

挤牙膏别蘸水

大多数人刷牙时,习惯性地先把牙刷蘸湿了再挤牙膏。但事实上,刷牙是不可以这样的。如果牙刷是湿的,挤上牙膏后,就很容易起泡沫,嘴里有了太多的泡沫,人就感到已经刷了很长时间的牙,认为可以结束了。而这时,牙齿还未真正被刷干净。

如果是让牙刷蘸水,泡沫一堆就很难慢慢刷牙了。牙膏本来不是用泡沫来洁净牙齿,而是靠里面的清洁成分和牙刷与牙齿的摩擦。摩擦越细致,时间越长,则刷得越干净。牙刷不蘸水,挤上牙膏慢慢刷,渐渐出些细微的泡沫,牙膏的清洁作用才能被发挥到最大。

陶瓷碗碟别用消毒柜消毒

有些颜色鲜艳的陶瓷碗碟,其釉质、颜料里含有铅、镉等重金属。平时这些物质是较稳定的,但遇到高温就容易析出。而消毒柜在工作状态下,内部温度可高达200℃。用这些经常被放进

消毒柜消毒的彩色瓷器放置食品,会使食品受到不同程度污染。而且,搪瓷制品表面的珐琅在高温下会逐渐分解,对人体健康不利。所以,陶瓷和搪瓷碗碟都尽量别用消毒柜消毒。

巧用护膝小妙招

秋冬季节,为了保护膝盖不受风寒,不少人习惯使用护膝。然而,戴上护膝后经常会因行走摩擦而偏离膝盖。为此我采取了如下的小妙招将其固定,既方便又实用,老年朋友不妨一试:将护

膝直接缝在春秋裤的膝盖部位即可。缝时针脚不要缝得太密,以便于拆洗,固定四点就可以了。北方地区天气寒冷,膝关节增生者可将护膝直接缝于毛裤或棉裤的膝盖部位,此举既省事又牢固。

面部最易衰老部位是前额

脸、眼部和嘴是大家公认的容易衰老的部位。但据美国最新一份研究报告表明,人步入老年时,首先衰老的并不是上述这些部位,而是前额。专家说,人的脸庞就好像一块三维拼图板,脂肪分成小块分布在前额、眼睛、嘴和面颊等处。年轻时,人脸各个部位的脂肪是变化

的,进入老年之后,面部不同部位的脂肪发生变化的速度不同,于是出现了皱纹。大约从25岁起,就会有首批皱纹悄悄地爬上脸庞。不过,人脸部首先衰老的是前额,然后是嘴和下巴,最后才是皮肤和面颊。所以,女性朋友们在今后的保养当中,千万不要遗漏前额这个重点部位。

地热供暖最好铺地毯

地热比老式的暖气供暖要热很多,但是在健康方面存在着一些弊端。

地热带来的最大麻烦就是地面问题,过热的地面会让粘帖不牢固的瓷砖起边,所以多数人都选择了地板做地面的装饰。

家中是地热供暖的住户最好选择专业的地热地板,这样的地板厚度、强度大,耐热性强,散热透气性好,相对来说甲醛指标控制更加严格,不会释放过多的甲醛。如果家中已经安置了普通地板,那么可以在地板上铺一层地毯,这样可以在一定程

度上阻止甲醛的挥发,有条件的也可以选择有竹炭夹层的地毯,能对挥发出来的甲醛进行吸附。

地热供暖的房间内静电和灰尘的情况严重,这主要是地面蒸发了很多水分,异常干燥引起的。在使用加湿器的时候,不能依靠以往的经验,必须把湿度再调高一些,而且要始终保持空气的湿度标准在30%~60%左右,对于这个数值可以买一个湿度剂来衡量。家中绿色植物必须增多,一是防止静电,二是保持空气清新。

让鞋干爽的小帮手

干鞋器

干鞋器也叫烘鞋器,一鞋一只,通过热效应,可以驱除鞋内的湿气,起到烘干目的,使人穿上后感觉干爽舒适。在干鞋的同时,也起到除臭杀菌作用。

鞋尖是最难干的部位,而干鞋器的形状正好符合鞋子的造型,可以直接伸到鞋尖,并且鞋尖的温度最高,脚背和脚跟部温度稍低。

干鞋电热片

干鞋电热片和干鞋器原理相似,便于携带,电热片发热比干鞋器温度更高。但是主要是针对鞋尖的局部干燥,不够全面。

干鞋电热片只能用于一般的皮鞋,对于一些很柔软皮鞋是不适用的,局部加热会改变高档鞋的皮质,造成破损。

竹炭鞋塞

竹炭具有强大的吸附能力,竹炭鞋塞可有效消除鞋

内湿气和臭味,使鞋保持干燥,并防止细菌滋生和繁殖。这种竹炭鞋塞在日本、韩国和东南亚一带非常受欢迎,咱们身边的大超市也很容易买到。晚上回家后,把竹炭鞋塞放入鞋里,第二天白天拿出来,放在太阳下晒一天,等到晚上就可以再次使用了,而且吸湿能力会更强。

