

民典 & 分类

最全面的生活实用资讯 Information

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



信息快递
咨询、健康、IT、法律
B14版



贷款工商
投资、贷款
B14版



人才天地
招聘、待聘
B15版



房产资讯
求购、出租、转让
B15版



汽车广场
租赁、求购、转让
B15版



生活直通车
家政、疏通、维修、搬家
B15版



分类启事
遗失、公告、寻人、寻物
B15版

A 出行 B 就业 C 健康

D 科技 E 生活

A 春节出游前先备份保险

春节越来越近,很多人选择春节期间旅游,出游前选择合适的保险可以多一份保障。沈阳市保险行业相关人士指出,春节热门出游地点人满为患,出险几率也相应提高,因此出游前,应该备份旅游意外险。

据了解,目前大部分保险公司都推出了旅游意外保险,根据保障期限的不同,保险费用也不等,但一般不超过100元,最低只要10元。沈阳某保险公司业务部主任王成宇介绍,对于平时不

常出门的老人和孩子来说,只要购买一般的旅游意外险即可,如一种保障期限为10天左右的旅游意外险保费10元,最高赔偿限额可达10万元。

业内人士还建议,大多数意外险都有免责条款,如滑雪等危险项目不在保障范围之内,因此,市民在投保前应该先弄清自己要买的保险保什么不保什么,然后再根据自己的出行时间和地点选择适合自己的险种。

新华社记者 姚剑锋

春节期间去上海玩要带雨伞

上海中心气象台14日发布天气公告,预计今年春节假日期间,北方冷空气势力偏弱,南方暖湿气流较为活跃,江南地区多阴雨天气,气温变化幅度不大,上海也不例外。

据天气公告说,今年春节假日期间,华东中南部地区降水过程较为频繁,出现大雾概率也较大,将对交通带来

一定影响,气温较常年偏高。

华东北部地区以晴到多云天气为主,气温与常年同期持平。其中17日前后受冷空气影响,将有一次降水降温过程。预计华东中北部沿海海面17日前后和22日受冷空气影响,将分别有一次7至9级偏北大风过程。

新华社记者 李荣

B 大学生择业应避免三大误区

毕业后投递了无数份简历、到单位面试了多次,仍然没有找到工作……针对一些大学毕业生找工作难现象,专家们提醒大学生择业应该避免三大误区。

首先,避免盲目跟风、相互攀比。同学们基本上在城市就业了,不一定自己选择去农村就证明自己没能力。

其次,避免盲目跳槽。广西人才市场人才交流部总经理卢长任说:“每年到广西人才市场来备案的大学毕业生大概

十一二万人次,有些大学生来很多次,只要我们开招聘会他都出现,他们总是在这里盲目地挑,找到工作以后两三个月就跳槽的很普遍。这样既增加了他们的求职成本,也浪费了很多时间。”

最后,避免盲目择业。根据广西人才市场2006年度统计数据显示,在大学生就业意向调查情况中,没有任何要求、不限行业的大学毕业生人数排到就业意向的第三位。

新华社记者 刘媛媛

C 使用加湿器注意湿度标准

过低的湿度会损伤皮肤,引发呼吸性疾病,使人感到干燥焦渴。过高的湿度同样也会影响人体与环境的水平衡,使人感到憋闷难受。

经实验测定,各种场所中的最佳湿度如下:居室环境为40-70%RH,最利于防病、治病的湿度为40-55%RH,电子计算机、通讯机房为45-

60%RH,舞厅、酒吧等娱乐场所(有中央空调装置)为40-65%RH……通过大量实验证明:40-50%RH是人们感觉最适宜、最利于健康,也是消除静电保护电器的标准湿度。

“过犹不及”,而自动恒湿技术则帮助人们掌握了加湿过程中“度”的问题。

专家:网上看病易误诊

据新华社电 轻点鼠标便可购房、买车、交友已不新鲜,现在不少年轻网民连看病都在网上进行。他们将症状输入一些网上门诊,便会得到处方,然后根据所得处方到药店买药服用。对此,长沙市中心医院医生提醒,网上看病不可行。

