



市民王女士正在选购鲜花。 寇旭静摄

疫散花开—— 向幸福出发吧！

本报讯（记者 寇旭静 通讯员 孟博文）阳光明媚，春色正好，又是一年恋爱的好时节。

近日，记者从金太阳婚恋获悉，由于受疫情影响，我市大型相亲、交友活动取消，该公司主要通过微信介绍年轻男女相识。连日来，找该公司帮忙介绍对象的单身男女及其家长越来越多。截至昨日，该公司已经收到近百名单身男女的微信留言。

为了更好地满足单身男女在特殊时期的婚恋需求，金太阳婚恋除了每天通过预约等方式分批接待单身男女及其家长之外，还通过《潮生活》版定期推荐优质会员，提升单身男女的交友率。

据了解，本期共有5名优质会员，详细资料如下：1. 某女，1992年出生，身高162cm，本科学历，未婚，在教育系统工作，父母在职，平时喜欢看电影、旅游、和朋友品尝各种美食，擅长烹饪，为人善良；2. 某女，1987年出生，身高165cm，大专学历，未婚，许昌人，家中独女，性格开朗，喜欢旅游，热爱健身、看书、烹饪，生活和交际圈儿简单；3. 某女，1991年出生，身高160cm，未婚，大专学历，气质如兰，为人和善，有爱心，在企业工作，平时喜欢旅游、看书；4. 某男，1990年出生，身高173cm，硕士学历，从事企业管理，未婚，收入稳定，气质儒雅，孝顺父母，父母均在职；5. 某男，1988年出生，身高173cm，本科学历，未婚，性格开朗，聪明上进，热爱生活，对父母孝顺，家庭氛围好，平时喜欢旅游、户外运动。

如果上述推荐人员符合你的择偶要求，可联系金太阳婚恋红娘贾娟（联系电话为15736821010，微信同号）进行咨询或由她酌情安排一对一约见。

此外，金太阳婚恋将于5月17日举办“‘5·20’脱单相亲会”，共设60个名额，男、女嘉宾各30个名额。现场将有红娘为有情男女牵线。即日起可拨打电话2660177咨询、报名。

春天的美好在哪里呀？

就在幸福快乐的日子……

记者 寇旭静

绿叶繁茂，鲜花盛开，最美不过四月天。今年的春天虽然少了往年的热闹与喧嚣，但依旧温暖美好。市民或走出家门锻炼游玩、赏花赏景，或在家烹饪美食，别有一番滋味。

积极锻炼，展现生活热情

在市区新兴路附近，一块藏在茂密小树林中的空地成了许多市民锻炼身体、短暂交流的地方。这块空地的面积不大，平整干净，连接小路，周围树遮碧空、鸟雀鸣叫，远离市中心的喧嚣。每天都能看见晨练的老年人、跑步的中年人，时而还会出现牙牙学语的幼童。早上5时30分左右，一些市民在此活动，有带运动器械的，也有空着手的。他们会选择一个合适的位置静悄悄地运动。

4月26日上午6时，常年在这锻炼的市民杨阿姨已经开始练习舞蹈。“选择在这个地方练舞是因为环境好，能认识许多跟我有共同爱好的姐妹，还能怡情养性！”杨阿姨说，特殊时期，她和姐妹们不再扎堆练习，通过微信讨论动作要领。

市民李明在附近的金桥园小区居住，经常在这里晨跑。“这儿像世外桃源，让我暂时忘记了工作的压力。既能减压又能强健身体，何乐而不为？”李明说。

春天给了这个小树林生机，它吸引越来越多的人锻炼身体，激发他们对生活的热情。

购买鲜花，增加生活乐趣

近段时间，随着疫情防控形势向好，市民的生活越来越丰富多彩。虽然没有推杯换盏，没有热闹喧哗，但购买鲜花、绿植装点房间的乐趣同样值得回味。

4月26日正值周末，别的市民还在梦乡的时候，市民王明明已经来到了她经营的花店。近段时间生意回暖，购买鲜花的顾客非常多，她获得了很大的动力。到店

后，她没有按之前的习惯整理花草，而是进行全面消毒。“近段时间，不少市民走出家门购买鲜花。”王明明告诉记者，今春，越来越多的顾客购买鲜花装点房间，不难发现大家越来越重视生活品质。据王明明介绍，今春，热情的玫瑰花和向日葵销售情况比较好。

正在挑选鲜花的市民李倩告诉记者，宅家期间她在网上学习了插花。最近不聚会、不串门，她有时间摆弄花草、布置房间了。“空闲了到花店逛逛，整个人精神了许多。”李倩说，最近，她和几个朋友专门建了一个鲜花团购群，组团购买鲜花，分享插花技巧和装饰经验，被鲜花装点的生活更丰富、更有趣味了。

