



SHOW ME HOW 傻瓜生活指南^①

一页一生活，5分钟成为生活高手！

吃、喝、玩、乐，这本书全搞定！



[美] 德里克·法格斯特 [美] 劳伦·史密斯 美国“傻瓜生活指南”小组/著 李旭大/译

浙江科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

傻瓜生活指南^① / (美) 法格斯特, (美) 史密斯,
美国“傻瓜生活指南”小组著; 李旭大译. — 杭州:
浙江科学技术出版社, 2013. 4
ISBN 978-7-5341-5425-6

I. ①傻… II. ①法… ②史… ③美… ④李… III.
①生活—知识—指南 IV. ①TS976.3-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第076538号

著作权合同登记号 图字: 11-2012-129号

书名原文: Show Me How:500 Things You Should Know Instructions for
Life From the Everyday to the Exotic copyright © 2008 by Weldon Owen Inc.

书 名 傻瓜生活指南^①
著 者 [美]德里克·法格斯特 [美]劳伦·史密斯 美国“傻瓜生活指南”小组

出版发行 浙江科学技术出版社
网 址 www.zkpress.com
杭州市体育场路347号 邮政编码: 310006
办公室电话: 0571-85062601
E-mail: zkpress@zkpress.com

排 版 烟雨
印 刷 北京和谐彩色印刷有限公司
经 销 全国各地新华书店

开 本	710×950 1/24	印 张	13
字 数	100 000		
版 次	2013年5月第1版	2013年5月第1次	
书 号	ISBN 978-7-5341-5425-6	定 价	68.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题,本社负责调换)