据《潇湘晨报》报道,在搜索引擎中输入“网上看病”“网上医院”等字眼,便会出现大量的搜索信息,其中包

含各式各样的网上医院、诊所,网友在上面发布的索要处方的信息以及各种“网上医生”的处方解答等。

在一些网上医院的网站,记者没看到任何从医资质方面的证明,电脑背后的医生所开处方的安全性自然也令人怀疑。长沙市中心医院主任医师曾亚介绍,仅从患者在网

鱼腹黑膜不要吃

众所周知,不论是河鱼还是海鱼,腹腔内壁上都有一层薄薄的黑膜。它是鱼腹中的保护层,一方面起着保护腹腔内壁不受腹内各种器官的摩擦,另一方面又能起到隔离作用,防止内脏器官分泌的有害物质通过肠壁渗透到肌肉中去。

显然,鱼的这层黑膜

也就成了鱼腹中各种有害物质的沉积层。特别是河鱼和养殖鱼,更多地接触了化肥、农药和细菌,黑膜中有长期污染的积淀。有专家说,人吃了鱼腹内壁上的黑膜,容易引起反胃、呕吐、恶心、腹泻,还有致癌的可能。因此,人们剖鱼洗鱼时,应该清除其中的黑膜。

常吃海带秀发飘飘

近年来科学家发现,黄头发的产生主要是由于酸毒症的存在,而白头发的产生主要是由于酸毒症的发展所致。人的体力和精力过于疲劳,吃甜食太多,蛋白质缺乏,尤其是碘元素的缺少,都会助长自身产生酸毒症。

众所周知,海带不仅营养价值颇高,含有多种维生素、纤维素和矿物

质,而且,还是防治甲状腺肿的良药。海带中的碘极为丰富,此元素为体内合成甲状腺素的主要原料。而头发的光泽就是由于体内甲状腺素发挥作用而形成的。另外,海带中除含有碘、钙、硫外,还含有铁、钠、镁、钾、磷、甘露醇和维生素B₁、B₂、C等多种物质,这些营养物质对美发皆大有裨益。

D 太阳能手机充电器面市

集交流充电、直流充电、太阳能充电为一体,可为不同型号手机或MP3等数码产品充电的充电器近日在京正式面市。

据上海源萱电子科技有限公司总裁金源鸿介绍,这一名为“手机恋人”的产品具有28项创新技术,克服了以往手机充电器单纯依赖交流电源和不能为其他型号手机充

电的弊端,能为不同端口的数码相机、MP3等数码产品充电,配置的数据延长线还解决了充电的隔离问题。随着手机的普及,闲置的手机和充电器成为环境污染的潜在威胁。这种可为不同型号手机充电的充电器既可满足用户随时随地充电的需求,又可减少对环境的污染。新华社记者 李江涛

高保真光纤传输技术问世

据新华社电 麻省理工学院的研究者在最近一期的《自然光子学》杂志上发表文章说,他们发明了一种可以利用标准硅片进行大规模生产的解决方案,以克服在利用光波全部能量和速度时的一项重要障碍。

美联社报道说,光纤网络实现了大量信息的高速传输,但携带数据的光在长距离传播时信号会衰减。如今,研究者宣布他们已解决了长期困

扰光纤网络的一个问题:由于偏振现象,光波会随着传播距离增加而减弱。这个问题的现有解决方案成本高昂,难以普遍应用。

就像偏光太阳镜能阻挡朝向不同方向的光波一样,该学院的研究者制造了一种灵巧的设备,能在光线通过光路时把光束分成两股。然后它会旋转其中一束偏振光,让两束光离开光路后重新汇合,从而保持了信号强度。

E 电吹风才是“辐射大王”

