

编者按:老人的心思,儿女真的懂吗?等他们懂了,他们也老了。了解老人的心愿,要先学会呵护和关爱老人。在重阳节到来之际,本报推出“谁知老人心”系列报道,来到老人身边,听听他们的想法,让他们讲讲自己的需求。希望通过系列报道,让我们更好地理解老年人的期盼,同时也推动社会更加重视老年人的权益和福祉。

冻龄奶奶、不老阿姨爱化妆 皱纹和年龄有关 和美丽无关

冻龄奶奶,不老阿姨,打开社交媒体平台,往往能看到不少衣着考究,打扮入时的老年“网红”。化妆已不再是年轻人的专利,如今因为自身喜好、社交需求等原因,有更多的老年人愿意选择化妆出门。在锡城,老年人对化妆有何需求?大家对老年人化妆有哪些看法?老年人化妆有哪些注意点?有没有适合老人的化妆品?记者进行了一番走访调查。



“老来俏”课堂意外火爆

“老师,我皱纹比较多,化妆的时候该怎么修饰呢?”“我特别想学学日常妆容和舞台妆。”“化妆卡粉怎么办?”……10月18日下午,由无锡市老龄办和无锡日报报业集团举办的锡阳红公益讲堂邀请彩妆师带来《秋季美拉德妆容》的讲座,给万欣社区的老年人带来“手把手教学”的化妆课程。正式课程开始前,就有不少阿姨们在现场提前做好,兴奋地讨论起来。

“比起经常开展的健康讲座、义诊等活动,这次活动的受欢迎程度

要更高一些,老年人的爱美之心不可忽视。”工作人员蒋伟华介绍,本次活动的报名名额上限是60位,报名链接刚发出去一会儿,就有不少社区居民踊跃报名,现场基本坐满了。“本来还担心第一次办老年人化妆课程,效果不一定好,谁知道现场这么火爆。”粉底液、眼影盘、腮红……彩妆老师将化妆品一一摆开,用近期流行的美拉德妆容开讲,详细讲述了底妆、唇妆、眼妆的画法。“美拉德妆容主要以棕色系大地色为主,金色加小部分橘色点缀,适合

秋冬季提气色,上手简单,适合新手小白。”课程刚开始一会儿,阿姨们关于化妆的问题就多了起来。“我们也不想学化妆,但总有些不好意思!”“我们的舞蹈队每次出去演出时,总是缺一个会化妆的人!”“刚才这部分老师讲得有点快,你记住了吗?”……随着话题的深入,台下的阿姨们有的举起手机拍下课件详情,有的小声和身边的伙伴交流。

理论部分结束后,在台下的刘丹主动举手成为老师的彩妆模特,想为晚上要参加的音乐会画上一个合适的妆容。“妆容分为日常妆、晚宴妆、舞台妆等等,不同的场合配合不同的妆容,像刘阿姨晚上要参加音乐会,那么在眼影的选择上就可以选一个亮色。”彩妆老师一边为刘丹化妆,一边讲解着化妆知识。为了看清老师手上的动作,几位阿姨甚至按捺不住地走上讲台围观起来。半小时左右,60岁的刘丹就从素面朝天变为妆容完整的“时髦阿姨”,她戴上眼镜打开手机摄像头,开心地和姐妹们自拍起来,并在朋友圈分享了她的快乐感言:“今天有幸成为老师的模特学习了彩妆课程,以后出门社交我也化个妆,扮靓老年生活!”看了刘丹化妆后的惊艳效果,课程结束后,阿姨们依旧围住老师从肤质到化妆手法问个不停,意犹未尽。

用化妆疗愈负面情绪

对于老年人化妆的行为,深耕养老研究多年的江南大学社会工作系副教授李娟认为,美是人类的一种本能,具有非常强大的社交性功能。美好的气质和形象容易让他人对自己产生好感,从而对社交有良好的促进。老人的爱美之心和化妆的行为不仅能够产生积极的心理愉悦感,也是一种积极融入社会,想要展现自己的社会价值的心态。

李娟表示,化妆这种爱美的行为说明老人的心态积极乐观,同时也可视作心情不好时的一种情绪疗法,“比如,有人心情不好时会去买件新衣服,把自己打扮一下,心情就会变好。化妆这样的行为会带来积极的外在变化,也能给老人带来积极的情绪,而积极的情绪又会再次激励积极的行为,这就是一种良性循环,有益身心健康。”

小贴士

老年人化妆,要注意哪些?