责任编辑	宋 东 李骁睿	责任美编	孙 菁
责任校对	刘 丹	责任印务	徐忠雷

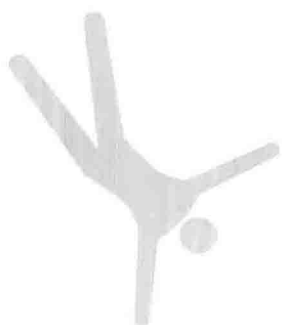
傻瓜生活指南^①

[美] 德里克·法格斯特 [美] 劳伦·史密斯 美国“傻瓜生活指南”小组/著 李旭大/译



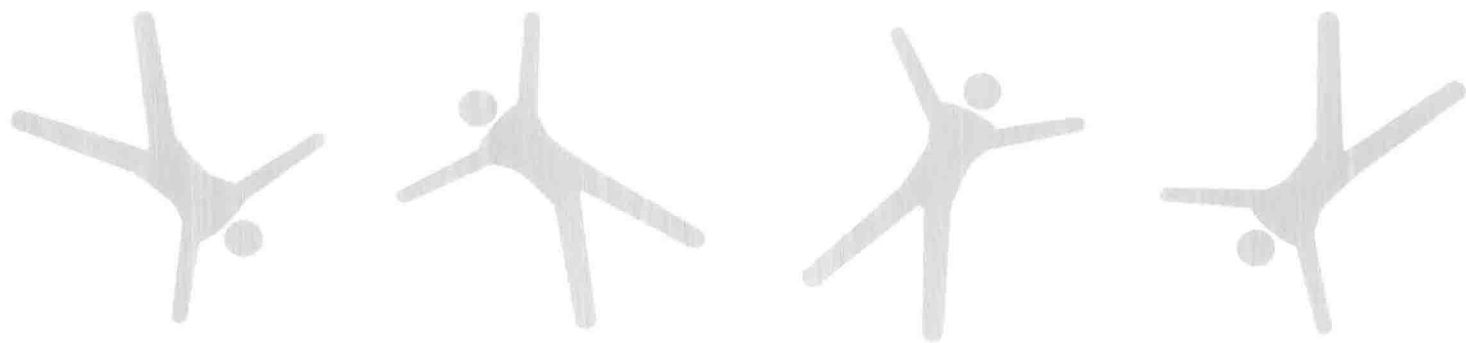
浙江科学技术出版社

傻瓜



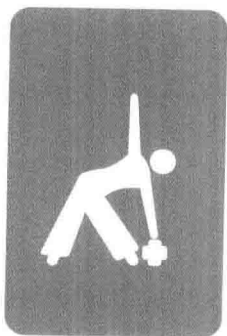
生活指南^①

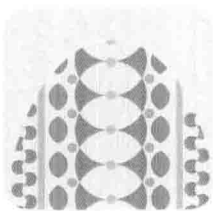
S H O W M E H O W



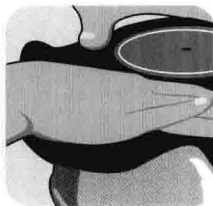


傻瓜生活指南

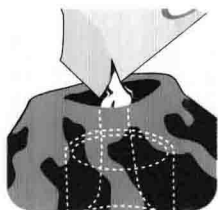




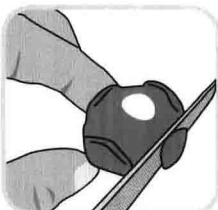
艺术



手工艺



科学实验



厨房技巧

制作

- 1 悬挂轮胎秋千/20
- 2 制作漂亮的花朵标本/20
- 3 彩绘蛋/21
- 4 制作黏土珠/22
- 5 制作黏土动物/22
- 6 串起黏土珠/23
- 7 制作泥怪/23
- 8 悄悄地用模板喷绘/24
- 9 用隐形墨水绘制秘图/24
- 10 雕刻空心书/25
- 11 组装一个弹弓/25
- 12 叠一颗16角星星/26
- 13 做一个折纸盒/26
- 14 做纸企鹅/26
- 15 用绢布制版印刷图案/27
- 16 装订一本风琴褶书籍/27
- 17 制作光盘球/28
- 18 做一个时髦的碗/28
- 19 用塑料管制作乐器管/29
- 20 制作扑克牌钱包/29
- 21 制作链条比基尼泳装/30
- 22 制作泡沫塑料剑/31
- 23 制作土豆电池/32
- 24 做一个高速旋转的圈/32
- 25 怎么做收音机/33
- 26 制作日食观看装置/34
- 27 建一座喷发的“火山”/34
- 28 在玻璃容器中栽培热带植物/35
- 29 编织友谊手绳/36
- 30 吹出巨大无比的泡泡/37
- 31 折气球狗/38
- 32 做冰糖/38
- 33 制作“圣诞爆竹”/39
- 34 刻一枚土豆章/39
- 35 制作冰雪球/40
- 36 制作圣诞花环/41
- 37 制作香丸(防虫和防臭用)/41
- 38 做一个能发光的铁皮罐/41
- 39 蜡染桌布/42
- 40 染出条纹/42
- 41 认识蜡染图案/43
- 42 染出时髦的螺旋图案/43
- 43 起针(编织)/44
- 44 针织/44
- 45 织上针的方法/44
- 46 做些基本的刺绣/45
- 47 绣珠图案/46
- 48 做软帮鞋前如何量脚的尺寸/46
- 49 制作绒面软帮鞋/47

食品

- 50 切石榴/50
- 51 将芒果切成小方块/50
- 52 给鳄梨去核/50
- 53 打开椰子/51
- 54 切菠萝/51
- 55 煮鸡蛋/52
- 56 煎鸡蛋/52
- 57 水煮荷包蛋/52

- 58 将煮熟的鸡蛋快速去壳/53
- 59 卷一个煎饼卷/54
- 60 炸玉米粉薄烙饼片/54
- 61 制作鳄梨酱/54
- 62 将青椒切成丁/55
- 63 制作调味品/55
- 64 用西红柿雕花/56
- 65 用小萝卜雕刻玫瑰花/56
- 66 剁碎姜/57
- 67 给菜椒剥皮/57
- 68 削洋葱/57
- 69 给铁锅除锈/58
- 70 做一根不粘的擀面杖/58
- 71 磨刀/58
- 72 了解食物可以保存多长时间/59
- 73 加工龙虾/60
- 74 剥虾去肠/60
- 75 剥珍宝蟹/61
- 76 剥牡蛎/61
- 77 手卷寿司/62

- 78 用寿司卷帘做寿司/62
- 79 认识不同部位的牛肉/63
- 80 认识不同部位的猪肉/63
- 81 做肉肠/63
- 82 制作汉堡/64
- 83 制作铁板牛排/65
- 84 烤啤酒罐鸡/65
- 85 烤火鸡/66
- 86 切火鸡/66
- 87 做传统炸鸡/67
- 88 做热腾腾的卤汁/67
- 89 用酱调制意大利通心粉/68
- 90 揉意大利面团/69
- 91 切面丝/69
- 92 做意大利饺子/69
- 93 制作素干饼/70
- 94 制作法国长棍面包/70
- 95 制作白面包/70
- 96 做一个格状的饼/71

