

滋养心灵

南城：很多时候，我们总是感觉越努力越焦虑，这是源于灵魂与皮囊的不同步。当精神世界日渐荒芜，纵然拥有再多身外之物，也很难有幸福与快乐而言。

生活再忙碌繁杂，也要坚持输入精神食粮。不管是读书写字、欣赏艺术，还是培养兴趣爱好，只要能让心灵得到浸润和陶冶，生活的底色自然会随之润泽生动起来。

#语丝# 一个让您表达的平台



笑脸

邀光定影：每天早上，边文艺（右三）和她的几个好姐妹都会到公园里锻炼身体。春暖花开，微风和煦，锻炼结束后她们面对镜头，留下一张张笑脸。

#记录生活# 用镜头记录身边的人和事，此刻，你就是记者。



“长高”

懒虫：才两周岁的人就知道“弄虚作假”了，瞧她踩着两堆纸，正向爸爸妈妈炫耀呢：“我现在也和姐姐一样高了，你们看，这是刚才你们给姐姐量身高的记号，我也这么高！”

#秀一秀# 把你的经验、心情、乐趣……告诉更多的人！



“出镜”

远处的胡杨林：周末，孩子突发奇想用纸箱子制作了一个“电视机”，还亲自到“屏幕”后面“出镜”。瞧他那认真的样子，好像在现场直播呢。

#乐趣# 生活的乐趣千万种，你的乐趣是哪一种？



凌空

漫画人生：郝俊飞练习跆拳道已有七八年了，经过严格的训练，他不仅踢、跳、转等动作灵活自如，还能在空中转身的同时做出踢腿等高难动作。瞧，他这凌空一跃，动作干净潇洒。

#精彩瞬间# 稍纵即逝一瞬间，抓住精彩，展现美好！



舞

琴音如水：舞姿轻盈，红裙飘飘。花红柳绿中跳舞的人们，醉了春风，也醉了心情。

#笔记本# 把你的思想火花随时记录下来！



花瓣变小鸡

幽默之余：随手捡了一些花瓣带回家，把黄色花瓣剪成一只小鸡的形状粘在纸上，再点缀上粉色的樱花，一只昂头的小鸡便出现了。动动手让花瓣有了新的观赏价值，何乐而不为？

#创意秀# 简单、有趣……各种各样的创意，等你来秀！



发现沧州 加入晚报朋友圈

晚报“朋友圈”，把您的精彩微信分享给更多读者。

参与方式：扫描二维码加入晚报“朋友圈”，一文一图，展示您的多彩生活、健康生活、美好生活、高雅生活。还等什么，赶快来加入吧！

投稿邮箱：czwbfbw@qq.com

（来稿请注明作者姓名、联系方式、通讯地址。）

