

“只有懒女人,没有丑女人”,只要收拾得体,每个女人都是一道美好的风景。为了让自己的风景韵味独特,勤劳的女人们巧施手段,亮出各自的“美丽计谋”——

养颜驻容 看我的!

记者 李婧

生活处处可美容

【采访对象】乔女士,温泉某事业单位职工,貌似嘉年华,实际年龄保密。

【采访实录】说起养颜驻容,大家会不自觉地联想到“美容成本”,其实不然,只要留心,生活处处可美容。

我的美白神器是白醋,除了在饮食中多多使用白醋,再就是坚持用白醋洗脸,一个星期用一两瓶,也就几块钱的事情。具体方法是:一小盆温水,倒入约两汤匙白醋调匀,清洗脸部和双手,5分钟后换用清水洗净。如果你脸上长痘痘,可以把白醋和水按照1:3的比例调好,每天早晚洁面后,将白醋水拍在脸上,能淡化痘印、收缩毛孔。

如果感觉皮肤比较油,还可以在洗脸水中加盐——不是食盐,是在超市可以买到的浴盐,可以清除面部死皮与黑头。浴盐不能每天使用,一周一次即可。

我还喜欢用酸奶敷脸。晚上喝了酸奶后,把剩下的酸奶均匀地涂抹在洗净的脸上,洗澡时先洗身体,让皮肤在有水蒸汽的环境中更好地吸收酸奶中的养分,最后再冲掉酸奶。这样做能使肌肤柔软细腻、紧致有弹性。要是你不怕麻烦,还可以在酸奶中加入柠檬汁或者和些面粉,但是要敷20分钟以上。这样的面膜一周两三次就够了,大多了对皮肤反倒有刺激。还有,千万记得敷脸后要洗干净再睡觉,因为酸奶干了会堵塞毛孔,脸上会长痘痘的。

适度运动更美丽

【采访对象】杜女士,通城人,做服装贸易,身材高挑,肤色红润,不仅仅是“背影杀手”。

【采访实录】我做服装贸易,在外面跑得比较多。很年轻的时候,我一回到家就窝在沙发里,自认身材苗条,从来没想过身材会走形。直到有一天,我穿上那条心爱的旗袍裙,发现自己像个被绑得紧紧的粽子,更痛心的,是毕露无遗的小粗腿。

如果碰上雨雪天气,我会去球馆打羽毛球或者网球,但更多时候在家练瑜伽。经常在柔缓的音乐声中做运动,心境豁达,脾气也温和起来,脸上常有笑容,是不是会有魅力一点呢?

因为不可抗拒的地心引力作用,再怎么微笑也难以平复“下垂的种种恶果”,我决定“以地心引力克服地心引力”,经常在家“拿大顶”。你知道吗,倒立不但能够使人的形体更加健美,而且能够有效减少面部皱纹的产生,延缓衰老!另外,倒立是需要老公帮助的,这也是增强夫妻之间信任度的方式吧?我一直认为,和谐的家庭生活,也是美容方式哦。

巧施药妆葆青春

品所不能比拟的。我信这个。

一年四季,我基本上没有断过各类汤水,营养好吸收,制作也简单。

食材简单一点的包括红豆、绿豆、黑豆等豆类,黑、白木耳,红枣、薏米、百合、桂圆、红糖等,这些材料在超市都能买到,你可以根据不同的需求煮食,具体方法在网上随便一搜,应有尽有。

要说复杂一点的,我想推荐的是千年古方“四物汤”,据说备受众多明星推崇。四种药材包括当归、熟地、川芎、白芍。饮用这四种药

材熬制的汤水能起到活血化淤、滋养身体、延缓衰老等作用,使肌肤细白嫩滑、气色上佳。

你可以先去找中医看看自己究竟是什么样的体质,让老中医给出意见,适当调整四种药材的比例,对症下药会让效果加倍。

另外,我从35岁左右开始服用以阿胶为主,配上冰糖、核桃仁、黑芝麻、桂圆、大枣等做成的膏方,不仅能美容,还能增强体质呢。说去说来,一句话,巧施药妆葆青春。

周游天下

山海相倚连云港

程应峰

穿过连云港市区,抵达拦海大堤,黄海的波涛就在眼底澎湃,海面迷蒙,水天一色。那一刻,有几个字蹦到了我的嗓子眼:“大海,我来了!”

