

民典 & 分类

Information

最全面的生活实用资讯

现代快报分类广告市版3元/字 省版5元/字 刊登招聘信息请携带营业执照 地址:新街口正洪街18号东宇大厦一楼 电话:84783581 84783538



人才天地
招聘、待聘
B12~B13版



汽车广场
租赁、求购、转让
B13版



分类启事
遗失、公告、寻人、寻物
B13版



信息快递
咨询、健康、IT、法律
B14版



生活直通车
疏通、维修、搬家、装潢
B14版



综合信息
其他、求购、宠物
B14版



房产资讯
求购、出租、转让
B15版



庆典礼仪
婚庆、交友、声讯、庆典
B15版

A教育 B健康 C窍门 D讲座 E消费 F预告

网考报名网站重新开通 托福网考本月如期举行

快报讯(记者 戴明夷)即将参加本月新托福网考的学生们可以放心了,托福网考将如期举行。日前,受台湾地震影响,国际海底通信光缆受损影响数据通信使得不少国际网站纷纷关闭。立即引起了广大即将参加元月新托福考试考生们的“紧张”。“我报了一月份的托福考试,不知为什么上不去报名网站?”“万一来不及参加考试怎么办?我还要申请留学的。”……连日来,考生们的抱怨声不绝于耳。

昨天中午快报记者从有关托福业内人士处了解到,中国教育考试网公布了最新消息,托福网考将如期举行。据了解,教育部考试中心托福网考报名网站重新开启并恢复全部服务,1月13日和14日以及其后的托福网考将如期举行。为托福网考提供数据通信支持的中国教育科研网在国际海底光缆尚未全部修复的情况下,经特殊安排开通了备用数据通信线路,使托福的报名和考试业务恢复正常。

2006年度江苏省职称外语考试成绩公布

快报讯(记者 项风华)记者昨日从江苏省考试中心获悉,2006年度江苏省职称外语等级考试的成绩及合格标准今天公布,此次考试共有3.5万多人报考,考生可通过拨打声讯电话或编辑短信查询成绩。即日

起,考生可以发送准考证号或者身份证号到:移动用户556620010、联通用户856620010,也可查询考试成绩及合格标准。声讯台(16883937)明天起可查分,查询成绩时考生必须正确输入准考证号和身份证号。

B省中医院今有“健康大课”

快报讯(通讯员 冯瑤)江苏省中医院今天推出“健康大课”,时间:上午9:00~10:00,由心胸外科主任医师陈振强主讲“现代心脏病的外科治疗”;10:10~11:10由整形外科主任医师黄金龙主讲“小脸——时代新时尚”,地

点:该院门诊眼科地下室科普大厅。“名医在线”同时进行,9:00~10:00整形外科副主任医师沈干在线,10:10~11:10心胸外科主任医师陈振强在线,患者只需点击www.jshtcm.com进入“咨询建议”即可。

巧用瓜果蔬菜可治冻疮

1. 紫皮大蒜捣烂成泥,敷以前发生冻疮的地方,过一昼夜后洗去。三至四天后再敷一次,便能有效地预防冻疮复发。
2. 生姜30g放入热灶灰中2分钟后取出,趁热用刀切成薄片涂擦患处,每日2次,连用2周,可预防冻疮。
3. 苹果去皮捣碎成泥,加入少许樟脑粉调匀涂患处,每日3次,有止痛止痒之功效。
4. 白葱根、茄根各100g,煎水洗患处,每日1~2次,数次见效。
5. 鲜橘皮3~4个,放入锅中加水煮,煮开后,边煎汁边熏蒸。待汤汁稍凉后,把患处放入其中浸泡20分钟,汤汁冷后加热,每日1~2次,连泡2~4天可愈。