科学烹饪，提升生活品质

近年来，随着生活水平、生活品位提高，大家越来越讲究日常饮食。美容养颜的健康美食成了许多市民共同关注的话题。

“春季比较干燥，我经常喝银耳粥。”市民小雅在生活上非常讲究，爱美食，自称“资深吃货”。据她介绍，银耳是润肺滋阴的佳品，不仅美颜而且无须担心长胖，是春季的理想食材。她通常搭配桃胶熬制银耳羹。“桃胶跟银耳一样，富含天然植物性胶质，是不错的润肤佳品。银耳与桃胶搭配在一起，颜色诱人。”小雅说，“该甜品的材料非常简单，只需要半朵银耳、6粒桃胶、1个梨、8颗红枣。银耳、桃胶浸泡后除去杂质，与切成块儿的红枣一起入锅；加入足量的清水，大火煮开后小火煮至枣香味四溢、汤汁黏稠；加入梨继续加盖小火煮，最后煮至梨软烂透明、汤汁浓稠即可。”

苹果银耳羹、银耳莲子木瓜羹等也是小雅餐桌上的“常客”。据小雅介绍，这两种甜品的做法与桃胶银耳羹基本相同，都是美容养颜的佳品。

春季的蔬菜又鲜又嫩，各种爽口凉菜悄然现身市民家的餐

桌上。其中，有养颜、减肥功效的菜肴最受欢迎。市民李阿姨退休之后主动承担了给一大家子做饭的任务，近段时间她的食谱上总会出现凉拌藕片、麻酱青菜、凉拌西兰花、凉拌豆角等凉菜。李阿姨告诉记者，早上只有她和老伴儿，饭菜简单。中午和晚上，儿子一家回来吃饭，饭菜很丰富。“儿子有点小胖，儿媳爱美，小孙子正长身体，所以，我做饭的重点就是营养价值高、热量低。现在这个季节，蔬菜鲜嫩可口，我们家的餐桌上当季凉拌菜会多一点儿。”李阿姨乐呵呵地告诉记者，大家越来越讲究，说明生活条件越来越好，日子越来越好……



当季流行衬衫
资料图片

必备款衬衫，你会选吗？

记者 寇旭静

连日来，我市最高气温均在25℃以上，市民纷纷换上了轻薄的春装。近日，记者在市区各大商场看到，许多女装专柜的“C”位被新款衬衫占据。不难发现，今春，衬衫持续流行。

纯粹、帅气的白衬衫，活泼、优雅的条纹衬衫，以及文质彬彬的格纹衬衫，无论内搭还是外穿，都既实用又时尚。那么，今年哪些款式的衬衫出镜率最高？

4月28日，市区春秋广场附近某女装店内正在为顾客打包衣服的服装导购亚平告诉记者，奢华的缎面衬衫、少女感十足的薄纱衬衫、有复古感的荷叶边衬衫和泡泡袖衬衫是今春的必备款衬衫。

亚平告诉记者，今年春季的各大秀场上，衬衫成为一道亮丽的风景线。将秀场上的衬衫穿出日常生活的韵味，款式的选择非常重要。“秀场上，模特儿穿的衬衫非常注重细节，多是为了吸睛，略显浮夸。生活中，我建议大家购买白衬衫、条纹衬衫、格纹衬衫等基础款衬衫，在搭配上下功夫。”

当日下午，在七一路某女装专柜选购衬衫的市民宋一涵告诉记者，她购买了一件宽松版BF风中长款衬衫和一件V领衬衫。“穿宽松版BF风中长款衬衫显得骨架比较小，加上干净的颜色，特别能增添女人味儿，系上腰带更显身材。无论上班还是逛街、旅游，都很适合。V领衬衫时尚、性感，可以完美地展现锁骨，搭配裙装尽显优雅的女神气质。”

店长李柳表示，选择衬衫要根据自己的风格。该店的VIP客户尹女士是一位白领，在她的建议下，刚刚添置了一件格纹衬衫、一件白衬衫。“近两年，职场流行简约风，所以衬衫的利用率很高。我建议尹女士上班的时候穿衬衫搭配铅笔裙或西裤，既干练又清爽；平时穿衬衫搭配牛仔裤，既舒适又有活力，时尚整个春天！我的另一个客户是幼儿园老师。我建议她穿宽松的格纹衬衫，不但舒适，而且文艺范儿十足，非常适合她的职业。”李柳提醒大家，春末，许多专柜会推出优惠活动，趁机囤几件基础款衬衫是个不错的选择。