

参加家博会 惊喜等着你

□本报记者 张腾飞

金秋十月到来，着手制订家装计划成为不少业主的心头事。为将我市最优质的家居、家电品牌“一站式”展示给广大消费者，由漯河日报社主办的2017年秋季家博会，将以最大力度的优惠，为消费者呈上一年一度的超低价抢购盛宴。当前，家博会正式预约报名已经启动，消费者可将自己的“家博会购物清单”告诉我们，获赠报名礼品的同时，更有极大的机会在展会期间享受与购物清单相应的惊喜价格。

品类众多的展会

家博会即将于本月27日开幕的消息一经公布，便吸引了众多消费者在第一时间与本报联系，咨询展会内容。据主办方负责人介绍，今年秋季家博会将是今年我市一场大规模的

家居、家电商品及服务展示促销盛会，此次活动不仅参展商家多、涵盖门类全、优惠力度大，同时在规模上、形式上较之以往都有新的突破。旨在为广大消费者提供一站式选择家居建材商品及相关服务的平台，方便有装修需求的市民朋友，也帮助商家促销。当然，参展商家也均是我市家具建材行业内的知名品牌，展会上提供的都是高品质的产品与服务。

全程保障的展会

秋季家博会已成功举办了多届，业主在展会上享受到了优惠，商家在展会上看到了商机，从而使得秋季家博会规模不断扩大，销售更加集中，消费者享受的优惠也就更多。但是，随着展会规模的拓展，主办方对每个意向参展企业的审核一如既往地严格，在商品质量、服务、环保等方面进行全方位监督审核后，才允许参

展，让消费者买得放心、安心。

据了解，主办方充分发挥权威媒体的监督作用，保证展会产品的售后服务，为消费者全程消费保驾护航。同往年展会一样，主办方将严格要求参展商家执行正品保证和先行赔付的服务标准，消费者在2017年秋季家博会上购买的任何产品如果发现质量问题，都可通过主办方媒体平台来维护自己的权利。

消费者关注度的，就是家博会关注的！如果您想花最少的钱买到品质有保障、服务很全面、消费有监督的建材产品，到漯河日报社2017年秋季家博会一定不会错。现在只需联系我们，即可率先抢占有限名额，低价畅享整个盛会。同时，家博会也为商家预留了合作通道，欢迎更多商家前来参与，引领漯河家居、家电行业再向前。

咨询电话：17639509090



爱尚珠宝

翡翠把件怎样挑选

在古代，翡翠把件就时常被皇亲国戚或是地方商贾放在手里把玩，这不仅可以陶冶情操，怡情养性，还可以彰显自己的身份和地位。翡翠把件款式多样、题材丰富、寓意美好、造型独特、工艺精湛，也具有较好的收藏价值。那该怎么挑选呢？

- 1.自己的喜好。
- 2.体积大小。翡翠把件这种玉器是要在收藏者的手中不停地把玩磨搓，因此所有的翡翠把玩件都有一个共同特点，那就是体积大小需适宜在手中拿捏，还需有一些凸出或浑圆的棱角，使得它们在人手把玩的过程中还能明显地引起手的触觉，也可起到按摩穴位的功效。正常大小的手把件长度在70mm~80mm，宽度为45mm~55mm，其他的数据可根据自身情况做调节。
- 3.颜色。翡翠把件运用最多的就是红黄翡。这是因为把玩翡翠大多都是男性，红黄翡属于权位富贵的象征，用于把玩件之中最合适不过了。把玩件还会运用多种颜色的原石进



行雕刻，三彩的叫作福禄寿，四彩的叫作福禄寿喜，越是色彩丰富的越是有价值。把件雕刻比较立体，厚度的尺寸也较大，所以透光性受到很大的影响，再是通透的玉质作为把件也并不明显。在挑选手把件时颜色的多样性和鲜艳程度往往大过于翡翠的种水，只要不是太干到影响美观度就可以了。

