

14版 发现:20款入门级蔬果汁之黄金搭配

16版 日子:夏天再这么洗车,你家车就报废了

每期一招

5种最失败的卧室摆设

看看你家的卧室有没有中招儿

看生活家
look life

我们每天有三分之一以上的时间要在卧室中度过,所以对于卧室的布置,尤其不能马虎。装修行业权威人士告诉记者,不论装修或装饰,卧室布置只有一个原则:简单最好,以下5种摆设方式最好慎用。小编在此建议:请您结合自身情况逐一对照,有则改之,无则加勉。

1 镜子正对着床

不少人喜欢在床尾摆上梳妆台,挂一面大梳妆镜,不仅方便晨起梳妆,更能增强卧室的空间感,但如果镜子不偏不倚地正对着床则不适宜。因为半夜起夜睡得迷迷糊糊,下床时突然看到镜子中的影像难免会被吓到。

另外,室外的路灯、霓虹灯光通过镜子反射到床上,也可能影响睡眠。最好别让梳妆台的镜子正对着床的位置,可以放在床的侧面,或斜对着床。

2 卫生间门正对卧室门

有些房间户型设计不够合理,使卫生间门正对着卧室门。

一方面,卫生间长期潮湿,容易发霉,湿气如不及时排出,可能会挟带霉菌进入卧室,影响家人健康。

另一方面,夜晚如厕冲马桶的声音可能会影响家人休息。如果家里已经是这种格局,一定要在卫生间安装性能好的排气扇,及时排湿。卫生间门选隔音效果好的,晚上去厕所关闭卫生间门。

3 摆放太多仿真花

仿真花能在一定程度上美化居室环境,又不需要费心照料,受到很多人的喜爱。

然而,有些仿真花在生产过程中会使用黏剂,摆放时间长了,如果不及时清理,还可能积聚大量灰尘,反而可能污染室内环境。卧室尽量少摆放仿真花,

也不宜过量摆放绿植。

4 挂大幅油画或婚纱照

有些油画或婚纱照在制作过程中会使用一些化工原料,可能会释放甲醛等污染物,伤害家人健康。

如果一定要摆放在卧室,尽量选择工艺质量好的厂家,选择小幅的画或婚纱照,还可以在阳台通风散味儿一段时间再挂。

5 电视电脑放卧室

卧室中最好别放电视、电脑等家电。家电在工作时会产生辐射,时间长了会影响家人的健康。睡前看电视、电脑也不利于快速进入睡眠状态。因此,家电最好放在客厅或书房,别进卧室。
据《生命时报》



有此一说

选购高层住宅买第几层最好

最好的位置是位于总楼层的1/2至2/3的楼层

买房子买在第几层最好?有网友认为9-11楼是扬灰层;有网友认为4、14、18楼风水不好;有网友认为1-2楼太潮湿……关于楼层的各种说法五花八门。如果你去售楼处也可以了解到,楼层不同,价位不同。俗话说,一千个读者一千个哈姆雷特。买房子选楼层各有各的说法。怎么样选择适合自己的楼层呢?小编来给你支招!

8-11层·扬灰层

8-11层是环境学上所谓的扬灰层,空气中的尘埃、有害物质在这个高度有个停留的过程。

由于楼宇的密度,街道风使得含有灰尘的气流在高楼之间“徘徊”,“徘徊”高度大概在30米左右,即8-11层之间。8-11层的居住者与这些尘埃物同呼吸共命运一段时间,对自己的身体有极大的影响。此外,8-14层受噪音污染最大。很多人误以为1-2层,实则不然,真正在1楼倾听车辆噪声,还不如在8-14层听得真切。

2-5层·留意潮湿度

住在2-5层,先说优点,相对来说,首先,不用担心水压等问题,且夏天室内温度比高层要低。其次,出行比较方便,人多的时候可以不用着急等电梯,平时爬楼梯,也可以锻炼身体。再次,如果遇到火灾、地震等意外事故时,容易逃生。这些都是购房者对低楼层的理解。

很多购房者考虑有老人,为了行动方便,会选择2-5层,有的小区1楼会附带小院,老人可以种植花草。但2-5层也不是没有问题,虽然心理上有舒适感,但是低层空气循环减缓、阴影和湿度大、通风不好的楼层污染也比较严重,这里



集结了大量有害物质。

楼层太高·高温干燥

现在的居民住宅以高层建筑居多,很多人觉得楼层越高视野越好,居住感受也更佳,其实不然,同一套户型,所在的楼层不一样,居住感受也会大不相同,每层楼都有自己的小气候。

高层视野较开阔,空气质量较好,噪音小;自然风大,采光较好,日照时间长。但楼层太高可能存在水压不够、楼顶渗雨、风大等问题,而且夏天室内温度会比低层高1-3℃。

6-7层·位置最佳

看了又看,购买小高层时,6-7层的位置最佳。

首先,从空气质量角度来说,高度在30米以上的,

空气质量反而更差。而且,高层空气相对稀薄,患有某些疾病的人容易产生不适症状,尤其是慢性支气管炎、心脏病、心绞痛、心脑血管疾病患者,选择高层楼房时更要谨慎。

其次,从心理学角度讲,身居高层的人容易产生一种“根基不稳”之感,难免内心压抑。在高楼林立的小区中行走,人也会产生压抑感。

高层最好的位置是位于总楼层的1/2至2/3的楼层。这几层属于较明亮的楼层,光线不易被遮挡。日照时间也较长,可以享受高层的开阔视野,温暖阳光。因此这几层一般最受购房者欢迎。

