

饮食健康 从“筷”入手

我们每天都要用到筷子,但是我们却对它了解多少呢?而怎样的筷子才是健康卫生的呢?走进超市,琳琅满目的筷子被穿上了“外套”摆放在货架上,蓝色的、红色的、雕花的、彩漆的、卡通的等,无不赚足了大家的眼球。

正在货架前为女儿挑选筷子的李女士说:“我们一般都是用竹筷子,其他材质的没怎么用过,用这种竹质的筷子习惯了,换成别的用着没这顺手,我给女儿挑选筷子比较看重它的材质,小孩子吃饭的时候爱咬筷子,所以得给她挑一双材质好一点的,这样我们才比较放心,用着也踏实。”

在走访我市几家大型超市后

发现,现在筷子大概分为竹筷子、木筷子、金属筷子和塑料筷子。一位消费者说:“我们平常用得最多的也就是竹筷子了,这种竹质的筷子相对来说比较耐高温,还不易变形,既实惠又耐用;再就是木筷子,这种筷子用起来也比较健康,但是现在商家为了吸引顾客购买欲,大多会在木筷子上涂上彩漆,这些彩漆里面含有重金属物质,有的小孩子喜欢把筷子咬在嘴里,这样一来就会不知不觉地把彩漆给吞进肚子里了。”而且木质筷子结构疏松,金属筷子也是的比较好的,但是它导热性比较好,不适合用来吃火锅之类比较烫的食物;还有就是现在在各个酒店比较流行

的塑料筷子了,这种筷子比较好清洗,不沾油,外形也比较好,但是,这种筷子遇高温不仅会释放有毒的物质还易变形,对人体的危害可想而知。

其实,现在最不提倡的就是一次性筷子了。这种筷子一来不环保二来不卫生。现在有的家庭为了图省事逢年过节就会购买一次性筷子供客人用,那些筷子看起来比较洁白,实际上都是经过化学物质漂白过的,上面大多会有化学残留物。

医疗专家提醒:平时存放筷子的地方要通风,最佳使用期限是3个月~6个月,到期要及时更换。

(实习生 湛琳)



驴友选好自己的坐骑

驴友应根据个人的喜好和路程的远近来选择自己的坐骑。一般是3种类型:山地车、旅行车、折叠车,这3种车都可以用做旅行车。当然,如果你跑的地方一路上路况都很好的话,可以选择公路赛车,否则还是选前3种比较好。(据新浪网)

日常生活小常识

编者按:日常生活小常识、小窍门,从小处着眼,但往往能带给我们意想不到的效果。

1、风油精的妙用:在电风扇的叶子上洒上几滴风油精,随着风叶的不停转动,可使满室清香,而且有驱赶蚊子的效用。

2、刷油漆前,先在双手上抹层面霜,刷过油漆后把奶油涂在沾有油漆的皮肤上,用干布擦拭,再用香皂清洗,就能把附着于皮肤上的油漆除掉。

3、豆腐一般都会有一股卤水味。豆腐下锅前,如果先在开水中浸泡10多分钟,便可除去卤水味,这样做出的豆腐不但口感好,而且味美香甜。

4、家中的小块地毯如果脏了,可用热面巾纸擦拭,然后将其挂在阴凉处,24小时后,污迹即可除净。

5、手表受磁,会影响走时准确。消除方法很简单,只要找一个未受磁的铁环,将表放在环中,慢慢穿来穿去,几分钟后,手表就会退磁复原。

(本报综合)

征婚

▲某男,40岁,离异,铁路部门工作,带有一个六岁男孩儿,市内商品房一套,无不良嗜好,欲觅年龄相仿,身高150厘米以上,贤惠能吃苦,体贴顾家的女子为伴,有稳定工作者优先(非诚勿扰),联系电话:6260791

▲某男,40岁,离异。在外做生意,性格开朗,无不良嗜好。欲觅40岁以下,身高150厘米以上、贤惠女子为伴。

联系电话:18691722368

售房

▲现有工区路二纺机对面河南五建家属院复式楼一套,2003年建成,六/七楼150平方米,精装修,手续齐全,售价35万。联系人:陆先生 联系电话:13623976595,中介勿扰!

▲急售储藏室,物超所值。政和花园C区,15平方,6万元。房东电话13723131979

▲金牛山白坡(107国道旁)信阳检验检疫局院内有新房一处,一楼,四室两厅两卫,202平方米,仅售49万元,可现场看房。联系人袁先生,电话15839768099。

▲现有南湖路粮店村九组(粮店花园对面),新楼房预售。户型100-120平方米,一楼2200元/平方米,二楼、三楼、四楼2400元/平方米,五楼2200元/平方米,六楼1900元/平方米;另有车库储藏室。联系电话:13849756028 6359911

▲羊山新区政和花园C28幢108、208号门面房出售,上下两层,148m²。价格面议。联系电话:13137395638(张先生)

▲位于龙江路建材市场后门对面有现房出售,面积100平方米~130平方米,价格面议。另别处有期房出售。电话:13569703206

转让

▲因本人要到外地发展,现转让正在营业中的饭店,地址在西关附近,面积700平方,包间十多个,欲低价转让!非诚勿扰!

