生活办公两不误，一家多能正当时

家庭办公区：借一方角落追寻梦想

智饰家居

■ 木易

秋意渐浓，我们又迎来了一年中最丰盈的季节，初秋也可以有很多快乐的小改变。比如将家里打造成生活、工作、学习三足鼎立的新场景。在某家居品牌“你通常在家中哪个地方办公”的问卷中，笔者看到这样几幅温馨画面。

“我家的办公区域是客厅，我们的办公桌和孩子学习的书桌、书柜都在那里，客厅光线好，不会像卧室一样给人慵懒的感觉，学习感UP，大多数时候只能听到翻书声和键盘敲击的声音，有点像图书馆，工作、学习都特别有效率。”Jilly说。

安琪喵说：“后疫情时代，想陪伴孩子，想有自己的事业，可以实现在家办公真的是职场妈妈的刚需。最温馨的场景就是，夕阳余晖落到醇厚木质的餐桌上，孩子在看书、做作业，母亲在敲打着键盘，在休息时间，还可以一起下棋、玩游戏……”

“我的办公区在卧室靠窗边的位置，180°带弧度的办公桌使得整个办公区域更加宽敞，工作累了可以看下外面的风景，偶尔在床上稍作休息，还有个折叠小桌子可以在放在床上办公，很惬意！”“海绵里的水”说。

受疫情影响，这两年越来越多的人开始居家办公，踏入随时、随地、随心进入工作状态的模式，办公功能逐渐进入家的范畴。而在家整理出一个小小的办公、学习区域，已成为家居新常态。

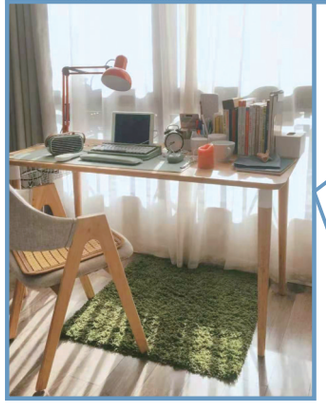
家庭办公区域，最好划出独立空间，有自然光更好

家庭办公区域首先是位置的选择，要有光，最好是自然光。书桌边有一扇窗是很幸福的事情，这会让你舒缓压力，屡获灵感。作为一个资深在家办公族，我的办公区域就是“靠窗、追光”。深秋寒冬我会搬到客厅的阳台上办公，而春夏就会搬到卧室窗台角上。每天8点跟随旭日东升进入工作状态，感觉自己朝气蓬勃，能量满满。

其实，家庭办公区域不在于大，无论是走廊上的角落还是客厅内的闲置空间，你都可以好好规划出一个独立的办公空间。如果有孩子或家中人口多，独立的工作区就更为重要了。如果没有自然光，可以买一盏好的台灯。如果工作上会进行大量视频会议，可以考虑买一盏补光的环形灯，这可让你显得容光焕发。

办公空间应设计简洁，用浅色和原木家具更解压

颜色可以安抚人心，办公空间要融入生活空间，最该考虑打造简洁、安静且不杂乱的工作氛围，最好选择清新、解压的色彩。比如白色、米色都是最合适的系列，简单又素雅，还能提升整体空间的明亮感，增强屋内自然光折射。而偏植物色系的绿色、木色系，更能在视觉上给人带来清新自然的放松感。



家具可选择原木，无论是办公桌还是置物架，材质温润，实用性强，设计上也尽量采用简洁现代的方式。再搭配一些金属元素的灯具、收纳用品，清爽利落的办公氛围就更强烈了。

桌面墙面均可收纳，背景墙打造办公好心情

既然决定在家开辟办公区域，就要避免被各种文件所淹没，桌面整理习惯很重要。托盘、文件分类架、笔筒、收纳盒等，各种收纳神器都该用起来。好看的文具、小物总是让人爱不释手，还能提升工作幸福感。而把一面大大的洞洞板悬挂上墙，实实在在增加了许多功能。洞洞板的DIY空间很大，可根据需要随时发挥创意，调整收纳需求，组合各式收纳配件，让竖向空间得到最大化利用。