6. 用香蕉皮搓手足易患冻疮的部位,早晚各1次,不仅能预防冻疮,而且有美容护肤的功效。
7. 白菜捣汁擦患处,每天2~3次,可治疗冻疮。
8. 白萝卜适量切成薄片,放置火上,加热后趁热擦涂患处,每日多次,用于早期冻疮。
9. 红辣椒数个切碎,泡在热水中,洗患处,适用于初期未溃冻疮。
10. 柿子皮适量,煨灰,加食用油调匀,涂于患处,每日1~2次,一般4日可愈。
11. 山楂适量烧熟后加白糖捣烂,敷患处。用于冻疮破溃者。
12. 蜂蜜涂患处,涂后用火烤。适用于冻疮破溃者。

板蓝根不可多吃

冬天易患流行性感冒。有些人偶感鼻塞、头痛,就用上两包板蓝根冲剂。有些父母还天天冲一杯给孩子喝,认为这样可以预防感冒。板蓝根虽然副作用较小,但服法、用量也必须严格遵照包装上的药品说明,盲目滥用起不了防病保健作用。

专家提醒市民,板蓝根对防治风热性感冒等确有一定作用,但对风寒等其他类型的感冒则不一定适合。人在健康状态下过多服用板蓝根,会伤及脾胃。极少数有过敏史者,不要轻易服用。至于感冒症状严重的发热病人,则必须尽快到医院就诊。

C香蕉皮的妙用

1. 巧使皮肤滋润光滑 面部是干性皮肤的人,可用香蕉皮内侧贴在脸上(皮的内侧朝脸皮的一面),晾10分钟左右,再用清水洗净。
2. 巧擦皮沙发 吃完香蕉以后,顺手用香蕉皮的内侧摩擦沙发的皮面,就能消除污垢,保持皮沙发的清洁。
3. 巧擦皮鞋 用香蕉皮擦皮鞋,可使皮面洁净、光亮。
4. 巧治手足皮肤皲裂 在每次用热水洗手、足后,用香蕉皮的内侧在

- 手、足上进行摩擦,可防止手、足的皮肤皲裂。如果已经有裂口了,可将香蕉皮直接在裂口处摩擦,一般连用数次即可治愈。
5. 巧治高血压 取香蕉皮30克-60克,煎汤服用,可治高血压。
6. 巧防中风 取鲜香蕉皮30克煎汤代茶饮,能扩张血管,防止中风和心绞痛。
7. 巧治便秘 取三个香蕉皮,炖熟后服用,能治疗痔疮疼痛,大便出血。

冰箱用途多

- 冰箱除了冷藏冷冻食品之外还有许多其他用途:
1. 衣物上粘有口香糖难以去除,可将衣服放入冰箱,口香糖经冷冻后变脆,轻搓即可去除。
 2. 生日蜡烛放入冰箱冷冻24小时,再插在蛋糕上,就不会出现蜡油流下弄脏蛋糕的情况。
 3. 绿豆、黄豆、赤豆等豆类一般不易煮熟,但只要先煮一下,待冷却后放入冰箱冷藏室,半天后取出,即可煮烂。
 4. 手脚被烫后,将烫伤的手脚立即伸入冰箱内即可减轻疼痛,又能避免起泡。
 5. 丝质衣服不易烫平,如将衣服喷上水装入布袋

- 内放进冰箱里,10分钟取出熨烫,衣服便会很平整。
6. 栗子煮熟后不易剥壳,只要冷却后在冰箱内冻2小时,可使壳肉分离,剥起来既快栗子肉又完整。
7. 茶叶、香烟、药品存放于冰箱内,可18个月不变质。
8. 在冰箱果盘盒内养鱼,不换水可保持数天不死,可随食随取,既方便又鲜活。
9. 猪肝切碎拌上植物油后,放冰箱中可保持几天的新鲜。
10. 啤酒、红酒和白兰地,倒在制冰盒中制成固体冰酒块,吃起来别有一番风味。