电话:15514339999 崔先生

▲楚王城大转盘菜场内有一足疗店转让组,客源稳定,接手即可营业。电话:13937631078

▲家庭食堂急转,生意稳定,环境好,联系人:潘先生 电话:13837610789

▲师院东门现有一品牌饮品店转让。联系电话:18671889685。

▲翰皇擦鞋店转让,市中心有一营业中擦鞋店一间二层,因本人另有发展,现转让。电话:6782518

▲因店主投资其他生意急需资金周转,现将位于信阳师院东门一街正在营业的个体旅社对外转让,该店共有20个房间,电脑空调、热水器等各项设施一应俱全,接手后即可盈利,有意者请致电13033763377找陈女士洽谈,非诚勿扰。

▲罗山宾馆楼下2间门面房110平方转让。价格面议。联系人:肖女士,电话:13603761258

招聘

▲位于信阳浉河北岸钓鱼台纯手工西班牙别墅区——【香江帝景】,属于信阳地产高端项目标杆,精品园区,为了匹配园区及楼盘整体形象,公司大胆创新,现面向社会高薪诚聘女性精英来担当礼仪

岗秩序员及监控员。

要求:女性,高中及以上学历,18-30岁之间,身高1.63-1.68米,品貌端正、形象气质佳、为人正直、诚信、责任心强,有较强的沟通协调能力和亲和力,吃苦耐劳,身体健康,退伍军人优先。

待遇:底薪+绩效+全勤奖+福利

▲信阳高端地产项目【香江帝景】现招聘形象秩序员20名:身高1.75米以上,年龄18岁~40岁,身体健康,相貌端正,品德优良,复员军人优先。联系电话:6199979

▲同仁药店、景福堂大药房诚聘执业药师、优秀销售员。有工作经验者优先录用。工资面议。

联系电话:18937685985

13939752806

▲《邦德信阳总代理》主营麻将机、麻将扑克一体机,现诚聘业务员推銷员数名,售后维修人员数名。详询电话:13643763888

▲强力公司招聘店员:女性,年龄20岁~40岁,形象较好,敬业爱岗,工资1200元~1500元,面议。有意者请致电:6608189

▲车铣钻刨样精通,技师冯师傅诚招高徒。要求:热爱金工技术,能吃苦耐劳,待遇面议。

电话:13782900956

▲本公司招聘客户经理、主管干部、讲师各10名,底薪2200元,月收入过万元。联系电话:13723116908

▲御井坊酒业信阳办事处诚招业务营销人员,待遇优厚。联系电话:18639001315(张先生)

▲信阳新世纪职业培训学校因业务发展需要诚聘心理咨询师、物流师、人力资源师、公共营养师、秘书、育婴师、有资格证教师,临时代课课时优厚,常年在全国招生培训。联系电话:3393000,3393001 网址:www.xyxsj.net。

▲大商电器为迎接新玛特旗舰店开业,现拟招聘店长3名、业务店长5名、采购经理5名、卖区长10名、财务主管2名、财务人员3名、客服主管2名、营运主管2名、营销主管2名、收银员5名、自备营业员20名,缴纳五险,工资面议。联系电话:0376-6385253 6199699 13333978588 邮箱:assally@163.com

▲共青团青少年心理健康咨询中心,关爱妇女,为下岗职工100%推荐就业。委托信阳新世纪学校免费培训月嫂,名额有限,预报从速。招心理咨询师3名,工资面议。报名电话:6258828。

▲中草药茶麸洗发店招聘数名员工,待遇为底薪加提成,有意者面议,联系电话:6969456

▲冬虫夏草酒诚招代理,联系人:易先生。电话:13803769527

招商

香江帝景4000余平方米高端会所,内设会议室、雪茄房、红酒会馆、咖啡吧、西餐厅、健身俱乐部、棋牌室、台球室、SPA休闲、高档特色餐饮旗舰店、诚邀社会各界有实力、有志者加盟! 加盟热线:0376-6199902

信息

▲《邦德信阳总代理》主营麻将机、麻将扑克一体机,诚邀各区、县、乡经销商,有意者到店详询。地址:茶韵路(西关桥头往西100米)

▲专业水电安装维修,厨卫防水,改门窗。 电话:18737689956

▲共青团信阳市青少年心理健康咨询中心。12355 青少年服

订2013年《信阳晚报》

送免费信息

电话:13837666109

E-mail:xywbnews@126.com

(请注明免费信息)

本报仅提供交易平台,供需双方自行交易,诚信为本,风险自担。

务台搬迁至东方红大道新天地二期商务楼新玛特13楼1305室,常年招聘心理咨询师。电话:6228828

出租

▲金三角加油站对面金安小区单门独院别墅一套出租,房屋面积300平方米,简装修,联系电话:13503762272

▲位于信阳师院东门粮店水泥旁有门面房出租,价格面议。电话:13569703206

▲民权路与申城大道交叉路口白果树附近,军分区干休所白果树家属院有三室两厅出租,在六楼,面积125m²,院内有单独储藏室,学区优越。

电话:13937685028

▲平桥区平西路劳保局东侧1200平方,新建商品房(门面+电梯)对外招租。联系人:石先生,电话:15139759777

▲平桥区金三角加油站对面金安小区别墅一栋,单门独院,租售均可。

联系电话:13503762272