烹调



烘焙

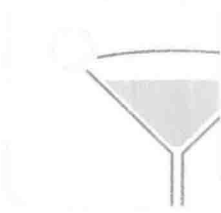


饮品

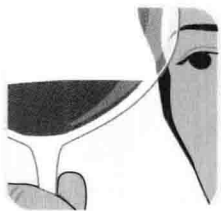
- 97 与香槟搭配的食物/74
- 98 与灰皮诺葡萄酒搭配的食物/74
- 99 与莎当妮白葡萄酒搭配的食物/74
- 100 与黑皮诺葡萄酒搭配的食物/75
- 101 与梅尔诺葡萄酒搭配的食物/75
- 102 与赤霞珠红葡萄酒搭配的食物/75
- 103 如何开一瓶酒/76
- 104 如何将软木塞碎块从酒中取出/76
- 105 品酒/76
- 106 令人炫目的开瓶动作/77
- 107 开香槟/77
- 108 准备苦艾酒/78
- 109 调制彩层酒/79
- 110 调制清新的水果酒/79
- 111 用糖或食盐装饰杯口/80
- 112 用波士顿摇杯掺和饮品/80
- 113 调制可口的鸡尾酒/81

- 114 使用搅棒/81
- 115 调一杯经典马提尼鸡尾酒/82
- 116 调制多种多样的马提尼鸡尾酒/83
- 117 泡壶女王茶/84
- 118 泡制俄罗斯茶/84
- 119 泡制酥油茶/85
- 120 泡制泰式冰茶/85
- 121 了解浓缩咖啡的配制比例/86
- 122 挑选一杯含咖啡因的饮料/86
- 123 使用法式咖啡压滤壶/87
- 124 制作精美的意式浓缩咖啡/87
- 125 调一杯叶形拿铁咖啡/87
- 126 用一瓶啤酒开另一瓶啤酒/88
- 127 用打火机开啤酒瓶/88
- 128 用不同的杯子装不同的啤酒/88
- 129 巧倒啤酒/89
- 130 用长筒靴容器豪饮啤酒/89

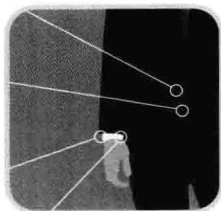
鸡尾酒



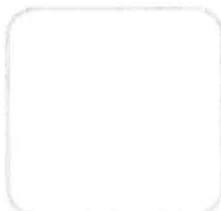
咖啡和茶



葡萄酒



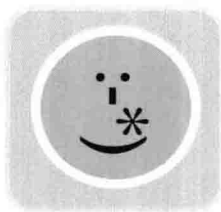
服装



毛发



化妆



调情



约会



● 风尚

- 131 了解男装布料的图案/92
- 132 如何选西装/92
- 133 穿西装的方法/93
- 134 擦亮皮鞋/93
- 135 认识男人的胡须类型/94
- 136 刮干净胡须/94
- 137 编法式发辫/96
- 138 盘发髻/96
- 139 做一个蜂窝发型/97
- 140 梳出波浪形头发/97
- 141 用毛线接发/98
- 142 做一个“潮人”发型/98
- 143 编玉米辫子发型/99
- 144 能保持3个月的发型/99
- 145 将自己扮成僵尸/100
- 146 制作假血/100
- 147 制造骨头外露的假象/100
- 148 制造假伤口/101
- 149 变成一个闪光精灵/101
- 150 变成外星人/101
- 151 让自己变老几十岁/101
- 152 用毛线拔眉毛/102
- 153 假睫毛的使用方法/102
- 154 涂出性感的烟熏眼影/103
- 155 像职业化妆师一样使用口红/103
- 156 刷腮红/103
- 157 穿和服/104
- 158 解密和服式样/104
- 159 化艺伎妆/105
- 160 美甲/106
- 161 清洁皮肤/106
- 162 在家做脸部美容/106
- 163 修脚指甲和做脚部护理/107
- 164 正确去除皮肤角质/107
- 165 让皮肤保持青春光泽/107
- 166 挑选女士衬衣/108
- 167 选择一条裤子/108
- 168 了解裙装的样式/109
- 169 避免着装不得体/109
- 170 打切尔西结/110
- 171 打蝴蝶结/110
- 172 打传统的双活结/110
- 173 系花样鞋带/110
- 174 系头巾/111
- 175 缝补撕破了牛仔褲/112
- 176 给牛仔褲打边/112
- 177 缝纽扣/113
- 178 做一条无缝线的牛仔裙/113
- 179 去除污渍/114
- 180 手洗羊毛衫/115
- 181 熨衬衫/115

