



生活报道
Reports

坏习惯也有好作用

习惯力量大，能在不经意间影响人的一生。因此人们常说养成好习惯，戒除坏习惯。然而英国《每日邮报》记者维多利亚·兰伯特的一篇文章却指出，坏习惯并非全无益处，一些生活中的坏习惯或许有益健康。

性·情
Decoding Disposition

最近他的下面总是莫名其妙地“UP”。毫无征兆，连续性强，而且完全不顾及场合地挺立。多少个本应静籁平和的夜晚，他常常被剧痛弄醒，醒来后才发觉，原来下面不知什么时候已经雄起，而就在他不自觉地作俯卧睡姿时，硬硬的床板立刻给了他恶狠狠的反击。防不胜防，又无力制止，就连上台领奖时，别人都将获奖证书高高举起，只有他，低调地将证书

汽车广场

友情提醒
本刊仅为信息提供和使用的双方搭桥，客户交易前请查验相关证明文件和手续。

车辆信息
越嘉陪驾。86417537

车辆租赁
新大都 租赁。86533222
龙江 轿车、商务、大客、婚车。86220856
状元 款多价优。52211379
红龙 租赁，陪驾不收费，免押金。84526833
江宁 租赁 52286208
珠江路 国庆预定。57911280
啸天 车新，款多，价优。83737439
顺浩 款多价优。52268203
高楼门 租赁，陪驾。83377799
全顺 多款车。13914782698
城南 瑞风商务(12座)天籁(价优)。52234211
山西路 款多、价优。83701528
清凉门大街新普桑、捷达、3000、瑞风商务车，包月。86558371

吉米 商务、轿车。86896068
赢时通 龙蟠中路店。84582990
华越 广本、天籁。83208832
驱日 别克商务、广本、帕萨特。83415332
虹桥 悦动、帕萨特。83725573
租赁 商务车、轿车。52219365
花园路 轿车、商务。85280289
经五路 租赁。85385983
出租 花冠 260元/天。13505199776
租赁 新秀 2000/月。13813961996
梦之旅 别克、瑞风、全顺、旅游车。58074495
别克荣威成长包优。13951782618

求购汽车
苏宁购 3-6 米货车。13851463176
急购 3-9 米货车。13372008532
求购 3-9 米货车。13951738308

坏习惯也有好作用

适当发脾气益健康
人们常被告诫不要生气，生气会使血压升高，不利健康。但美国匹兹堡卡内基-梅隆大学研究人员发现，有时发脾气反而有益健康。
遇到不公正待遇时宣泄压力，可以帮助人们保持乐观和自我控制能力。研究显示，适当宣泄能让血压维持在较低水平，压力激素皮质醇分泌较少。如果人处于恐惧或沮丧情绪中，就会分泌更多压力激素，导致血压升高，持续较长时间就会增大心脏病发作的风险。
易烦躁是个坏习惯，不过也有益处。美国梅奥诊所内分泌学专家詹姆斯·莱文说，容易烦躁的人不易发胖。研究表明，常常坐立不安者更容易保持苗条身材，而且每天精神活跃的时间更多。

适量碳酸饮料提升记忆
碳酸饮料容易腐蚀牙齿并引起发胖，对身体健康似乎没有益处。但是最新研究显示，每天喝两罐碳酸饮料有助预防阿尔茨海默氏症(早老性痴呆症)并能提升记忆力。
英国格拉斯哥哥里多巴尼亚大学心理学讲师利·里比说，喝碳酸饮料有助老年人抵抗短期记忆丢失，原因可能在于饮料中的糖分。
里比在一项记忆测试中让部分参与者大量饮用含糖碳酸饮料，结果这些人比对照组多回忆起17%的事情。
适当懒惰情延寿命
适当懒惰有助延年益寿。公共卫生教授彼得·阿克斯特称，每天早起并整日忙碌者会更早结束生命。他认为，无所事事不但是长寿的关键，还是缓

解职场压力的灵丹妙药。
“浪费掉一半空闲时间吧。”阿克斯特建议，午后选择小睡一会儿的人比去打壁球的人更容易长寿。”
研究显示，人们如果在50岁前过多消耗能量，就会在年老时失去细胞更新和对抗疾病的精力。
阿克斯特举例说，生活在坦桑尼亚塞伦盖蒂平原的狮子平均只能活8年，而在动物园里的狮子可以活到20岁；野生北极熊平均可以活20年，人工饲养的北极熊则能活到40岁。
此外，人们不妨做做白日梦，因为那可以健脑。研究显示我们的大脑在做白日梦时非常活跃，远远超过做日常工作，”加拿大不列颠哥伦比亚大学心理学教授卡利娜·克里斯托弗说。 李冰之



身体密码
Health Code

商场25℃最易做成生意

心理学家发现，温度和顾客的“购物欲”之间存在着某种微妙的联系。
从商场整体而言，温度在25℃时人体感觉最舒适，太热，顾客会不愿意停留，太冷，顾客也不会过多停留，甚至会抱怨，以致本来很旺盛的购物欲。

