤疮、粉刺、丘疹、脓疱、结节、囊肿、黑头等。  
**痘痘**不管多么严重, 短期内, 可全部消除。

预约电话: 025-52235576 24小时专家热线: 13182860086  
地址: 集庆门医院皮肤科(集庆路233号)

张东医学整形美容 地址: 珠江路88号新世界中心A座18层  
www.zhangdongdr.com

**寻找100名痤疮患者 签约祛痘**

我院拥有采用拔毒疗法治疗青春痘、痤疮、粉刺的专利技术, 结合内调外治, 配合U光治疗仪彻底拔出包藏在毛囊深处的粉刺, 自行脱落排出体外, 畅通堵塞的毛囊, 清除病根, 彻底治疗。

主治: 痤疮、粉刺、丘疹、脓疱、结节、囊肿、黑头等。  
**痘痘**不管多么严重, 短期内, 可全部消除。

预约电话: 025-52235576 24小时专家热线: 13182860086  
地址: 集庆门医院皮肤科(集庆路233号)