



我爱我家系列

张英 编著

HOME
[居家小窍门]

懒人家事

Lanren Jiashi 2000 Zhao

家事融入智慧 家事彰显理念 家事体现和谐 家事创造完美

2000招



家事让你的家更温馨、幸福



上海科学普及出版社

[illegible]

上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

懒人家事2000招/ 张英编著. -上海: 上海科学普及出版社,
2009.1

ISBN 978-7-5427-4117-2

I.懒… II.张… III.家庭-生活-知识 IV.TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第194337号

策 划: 科普

责任编辑: 张吉容

统 筹: 徐丽萍 刘湘雯

懒人家事2000招

张 英 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路832号 邮政编码200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销 北京金马印刷厂印刷

开本710×960 1/16 印张16 字数180 000

2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

印数: 0001-5000

ISBN 978-7-5427-4117-2

定价: 29.80元



CONTENTS

我爱我家 / 懒人家事2000招



PART 1 细节决定品位, 装饰家居营造完美

▶ 第一节 客厅里的大手笔

002 一、如何装饰液晶电视墙

002 1. 壁纸装饰电视墙/2. 艺术漆电视墙/3. 装饰画电视墙

003 4. 挂毯电视墙/5. 利用墙贴快捷装饰电视墙

003 二、水族箱茶几

003 三、浪漫烛台营造柔情气氛

004 1. 壁挂式烛台/2. 多用烛台/3. 百搭烛台

004 四、折叠座椅成就开阔空间

004 1. 可调节折叠椅/2. 充气沙发/3. 钢架折叠椅

005 五、铺在地上的装饰画

005 1. 花朵图案地毯/2. 条纹地毯/3. 抽象图案地毯/4. 异形地毯

005 ★【巧手DIY】自制精美蜡烛



▶ 第二节 精心点缀风雅书房

007 一、新颖书架增添摆放乐趣

007 1. 壁挂式书柜/2. 大型立式书架/3. 创新落地式书柜

008 二、书房灯具的选择

008 1. 落地灯/2. 护眼台灯

008 三、笔记本电脑的清洁与养护

008 1. 笔记本屏幕清洁套装/2. USB键盘吸尘器

009 3. 笔记本键盘保护膜/4. 屏幕保护膜/5. 笔记本散热器/6. 笔记本外壳保护膜

010 四、书籍的收藏与修护

010 1. 藏书防潮/2. 吸油纸去除书页上的油渍/3. 藏书防虫/4. 蚊虫叮咬止痒剂去除书籍霉斑

010 五、杂志报纸收纳盒

010 1. 木制收纳盒/2. 布艺收纳盒/3. 藤编收纳盒

011 六、桌面收纳用具

011 1. 零物收纳盒/2. 电脑线整理夹/3. 波浪形数码产品收纳组合

011 七、记事板

011 1. 带闹钟的磁力记事板/2. 木制记事板/3. 藤编记事板

012 八、几款独具创意的书房用品

012 1. 无针环保订书机/2. 保暖鼠标套/3. 拆信器

012 ★【巧手DIY】自制桌面收纳盒

▶ 第三节 卧室里的小秘密

013 1. 卧室整体颜色与情绪的关系/2. 床位摆放五大忌

014 3. 床的最佳摆放位置/4. 选购床垫的好方法/5. 睡觉时穿什么好

015 6. 裸睡的五大优势成就完美睡眠/7. 裸睡的五大注意事项/8. 哪种药枕适合你/9. 慢回弹记忆海绵保健枕

016 10. 竹炭去湿除味安眠枕/11. 卡通音乐枕/12. 隔音遮光窗帘/13. 卧室专用空气净化器/14. 多功能超贴心闹钟

▶ 第四节 精彩厨房全攻略

017 一、整体橱柜的种类

017 1. I型整体橱柜/2. II型整体橱柜/3. L型整体橱柜/4. U型整体橱柜

018 二、挑选整体橱柜四大注意事项

018 三、电磁炉VS传统灶具

019 四、光波炉VS微波炉

019 五、焖烧锅VS高压锅

020 六、其他厨房物品

020 1. 免洗涤剂的臭氧果蔬清洗机/2. 计时器帮你记时间/3. 新颖调味瓶/4. 几款新式垃圾桶

► 第五节 挑逗味蕾的别致餐厅

- 021 一、挑一张完美餐桌增加饮食乐趣
- 021 1. 长方形餐桌/2. 圆形餐桌
- 022 3. 正方形餐桌/4. 迷你型餐桌
- 022 二、四点妙招选择恰当的餐厅灯具
- 023 三、如何选择彩绘陶瓷餐具
- 023 四、超越想象的别致餐具
- 023 1. 盆栽形水果刀叉组/2. 盆栽形勺子组合/3. 皮诺曹漏斗
- 024 4. 串烧冰格/5. 精巧筷子托/6. 多功能开瓶器/7. 奇巧纸巾盒