不过，不同的商品门类对温度的要求有时亦不一样，比如穿昂贵的商务装，顾客想要“冷一点”；卖运动装的商场则想“热一点”，这样泳装、透气的T恤等应季商品就会卖得快一点。

让喜欢的食物帮你减肥

澳大利亚研究人员表示，减肥的最好办法并不是完全禁止自己喜爱的食物，过分克制食欲反而适得其反。
乔治博士表示，传统的减肥方法是让人们戒掉自己喜爱的食物，但这样做会产生食欲被剥夺的逆反心理，反而会使人食吃。

减肥者可以定期吃些自己喜爱的食物。乔治给他的患者们开出的“药方”是每周吃两到四次这样的食物。他说，当你不再禁止这些食物的时候，你对它们的狂热反制消失了。

五官端正者更健康

据《生活与健康》报道，一张端正的脸不仅给人美的享受，而且可能意味着这个人拥有良好的基因，身体更加健康。



科学家们搜集了大量的面部照片并进行测量，然后要求志愿者为这些照片打分。结果发现，志愿者对那些五官端正的人普遍评价较高。然后研究人员调查了这些人的健康状况，发现得分越高的人，健康状况越好。研究人员分析，通常人们都乐于寻找漂亮的伴侣，在生物学上可理

解为将自身的基因与良好的基因结合，以期拥有更好的下一代。因此，那些五官端正的人基因更好，更善于抵抗疾病、应对环境压力。 宗合

好感陡增

树上春

挡在胯前。谁知道它会不会在众目睽睽下又把头抬起来啊？还是慎重点好啊！
神不知鬼不觉的“UP”持续了一天又一天，让他终日惶恐，仿佛两腿间挂了颗定时炸弹，还是无法拆除的那种。
一日，邻城的大学女同学突然来访，虽然大学时期对其颇无好感，但同学一场，不得不见。女同学一如既往地不招人喜欢，晚餐过后，居然面不改色

地要求借宿一晚，然后不等他拒绝，就自顾盘腿坐在了他的床上。他硬着头皮另盖一条被子躺下，迷迷糊糊睡了过去。
半梦半醒间，隐约觉得被子伸进一只胳膊，在他身上不老实地扭来扭去，翻身坐起，发现女同学脸上挂着一副“吃定你”的表情。仿佛一下掉进了满是鼻涕虫的水缸，他浑身立刻寒意凛冽，怪叫一声之后，抱着被子落荒而逃。

被自己讨厌的人调戏，还真是无法忍受啊！他内心愤恨了好一阵，发誓不再与她见面。直过了好些日子，愤恨方才有所消减。但是，等等，他突然意识到，自从那晚之后，下面好像就再也没有“UP”过了呢！难道……女同学无意的调戏，竟有如此奇效？
哈哈，他开心极了。这么多年，他第一次对这位女同学有了好感。其实她也并没有那么讨厌嘛！

工商代理
华夏商标所 84219076
江宁 工商注册、代账。51610644

贷款服务
张总 18951805818
快速办理急用钱，免担保，无抵押，当时放款，外地可。83617517
闻总 13512518444
无抵押，速度快，资金充足，外地可。83171444

新街口 快现，点低。84214540
新街口 现、还、超低。84670350
财鑫 急用钱，无担保，外地可。83035532
大光路 现、还、低。18912972362
丹凤街 快现、还款，同行价。13813817885
草场门 快现、还款。13913966015
江宁快现、还款，点低。87186445

江宁 现、还、低、上门。13851422007
博金急用钱 五千至五万，身份证即可。13851579943
淮海路 现、还超低。13260870715
三山街 快现、房贷、急用钱。13770636087
地铁口 快、现、分、收积分、车辆借款、房贷无抵押、急用钱。全天：52343244
三山街 现、还、低！ 68698646

欢迎您·借
手续齐全(南京人,80后、公务员、医生、教师、创业者)8折优惠。
58074365
新街口 急用钱，无抵押。13813930266、15951717784

南京盛硕公司
银行利息，凭本人身份证、户口簿，当即得款。
山西路金山大厦 A 座 1101
83311006、83310966
新街口 急用钱，无抵押。13813930266、15951717784

创业急用钱
无押，息低，免手续费
84845970 13913931260
内桥福鑫大厦 2211 室
江宁 超低取，还。66837777

男士+女士=钱
本 5000 元起 20 万内当场市 凭身份证 张 13584033130 张先生得口 新街口华联商厦 款
珠江路 快现。52977335

裕隆贷款
★现房、加贷、二手房、转按揭、居住权贷款、信用贷款；
★出国留学、车辆抵押、短期贷款；★加息一日得款。
83316180 83316500 (24 小时) 江苏路 60 号世贤大厦 C 幢 20 楼