

■《昔日作画为生 今日病倒在床》后续

爱心涌来，他有了可喜变化

□文/图 本报记者 朱 红

“火锅店给宁要送来5000元捐款，这让我们家人又看到了希望，非常感谢大家对我们的关心。”12月10日上午，宁要的爱人杨娟感动地对记者说。

12月10日上午，当爱心人士跟随漯河晚报“暖冬行动”小组，一起前往宁要租住在经济技术开发区后谢镇娄庄村的家时，杨娟用轮椅推着宁要从家走出很远来迎接。

由于宁要恢复起来很不容易，一点一滴的进步都令人惊喜。于洋是救苦膏药店的负责人，当宁要来到店里治疗



宁要在众人的帮助下站了起来。

时，于洋免去宁要的针灸、按摩及膏药的费用，尽力帮宁要做康复治疗。如今已经过去了近一个月的时间，在于洋的精心治疗下，宁要有了可喜的变化。

宁要在爱心人士的帮助下，竟然能站起来了，特别是看到宁要自己提劲儿用左手练习画画，练习用左手吃饭，能

说简单的话后，在场的人都非常高兴。不仅如此，宁要现场用左手给爱心人士画得荷花栩栩如生，他的坚强让在场的所有人都感动不已。

“谢谢大家，我会好好配合治疗，不会让大家失望。”当宁要费劲儿地说出这番话后，人们无不鼓掌欢呼，而宁要的爱人杨娟则喜极而泣。

当日上午，印象山城火锅店经理付运来筹得善款5000元，并交到了宁要的手中。记者了解到，付运来今年27岁，听说宁要的事后，付运来深表同情，当即表示要捐款。在见到宁要后，拉着宁要的手说：“哥哥，你要好好配合锻炼，以后你可要给我画个山水画，我要挂在店里的墙上。”宁要则点点头说：“我一定不辜负大家的希望，给所有帮助过我的人画一幅他们满意的画。”

付运来表示，下一步将加入漯河晚报“暖冬行动”，尽力帮助更多需要帮助的人。



在家自制润唇膏 你也来试试

□文/图 本报记者 陶小敏

寒冷的冬天，不少市民尤其是爱美女士都会备一支润唇膏，防止唇部干涩脱皮。市面上出售的润唇膏很多，但市民郑女士却偏爱自己制作。“自己做的润唇膏用料安全，没有添加剂和防腐剂，也更加滋润。”郑女士说。

12月9日，记者来到郑女士家中，看她制作润唇膏。郑女士是一名手工爱好者，冬季到来，她便想能否自己制作唇膏。在网上搜过教程并经过几次实验后，郑女士学会了制作唇膏的方法。

“维生素E胶囊、蜂蜡，基础油像橄榄油、玫瑰精油、小麦胚芽油等是主要的配方。”郑女士一边洗手准备材料，一边向记者介绍，食用油的口味比较大，所以一般不用。郑女士用的是甜杏仁油、维生素E和蜂蜡。“蜂蜡是我特意从养蜂人那里买来的，因为不知道网上卖的是不是天然的，装唇膏的盒子是从网上买的。”说话间，郑女士拿出了一量



杯和小电子秤，分别取了40毫升的甜杏仁油和10克的蜂蜡。郑女士把甜杏仁油

和蜂蜡倒进一个玻璃杯中，又将玻璃杯放入已经烧开的锅里，隔水加热至蜂蜡完全融化，然后将两颗维生素E胶囊剪开并滴进溶液里搅拌。

郑女士将搅拌好的溶液往唇膏盒子里倒，装好后又将唇膏放进了冰箱冷冻层。“冷冻半小时就好了，这一步是为了让它成型。”郑女士说。

半小时后，郑女士拿出了制作成功的唇膏递给记者。记者拿着唇膏闻着有股淡淡的蜂蜜味，用上去也十分的滋润。“如果想加点精油什么的也可以，这个根据看自己的喜好。”郑女士说，因为是做给两个上初中的女儿用的，所以并没有往唇膏里添加太多的东西，而对于郑女士亲手做出的唇膏，她的两个女儿表示很喜欢。