♥ 爱情

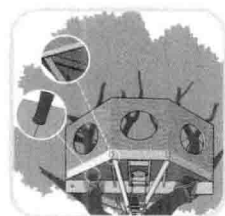
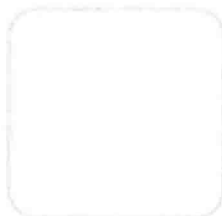
- 182 读懂约会对象的身体语言/118
- 183 度过美好的相识之夜/119
- 184 穿迷你裙时如何下车/120
- 185 悄然间搂住女友/120
- 186 用嘴给樱桃柄打结/120
- 187 用脚调情/121
- 188 给你的爱侶按摩脚部/121
- 189 舒适地调情/121
- 190 夜间华尔兹/122
- 191 与舞伴跳摇摆舞/122
- 192 跳一曲煽情的探戈/123
- 193 跳萨尔萨舞/123
- 194 用情绪脸谱送秋波/124
- 195 图标传情/125
- 196 穿性感的紧身内衣/126
- 197 用绳子做手铐/126

- 198 留下一个难忘的初吻/127
- 199 做夫妻瑜伽进行亲密交流/127
- 200 使用传统的指甲花染料/128
- 201 用指甲花染料绘多种图案/128
- 202 认识鲜花及动物的象征/129
- 203 扎一束雅致的鲜花/130
- 204 做一朵胸花/130
- 205 即兴做一枚纸质婚戒/131

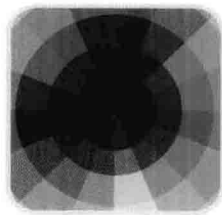
- 206 照料出席婚礼时喝醉的客人/131
- 207 让家中充满浪漫气息/132
- 208 了解宝石的不同切割图案/134



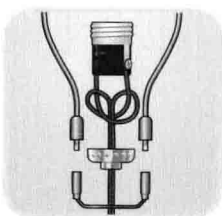
结婚



家居装饰



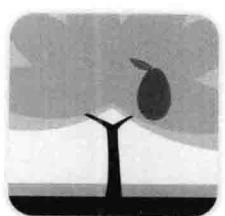
管道工



电工



种植



家居生活

- 209 了解色彩知识/138
- 210 选择独特色彩装饰房间/139
- 211 贴壁纸/140
- 212 如何揭掉旧壁纸/140
- 213 如何剥去脱落的油漆/141
- 214 修理出现凹痕的护壁板/141
- 215 补未涂泥灰的墙洞/141
- 216 粉刷房间/142
- 217 刷出装饰性条纹/142
- 218 刷出海绵效果/143
- 219 做楔形樅头/144
- 220 安装一个托架/144
- 221 做一张架子床/145
- 222 制作一个有外罩的床头板/146
- 223 铺床铺/146
- 224 将床铺整理得完美无瑕/147
- 225 叠床罩/147
- 226 用旧电脑养鱼/148
- 227 用轮胎的内胎编椅子座/148
- 228 做一个塑料袋脚垫/149
- 229 安装电源开关/150
- 230 用滤网接收无线网络信号/150

- 231 就地取材制作灯具/151
- 232 疏通马桶/152
- 233 从排水管中取回贵重物品/152
- 234 修理漏水的沐浴喷头/153
- 235 修理漏水的马桶/153
- 236 每日保持房间整洁/154
- 237 每周大扫除/154
- 238 做好季节性的家务活/154
- 239 自然的清洁方法/155
- 240 学习窗帘的基本知识/156
- 241 窗帘的样式/157
- 242 缝制简单的窗帘/157
- 243 风干砖坯/158
- 244 垒一堵土坯墙/158
- 245 建造竹篱笆/159
- 246 绑牢竹篱笆/159
- 247 搭建一座极品树屋/160
- 248 将树屋装扮得超酷/161