干燥剂

很多人都见过食品袋中的食品干燥剂,里面的成分大都是生石灰,它的吸水能力很强,不管外界环境湿度高低,都能保持大于自重35%的吸湿能力。其实,生石灰干燥剂也可以作为鞋用干燥剂使用。平时,吃完零食或一些糕点后,袋中的干燥剂别轻易扔掉,把它们收集起来,放入鞋中,就能帮鞋“干身”了。

硅胶干燥剂也可以用来干燥鞋,主要原料硅胶是一种高微孔结构的二氧化硅,无毒、无味,化学性质稳定,也具有极强的吸湿作用。价格比生石灰干燥剂略高。

二手房专版新旭 订版电话:84573931 南湖健园 大方巷 仙霞路	国山峯 百合果园 五塘村 五塘新村 五塘新村	翔云 光华门 天空之都 紫金山 北京西路 彩虹苑	利众 纺织公寓 玉兰里 迎宾馆 安康村	85881264 85171316 85881264 85171316 85881264 85171316	58774900 58804182	85166208 84519277	85166208 84519277	86425938 86425771 86061586
---	---	--	--	--	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------------------

六合康家花园 灵山秀水 世外桃园

双联别墅32万/栋 约230m²

垂询热线:57602586 65004709

近地铁口 6/7 73m² 54.2万 小区绝版特价 86681639 标的置业 现金购房:82091148

电力宿舍 3/6 72m² 53.8万 双南一北全明管气 83913686	吉祥山庄 4/6 63m² 37.5万 南北全明 83913686	尧化新村 翠林山庄 尧石二村 尧化新村	3/6 69m² 43.8万 00年 房南精装51167361 4/7 65m² 29万 经济 适用房66873522 1/4 56+20m² 30.2万 精装热水暖气51167361 6/6 25m² 07年精装送 地28.5万 66871156 2/2 86m² 全明3室2 厅 32.5万 66871156 6/6 80m² 46万 精 装送地66871156 1/6 72m² 40万 简 装 66871156 2/5 70m² 40万 简 装 66871156 1/7 82+23m² 61.8万 全明精装(多套) 66871156 2/4 55m² 28万 精装 送地暖气66871156	迈地地铁口 3/6 60m² 45.5万 双南精装66878677 8/1 54m² 37.5万 双 南精装52976776 3/6 40m² 27.9万 简 装小区特价66876776 2/7 64m² 44.9万 简 装小区地特价66876776 1/6 62+20m² 49.5万 南北精装入户51167369 3/6 60m² 36.4万 双南入户51167369 2/1 53m² 28万 南 北精装51167369 2/7 79m² 64.7万 精 装2000年房66873522 4/6 80m² 65万 简 装 66873522 5F 50m² 35万 简 装 83826982 4/7 47m² 32万 简 装 83826982	五塘村 热河南路 炼油厂 港尧新村 新联二村 化工新村 阳光雅居 怡园小区	4/7 77m² 55.8万 全 明精装送地82091148 5/7 60m² 39万 简 装入户66876776 3/6 48m² 32.5万 简 装 66890655 6/7 64m² 47万 简 装 66890655 6/6 61+5m² 24.8万 南 北精装51167361 5/6 83m² 34.8万 精 装热水暖气22.5万 3/6 44m² 22.5万 精 装送地66871156 1/6 64m² 45.5万 南 北精装52955343 5/6 62m² 40.5万 双南精装66933226 16/18 112m² 77.5万 南新全地地86681639 5/7 102+50m² 65.5万 四南精装管气82091148	电力宿舍 1/6 55m² 39万 南北 13m² 66933226 5/7 70m² 50.8万 南 北精装全明66878677 9/7 100m² 59.2万 05 年新小区住52976776 6/7 67m² 53万 南 北精装52955343 3/6 90m² 70万 双 南精装 52955343 3/6 90m² 83万 双 南精装 52955343 3/6 50m² 34.5万 双南精装 52955343 2/5 59m² 45.3万 双南 66878677 2/7 67m² 59万 双 南精装 52955343 4/6 38m² 20.3万 单室全装 52955343 1/7 63m² 45.6万 南北精装52955343	十字街98房 1/7 80+30m² 65万 南北精装 66878677 5/7 70m² 50.8万 南 北精装全明66878677 6/7 72m² 46.5万 双 南全明 66878677 3/6 64m² 46.5万 双 南全明 66878677 3/6 48m² 33.8万 双 南全明 66890655 7F 84m² 60.5万 双 南精装景观52976776 3/7 87m² 63万 3房 双南精装 66890655 2/7 52m² 45.5万 双 南全明 52955343 2/6 60m² 45万 双 南全明 52955343 2/7 93m² 86.4万 双南 精装学区房52976776 5/7 57m² 36.5万 06 精装全明价86681639	殷高巷 后宰门 月牙湖 白三条巷 新街口 健康新村 东方城 门东大街 南邮东门旁 化肥厂 水泥厂宿舍	2/7 62+50m² 56.6万 双 南物管送露台66878677 1/7 57+30m² 50.8万 南 北精装全明 82091148 5/12 138m² 178万 简 装景观 82091148 7F 41m² 38.2万 114单 全明精装 82091148 7/4 49m² 48.8万 94精 装二室学区房 82091148 7F 51m² 44.8万 7 南全明精装 66878677 60+100m² 100万 挑高6米51167369 2/7 84m² 87.6万 双 南全明 86681639 04 精装 86681639 2/7 53+45m² 45.8万 精装热水暖气 66933226 6/6 63m² 22.5万 07 精装送地暖气 66933226
--	--	------------------------------	--	---	--	---	--	---	--	---

