

骑着单车迎新娘 低碳环保又拉风



新郎和新娘一起骑自行车。

□文/图 本报记者 齐放
实习生 李博昊

4月30日上午,一对新人骑着一辆连体自行车,在同样是自行车迎亲队伍的簇拥下,骑行近10公里,完成了他们浪

漫、幸福又别开生面的“迎亲之旅”。

当天上午9点,市区燕山路一小区内,在众人的祝福声中,一对新人走出小区大门,新郎身穿橄榄绿军服,新娘身着洁白的婚纱。他们的婚车,是一辆黄色的连体自行车,自行车上有遮阳棚,上面悬挂着五颜六色的气球。迎亲和送亲的20余人队伍,全部骑的是街上常见的共享单车,车前车后都飘悬着鲜艳的气球,车子焕然一新。

迎亲的自行车婚队一走上街头,就立即吸引了众多市民。行走过程中,不少市民驻足观看,有的拿起手机拍照,有的大声叫好并给予祝福。

这支新颖别致的自行车婚队,沿着市区燕山路、金山路,到达人民路、交通路,然

后沿湘江路到达了酒店。一路上,大家欢声笑语,收获无数祝福。

新郎夏坤祥是一位现役军人,他对记者说:“一般人结婚无非是雇一些豪车讲排场,可是我想办一个比较新颖的婚礼,给我的爱人留下一个美好的回忆。最后我们选择自行车当婚车,除了能让更多人看到我们的婚礼,见证我们的幸福,也希望更多人抵制铺张浪费,加入到践行绿色出行、低碳环保的行列中,共同保护我们的环境。”

看到自行车婚队,市民申先生连连称赞这对新人的做法,他说:“我感觉骑自行车结婚挺浪漫的,给人一种耳目一新的感觉,挺独特的,低碳环保又节约,倡树文明新风,值得青年人效仿。”

教你一招

几招就让手机屏干净

如今,手机成了人们的随身物品,但手机屏幕总是油乎乎地让人感到不卫生。这儿有几招让你的手机长期不沾灰,屏幕更清晰。

风油精

有些小伙伴爱用酒精擦屏幕,其实这种做法是不对的,酒精中的一些成分,可能会溶解屏幕涂层或镀膜层,时间久了,屏幕只会越变越花。风油精是可以擦屏的,其成分中只含有少量酒精,所以清洁手机屏效果很好,只需在屏幕上滴两滴,再用软布擦拭即可。

透明胶带

使用透明胶带清洁手机

屏幕,最大的好处就是可以清理掉手机上细小的灰尘。但需要注意的是,最好使用不留残胶的胶带,不然很容易造成手机屏幕越来越粘,甚至破坏手机屏幕。如果手机贴了膜,就不要用胶带了,以免把手机膜也粘走。

小苏打水

只需在水中加入少许小苏打,再用超细纤维布擦拭手机屏幕,很快就会变得光亮好看,跟新的一样。这是因为,苏打水是弱碱性的,可以中和手机屏幕上的油脂,从而达到去污的效果,而且苏打水不会腐蚀屏幕。

晚综

特别提醒

精神紧张可致多种疾病



生老病死、天灾人祸、老伴去世、子女遇到意外伤害等情况也是难以预料的,有时甚至是难免的。所以,老年人特别要注意学会应付紧张刺激。

紧张反应是人体对外界刺激的一种保护性机制,对人体健康一般没有大的影

响。但如果外界刺激过分强烈,人较长时间处在紧张状态中,就有可能引起疾病和死亡。

现代医学认为,精神紧张可以导致许多种疾病,例如胃溃疡、胸腺退化、神经衰弱、免疫功能降低等。调查表明,平时到医院看病的人当中,有60%以上的人是由于精神紧张而患病的。有些人的疾病是长期处在紧张状态之中而形成的,这种情况大多发生在中老年人身上。老年人再就业之后,以老年之躯做中青年之事,尤其容易处于紧张状态之中。老年人生理机能已开始衰退,所以在紧张的状态下,身体很容易出毛病。

有的老年人离退休后,由于人情冷漠,孤独怨愤长期纠缠着自己,心理一直处在无所适从的紧张状态中,于是睡不好、吃不香,逐渐身体不支而病倒了。有的老年人由于老伴的去世而长期生活在苦闷之中,忧郁寡欢不能自拔,以至身体状况日趋衰弱。还有的老年人因待遇不公或对世事看不惯,或因后代不敬、不孝而愤懑不平,怨气难消,以至高血压、冠心病、胃溃疡等疾病接踵而来,甚至卧病在床,一病不起。

