



时光带不走优雅

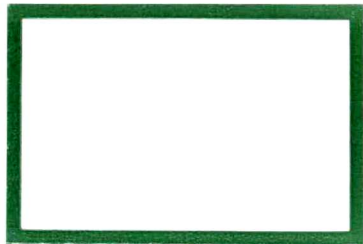
巴黎时尚女人的秘密

eco chic paris

(日) eco chic paris 编辑部◎著
安潇潇◎译



当我们正在为生活疲于奔命时，生活已离我们而去。



时光带不走优雅

巴黎时尚女人的秘密

eco chic paris

(日) eco chic paris 编辑部 © 著

安潇潇 © 译

2673332

图书在版编目 (CIP) 数据

时光带不走优雅: 巴黎时尚女人的秘密 / 日本“生态别致的巴黎”编辑部著; 安潇潇译.
-- 合肥: 安徽人民出版社, 2012.11
ISBN 978-7-212-05876-0

I. ①时… II. ①日… ②安… III. ①女性—生活方式—法国 IV. ①D756.583

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 12121140 号

安徽省版权著作权合同登记 字: 12121136
eco chic paris © Tatsumi Publishing Co., Ltd. 2008
Original Japanese edition published in 2008 by Tatsumi Publishing Co., Ltd.
Simplified Chinese Character rights arranged with Tatsumi Publishing Co., Ltd.
Through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.
Simplified Chinese Character translation rights reserved by Beijing Time-Chinese Publishing House Co., Ltd.

本书 P094、P144-145、P162-169 为北京时代华文书局编辑部所加

时光带不走优雅: 巴黎时尚女人的秘密

作 者 | (日) eco chic paris 编辑部

译 者 | 安潇潇

出 版 人 | 胡正义

出版策划 | 陈丽杰 李凤琴

统筹监制 | 陈丽杰 李 争

责任编辑 | 杨迎会 李凤琴

特约编辑 | 梁欢欢

营销推广 | 徐江宁

责任印制 | 刘 银 范玉洁

装帧设计 | 程 慧 陈喜艳

出 版 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场 8 楼

邮编: 230071

发 行 | 北京时代华文书局有限公司

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267120 010-64267397

印 刷 | 北京卡乐富印刷有限公司

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 880×1230 1/32

印 张 | 5.5

字 数 | 97 千字

版 次 | 2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-212-05876-0

定 价 | 32.00 元

版权所有, 侵权必究

目录



第一章

风格女人的时尚绿生活

瞧，这些
优雅的趣味生活家

- 010 维多利亚·玛妮安特
- 034 玛丽·索菲·华德
- 044 安妮·卡尔玛娜
- 062 佩多拉·德杨

从现在开始
只吃健康食物
使用对环境友善的日用品

- 016 拉斯巴耶的绿色早市
- 024 艾利格集市
- 025 红孩子集市
- 028 绿色健康食谱



老东西就是好东西
希望生活里拥有的都是真货
厌烦买了扔，扔了买的生活方式

- 043 古董与旧货
- 048 跳蚤市场



中意天然材质的面料
彻底坚持自己的穿衣风格

- 069 有机棉童装：圣诞维多利亚
- 072 来自巴黎春夏时装周时尚报告

热爱运动，关注身体
阅读，沉淀自己

- 082 自行车出行
- 085 自行车出游
- 094 逛莎士比亚书店



第二章 懂得爱护自己

香料 / 餐厅 / 杂货 / 美妆



第三章 喜欢美食，但不贪恋美食 与相爱的人一齐看风景

- 118 不拒绝美酒，但有节制
- 129 美味，美景
- 137 汝拉，汝拉
- 144 饮食也分季节



第四章 省钱也是一种美德

- 160 淘个性古董包
- 162 寻访巴黎左岸奇幻古董店
- 164 克隆，仅限心爱
- 166 省钱也是一种美德，首选outlets
- 168 省钱也能收拾和布置好房间

小小杂货风雅趣味

038 法国人气杂货咖啡欧蕾用碗

056 那些迷人的生活艺术品

075 指尖生活：缝制心爱饰品



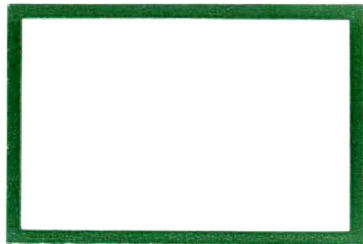
148 环保袋目录

151 店家索引

154 巴黎地图

170 后记

*温馨提示：本书提及的店铺的地点、商品、价格有可能已发生改变。



时光带不走优雅

巴黎时尚女人的秘密

eco chic paris

(日) eco chic paris 编辑部 © 著


安潇潇 © 译

前言

这本书是在提示我们：当我们正在为生活疲于奔命时，生活已离我们而去，一本书让我们找回自己、找回不急不躁的生活。

能让你成为优雅女性的，除了自身的生活方式以外没有别的：

- ◆ 从现在开始，只吃健康食物，使用对环境友善的日用品
- ◆ 找个时间，修补某件旧物
- ◆ 有烘焙的爱好
- ◆ 喜欢收拾和布置好房间
- ◆ 与自己所爱的人，共同抚育一个可爱的孩子
- ◆ 学会变废为宝，旧物新用
- ◆ 喜欢但不贪恋美食
- ◆ 喜欢阅读，沉淀自己
- ◆ 热爱运动，关注身体
- ◆ 不拒绝美酒，但有节制
- ◆ 不论碰到什么困难都能坚持微笑，始终宽容厚待他人
- ◆ 有自己喜欢的工作，有温暖的家庭
- ◆ 不勉强自己，并不是放弃自己，能够平衡自己
- ◆ 和蔼可亲，浑身散发女性的温暖和力量
- ◆ 喜欢阳光，亲近自然