免费评估七天包售热线 84704801 东鸿房产 聘业务员 20名年薪 10万 13951982555

应天花园 7/7 75m² 双南尖顶 57.8万 86416255	朝天堂 6/7 80m² 全明精装 送地 69.5万 84709448	双塘里 7/8 63.7m² 全明精装 53.8万 84711132	后标营机夫房 7/7 80m² 双南环境佳 车位 64.8万 84709448	白下四巷 7/7 75m² 全明 20m² 715万 84709448	金城花园 3/7 83m² 精装双南环境 佳 90.5万 84709448	解放南路 1/7 95m² 精装双南环境 佳 15m² 05万 84709448	四五四医院旁 1/7 80m² 精装院 80 平米 82万 84709448	珠江路 3/7 69m² 双南精装 98 建 74.8万 84714881	滨江新城 5/7 61m² 南北精装小 区住 56万 84714881	西柏果园 2/6 55m² 南北精装居 住 39.8万 84714881	来凤小区 1/58+58m² 连家店精 装 110万 66876779	曹后村 4/6 58m² 双南精装 39万 66876779	金轮翠庭园 3/7 76m² 双南精装 32万 66876779	上福园 3/6 91.33m² 南北毛坯 含税 120万 66876779	姜家圩 3/5 58m² 三南精装 45.8万 66876766	佛心桥 3/6 47m² 南北 38.8万 66876766	张玉庙 5/6 56.39m² 南北精 装 36.6万 66876766	小市街 1/7 51m² 南北 院 15m² 38.8万 66876766	珠江路 7/7 61.4m² 精装学区 住 68.6万 66876778	新门口 2/6 61m² 精装朝南 61万 66876778	龙福山庄 2/7 67m² 双南精装 69.5万 66876778	山阴路 1/7 61m² 精装学区 房 93万 66876778	后宰门 2/7 60.3m² 精装南 60万 66876778	三牌楼 5/7 65.3m² 双南 73万 66876778	江宁亲水湾 5/9 55+55m² 新空双 46.6万 84704801	常府街 7/7 61.8m² 精装学区 管气 38.5万 86406208	康福村(多套) 2/5 45m² 南北精装 39.5万 86406208	康业里 3/7 77m² 精装双南 户型 61.8万 86406208	御道街 3/7 84m² 双南精装 管气 78万 86406208	虹苑五村 2/7 63m² 南北全明 精装 53.5万 86406208	夫子庙 3/6 71m² 老精装双南全 明 84.7万 86406208	爱达花园 3/7 65.66m² 双南拎包 入住 54万 86416255	沿河三村 4/7 57m² 双南精装 47万 86416255	湖西街 5/7 93m² 豪华装修拎包 入住 86万 86416255	南苑花园 4/6 63.06m² 地势佳房 型佳 53万 86416255	安康村 7/7 60.0m² 双南拎包 好房 46.5万 86416255	应天花园 7/7 57m² 双南精装 管气 78万 86416255	典雅居 3/11 108m² 精装拎包 入住 104万 86427611	茶南拓园 5/7 44m² 精装环境 佳 37.5万 86427611	水西门 1/7 61m² 南北精装 管气 57.8万 86427611	虹苑新寓 6/7 65m² 双南可带 户 51.5万 86427611	安如村 6/7 61.5m² 南北全明 好房 51.8万 86427611	中央门郭家山 4/6 52.14m² 南北精 管气 38万 86427611	虹苑四村 5/6 58.3m² 精装南 明 48.8万 86407422	南苑宇园 3/6 67.74m² 双南精装 可入住 户 55万 86407422	南苑趣园 1/7 110m² 全明精装 10m² 露台 84万 86407422	金贸新寓 5/11 100m² 全明精装 管气 51.5万 86407422	长虹路 3/7 67m² 双南毛坯 管气 54.5万 86407422	清河新寓 3/7 61m² 双南全 明 53.5万 86427611
---	---	--	---	---	---	--	--	---	---	--	---	--------------------------------------	--	---	--	--------------------------------------	--	---	--	--------------------------------------	---	--	---------------------------------------	--------------------------------------	--	---	--	---	---	--	--	---	---------------------------------------	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	--	--	--	--	---	--