怎样，是不是你也想试试？郑女士提醒大家，如果在家制作，因为不添加抗菌剂、防腐剂等，所以制作过程中一定要保持卫生，要把握好制作的量，以免制作过多，用不完造成浪费。

出门看天

受冷空气影响,雨雪将登上我市天气舞台,气温也将持续走低,最高气温将逐步下滑至5℃左右,大家要注意保暖。

天气寒冷,大家要注重日常保健,加强锻炼,减少和避免感冒、咳嗽等呼吸系统疾病的发生。同时,要注意头部、胃部和足部保暖,尤其是要保持脚部清洁干燥,袜子常换常洗,每天用温热水泡脚,按摩双脚的穴位,每天坚持步行半小时以上。

今后三天天气

12月12日 晴转多云 1℃~7℃

12月13日 阴有小雪 -2℃~6℃

12月14日 阴有雨夹雪 1℃~5℃

感谢周兆基提供信息

生活小常识

一条毛巾就能降血压

将一条毛巾对折成正方形，从一边卷起成卷，粗细度为用一只手握住时，大拇指不会碰到其他四指。同样用30%的力量攥住2分钟后，休息1分钟，左右手各重复2次，每周坚持做3次以上。

该方法由加拿大医生提出，被美国心脏协会作为改善血压的辅助治疗手段。其原理是，攥紧毛巾时，手臂肌肉用力，压迫血管，血流变缓、流量变小；放松后，血管释放一氧化氮，可舒张、疏通血管并维持其弹性。

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话：0395-3132295 3117189 13781707655

出租出售

门面房出售

圆城黄河广场附近有一门面房出售，五百多平方米，手续齐全，价格面议。18839509763

家政服务

洁爽保洁公司

专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆 6188458 13653950591

家天下家政公司

工商注册 月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训 6666991 15139506611

信德保洁 信汇装饰公司

石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理 旧木地板翻新 抛光 打蜡 外墙清洗 www.lhxcdbj.com 电话:15039500115

投资咨询

现有厂房地寻求合作

电话：17703953066

百业信息

易经研究

生意 财运 考试 工作 婚姻 生克化解 起名 家居布局 新房规划 地理勘察 电话：15803958920 赵老师 15603958221 辽河路与舟山路交叉口向东100米路南农行家属院

健康咨询

失眠专家问喜洋

中国睡眠研究会会员 地址：太行山路与颍河路交叉口东北角 电话：6155120

门面房租售

兰乔圣菲门面房上下两层267m²，豪华精装，临黄河路和社区大门，位置优越，交通便利，可做办公美容保健精品服饰等。

13903955896

红丝线婚介

重诚信 讲信誉 服务规范 专业保密 十二周年庆典活动中，优惠多多，敬请你来参与，欢迎您的垂询！

04517 女 27 无婚史 1.65米 大专护士 文静白皙 漂亮 04518 女 33 无婚史 1.62米 中专职员 活泼开朗 苗条 04519 女 44 离 婚 1.60米 热情贤淑 没有子女 打工 06317 男 27 无婚史 1.75米 本科教师 有车有房 帅气 06318 男 33 无婚史 1.80米 本科公安 阳光帅气 豁达 06318 男 49 离 婚 1.75米 自有公司 房宽车靓 老板 爱情热线：2923599 15139520127 13069559387 QQ:1238968982 丁青法院路南方向电脑学校二楼红丝线婚介

世纪缘

白领相亲会所

2003年~2017年 世纪缘全城寻找 诚心找对象的人

地址：市人民路美盛大厦B座十楼 相亲热线：3398505 2121213

●征婚：女（32998）34岁，无婚史，1.60米，经商，肤白靓丽，性格开朗。寻稳重踏实的男士。电话：2121213 微信：13523953597

●征婚：男（61425）33岁，离异，1.73米，经商，家庭优越，成熟稳重。寻温柔本分，会持家的女士。电话：13193907179 微信：13193907179

●征婚：女（61664）38岁，离异，1.65米，事业单位工作，温柔大方，有房车。寻有家庭责任感的女士。电话：18839527539 微信：luohe6179

●征婚：男（61697）37岁，离异，1.77米，教育系统上班，性格随和，踏实稳重。寻温柔贤惠爱家的女士。电话：2193193 微信：zxcvbnm0928asdfighkl

保姆月嫂

雪绒花母婴关爱中心

服务内容：月嫂育婴 催乳 小儿推拿 满月发汗 保姆护工 常年培训 安排就业 昌建东外滩A2座24楼21室 13939531652

乐帮家政公司

工商注册 月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训 5571157 18639995528