养护

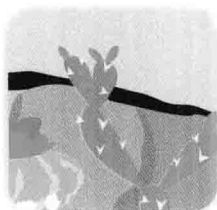
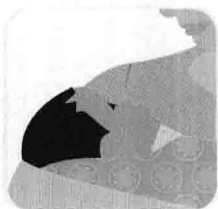
- 249 种植鳄梨树/164
- 250 移栽盆栽植物/165

- 251 移栽根满盆的植物/165
- 252 种一棵裸根树/166

宠物



养育



运动



健康

- 253 嫁接一棵橘子树/166
- 254 修剪玫瑰花丛/167
- 255 不同花的种植深度/168
- 256 移苗/169
- 257 扦插/169
- 258 建一处枯山水/170
- 259 设计一个法国花坛式花园/170
- 260 建一个蔬果园/170
- 261 建一个多肉植物园/170
- 262 驱走后院害虫/171
- 263 吸引友善动物的到访/171
- 264 给鸟儿做顿板油小吃/171
- 265 建一个养蜂场/172
- 266 建一个蚂蚁养殖场/172
- 267 挤羊奶/174
- 268 用奶瓶喂养小羊羔/174
- 269 给马做清洁/175
- 270 喂养智利玫瑰狼蛛/176
- 271 识别北美洲箱龟的性别/176
- 272 给鸚鵡洗澡/177
- 273 修建一个锦鲤池塘/177
- 274 抱刺猬的方法/177
- 275 抱兔子/177
- 276 给小狗刷牙/178
- 277 读懂狗的身体语言/178
- 278 爱抚一条陌生的狗/179
- 279 如何给狗喂药丸/179
- 280 狗的项圈/179
- 281 破译猫的身体语言/180
- 282 用草药除掉猫身上的跳蚤/180
- 283 如何与一只受到惊吓的猫咪交朋友/181
- 284 给猫喂药片/181
- 285 修剪猫爪/181
- 286 给婴儿洗澡/182
- 287 烹饪可口的婴儿食品/182
- 288 做婴儿床上的挂件/183
- 289 装好婴儿的哺乳包包/183
- 290 用襁褓包婴儿/184
- 291 让婴儿打嗝/185
- 292 给婴儿按摩/185
- 293 给婴儿换尿布/185
- 294 教儿童学骑车/186
- 295 帮孩子驱赶想象中的怪物/186
- 296 弄掉孩子头发上的口香糖/187
- 297 说服孩子吃蔬菜/187
- 298 做一道香蕉章鱼小吃/187

健康

- 299 合适的高尔夫球杆/190
- 300 完美地挥杆/190
- 301 了解高尔夫球场/191
- 302 掷棒球/192
- 303 投篮/192
- 304 打网球/193
- 305 高吊球、近掷球、滚动球/193
- 306 在足球比赛中排出4-4-2阵形/194
- 307 在足球比赛中用4-3-3阵形攻入一球/194
- 308 在足球比赛中用3-5-2阵形赢得中场/194
- 309 在足球比赛中用4-5-1阵形加强防守/194
- 310 了解足球的判罚标准/195
- 311 头球/195
- 312 足球守门/195
- 313 了解人体每天所需的维生素量/196
- 314 不同运动消耗的热量/196
- 315 将食物的分量形象化/197
- 316 按压穴位治病/198
- 317 科学地配置办公桌/199
- 318 如何缓解轻度烧伤/200
- 319 如何止住鼻血/200
- 320 治疗蜜蜂蜇伤/201
- 321 拔出插入身体的碎片/201
- 322 去除眼里的异物/201
- 323 准备急救箱/202
- 324 止血/203
- 325 包扎脏兮兮的伤口/203
- 326 绑止血带/203
- 327 实施心肺脑复苏术/204
- 328 救助喘不上气的病人/204

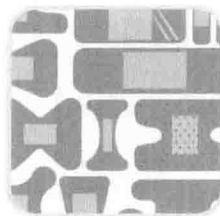
- 329 用夹板固定受伤的小腿/205
- 330 绑一条绷带/205
- 331 在出租车里生孩子/206
- 332 做一次乳房自查/206
- 333 给婴儿喂奶/207
- 334 抢救窒息的婴儿/207
- 335 为寻求内心平静而沉思默想/208
- 336 洗桑拿浴/209
- 337 热石按摩/210
- 338 做几个简单的太极动作/210
- 339 基本的瑜伽姿势/211
- 340 练习长跑/212
- 341 在锻炼之前伸展身体/213