走上拦海大堤,海风阵阵,海涛声声,大海毫不保留地向我们传递着它鲜活的信息。面对大海,感觉壮阔、辽远、雄浑、博大。怪不得诗人刘再复会写出“大海!我心中伟大的启示录,不朽的经典”这样的文字。与此同时,凝视着脚下的拦海大堤,我读出了另一种豪迈,那是人类与生俱来的,改造自然的勇气和魄力,征服自然的胆识和信心。

拦海大堤这边,滩涂广阔而平缓,是游客踩蛤蚧,赶海捉蟹、拾贝的好地方。待大海退潮时,若有兴致,可以在平缓的沙滩上乘坐三轮车赶海。望着无声无息,宽阔而细致的沙滩,你会情不自禁跳下车,和当地人一同挖蛤拾贝,捕捉鱼虾,其间乐趣,自不待言。若有足够的时间,晚间还可与渔民共进晚餐享受赶海的收获。夜宿渔家,体验渔民生活,了解渔村风情,更是别有一番情趣。

海与山相连,山与海相倚,这是连云港的特色。连云港是因连岛和云台山得名的。连岛美在海中央,她云雾缭绕,似海上仙山。连岛海滨浴场金滩碧海,风和浪柔,是开展水上运动、

水上娱乐的极佳去处;人迹罕至的苏马湾森林葱郁静谧,岸边潮涌奇石,妙趣横生。云台山亦名苍梧山,诗人苏东坡有诗云:“郁郁苍梧海上山,蓬莱方丈有无间;旧闻草木皆仙药,欲弃妻孥守世寰。”昔日云台山深入海中,海风雾气,潮汐变化,飘渺莫测,海市蜃楼,屡出屡现,故有海中仙山之名。沧海桑田,日转星移,如今的云台山只有一面临海了。

吴承恩老先生所著《西游记》中的花果山,老家就在连云港。云台山植被丰富,景色秀丽,一年四季皆有特色。全国四大观赏名竹之一“金镶玉竹”,名茶“云雾茶”和猕猴桃、人参果、银杏、板栗等为云台山特产。云台山和《西游记》密切相关的景点很多:孙悟空的出生地——娲遗石、惟妙惟肖的猴石、八戒石、沙僧石、栩栩如生的唐僧崖,以及七十二洞、定海神针、仙观、拐杖树、晒经台、团圆宫等数不胜数,蜿蜒曲折的水帘洞洞幽水清,珠帘飘逸,更是名闻遐迩。

连云港的美丽在山海之间,连云港的姿容在云水之间。在连云港读海,体验着海,体验着自由,体验着无边无际的壮阔,可以获取很多不朽的人生启迪和感悟。怪不得刘再复在《读沧海》后还要《再读沧海》。在连云港看山呢,又何尝不是如此,因为连云港的山也沾染了大海的灵性和气魄。



老婆评球

汤礼春

那天,我在看完韩国对比利时的球赛后,叹息着对老婆说:“韩国队输了,就没有一支亚洲球队打进16强了。”

老婆说:“我早就知道亚洲队不行。”“嘿!你是能掐会算,还是有先见之明?”我问。

“我是凭自己的知识水平来判断的。”老婆得意地说。“亚洲的亚是什么意思?就是差一些的意思,比如亚健康,亚于他人是不是?”

“哈哈,照你这样理解,我明白上届世界杯为什么西班牙要赢葡萄牙了,葡萄牙的牙当然碰不过西班牙的牙!”

老婆说:“你这样理解就对了!当然,亚洲队不如欧洲队、拉丁美洲队还有其它客观原因。”

“哦!还有客观原因?”

“当然啦!”听我称赞,老婆更来劲了,说:“亚洲队输的原因最主要是在生物钟上,你想啊,这次巴西杯球赛的时间都是我们亚洲晚上0点以后,这个时间是我们亚洲人晚上睡觉时间,你叫睡惯了觉的和睡觉时间正常的球队打比赛,亚洲人的生物钟都乱了套,还能踢得好球吗?”



夏日赏荷

近日,嘉鱼县陆溪镇藕塘村,游客在荷塘边赏荷拍照。大片的荷塘上,荷叶青翠,高低错落,连成一片。碧绿的荷叶间,粉色的荷花竞相绽放,不少游客慕名前来欣赏荷花,沉醉在美景之中,流连忘返。

记者 夏正锋 摄



运动鞋+裙装

舒适潮一夏

最近的天气有够热,也够粘湿,真是遮也不是露也不是,在这种时节,时尚变成了更高难度的选择。今天给大家推荐一种搭配组合,让时髦舒适与凉爽兼具,赶快一起来看看。

就像图中潮人搭配的那样,宽松的背心搭配宽松的裙装,凉爽放松的体感让人更耐热,但这组合还要靠脚下的运动鞋来提升时髦度,看她随性的穿了一双运动鞋,就让搭配显得潮流感十足,而全身的黑色搭配也更有酷感,这样看似随便其实有料的搭配很适合夏日穿着哦。

如今运动鞋在时尚世界里的地位日益增高,选择运动鞋来搭配除了可以让风格更潮,透气的面料甚至会使运动鞋要比凉鞋更加凉爽,不必被阳光直射加上柔软的鞋底,都会让人放松身心,因为心静自然凉嘛,有这样一箭双雕的选择,你还在等什么?