现金收购 当日付款 13813385266

鼓楼区 曹都巷 育才公寓 广州路 拉小学区房 钟阜路 华阳佳园 劲顺花园 港龙园 白云园 广州路 三牌楼门面	6/7F58m² 55/产南 北精装房型优 52207739 3/6F67m² 61.5/产南 北全明有车位 52207739 15m² 52227772 7/7F55m² 76/产南 北全明学区房 52236772 5F53m² 41.8/产南 北精装环境好 52207739 3/6F118m² 143/产南 北全明全装 86569492 4/7F60m² 58/产南 北全明管气 86569492 4/7F93m² 93/产南 北全明管气 86569492 2/6F58m² 61/产南 北全明管气 86569492 1/6F92.42m² 120/产南 北全明管气 86569416 3/6F63m² 78/产南 北全明管气 86569416	应天花园 7F77.1m² 58.8/产 双南精装送地 环境好 52207739 10/10F57+57m² 97/产 南精装送地 86569491 3/6F57m² 47/产南 北全明管气 86569491 多套 167F64.5m² 51/产 南全明环境优 52207739 1/7F105m² 106/产南 北全明管气 52207739 3/7F76.6m² 66/产南 北全明管气 52207739 4/6F64m² 53/产南 北全明管气 52207739 2/7F53m² 44/产南 北全明管气 52207739 3/6F58.2m² 49/产南 北全明管气 86569492 7/7F94.7m² 102/产南 北全明管气 86569416 2/6 56m² 43.8/产南 北全明管气 86569416 3/6F63m² 158/产南 北全明管气 52207739 5/6 60m² 45.2/产 南全明管气 86569491 3/11F117m² 110/产南 北全明管气 52232773	皇册家园 1F112.4m² 144/产 高档社区景观房 环境好 52232773 4/7F68m² 66.9/产 南全明07年 精装 52232773 5F44m² 30.6/产 已出新全 明 52236772 5F61m² 54.5/产南 北全明管气 52236772 3/6F62m² 55.8/产南 北全明管气 86569426 7/7F53m² 43.3/产南 北全明管气 52232773 7/7F53m² 44/产南 北全明管气 52232773 7/7F53m² 44/产南 北全明管气 52232773 7/7F53m² 44/产南 北全明管气 52232773 7/7F53m² 44/产南 北全明管气 52232773 7/7F53m² 44/产南 北全明管气 52232773	土城头 5F64m² 48.5/产南 北全明管气 52232773 6/6F66.5m² 46.5/产南 北全明管气 52315170 3室可落户 52315170 4/6F61m² 63.5/产南 北全明管气 52315170 3室可落户 52315170 1/29+30m² 238/产南 北全明管气 52207739 1/29+30m² 238/产南 北全明管气 52207739 1/29+30m² 238/产南 北全明管气 52207739 1/29+30m² 238/产南 北全明管气 52207739 1/29+30m² 238/产南 北全明管气 52207739	锁金四村 1/1F195m² 150/1产南 北全明管气 51546939 6/6F69m² 48.5万 南 北全明管气 85551820 5/6F58m² 41.8万 南 北全明管气 81956072 3/7F63m² 52.8万 南 北全明管气 85174669 9/22F113.5m² 130万 精装景观房 81956072 5/7F59.1m² 42.6/产 南精装送地 环境好 52207739 3/5F60m² 29万 南 北全明管气 51978030 1/6F99m² 46.8万 南 北全明管气 51978030 3/6F32m² 20.8万 南 北全明管气 85174669 5/6F60m² 41.8万 南 北全明管气 85174669 7/7F50m² 32.8万 98 年精装全装 51546939 4/5F70m² 35万 南 北全明管气 51546939 2/3F55m² 25万 南 北全明管气 85551820 5/6F50m² 32.5万 南 北全明管气 81956072 1/7F117m² 43.8万 南 北全明管气 81956072	锁金四村 1/1F195m² 150/1产南 北全明管气 51546939 6/6F69m² 48.5万 南 北全明管气 85551820 5/6F58m² 41.8万 南 北全明管气 81956072 3/7F63m² 52.8万 南 北全明管气 85174669 9/22F113.5m² 130万 精装景观房 81956072 5/7F59.1m² 42.6/产 南精装送地 环境好 52207739 3/5F60m² 29万 南 北全明管气 51978030 1/6F99m² 46.8万 南 北全明管气 51978030 3/6F32m² 20.8万 南 北全明管气 85174669 5/6F60m² 41.8万 南 北全明管气 85174669 7/7F50m² 32.8万 98 年精装全装 51546939 4/5F70m² 35万 南 