- 342 强身健体/213
- 343 将下肢锻炼得更结实/213
- 344 锻炼上肢/213
- 345 练习自由泳/214
- 346 练习仰泳/214
- 347 练习蛙泳/214
- 348 像奥运会选手一样跳水/215
- 349 滑雪摔倒后重新站起/216
- 350 用雪橇滑下坡/216
- 351 用滑雪板滑下山坡/217
- 352 背雪橇/217
- 353 用滑雪装备爬雪坡/217

出行

- 354 选择完美的出行地/220
- 355 了解每个地方的时间/220
- 356 女士的出游行装收纳法/222
- 357 男士的出游行装收纳法/223
- 358 选择最佳的飞机座位/224
- 359 在飞机上做肢体运动/225
- 360 克服飞行时差反应/225
- 361 识别各种厕所/226
- 362 女厕的标识/226
- 363 男厕的标识/227
- 364 使用蹲式厕所/227
- 365 清洁坐浴盆/227
- 366 玩抓石子游戏/228
- 367 十米跳台直立跳水/228
- 368 躺在吊床上休闲/229
- 369 与朋友分享纯正的巴拉圭茶/229
- 370 补自行车车胎/230
- 371 用纸币修补漏气的自行车轮胎/230
- 372 骑车时的安全行车手势信号/231
- 373 爬上柱状的烟囱岩/232
- 374 借助绳索下峭壁/232
- 375 悬崖跳水/233
- 376 将倾覆的橡皮船翻过来/233
- 377 清除潜水面罩的进水/233

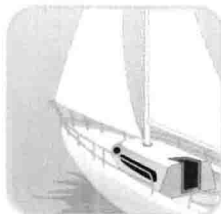
- 378 了解帆船的部件/234
- 379 了解重要的航海旗帜的含义/234
- 380 克服晕船/235
- 381 打一些航海用的基本绳结/235
- 382 如何站在冲浪板上/236
- 383 做一个捕食鸭的冲浪动作/236
- 384 挑战惊涛骇浪/237
- 385 没电时采用搭线方式发动汽车/238
- 386 给瘪胎的汽车换胎/238
- 387 挂鱼饵和甩鱼线/240
- 388 生一堆熊熊燃烧的篝火/240
- 389 用棍子烤奶酪/241
- 390 烤出美味食物/241
- 391 不用开瓶器打开酒瓶/241
- 392 骑大象/242
- 393 骑骆驼/242
- 394 骑马/242
- 395 拍摄令人难忘的照片/244
- 396 稳稳地拍摄/244
- 397 拍出具有专业效果的照片/245
- 398 里约热内卢的狂欢节/246
- 399 给自己涂上胡里节的颜色/246
- 400 参加潘普洛纳奔牛节/246
- 401 纪念亡灵日/247



急救



旅行



文化



闲暇

导航

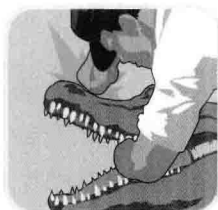


生存

- 402 用北斗星找方向/250
- 403 制作一个太阳罗盘/250
- 404 用手表确定方位/250
- 405 即兴制作一个磁罗盘/251
- 406 借助南十字星座判断方位/251
- 407 估算白天还剩多长时间/252
- 408 搭建一个简易小屋/253
- 409 搭一个遮阳小屋/253
- 410 搭建一个树叶床/253
- 411 挖一个雪洞/253
- 412 徒手抓鱼/254
- 413 用矿泉水瓶做一个捕鱼瓶/254
- 414 火烤狼蛛/254
- 415 诱捕野兔/255
- 416 处理蛇肉/255
- 417 治疗蛇咬伤/256
- 418 驱赶蚊子/256
- 419 在丛林中寻找前进方向/257
- 420 如何躲避美洲豹/257
- 421 安全走过穷街僻巷/258

- 422 猛然一击/259
- 423 摆脱锁喉动作/259
- 424 挣脱熊抱/259
- 425 爬出冰窟窿/260
- 426 在冰冻的湖中捕鱼/260
- 427 抢救体温过低者/261
- 428 治疗冻伤/261
- 429 测试植物的可食性/262
- 430 安全行走在沼泽地/262
- 431 用苏打水铁罐点火/262
- 432 逃离流沙/263
- 433 与鳄鱼搏斗/263
- 434 借助充了气的裤子漂在水面/264
- 435 以浮尸的姿势求得生存/264
- 436 了解摩尔斯电码/264
- 437 遭遇海难时的生存技巧/265
- 438 同鲨鱼搏斗/265
- 439 在沙漠里找水/266
- 440 给飞机发信号/267