另外,住宅楼的暖气是往上升的,所以高层在这方面占优势,而且一般来说,噪音影响也相对较小。

据今日头条

顺应节气 养生方

● 养阴生津·丝瓜粥

养阴生津:“瓜族”当家,宜食白茅根、西瓜、凉瓜、西红柿、绿豆、冬瓜、木耳、丝瓜等。

药膳推荐:丝瓜粥

做法:鲜丝瓜1条,粳米100克,白糖少许。将鲜丝瓜去皮和瓤,粳米淘洗干净备用。先将粳米放入锅内,鲜丝瓜切成2厘米、厚1厘米的块放入锅内,加适量清水,置武火上煮沸,再用文火煮熟成粥,加入白糖即成。丝瓜鲜嫩者可不用去瓤,有清热、解毒、凉血、通络、润肤等功效。

● 清热祛湿·薏仁赤豆汤

清热祛湿:宜多吃淮山、太参、白术、茯苓、绿豆、冬瓜、苋菜、枸杞叶、木瓜、椰子、香瓜等。

药膳推荐:薏仁赤豆汤

做法:薏仁、赤小豆各30克,红枣5枚,白糖1匙。薏仁和赤小豆洗净入锅,加水两大碗,小火慢煮1小时,然后加红枣、白糖,煮30分钟即成。

● 健脾养肝·

薏仁百合荸荠煲

健脾养肝:宜吃蜜桃、西瓜、香瓜、青瓜、绿豆、木耳、玉竹、薏仁、百合等。

药膳推荐:薏仁百合荸荠煲

做法:薏仁百合荸荠煲。薏仁30克、百合30克、荸荠250克,将薏仁、百合洗净,用温水发透,荸荠去皮洗净,从中间切开。将三者同入砂锅内,加入清水适量,置武火上煮沸,再用文火炖煮45分钟即可。

房价指数

| 二手房 | 价格(元/㎡) | 环比(%) |
|-----|---------|-------|
| 整体 | 10426 | ↑0.39 |
| 历下 | 12627 | ↑0.28 |
| 市中 | 10969 | ↑1.67 |
| 历城 | 8912 | ↓0.56 |
| 天桥 | 8685 | ↓0.06 |
| 槐荫 | 8786 | ↑1.19 |
| 高新 | 9174 | ↑1.18 |

△2015年5月济南二手住宅价格变化情况,数据来源:房天下

记者 赵国陆 整理

菜价指数

| 蔬菜 | 单价 |
|-----|---------|
| 韭菜 | 1.34元/斤 |
| 茄子 | 1.16元/斤 |
| 黄瓜 | 1.36元/斤 |
| 芸豆 | 2.07元/斤 |
| 西红柿 | 1.37元/斤 |
| 土豆 | 1.72元/斤 |
| 大葱 | 1.67元/斤 |
| 生姜 | 5.18元/斤 |

粮油副食指数

| 品名 | 单价 |
|-----|----------|
| 小米 | 6.29元/斤 |
| 绿豆 | 6.27元/斤 |
| 花生油 | 13.47元/斤 |
| 鲜猪肉 | 10.65元/斤 |
| 鸡蛋 | 3.50元/斤 |
| 带鱼 | 11.80元/斤 |
| 海虾 | 28.70元/斤 |

△以上指数均据济南市物价局官网6月11日最新数据

应季水果指数

| 品名 | 单价 |
|----|----------|
| 桃子 | 7.00元/斤 |
| 樱桃 | 12.70元/斤 |
| 杏 | 3.30元/斤 |
| 荔枝 | 7.50元/斤 |
| 柠檬 | 9.50元/斤 |
| 芒果 | 12.20元/斤 |
| 西瓜 | 1.20元/斤 |

△据济南堤口果品批发市场官网6月11日最新数据

居家宝典

涂防晒霜也会杀精

夏日日晒时间长,爱美的朋友会频繁使用防晒霜,但是您知道吗?涂防晒霜也会杀精。此外,还有6种杀精行为,请记住:1、穿紧身内裤或裤子。2、体重过轻或超重。男性BMI(身体质量指数,是用体重公斤数除以身高米数的平方得出的数字)如果超过25,精子数量最多会减少22%,精子活力也会受影响。3、接触过多含双酚A(BPA)或全氟化合物(PFC)的产品。4、抽烟喝酒。5、过度禁欲。6、手机放在裤兜里。 本报综合