北全明管气 51546939 2/3F55m² 25万 南 北全明管气 85551820 5/6F50m² 32.5万 南 北全明管气 81956072 1/7F117m² 43.8万 南 北全明管气 81956072	迈苑小区 1/7F67m² 48.5万 95 房精装景观房 52196479 1/3F278m² 268/产南 北全明管气 52188365 1/3F300m² 320/产南 北全明管气 52188365 100万 52188365 100万 52188365 5/6F132.4m² 68.5/产 南精装景观房 58575841 1/7F76m² 25.3万 新 空管气 58575841 4/6F153m² 97/产南 北全明管气 58575841 2/1F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 4/5F140m² 100/产南 北全明管气 58575841 1/7F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 8/1F89m² 46万 新 空管气 58575841 6/18F137m² 60万 南 北全明管气 58575841 7/1F120m² 62万 南 北全明管气 58575841 3/6F85m² 30万 新 空管气 13813010592	恒安家园 3/5F135m² 89/产南 北全明管气 52188365 3/6F92m² 61/产南 北全明管气 52188365 100万 52188365 5/6F132.4m² 68.5/产 南精装景观房 58575841 1/7F76m² 25.3万 新 空管气 58575841 4/6F153m² 97/产南 北全明管气 58575841 2/1F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 4/5F140m² 100/产南 北全明管气 58575841 1/7F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 8/1F89m² 46万 新 空管气 58575841 6/18F137m² 60万 南 北全明管气 58575841 7/1F120m² 62万 南 北全明管气 58575841 3/6F85m² 30万 新 空管气 13813010592	武夷绿洲 3/6F92m² 61/产南 北全明管气 52188365 100万 52188365 5/6F132.4m² 68.5/产 南精装景观房 58575841 1/7F76m² 25.3万 新 空管气 58575841 4/6F153m² 97/产南 北全明管气 58575841 2/1F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 4/5F140m² 100/产南 北全明管气 58575841 1/7F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 8/1F89m² 46万 新 空管气 58575841 6/18F137m² 60万 南 北全明管气 58575841 7/1F120m² 62万 南 北全明管气 58575841 3/6F85m² 30万 新 空管气 13813010592	江宁别墅 1/1F1109.2m² 47万 全明管气 5675891 4/6F91m² 36万 南 北全明管气 58575841 5/6F132.4m² 68.5/产 南精装景观房 58575841 1/7F76m² 25.3万 新 空管气 58575841 4/6F153m² 97/产南 北全明管气 58575841 2/1F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 4/5F140m² 100/产南 北全明管气 58575841 1/7F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 8/1F89m² 46万 新 空管气 58575841 6/18F137m² 60万 南 北全明管气 58575841 7/1F120m² 62万 南 北全明管气 58575841 3/6F85m² 30万 新 空管气 13813010592	江宁区江北专版 1/1F1109.2m² 47万 全明管气 5675891 4/6F91m² 36万 南 北全明管气 58575841 5/6F132.4m² 68.5/产 南精装景观房 58575841 1/7F76m² 25.3万 新 空管气 58575841 4/6F153m² 97/产南 北全明管气 58575841 2/1F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 4/5F140m² 100/产南 北全明管气 58575841 1/7F117m² 43.5万 南 北全明管气 58575841 8/1F89m² 46万 新 空管气 58575841 6/18F137m² 60万 南 北全明管气 58575841 7/1F120m² 62万 南 北全明管气 58575841 3/6F85m² 30万 新 空管气 13813010592
--	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--