自卫



荒野

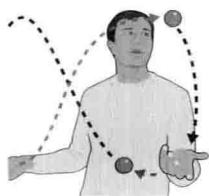


特技

- 441 做一个套牛的套索/270
- 442 用套索套捕小牛/271
- 443 练习跳圈/271
- 444 将电话簿撕成两半/272
- 445 发射隐形纸团/272
- 446 指尖转球/273
- 447 用石块打水漂/273
- 448 溜溜球/273
- 449 扮演蠕虫/274
- 450 月球漫步舞/274
- 451 像机器人一样跳舞/274
- 452 用两根手指弹琴/276
- 453 弹奏12小节布鲁斯乐曲/276

- 454 识乐谱/277
- 455 用锯子演奏乐曲/277
- 456 巧打绳结/278
- 457 畅饮啤酒的妙法/278
- 458 玩硬币定输赢/279
- 459 表演在啤酒桶上喝啤酒/279
- 460 抑制打嗝/279
- 461 驾驭风云的力量/280
- 462 用假的不明飞行物戏弄雷达/280
- 463 制造农作物异常倒伏的怪圈/281
- 464 各种手影造型/282
- 465 借助拟音制造特效/283
- 466 硬币魔术/284

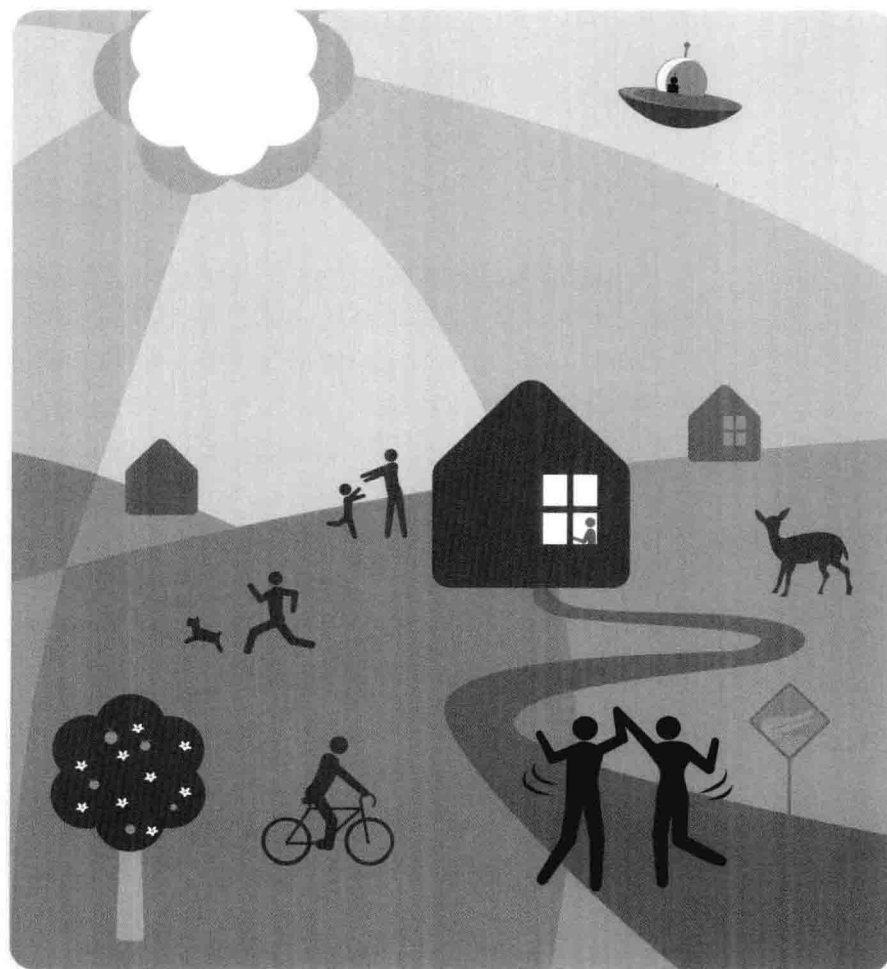
戏法



467 给人一种升空的幻觉/284
 468 从紧身夹克中脱身/285
 469 将桌布从餐具下面扯出/285
 470 塑一个假指纹/286
 471 应急开锁/286
 472 撕下说谎者的假面具/287
 473 急转弯的技巧/288
 474 玩摩托车特技/288
 475 驾车疯狂绕圈/289