搭配TIPS

大方成熟:手包、背心;运动



鞋;半身裙。
活力时髦:背心、运动鞋;手包、半身裙。
两种选择风格,最适合你的才是最优之选。

咸矿网挂KG[2014]04号 采矿权网上挂牌出让结果公告

2014年5月21日08时至2014年6月26日10时,咸矿网挂KG[2014]04号采矿权网上挂牌出让由咸宁市矿业权储备交易中心在网上交易系统举行,现将出让结果公告如下:

挂牌矿区编号	咸矿网挂KG[2014]04号
采矿权名称	通山县九宫山镇富有矿区对门山饰面白云质灰岩大理石采矿权
矿区位置	通山县九宫山镇富有村
矿种	饰面白云质灰岩大理石矿
矿区面积	0.1103平方公里
矿区范围(80西安坐标系)	X Y 1、3278964.50,38568392.28 2、3278948.28,38568534.67 3、3278850.06,38568554.63 4、3278502.81,38568247.62 5、3278434.48,38568028.61 6、3278534.21,38567964.55 7、3278640.03,38568128.16 8、3278868.55,38568378.44
本次出让开采标高	+300米至+110米
保有资源储量(333)	19.18万吨
实际可开采储量	17.26万吨
出让年限	8.6年
起始价	290万元
交易结果	290万元
受让人	蒋成庆

特此公告。咸宁市矿业权储备交易中心 二〇一四年七月十一日

遗失声明

湖北正杰机电设备有限公司不慎遗失嘉鱼县工商局于2014年7月11日核发的注册号为422322000005797企业法人营业执照正本。特声明作废。
崇阳县白霓镇堰下村不慎将两张湖北省农村集体经济组织统一收款收据遗失,编号为1615490、1615491。特声明作废。
赤壁市小王汽车出租有限责任公司遗失道路运输证壹本,证号:租421281001693(车牌号:鄂L76487)。特声明作废。
咸宁市咸安区诚欣包装材料厂遗失国税税务登记证,证号:421202571548483。特声明作废。
通城县副食品公司遗失税务登记证壹本,纳税人识别号:42122181410489。特声明作废。

注销公告

湖北茂杰茶油基地开发有限公司(注册号:42232600016387)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人于本公告见报之日起45日内向本公司清算组申报债权。特此公告
湖北茂杰茶油基地开发有限公司 2014年7月12日

公告

湖北华宁防腐技术股份有限公司(注册号:42230000000204)2012年3月15日不慎将公章遗失,公章全称:湖北华宁防腐技术股份有限公司,现将遗失公章作废,启用新公章。特此公告
湖北华宁防腐技术股份有限公司 联系方式:0715-8339630 网址:www.hubeihuaning.com 2014年7月8日

注销公告

嘉鱼正远软件有限公司(注册号:422322000004559)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人于本公告见报之日起45日内向本公司清算组申报债权。特此公告
嘉鱼正远软件有限公司 2014年7月12日

公告

根据《土地登记办法》的相关规定,下列土地使用权人已就其土地权属证书遗失向原发证单位报失并申请补办,现书面公告征询异议。自本公告发布之日起60日内无书面异议的,原发证单位将补办相应的权属证书,同时原证书失效。咸安区国土资源局 2014年7月12日

土地使用权人	土地座落	面积	证书编号	证书类别
镇万春	咸安区马桥镇四丁楼村一组	180.00平方米	/	集体土地使用证

咸安区国土资源局 2014年7月12日

咸宁市国土资源局城区直属分局土地证书遗失补发公告

第2014030号
根据《土地登记办法》的相关规定,下列土地使用权人已就其土地权属证书遗失向原发证单位报失并申请补办,现书面公告征询异议。自本公告发布之日起60日内无书面异议的,原发证单位将补办相应的权属证书,同时原证书失效。咸宁市国土资源局城区直属分局 2014年7月12日

土地使用权人	土地座落	分摊面积	证书编号	证书类别
郭法振	咸宁大道5号	6.35m ²	咸土资城国用(2010)第0759号	国有出让

咸宁市国土资源局城区直属分局 2014年7月12日

咸安区东门村四组房产司法拍卖信息

受委托,定于2014年7月18日拍卖位于咸安区东门村四组2层住宅(含室内装修),房屋建筑面积319.44平方米;土地使用权面积:156.00平方米,土地用途:住宅用地,土地使用权类型:出让用地, 湖北中成拍卖有限公司 咸宁市产权交易中心 2014年7月12日
终止日期:2077年10月8日。拍卖参考价43.95万元。联系方式:(一)咸宁市产权交易中心:联系电话:0715-8126201 13986619871 陈女士 网址:www.xncq.cn 地址:咸宁市行政服务中心3楼D区D306室 (二)湖北中成拍卖有限公司:联系电话:0715-8130288/13872181110 刘先生 地址:咸宁市温泉邮电路特1号A1栋三单元205 公司网址:www.hbzcpm.cn