- 
- ◆ 老东西就是好东西
 - ◆ 争取生活里拥有的都是真货
 - ◆ 厌烦买了扔，扔了买的生活方式
 - ◆ 中意天然材质的面料，彻底坚持自己的穿衣风格

含苞欲放的美好啊，
总有一天你会绽放优雅。

目录



第一章

风格女人的时尚绿生活

瞧，这些
优雅的趣味生活家

- 010 维多利亚·玛妮安特
- 034 玛丽·索菲·华德
- 044 安妮·卡尔玛娜
- 062 佩多拉·德杨

从现在开始
只吃健康食物
使用对环境友善的日用品

- 016 拉斯巴耶的绿色早市
- 024 艾利格集市
- 025 红孩子集市
- 028 绿色健康食谱



老东西就是好东西
希望生活里拥有的都是真货
厌烦买了扔，扔了买的生活方式

- 043 古董与旧货
- 048 跳蚤市场



中意天然材质的面料
彻底坚持自己的穿衣风格

- 069 有机棉童装：圣诞维多利亚
- 072 来自巴黎春夏时装周时尚报告

热爱运动，关注身体
阅读，沉淀自己

- 082 自行车出行
- 085 自行车出游
- 094 逛莎士比亚书店



第二章 懂得爱护自己

香料 / 餐厅 / 杂货 / 美妆



第三章 喜欢美食，但不贪恋美食 与相爱的人一齐看风景

- 118 不拒绝美酒，但有节制
- 129 美味，美景
- 137 汝拉，汝拉
- 144 饮食也分季节



第四章 省钱也是一种美德

- 160 淘个性古董包
- 162 寻访巴黎左岸奇幻古董店
- 164 克隆，仅限心爱
- 166 省钱也是一种美德，首选outlets
- 168 省钱也能收拾和布置好房间

小小杂货风雅趣味

038 法国人气杂货咖啡欧蕾用碗

056 那些迷人的生活艺术品

075 指尖生活：缝制心爱饰品



148 环保袋目录

151 店家索引

154 巴黎地图

170 后记

*温馨提示：本书提及的店铺的地点、商品、价格有可能已发生改变。

第一章

风格女人的时尚绿生活

食物 / 古董&旧货 / 时尚

无论是健康美味的饮食，陈旧可爱的精致旧货，还是骑上便利快捷的自行车。在日常生活中，巴黎女性习惯性买回来的东西，都是非常自然又环保的。透过她们的真实生活，我们能够看到巴黎是怎样披着靓丽的外表，却浸泡在绿色天然中的。





绿色又美味!

风格女人的时尚绿生活

在法国，绿色食物被称做是“Bio”。对重视健康天然生活的巴黎民众来说，这些通过有机种植生产出的无农药绿色食品是深受大家欢迎的。无论是在早市、超级市场、香料店、咖啡店，还是大小餐厅，绿色食物都已经成为巴黎饮食文化中不可或缺的存在了。接下来，就让我们来介绍一下巴黎的绿色生活吧。

风格女人的时尚绿生活 #1

维多利亚·玛妮安特

Victoria · Maniant
设计师



工作休闲全都维持自然
每日都生活得绿色天然

维多利亚生活在巴黎十一区，她是一位设计有机棉童装的设计师。在工作以外的时间里，她也对绿色生态十分关心。每天上班她都要从居住的十一区到办公室所在的胜利广场周边地区。但是，她并不会搭乘地铁或开车，而是会利用自行车租用业务（Velib）。在饮食方面，她也都会选择绿色的健康食品。她认识许多既健康又雅致的绿色食品店，其中包括早市、超市、面包店，等等。她迷恋收集与绿色生态有关的书籍与信息。和她一同生活的男友也十分喜欢绿色食物，他们都很喜欢一同去寻找新的绿色商品。每到周末，维多利亚都会回到自己位于郊外的家。那是一栋带有广阔庭院的房屋，里面摆放了许多维多利亚的奶奶所留下的古董。无论是与爱犬一同在庭院玩耍，还是和家人一起愉快相处，都是维多利亚重要的幸福时光。



在风和日丽的日子，全家会一同去绿意盎然的庭院享受满是绿色食物的早餐和午餐。

绿色美食!

维多利亚经常光顾郊区房屋附近的绿色食物超市。下图是她特制的绿色沙拉。



这是父母居住的郊外房屋。每到周末，维多利亚都会和男友一同来到这里，享受悠闲的时光。