说到家用电器的辐射,我们很快就会想到电脑、电视机、微波炉,而往往却忽视了体积较小的电吹风,其实它才是“辐射大王”。

一般普通家用的1000W的电吹风,辐射值达350mG左右(mG:毫克斯是磁场强度单位),而电视机和电脑显示器,

辐射值分别约为45mG和100mG,远远低于电吹风的辐射量。因为使用电吹风时,辐射离头部距离比其他电器要近,所以辐射的危害不言而喻。

使用电吹风时,应保持正确的方法,如开启和关闭电吹风时尽量离头部远一点;而且还不要连续长时间使用。

住宾馆巧用电吹风消毒

人们出门在外住宿时,最担心的可能就是卫生问题了,生怕染上一些说不清、道不明的疾病。其实,住宾馆时,如果能用点小技巧,就不会无端生出一些恐惧和担心。

一般的宾馆都备有电吹风。如果担心宾馆内配备的毛巾、浴巾、床单消毒不严格,可以用电吹风的热风吹拂床单、被褥、拖鞋、坐式马桶和浴巾

等,利用热力的作用消毒灭菌。同时,有脚汗者经过长途旅行,鞋子极易潮湿,潮湿的环境也易诱使脚气病复发,可以用电吹风吹干鞋子。若是女士,还可利用电吹风吹干内衣等贴身衣物。

此外,出门时,可用小瓶装上几粒消毒药片,按照说明书的使用方法,在规定的浸泡时间内消毒水杯、面盆、浴缸等。

有些衣物不宜用洗衣机洗

1.丝绸衣物。放在冷水洗涤剂中,用手反复揉搓几次就可以了,它不宜用洗衣机洗涤,是因为丝绸衣物质地薄软,耐磨性差,在高速运转的洗衣机内洗涤极易起毛,干后再穿很不雅观。

2.嵌丝衣料服装。不可用洗衣机洗涤甩干,尤其不得用力揉搓,不可拧绞。只宜放在35℃左右的中性肥皂液或合成洗涤剂

中浸泡,泡透后用手翻动几次,待脏物洗掉用清水漂洗后,挂在衣架上,让其自然滴水晾干即可。

3.毛料衣服。毛料衣服在洗衣机中旋转翻滚会因为吸水后收缩率不均而变形,影响美观,牢度下降。

4.沾有汽油的工作服。因为汽油易燃、易爆,不但容易腐蚀洗衣机,还有可能因运转中的洗衣机出现打火现象而引起爆炸。

几招巧除鞋袜臭味

穿了一天的鞋和袜子上就会有点味道,用久了的鞋柜里也会有臭味。有些窍门能轻松除臭:用樟脑丸除鞋臭。拿一张稍硬的纸,把樟脑丸包起来,找一个工具把它碾碎,把樟脑丸粉末均匀地洒在鞋内,在上面放上鞋垫,一双鞋只要大约一个樟脑丸就可

以了。这样鞋内就可以保持干爽,鞋臭就会消失了。注意,樟脑丸不能直接和脚接触。装有樟脑丸粉末的鞋不需要每天都晒,里面的樟脑丸只要隔周换一次就可以。用白醋去袜臭。洗袜子时在水里倒入少许白醋,泡一会儿,再用清水洗净,不但可除臭,还能杀菌。

对抗家居辐射小妙招

对付家电辐射,有几种妙招:操作电脑时,距离显示屏至少在30厘米以上,开机瞬间电磁辐射最大,应予避开;看电视时,最好能距离电视机3米以上,关机后立即远离电视机;使用微波炉时,至少离炉0.5米以上,眼

睛不要看着炉门,不可在炉前久站,食物从炉中取出后,最好先放几分钟再吃;电热毯对孕妇、儿童、老人的损害最大,应慎用,因为电热毯本身就相当一个电磁场,即使关上电源,辐射仍然会扰乱体内的自然电场。

如何轻松擦门窗玻璃

一、擦门窗玻璃时,可先把洋葱去皮切成两半,用其切口摩擦玻璃,趁洋葱的汁液还未干时,再迅速用干布擦拭,这样擦后的玻璃既干净又明亮。
二、先用湿布擦一下

玻璃,然后再用干净的湿布蘸一点白酒,稍用力在玻璃上擦一遍。擦过后,玻璃既干净又明亮。

三、用干净的黑板擦擦玻璃,既干净明亮又快速省力。