老凤祥

国美30年，让中国亿万家庭生活更美

30年，从一个门店到一个“商业帝国”，国美作为一家大企业，致力于成就百姓品质生活，才有了如今的繁荣。

目前，国美与供应商已经实现了从产品供销到全方位打通生态链接，基于大数据、云计算能力，零售企业与供应商的合作可以精准到不同时节、不同区域，甚至不同消费群体，提高零售企业的商品选品能力，为消费升级的用户提供新供给。

在物资匮乏的年代，人们对商品的需求仅停留在功能上，随着消费升级时代到来，出现了许多能够帮助人们提升

品质生活指数的商品，但是如果没有渠道的推荐，可能知晓率很低。对此，国美门店实现了新零售场景的“两个转变”。一是通过搭建“家庭整体解决方案”场景，实现国美门店从家电卖场向“家电+家装”提供商的转变。二是通过搭建“娱乐+休闲”场景，实现门店从零售卖场向“零售+娱乐+休闲”体验式卖场的转变。

以家为中心的战略布局，就是将家装设计手段引入家装全案，将智能家居理念建成包括空净系统、全屋净水系统、地暖系统、中央空调系统等多个以“家”为核心的体验场

景。而国美与爱空间战略合作的爱空间国美旗舰店其实就是“家装+家居”场景的共融，门店卖场不是只有家电，而是将顾客真实的体验与家电、家装、家居场景融合，让顾客在舒适的环境中，唤起更多对生活品质的追求。

不仅如此，如今的国美门店也逐步加入电竞、网咖等元素，建成了电竞、网咖、烘焙、动漫、VR影院等休闲娱乐场景，并通过国美APP上各种话题圈子的链接，引导用户到线下体验丰富的互动、娱乐休闲活动，更精确满足顾客的消费诉求。

国美



运动减肥的5个原则



1. 力量训练不可少
对减脂而言，奋力跳有氧舞蹈一小时，减脂效果还不及进行半小时重量训练。这是因为肌肉的新陈代谢速率比较高。如想让身体自行消耗更多热量，就必须提高体内肌肉与脂肪的比率。每周做两次

重量训练，或养成每日举哑铃的习惯，都能使身体肌肉更结实，促进脂肪的自我消耗。

2.分段式运动
研究显示，同样为时2小时的健身运动，将其分成40分钟做三次，共做3次，所消耗的脂肪几乎是分成60分钟做一次，共做2次的7倍。因为每次运动过后，体内可能维持最高新陈代谢速率至少12小时，体内囤积的脂肪也会在此时被迅速消耗。所以，尽可能分段做运动，减肥效果也会更好。

3.运动至少20分钟
尽管说要分段、短时多

次，但是每次最短也别少于20分钟。动用脂肪能量的前提是至少持续运动20分钟，并保持心率在最高心率的55%以上，这时脂肪才能开始被大幅度利用。

4.养成良好饮食习惯
养成良好的饮食习惯也是很重要的，早饭、午饭正常吃，晚饭尽量控制，以不饿为主，不要暴饮暴食即可。

5.长期坚持
不要指望运动减肥就能一簇而就，每天瘦一两斤，这是不可能的，就算是运动减肥，不持续坚持一个月是不会产生明显效果的。

新浪时尚

如何选购粉底液

粉底液是液体的粉底，适用于中性、混合性、油性皮肤。与粉底霜的保湿效果相比，粉底液的控油效果要相对好一些。粉底液是起保护作用的，它是上妆的第一步，也是护肤的最后一步，阻隔空气中的灰尘等进入皮肤，因此起保护作用。

选择技巧：首先，选择粉底液性质很重要，一定要选择水状的粉底液，就是挤出来非

常稀，不能停在手指上面，要会马上流动的那种。这样涂抹起来不费力气，上妆均匀。其次，选择颜色很重要，特别是对于有痘印的美女，不要选择过白的粉底液，要选择自然色，偏黄的那一种，否则是遮不住瑕的，妆容也不自然。然后，选择配方很重要，一定要选择无油配方的，才能长时间不脱妆，补起妆来也方便。

新浪时尚