“老年人的皮肤状态和年轻人不同,化妆时需要注意的点也不一样。”陈盼是锡东八佰伴的一名资深彩妆师,在柜台工作的她时不时能见到一些衣着入时,精致装扮的老年人,在为她们化妆后也得出了一套心得。她表示,老年人的皮肤普遍会略微干燥,为了底妆服帖,不仅要在妆前做好保湿,在上底妆时也需要选择更滋润的粉底液。“除了底妆部分,我还会在化妆完成后为她们喷上定妆喷雾,这样做能增加面部的水润感。”在粉底液色号的选择上,一部分老人会为了遮盖肤色的暗沉而选择颜色过于白皙的粉底液。遇到这样的情况,陈盼会手把手地纠正指导,告诉她们选择暗一些的粉底色号会让妆效更自然。在口红和眼影等色彩的选择上,陈盼发现年轻人和老年人也有很大的不同,目前流行的裸色系口红往往不受老年人欢迎,“老年人会更喜欢正红色这样提气色的口红,在眼影方面也不需要过于夸张。她们普遍的化妆诉求也比较简单,不需要太夸张的修饰,整个妆面只要更显精气神就可以。”

在被问到是否有适合老年人的化妆品时,柜姐承雯表示,目前有适合熟龄肌肤,功效为抗皱抗老的护肤品,但专门针对老年人的化妆产品是比较少的。“重阳节之前也有客户问过,我们只能推荐一些气垫、粉饼等自带化妆工具、上妆方便的产品。”

(晚报记者 毛岑岑/文、摄)



(上图为受访者供图)

越老越美,照亮他人

一身红色的旗袍,高挑的个子配上得体的妆容和盘发,今年已经64岁的谢秀梅是万欣雅韵旗袍队的队长,见过她的人总会夸她看上去比实际年龄要年轻不少。粉饼、口红、润唇膏……谢秀梅从包里拿出平时出门补妆用的化妆品向记者展示起来,对于化妆这个话题,她颇有心得。“我觉得化妆就应该是老年人的事情,年轻人的脸无需怎么修饰都洋溢着青春活力,而我们已经步入暮年,皱纹爬上脸颊,就更应该把自己装扮起来才对。”

采访中,谢秀梅多次强调化妆给她带来了积极的心态,以前的她素面朝天,随着年龄的增长精神体力都慢慢下滑,状态不佳。但在接触化妆后谢秀梅的心态渐渐产生了变化。每次化完妆,穿上美丽的旗

袍,她都能明显感受到自己的精气神不一样了,人也变得更加自信起来。这份爱美之心更是得到了家人的鼓励。“家里的孩子和亲戚们都很支持我化妆打扮,特别是我上小学三年级的小孙子,看见我化妆都会夸‘奶奶你好靓哦!’,我听了特别开心!”

在谢秀梅的旗袍队中,和她一样爱美的不在少数。68岁的赵春芳从退休后开始接触化妆,“以前忙工作忙家庭没时间,退休了我就从涂口红开始学起,现在也学会日常妆了。”在生活中,赵春芳主张以淡妆为主,选择适合自己的妆容,体现自己的个性。在被问到是否会在意别人对自己妆容的看法时,赵春芳十分坚定地认为自己的想法是最重要的,在重要场合有一个得体的妆

容更是能体现对别人的尊重。

“姐姐们太美了!”“越来越年轻!”在谢秀梅的抖音账号中,旗袍队的阿姨们妆容得体,体态优雅地进行着旗袍走秀,评论区都是一片赞美之声。每次看到这样的评论和点赞,谢秀梅都坚信自己的改变能够影响更多的人,“我们就要越老越美,用我们的美丽来影响他人。让大家看到年龄不是什么问题,心态年轻、外表美丽,就会像太阳一样照亮更多的人!”

