



新农家乐小百科

新农家乐小百科

人民日报出版社

新农家乐小百科

齐 民 编

*

人民日报出版社出版

北京印刷二厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米 32开本 印张21 $\frac{7}{8}$ 字数400千字

1986年7月北京第一次印刷 印数10,000

书号: 17132·025 定价: 3.95元

目 录

第一篇 致富路

第一节 致富路千条，政策最重要(3)

致富要走正路.....(4)

在勤劳致富上下功夫.....(7)

执行政策与解放思想.....(9)

第二节 适应产业结构调整，开辟

致富新路(12)

加工增值潜力大.....(13)

发展畜牧，大有出路.....(15)

把目光投向水面.....(17)

要致富，多种树.....(19)

种田同样也能富.....(20)

尊重实际才能立于不败之地.....(22)

第三节 插上科技翅膀，才能展翅

奋飞.....(24)

他们的收入为什么相差那么多.....(24)

是“远水”不解“近渴”吗?(26)

新的产业结构, 要求新技术.....(27)

学技术要舍得下本钱, 花力气.....(28)

第四节 信息灵, 事业兴(32)

信息是个宝, 致富少不了.....(32)

要善于捕捉信息.....(34)

要学会运用信息.....(36)

第二篇 新居乐

第一节 千姿百态的乡村住宅.....(41)

乡村住宅的特色与格调.....(41)

住宅的式样与哪些因素有关.....(44)

什么样的房子才算好.....(48)

第二节 乡村住宅设计常识(55)

怎样看建筑图纸.....(55)

选择建筑材料的学问.....(58)

如何选择宅基地.....(61)

如何确定房子的项目和大小.....(63)

住宅的平面设计.....(66)

住宅的立面设计.....(70)

第三节 室内设计与装饰(74)

六个“面”的布置.....(74)

家具的式样与布置.....	(77)
---------------	--------

第四节 宅院布局与美化(82)

建房应符合规划.....	(82)
布置好你的宅院.....	(83)
如何充分利用宅院的空间.....	(87)
庭院植物的选择与观赏.....	(92)

第三篇 合家欢

第一节 怎样使夫妻关系更和谐(99)

相敬如宾情意长.....	(99)
家务要分担.....	(100)
同甘共苦是高尚的精神情操.....	(100)
红花并蒂相映美.....	(102)
恩爱不渝与贞操.....	(102)

第二节 谈正确处理母子关系.....(104)

“万水千山总是情”.....	(104)
母亲要理解成年子女的心.....	(105)
子女应该怎样体谅母亲.....	(107)
处理好微妙的“母、子、媳三角”.....	(108)
第三代出世之后.....	(109)

第三节 话说兄弟手足情(111)

从兄弟的代称“孔怀”说起.....	(111)
-------------------	-------

“他们真是个幸福家庭”……………(112)

关于赡养老人与财产继承……………(114)

第四节 处好妯娌关系……………(117)

《喜盈门》的启示……………(117)

是“兄弟好处，妯娌难搁”吗……………(118)

“小家庭”与“大家庭”……………(119)

处好妯娌关系的七个“关口”……………(120)

第五节 婆媳与岳婿之间 ……(122)

从婆婆嘴妈妈心谈起……………(122)

有个好女儿，不如有个好女婿……………(124)

娶了媳妇忘不了娘……………(125)

要时常用镜子照一照……………(126)

第六节 谈正确处理叔嫂、姑嫂关系……(129)

叔嫂之间……………(129)

当代“嫂娘”好榜样……………(130)

处好叔嫂、姑嫂关系的三个原则……………(131)

第七节 细心处好继父母与继子女的关系……………(134)

从《后母娘词汇》谈起……………(134)

继父母要经得起子女的“考验”……………(134)

子女也要通情达理……………(136)

第八节 怎样对待儿女的婚事.....(139)

劝君一读《钗头凤》.....(139)

也谈薛元超的恨事.....(140)

“婚姻论财，夷虏之道”.....(141)

学黄承彦荐“丑女”.....(142)

第九节 子不教，父母过(144)

作子女的“模特儿”.....(144)

贾政的教训与华盛顿父亲的启示.....(145)

郑板桥的爱子之道.....(146)

为什么五岁能诗，二十岁却泯然众人.....(147)

第四篇 健美篇

第一节 同农家谈健美.....(151)

