



告别无色季 人气亮彩冬衣时髦晋级

冬季,满眼的黑灰色系让你陷入毫无辨识度的“无色季”。何不用跳跃的色彩为时髦加分呢?本季宝石蓝、沉醉红、活力橙、祖母绿……各种亮彩冬衣在保暖的同时让你极具活力辨识度,搭配其他简约单品依靠亮彩冬衣就能hold住冬日潮流度! (佳妮)



穿高跟鞋会带来哪些隐患

一是足部变形。长期穿高跟鞋,会使女性的脚后跟越来越短缩,最终导致严重的脚变形。女性常见的拇外翻、滑囊炎、锤状趾,80%以上与女性长期穿尖头高跟鞋有关。由于脚部长期、反复与鞋帮摩擦,还会形成胼胝或鸡眼。此外,鞋跟过高,会导致平足姿势性畸形。

二是脚踝扭伤。正常人在行走和运动中,脚踝容易产生向内的翻转力,鞋的外侧总是最先磨损就是这个原因。人的自身也在不断地调整这种翻转力,以维持平衡。但穿上高跟鞋后,调整能力就会减弱,重量往往压在后跟上,使人的重心不稳,扭伤脚踝的概率就会大大增加。

三是足骨折。长期穿高跟鞋,易产生应力集中,足掌内侧负重点(第一跖骨头)容易发生跖趾趾关节滑囊炎,重者可致第一跖骨应力性疲劳骨折,从而导致损伤部位的疼痛。

四是颈腰痛。穿上高跟鞋后,骨盆会向前倾,重力线前移。为了长期维持稳定,脊柱生理曲度代偿性增大,势必采取挺胸、翘臀和腰向后伸等姿势重新建立平衡。女性的曲线美因此得到了最佳展示。但美丽的背后,整个脊柱开始加速退行性改变,腰椎和颈椎受力集中。同时,靓女偏爱较重的项链,有的青睐双肩背包,更容易造成积累损伤,最终导致慢性腰痛和颈肩痛的发生。(杨柳)



京九晚报梦幻天使杯 2014年画宝宝大赛

每名参赛选手均可获赠精美礼品一份!年终评出年画宝宝冠军12名,各赠送精美礼品、年画宝宝台历一套及获奖证书;优秀年画宝宝120名,各赠送年画宝宝台历一套及证书。



▲郭柯彤



▲侯晴曦



▲郭梓铭 郭洋鸣



▲张舒涵



同是智能机 移动补贴更给力

新一代大屏智能机0元购



HTC One ST (T528t)

双卡双核 王中王



诺基亚 Lumia 920

WP8旗舰 新旗舰



三星 SIII (I9308)

四核 超强悍



三星 Note II (N7108)

超大屏 智能机皇



三星盖世风 高性价比新机上市!

畅享移动生活

更多新一代国产3G智能手机推荐:



中国移动 河南移动 中国联通 中国电信

中国移动营业厅 | 各大手机卖场 G3 专柜 | 河南移动商城网站



3G生活

报名地址:梦幻天使儿童摄影旗舰店(神火大道与八一路交叉口东南角) 梦幻天使儿童摄影实验店(金银路市一实小西门对面)
 报名电话:0370-2533380/2533386/2533389 QQ:1499717926 详情请登录商丘网 http://www.sqrb.com.cn 查询