刷铁锅时少用清洁剂

铁炒锅是家里最为常用的炊具,在购买和使用上也有一些需要注意的问题。铁锅容易生锈,不宜盛食物过夜,同时,尽量不要用铁锅煮汤,以免铁锅

表面保护其不生锈的食油层消失。刷锅时也应尽量少用清洁剂,以防食油“保护层”被刷尽,刷完锅后,还要尽量将锅内的水擦净,以防生锈。如果有轻微的锈迹,可用醋来清洗。

汽车养护巧用生活用品

1. 牙膏。汽车仪表盘镜上有轻微划痕,用牙膏擦拭,效果极佳。
2. 厨用洗洁精(剂)。用来代替汽油、煤油清洗汽车上的零部件,特别对橡胶品小配件,洗后不变形不发泡。
3. 活络油。清除汽车上的油污污垢,方便有效

- 不留痕迹。
4. 洗衣粉。洗衣皂粉加锯末,清洁较脏的底盘油垢和修车后的双手,令你轻松去油。
5. 易拉罐。如健力宝等铝制品易拉罐,做汽车上的垫片或简单改制即成加机油加水的漏斗,是不用花钱的好材料。

D 下周有外贸证书考试公益讲座

国际商务单证员、国际贸易业务员、国际商务英语、国际商务秘书2007年上半年考试、报名将陆续展开。商务部全国外贸认证江苏考培中心将于元月13日举办外贸资格证书认证公益讲座。

此,商务部全国外贸认证江苏考培中心将于元月13日晚7时在新街口石鼓路俞家巷21号建邺区党校405室再次举办外贸资格证书认证公益讲座。据悉,2007年单证员考试将于4月举行;国贸业务员、国际商务英语、国际商务秘书考试将于5月举行。具体信息可点击www.njkjyz.com查询。 兰凯

E 冬天别被火锅“涮坏”了肚子

日前,在内蒙古自治区准格尔旗工商局12315工作人员的帮助下,因在餐馆食用了存放时间过长的羊肉而拉肚子的消费者黄先生等4人不但被退回了进餐费95元,还得到了药费补偿。

注意以下几点:肉片越新鲜越好;忌烫食,过烫的食物会引起牙齿和上消化道病变;忌过辣;忌把吃剩的菜和汤放在火锅中过夜,因为过夜的残菜和汤中含有过多的铜氧化物,吃后容易引起中毒,轻者头晕、恶心、重者造成心、肝、肾损害。 新华社记者 刘国发

F 停电通知

1月7日13:00至18:00 下列地区停电:三步两桥、水佐岗一片、康藏路、童家山37号、老菜市、祁家桥、市农村、竹林新村、星汉城市花园、新市农村、人和街、人和佳园、雅典花园、四卫头、北四卫头、虎啸花园、麒麟雅苑、江苏路(140、144、146号)、宁夏路(16、17号)、华侨大厦、华丰大厦、中山北路243号、南京京沪置业有限公司(食堂)、三乐浴室、食堂、职工医院、幼儿园、教师进修学校、建达大厦、南京市服装五厂、金山大厦、江苏省国贸大厦、邮电学院招待所、扬子装饰工程公司、华侨物业管理有限公司、鼓楼区环卫所食堂、江苏人才宾馆等一片。

1月7日21:00至次日10:00 下列地区停电:升州路弓箭坊高层住宅小区、秦都大酒店、状元楼锅炉、悦华大酒店、省交通厅、市中医院、濠景花园、建康路部分用户等一片。

停电通知

1月7日7:30-12:30 停交通2#线,范围:交通大厦、华威大厦等。

1月8日9:30至18:00 下列地区停电:水西门大街千峰彩翠等一片、红山路新庄花园等一片。 港华

供水咨询

南京市自来水总公司1月9日上午在虎踞南路58号用户服务中心继续举行“供水服务领导接待日”活动。市民前往可乘23路、75路、13路、21路公交车到涵洞口站下即可。 供水部门领导将在活

动中接受市民对接水程序、阶梯水价、抄表收费、户表改造、冬季防冻保供等方面的咨询,对市民反映的投诉内容及有关漏报报修信息,供水部门将及时予以解决。 南京市自来水总公司