所以老年人应该学会应付紧张刺激。缓解紧张,这不仅是身体健康的需要,也是晚年幸福的需要。 晚综

生活小常识

妙用苏打粉

小苏打又叫苏打粉,有食用和工业用两种。它可以自然地分解、无毒性、不会污染环境,而且刺激性很低,不伤皮肤,一般碳酸温泉水中就含有很高成分的碳酸氢钠,对人体完全无害,没有健康或安全上的顾虑,举凡食物调理、糕饼制作、环境清洁、除垢、除臭、医药等,都用得到它。

解除农药残留

小苏打粉一汤匙,水成微黄色时,把水果、蔬菜放进去浸泡2到3分钟,就可以彻底清除果蔬上的农药了。

打理花草

只要将小苏打水喷洒在叶片上,再以湿抹布擦拭,可以让盆栽的叶片充满光泽;用较为稀释的小苏打水浇于绣球花根部,可以让开出的花色更深蓝。

环境清洁

将抹布蘸小苏打溶液后拧干,用以擦拭门窗、门把、厨房、冰箱、卫浴、地板、洗脸盆、金属水龙头等,然后再用拧干的清洁湿抹布擦过,即可使冰箱、金属水龙头等光亮如新。

清洁餐具

用抹布沾小苏打溶液洗涤碗筷餐具,可迅速除去油污,冲洗又容易,不但省水,而且又不用顾虑有清洁剂的残留问题。因为小苏打也可以吃,完全无毒,即使没充分冲洗干净也无所谓。

清洁地板

将抹布或拖把浸入小苏打水中,拧干后擦拭地板,再将拖把用清水洗净后,擦拭一两遍即可。

清理衣物

放洗衣液的同时,可试着

倒入2/3量杯的小苏打粉,可以增强洗净力,让衣物洗得更干净,且不会伤衣料。将适量的小苏打,溶于约50~60摄氏度的热水中,同时用肥皂来搓洗领衣、袖口上的污垢,效果绝对比其他清洁剂都要来得好而且又快。

清理厨房

小苏打粉是超好用的天然除臭剂,如果你常用小苏打溶液当清洁剂清洗餐具,可以避免洗槽排水产生臭味;若排水管堵塞时,可将一杯小苏打粉倒入,再注入热水,就可以轻松解决。

穿鞋防脚臭

在穿鞋前,可在鞋内洒些小苏打粉,不但可以避免脚臭的发生,而且在洗刷鞋子时,其内部也更容易清理。

晚综

久用电脑如何护眼



如今电脑已成为日常工作中必不可少的办公用品。每天一上班就打开电脑,一整天的面对电脑屏幕,会出现眼干、眼涩、视力下降等情况。久坐电脑前,又不想让眼睛疲劳过度,以下四种护眼小技巧,不妨试试看。

多眨眼睛

正常情况下,眼睛表面被脂质、水液和黏蛋白组成的泪膜覆盖,维持眼睛的湿润。长时间注视电脑屏幕,增加眨眼次数会减少眼睛干

涩,因眨眼可让泪膜保持眼睛湿润。

及时休息

长时间近距离用眼,容易引起视疲劳、视力下降等。因此,工作40分钟左右,最好休息5~10分钟,眺望远方,放松眼内肌肉,缓解疲劳。

调整距离

工作时放松颈项肌肉,调整眼睛与电脑之间的距离,合适的距离在50~70cm,平视屏幕或者调整屏幕略低于眼水平位置10~20cm,呈15~20度的下视角,这样可以使眼球暴露于空气中的面积减小,减轻眼睛干涩。

多吃蔬果

水果可以多吃富含花青素的蓝莓、葡萄、樱桃、草莓、桑葚等,对眼部抗氧化有非常好的作用。 晚综

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

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

起名命名

起名就找李治明

—— 95年开办至今 ——

起名、判名、改名,就找李治明。为公司、工厂、门店、人名策划。

地址:文化路老南段 微信: L18239561370

婚介信息

世纪缘

2003年创办 白领相亲会所 2003年~2019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:2193193 2121213

●征婚:男(32001) 31岁,未婚,1.81米,本科学历,成熟稳重,性格随和,孝顺善良有责任心,事业单位。寻年龄相当、细心体贴的女孩。电话:13569691097

●征婚:女(91904) 50岁,离异,1.63米,相貌端庄,有气质,温柔贤惠,会持家,事业单位。寻年龄相当、职业稳定、有包容心的男士为伴。电话:18839527539 微信:luohe6179

●征婚:男(91835) 56岁,离异,1.75米,大专学历,儿女已成家,生活独立,经济无负担,稳重善良有责任心,从事教育行业。寻年龄相当、有缘、能聊得来的女士为伴。电话:18839527539 微信:luohe6179

●征婚:女(61787) 41岁,离异,1.60米,大专学历,有一女孩归男方,性格温柔,经济独立无负担,国企会计。寻年龄相当、踏实能干、收入稳定的男士。电话:13569691097