此外，也可有意打造一面办公环境的背景墙。在频频视频通话的今天，有一个专业又好看的背景墙很重要，无论是挂在墙上的艺术品，还是美化的室内植物，都可以好好设计一番。

摆放绿植盆栽，调节心情缓解视觉疲劳

秋天人们容易受到萧瑟环境的影响，陷入伤感情绪中，而最好的疗愈方法就是让植物陪伴左右。绿植拥有不可估量的奇妙能量，生机勃勃的颜色、舒展自然的姿态，在居室中安静矗立，让人在任何时候只要看到它们，就能感受到生命的力量以及亲近自然的感觉，就连情绪都跟着平静下来。

在办公区加些小盆栽植物，何乐而不为？小型盆栽可随处放，还能随时挪动变换位置，不仅搭配上不费力，还能调节视觉疲劳。工作累了，侍弄一些花草、修剪枝叶、浇浇水，或许灵感就这么随之而来了。除了盆栽外，也可增加一些“绿植”装饰画来增添一丝氛围。

刘禹锡在《陋室铭》里说：“无丝竹之乱耳，无案牍之劳形。”如今，家庭办公区域已成为家居设计的另一个支点，它可以不大，但舒适、高效且安静。我们完全可以借此一方小小角落，去追寻大大的梦想。

记忆中的味道

自制凉皮，亲手做出爱的味道

■ 吴明慧 文/摄

回首这个夏天，作为拥有两个月暑假的家庭“煮妇”，烟火的灶台犹如聚光灯的舞台，爱就一个字，可是却能变幻出许多独特的味道，用餐桌的丰盛来营造家的温暖氛围。

在街边小吃里我最爱的拌凉皮，如今已成为我的招牌手艺，这还要感谢那些因疫情肆虐宅家的日子。当时为了提供营养美味的饭菜，让家庭餐桌成为缓解焦虑的治愈系，还可讨好在家上网课的儿子的胃，每天我都会上网学习做一样美食，家常餐桌日日都有惊喜。最好的学习动力，原来就是爱。

如今，写满一本笔记的食谱每次翻开，都带着食物的温度和爱的喜悦。除了有手工凉皮的做法，还有炸麻花、蒸双皮奶、糖醋里脊、卤肉饭、咕咾肉、炸鲜奶……顺着每种食物的味道追寻过去，那都是满满的爱的味道。

今年暑假，每日午餐就是我的主场。常常刚吃过早饭，我就将午饭菜谱拟好了，有些菜需提早准备食材，包括腌制和蒸煮。食物好吃的密码，往往就是附加在食物上的时间。因为在假期，终于可以从容做几道因为费时平日很少做的菜，而最关键的还是儿子爱吃。

每日中午，听到敲响12点的钟声，餐桌的饭菜刚好齐整。每日都有不同的主打菜，番茄、土豆炖牛肉或大盘鸡、罗宋汤、炸鸡翅，抑或是煎牛排、法式羊排、香煎鳕鱼……

那天趁着儿子还没开学，午饭的杯盘狼藉刚拾掇完毕，我就开始张罗晚饭的蒸凉皮了。

和面、醒面、洗面、沉浆，这个过程说起来简单，但醒面要半小时，洗面过后，一切都交给了时间，到傍晚才能沉淀出浑厚纯白的面浆。在时间的加持下才能完成的事，最终还要通过时间来检验。站在炊烟缭绕的黄昏，手脚不停地朝着一个目标前进：亲手调制出美味的拌凉皮。舀浆、蒸皮子、揭皮子、切面皮，这套动作反复循环。动作娴熟之外，不得不自夸一句，凉皮出落得越发莹润匀净了，透明且有弹性，像二八芳龄的肌肤。