476 吐火/290
 477 踩独轮车/290
 478 掌握简单的杂耍手法/291
 479 炮打活人/291
 480 像职业运动员一样玩滑板/292
 481 借助坡道做较高难度的动作/292
 482 从高台跃下/293
 483 做双手倒立翻板动作/293
 484 品茶/294

工具/296
 索引/302



恶作剧



特技



工具



索引



让你五分钟成为生活高手



7

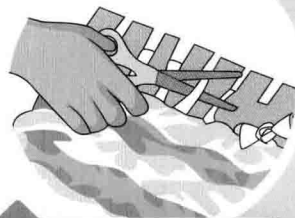
制作泥怪

这本《傻瓜生活指南》像万金油一样，内容无所不包，广泛而实用。随手一翻，都是实用生活小窍门：从做美食、做发型、开啤酒瓶盖，到生孩子、喂奶、按压穴位治病、逃生，再到跳霹雳舞、奏乐、玩滑板、玩魔术等各种吸引人的炫酷表演技巧，你都可以看看了本书后有所了解。

特色：一页一生活，速查、速效。

内容：日常生活指南，生活释疑，包含484个你应该知道的技巧。图示分步讲解，简洁明了。

对象：非常适合当今生活忙碌的人，9~99岁的人都可使用。



228

做一个塑料袋脚垫

我们敢说，你在阅读这篇序言之前，已经将这本书草草翻阅了几遍，而且立即学到了一些小窍门。倘若你想面面俱到，成为一个全能人才，那么你可以从头到尾一篇篇地将全书读完；倘若你想立即提升自己生活中某些方面的能力，那么你可以根据自己的兴趣去挑选一些条目阅读。你还可以邀请一些朋友一起来探讨这本书。“傻瓜生活指南”系列旨在给人们提供教育、消遣，它的诸多奇思妙想有时也会让人们感到惊异。每次当你拿起这本书，你就能掌握几种技能——你或许会受到启发，放下书本去探索一件不可思议的新事物。

吃、喝、玩、乐，这本书全给你搞定！

德里克、劳伦

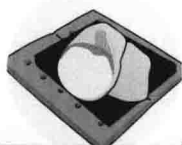


420

如何躲避美洲豹

德里克 喜欢照顾他的蜜蜂（参见条目265、条目320），用他的锯子演奏乐曲（参见条目455），调制美味的咖啡（参见条目121~125），享受他的野营生活（参见条目390）。令他感到高兴的是《傻瓜生活指南》系列提升了他的打结技能（参见条目381），他渴望着能有机会去检验一下自己新学到的抱刺猬的本领（参见条目274）。

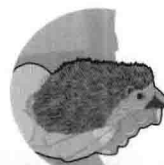
劳伦 天生是个手艺人，她能花几个小时去针织（参见条目44）、刺绣（参见条目46）或制作纸质工艺品（参见条目14），也总爱找个借口从工具箱中取出一些工具试试身手，她还决定给家中每个房间安装电源开关（参见条目229）。即使碰到类似贴壁纸（参见条目211）之类的事情时，她也毫不退缩，可她从未想过要同鲨鱼搏斗（参见条目438）。但不管怎样，她都乐意了解倘若真有一天遭遇鲨鱼时该如何应对。



烤出美味食物 390



用锯子演奏乐曲 455



抱刺猬的方法 274



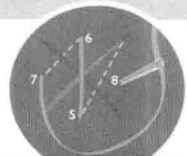
建一个养蜂场 265



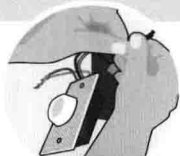
调一杯叶形拿铁咖啡 125



打一些航海用的基本绳结 381



做些基本的刺绣 46



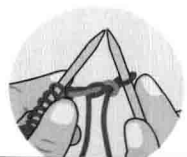
安装电源开关 229



同鲨鱼搏斗 438



贴壁纸 211



针织 44



做纸企鹅 14