

快要过年了,你的新衣采购好了吗?决定好年夜饭吃什么了吗?去哪儿玩玩呢?除此以外,也别忘了把自己心态调整到最好,精神抖擞地面对亲朋好友。《悦生活》记者兵分四路,从服装、美容、美食、旅游、珠宝、心理调节等方面,给读者们预备最接地气的“年货”。

现代快报记者 彭莉 昂洁 周青 王苏颖 邓倩 马晶晶

# 办年货 动起来

## 一年一届的年货展销正在举办

记者从南京国际展览中心了解到,一年一届南京地区的年货展销会正在这儿举办,时间将持续到2月14日,还没买年货的市民都可以去逛一逛。

现场内容十分丰富,不仅有小苏州的糕点、嘉兴的名牌粽子、“寿桃”的面制品、“维之王”的山楂、老山药业的蜂产品、百姓人家的老鸭煲、南通玉兔的香肠香肚、马来西亚的咖啡、果干、曲奇,台湾的棒棒糖,法国的红酒、湖南的小米糖,还有农家的萝卜干、草鸡蛋、咸货,云南的核桃,新疆、沧州等地的各式枣子。基本上在这儿能买到大部分市民想采购的年货,省得到处跑了。

一位手拎大包小包的阿姨告诉记者:“现在年味不浓,全靠张罗年货来提醒自己过年了,超市排队的人也多,就直接上这儿来逛逛,碰到正好需要的东西就买了不少。”现场有年轻人也说,“平时都在网上买,但好多快递现在都停发了,上这儿逛逛也能淘到便宜货。”

办年货之吃什么

## 红大衣、羊羔绒新年很走俏

“每年新年,我都会买一件带有红色元素的新衣服,比如红棉袄、红裙子、红毛衣、红裤子等。”时尚达人梓菱告诉记者,今年她又买了一件红色的廓形大衣,很期待在新年的时候穿上,受到大家的关注。梓菱表示,过年穿得红红火火,会比较有喜庆的感觉,而且容易开门红、交好运。

据了解,今年红色的廓形大衣相当走俏。“我们家今年的爆款是一款橙红色的廓形大衣,一周就卖了十几件,内搭一件黑色的蕾丝裙,绝对是新年各种聚会上的焦点。”新街口某知名女装品牌的导购员告诉记者。她还表示,由于2015年是羊年,羊羔绒的衣服保暖细腻、触感舒适,女孩子穿起来乖巧可爱,最近也相当好卖,像羊羔绒的大衣、马甲、棉袄、围巾等,销量都很不错。

办年货之买新衣

## 方式一:抢尾单

春节旅游已经进入了最后的报名时间,旅游网站已经开始了一波抢尾单大战。

据某旅行网相关负责人介绍,这时去旅游网站预订出境游产品,能捡到一些非常便宜的尾单线路,但这种“甩位”线路通常量比较少,因为价格异常优惠,非常抢手。如曼谷、芭提雅跟团游春节出发仅2000元左右。

抢特价出境游的时候,不妨多关注韩国、毛里求斯、马尔代夫、塞舌尔,以及巴厘岛、苏梅岛等东南亚海岛,这些地方可办理免签、落地签,或者签证办理比较简单,能顺利出游。

另外,国内旅游也有一些人少不贵的玩法,如三峡内河游轮、高铁旅游团等新兴旅游方式,由于知名度并不高,在春节大旺季出游,不仅不用遭遇人挤人的场面,而且还有特价可抢。

办年货之去哪玩

## 再不扮美,店家就要打烊了

从上周开始,美发造型店、美甲馆、美容院都迎来了一股客流高峰,不少女性都想在节前犒劳自己一番,漂漂亮亮地过新年。

记者了解到,生活美容馆大多从年三十开始放假,到大年初六陆续恢复上班,所以想在过年期间以最佳状态走亲访友,就要趁这几天去美容院做做皮肤护理。补水美白、深层清洁、SPA按摩,这些都是“急救式”美容,能让你轻松拥有好气色。

而一些整形美容机构,则在过年期间照常营业,所以不论是放寒假的学生族,还是终于有假期的上班族们,只要有整形、微整需求,都可以随时准备美丽蜕变。

需要提醒大家的是,不少美发造型店本周末的预约已经爆满,建议条件允许的美眉可以利用工作日的午休时间去捣捣一锅。

对于美甲控们,想做个与众不同的新年甲,可以尝试下当季最新款的“LED美甲”,让指甲也闪闪发光,从指尖开始吸引眼球。

办年货之做美容

## 无声的关怀也是一种爱护

人人都盼望过一个愉快舒心的春节,但记者在采访中发现,许多人都或多或少存在“害怕过年”的心理。国家二级心理咨询师苏老师建议,节前不妨换个心情,摆正心态,防范“春节心理病”。

许先生有点焦虑:各种聚会、大小红包、长辈拷问……像这样“害怕过年”的人不在少数,网友们也纷纷晒出“新技能”,为过年机智应对亲友问话而出谋划策:“建议先发制人,在对方还没问出来的时候先发问;或者,适时转移话题,把谈话转移到八杆子打不到的方面去;最后,还有全国通用最实在的一句话:阿姨,您吃菜!”

苏老师建议,节前一定要摆正心态,过年是为了与亲朋好友团聚,重心应放在情感的交流沟通上。值得一提的是,与亲友交流感情时,不要过多干涉他人的隐私,有时无声的关怀也是一种爱护。

办年货之换心情

## 方式二:踏春游

今年立春节气比往年提前了半个月,春节长假期间的气温预计不会太低。踏青赏花游是今年春节长假期间热门的旅游主题之一,相关旅游产品的预订量同比增长了六成多,预订最为火爆的要数各地的赏花线路和近郊生态游线路。不少旅行社特别推出了系列赏花踏青自助游产品,热销目的地主要有无锡鼋头渚、苏州香雪海、宜兴竹海、天目湖等。

## 方式三:到乡村过大年

年味越来越浓,年夜饭到底去哪里吃?到郊区农家乐里享受年夜饭给您提供了一个新的选择。据某旅游数据统计,合作农家乐较往年预订量翻两倍,除夕夜至大年初三的产品已预订大半,农家乐年夜饭越来越得到市民的青睞和认可。

办年货之去哪家