话说健美.....(151)

从“黄金律”谈起.....(152)

肌肉与体型美.....(153)

劳动与健美.....(154)

先天不足后天补.....(154)

介绍三套健美操.....(155)

不要束胸和勒腰.....(160)

哺乳与乳房美.....(161)

锻炼可以促进身高.....(162)

太胖或太瘦怎么办.....(163)

整形美容常识.....	(164)
-------------	-------

第二节 学会巧打扮(167)

打扮要因人因地制宜.....	(167)
农村新娘如何化妆.....	(167)
装饰品的佩带.....	(169)
如何保存化妆品.....	(170)
衣着要舒适, 有利健康.....	(171)
衣料的选择.....	(172)
体型与衣着选择.....	(173)
该不该穿高跟鞋.....	(175)
怎样穿西装.....	(176)
关于服装的新信息.....	(176)

第三节 保护皮肤和头发的窍门(178)

什么样的皮肤健美.....	(178)
皮肤需要哪些营养素.....	(178)
护肤与香皂的选择.....	(179)
化妆不当会有损皮肤健美.....	(180)
按摩可使皮肤健美.....	(181)
洗脸用冷水好还是热水好.....	(182)
面部皮肤的保护.....	(183)
冬季如何保护皮肤.....	(184)
发型的选择.....	(184)
烫发、染发及美发剂.....	(185)
头发的护理.....	(186)

如何洗发·····	(188)
-----------	-------

第四节 预防农家职业病 ·····(190)

防病与健美·····	(190)
农药中毒及皮炎·····	(190)
紫外线与电光性眼炎·····	(192)
预防日射病·····	(193)
稻田皮炎·····	(193)
谷痒症·····	(194)
震动病·····	(195)
桑毛虫皮炎·····	(196)
蜂蜇伤的处理·····	(196)

第五篇 新婚曲

第一节 怎样谈恋爱 ·····(201)

青春与初恋·····	(201)
你该怎样表达爱情·····	(202)
不要急于定终身·····	(205)
怎样加深爱情·····	(207)
爱情成熟的标志·····	(209)

第二节 婚前序曲 ·····(212)

定情信物与嫁妆彩礼·····	(212)
要物质准备也要精神准备·····	(214)
独立生活的心理准备·····	(216)

婚前性道德不容忽视·····	(218)
婚前检查好·····	(219)
婚姻迷信要破除·····	(221)
新房的布置·····	(223)
话说婚前教育·····	(225)

第三节 怎样度蜜月·····(228)

婚礼面面观·····	(228)
闹洞房要讲文明·····	(230)
蜜月期与计划生育·····	(232)
新婚蜜月与旅行·····	(233)

第四节 怎样安排好新婚生活·····(236)

新婚精神生活小议·····	(236)
新婚经济生活的安排·····	(239)
新婚生活技巧漫话·····	(240)
婚姻法律知识浅释·····	(242)
祝新婚夫妇永远幸福·····	(245)

第六篇 育儿谣

第一节 农村青年与计划生育·····(249)

婚前为啥要检查·····	(249)
多大年龄结婚好·····	(250)
什么时候怀孕好·····	(251)
婚后一年未孕是否有病·····	(251)

重男轻女要不得.....(253)

生男生女到底由谁决定.....(254)

第二节 与农家青年谈优生(256)

何谓“优生”.....(256)

亲+亲=傻.....(257)

孕妇四忌.....(258)

孕妇的衣、食、住、行.....(260)

孕期卫生.....(261)

胎儿也知音.....(262)

做好产前检查.....(264)

“遗传咨询”和产前诊断.....(265)

要坚持科学接生.....(266)

第三节 谈谈喂养的学问(267)

母乳质量的保证.....(267)

喂奶要定时定量.....(268)

谈谈混合喂养.....(269)

喂母乳也要按时加辅食.....(270)

断奶不能太晚.....(271)

没母乳喂啥好.....(272)

第四节 精心带好新生儿(275)

第一次哭声.....(275)

注意婴儿出生后第一天内皮肤是不是发黄.....(275)

“四六风”是怎么回事?.....(276)

别小看几个小脓点·····	(277)
马牙和螳螂嘴不能挑割·····	(277)
睡沙口袋不好·····	(278)
这些不算病·····	(279)
新生儿的护理·····	(280)