蒸面皮的同时，再手撕一些煮熟的鸡胸肉，麻辣鸡丝与拌凉皮很配哦。园子里刚摘回的自己种的黄瓜，搽丝作为凉皮的配菜。炸辣椒油、花椒油，然后调花生酱。此外，还要准备适量混合了鲜酱油、米醋、绵白糖和香油的调料汁。

纯手工制作的食物之所以美味，是因为倾注其上的时间；有时候，就只是想念的味道，隔着时空山水，一旦相逢，作为过程的时间也会对食物产生美化的效果。而有了食欲的期待，以及为此花费的时间和心思，当我们聚在晚饭的餐桌旁，盘碟碗盏的光辉，映照着细腻晶莹的手工凉皮，大快朵颐的一餐，就是他们对我爱的回报。

感谢这一年疫情时期的历练，我在厨艺上大有长进，这既有利于营造家庭和谐的亲子关系，对于我自己，也更加热爱烟火葱茏的生活。

智玩时尚

西装+裙子，早秋最时髦的打开方式

■ 欣彤

入秋之后，又到了穿西装的最佳时节，这其中又属“西装+裙子”的混搭组合最令人惊艳。一刚一柔的中和，碰撞出1+1>2的时髦火花，是当之无愧的秋日最美打开方式。那么，该如何玩转“西装+裙子”的高颜值搭配呢？

最浪漫：西装+百褶裙。优雅文艺又灵动浪漫的百褶裙，一直都是西装外套的最佳拍档。它们搭在一起，举手投足间皆是韵味与风情。百褶裙标志性的褶皱设计不仅可丰富造型的细节感与层次感，还倍显轻盈浪漫。行走间飞扬飘逸的裙摆，可立刻削弱西装外套的沉闷厚重与刻板严肃。

因为褶皱元素本身就很时髦，一般只需用基础色系的百褶裙搭配西服外套，就足以在人群中脱颖而出。或者用百褶裙与西装外套同色系搭配，也是极好的。若是想要更加靓丽缤纷，也可选择彩色或拼色设计的百褶裙来锦上添花，与基础色的极简西装组CP，瞬间令人眼前一亮。而不规则设计的百褶裙和西装外套玩混搭，更彰显个性十足。

最华贵：西装+缎面裙。西服搭配真丝缎面裙，是早秋时节的“贵气担当”。由于西装外套和缎面裙在质地上泾渭分明，所以用同色系搭配更容易，造型也更有整体感。

因为缎面裙自带华丽光泽感，将它与各种亮色相结合，效果格外惊艳；与基础款西装组CP，也是低调奢华，倍显优雅。

最养眼：西装+印花裙。今年春夏火出新高度的印花裙，到了秋冬也依然大有用武之地，仍是各式大衣外套的最佳内搭，让你在秋冬依然能穿出春夏的绚烂之美。

用西装外套与印花裙组CP，堪称早秋最养眼的搭配。印花裙本身就非常吸睛，所以通常外搭黑白灰以及大地色系等基础色西装，最能彰显造型的质感和韵味。如果想让西装外套更具整体感，也可选择西装外套和印花裙在颜色上相呼应的“心机”搭法，能将你的穿搭功力展现得淋漓尽致。

一般多选碎花裙作为内搭，可以实现更多穿搭可能，不仅能与基础色系外套相搭配，和彩色外套玩撞色也别具风味。另外，用法式风情十足的波点印花裙作为西装外套的内搭，经典又优雅。

今年秋天，快在你的各式花样美裙外加上一件西服外套，让你轻松成为秋日的一道迷人风景。

社址：北京市西城区地安门西大街103号 邮政编码：100009 联系电话：新闻57983124 新媒体57983164 发行57983237 广告57983080 订阅处：全国各地邮局 国外发行：北京399信箱 国外发行代号895D 定价：全年396元 每月33元 广告经营许可证：京西工商广字第0127号 人民日报印刷厂印刷 法律顾问：北京市格平律师事务所郑菊芳律师