第五节 婴幼儿保健·····(282)

婴幼儿为啥容易得病·····	(282)
注意预防胃肠病·····	(283)
对腹泻原因要分析·····	(284)
农村婴儿也应加喂鱼肝油·····	(284)
要按时打预防针·····	(285)
预防接种要有始有终·····	(286)
注意预防意外·····	(287)
孩子头大就聪明吗? ·····	(288)
大个子一定傻吗? ·····	(289)
说话晚不一定就笨·····	(289)
有的孩子为啥说话口齿不清·····	(290)

第六节 预防农村儿童常见病·····(292)

不要小看蛔虫病·····	(292)
光脚下地容易得钩虫病·····	(293)
肛门瘙痒与线虫·····	(293)
生吃石蟹、蝼蛄有害处·····	(294)
别吃鱼生粥和锅贴鱼·····	(295)
野果不可随便吃·····	(295)

预防农药中毒.....	(296)
要警惕狂犬病.....	(297)
公用毛巾容易传染沙眼.....	(298)
要让儿童从小刷牙.....	(298)
不吃蔬菜会得坏血病.....	(299)
为啥只有一个睾丸.....	(300)
阵阵哭闹与中耳炎.....	(301)
孩子为啥打呼噜.....	(301)
有小肠疝气怎么办.....	(302)
如何判断是否患了急腹症.....	(302)
歪脖子要早治.....	(304)

第七节 农家护理常识.....(305)

怎样测量和观察体温.....	(305)
高热的护理.....	(305)
呼吸道病的护理.....	(306)
腹泻病儿的护理.....	(307)
长期卧床病儿的护理.....	(308)
怎样给孩子喂药.....	(308)
怎样给孩子滴耳、鼻、眼药水.....	(309)
小伤口的处理.....	(310)
农家该常备哪些药.....	(311)

第八节 这些说法不科学(313)

豁嘴与母猪疯.....	(313)
-------------	-------

黑嘴唇与吃鸡肫·····	(313)
早长牙与短命·····	(314)
夜哭郎与鬼缠身·····	(314)
爱笑与变傻·····	(315)
照镜子与发疯·····	(316)
吃素与开荤·····	(316)
副耳与福气·····	(317)

第七篇 巧烹调

第一节 烹调的基本技术 ·····(321)

菜鲜还需原料好·····	(321)
初步加工莫忽略·····	(322)
分档取料制佳肴·····	(324)
水陆干货巧涨发·····	(327)
五花八门说“刀口”·····	(330)
熟物之法重火候·····	(334)
五味调和百味香·····	(338)
自制复合调味品·····	(341)

第二节 热菜烹调十七法 ·····(344)

炒·····	(344)
爆·····	(348)
溜·····	(351)
炸·····	(355)

烹.....	(359)
煎.....	(361)
焗.....	(364)
烧.....	(365)
焖.....	(367)
煨.....	(368)
扒.....	(369)
拔丝.....	(370)
挂霜.....	(371)
蜜汁.....	(372)
涮锅.....	(373)
火锅.....	(374)
砂锅.....	(375)

第三节 冷菜制作十法(376)

卤.....	(376)
油卤焖.....	(378)
酥.....	(379)
熏.....	(380)
松.....	(381)
泡.....	(382)
糟.....	(382)
醉.....	(383)
腊.....	(384)
冻.....	(385)
冷菜装盘有讲究.....	(387)

第四节 家宴套餐(391)

“全家福”团年宴.....(391)

“花好月圆”新禧宴.....(400)

第八篇 新电器

第一节 生活富裕以后该添置点什么.....(411)

第二节 买上个可心物件(413)

怎样检查电视机质量.....(413)

买哪种盒式收录机好.....(415)

选择什么样的磁带合适.....(416)

买什么样的洗衣机好.....(418)

怎样挑选电风扇.....(420)

住在农村用得着电冰箱吗.....(422)

买什么样的电冰箱好.....(423)

第三节 正确使用家用电器(425)

室内照明要讲求合理布置.....(425)

电视机的使用和调节方法.....(426)

怎样使用电视接收天线.....(428)

盒式收录机的保养维护.....(430)

录音技巧.....(431)

使用洗衣机的正确方法.....(433)

电风扇的使用与收藏.....(434)

电冰箱的安装与使用.....(435)