► 第六节 舒适洁净的贴心卫浴

- 025 1. 五大标准选马桶
- 026 2. 多功能浴缸架令舒适感大提升/3. 精美可调浴帘杆组合/4. 可爱浴缸塞/5. 精巧的浴室柜/6. 多功能按摩花洒/7. 速干浴衣
- 027 8. 防滑拖鞋/9. 防水电视/10. 情趣盎然的防滑地垫/11. 精美如画的浴帘/12. 防水纸巾架/13. 不可或缺的拖布盆
- 028 14. 适合老人与儿童的卫浴座椅/15. 电热浴巾烘干架/16. 浴室防水挂钟/17. 爱牙镜/18. 挤牙膏夹子/19. 倒挂式吸盘水杯



► 第七节 别具风情，让阳台更出位

- 029 一、无框阳台窗让家庭洒满阳光
- 029 二、选购无框阳台的标准
- 030 三、简单布置专属于你家的温室小花园
- 031 四、阳台也是一个健身房
- 031 五、选择便捷整齐的升降晾衣架
- 032 六、量身定做阳台柜
- 032 1. 悬挂式阳台柜/2. 排列式阳台柜/3. 墙壁式阳台柜
- 033 七、几款小巧自在的阳台椅
- 033 1. 藤椅/2. 吊床/3. 沙发/4. 秋千

► 第八节 儿童房巧心思

- 034 一、挑选可心的儿童床
- 034 1. 组合式儿童床
- 035 二、儿童房里的物件
- 035 1. 选对护眼灯才能保护视力
- 036 2. 集收纳玩耍于一体的多彩玩具架/3. 直背矫姿椅/4. 儿童沙发/5. 儿童冰箱
- 037 6. 可爱的卡通电话机/7. 儿童书写板/8. 快快长量尺



► 第九节 花花草草成就美好环境

- 038 1. 客厅盆栽的选择与摆放/2. 卧室盆栽的选择与摆放/3. 儿童房盆栽的选择与摆放
- 039 4. 书房盆栽的选择与摆放/5. 餐厅盆栽的选择与摆放/6. 卫生间盆栽的选择与摆放/7. 不同朝向阳台植物的选择与摆放
- 040 8. 唯美铁艺花架/9. 其他花草饰品
- 041 ★【巧手DIY】自制花肥
- 041 【节末篇】不适合在室内种植的植物

► 第十节 汽车装饰造就浪漫旅途

- 042 1. 车内多用挂钩/2. 车内多用置物架/3. 防睡报警器/4. 车载风扇/5. 助力球
- 043 6. 防滑垫/7. 舒适的车用靠垫/8. 汽车防晒用品/9. 汽车护套
- 044 10. 车用杂物收纳盒/11. 汽车香薰

► 第十一节 家居问题不求人，修缮保养DIY

- 045 一、墙壁裂缝修缮
- 045 1. 保温板之间裂缝修补/2. 壁柜与墙体之间裂缝修补
- 046 3. 线槽与墙体之间裂缝修补/4. 纸浆修补墙壁裂缝法
- 046 二、墙壁漏水修缮
- 047 三、木质家具破损修复
- 047 1. 家具划痕修复/2. 家具水印修复/3. 家具烫痕修复

PART 3 净字当头， 家居清洁保养

▶ 第一节 几大清洁用具

071 一、超好用的吸水工具

071 1.家居吸水之宝/2.厨房吸水冠军/3.地面清洗好帮手

072 二、肥皂头的新用途

072 三、浴厕清洁剂的代替品

072 四、传统扫把功能大比拼

072 1.猪鬃扫把/2.芒草扫把/3.棕毛扫把/4.塑料扫把

073 5.竹丝扫把/6.智能吸尘器/7.新型电动扫把

073 五、各种抹布你用对了吗

073 1.厨用纸抹布/2.竹纤维抹布

074 3.魔术抹布/4.百洁布/5.无纺布抹布/6.钢丝抹布

074 六、各种清洁用刷

074 1.洗衣刷/2.洗鞋刷/3.杯刷/4.瓶刷/5.指甲刷/6.地毯刷

075 7.锅刷/8.浴缸刷

075 七、玻璃清洁剂

075 1.单面玻璃清洁剂/2.双面玻璃清洁剂

▶ 第二节 简单几招净化空气

076 一、可爱小物净化空气

076 1.车载空气净化器/2.竹炭空气净化包/3.USB电脑氧吧

077 二、用常见物品消除有害气体

077 1.洋葱除味法/2.柚子皮除味法/3.菠萝除味法/4.煮牛奶除味法

077 三、就地取材厨房除味

078 1.果皮去除厨房异味/2.食醋杀菌去味/3.茶叶去鱼腥

078 四、卫生间去异味

078 1.点蜡烛去除卫生间异味/2.风油精、清

凉油去除卫生间异味/3.卫生间空气净化器

078 五、去除微波炉里的异味

078 1.食醋去味法

079 2.橘皮去味法

079 六、去除冰箱异味

079 1.生面去味法/2.小苏打去味法/3.花椒除味法/4.干馒头除味法/5.干毛巾除味法/6.活氧冰箱除臭器

079 七、去除其他常见异味

079 1.冰糖去味法/2.咖啡渣去味法/3.电子衣柜除霉器/4.环保无烟烟灰缸

080 5.地漏防臭器/6.垃圾桶除臭贴

080 八、净化空气

080 1.将灯泡作为香薰炉有奇效

080 2.物理方法净化空气——双向排气扇帮大忙

080 九、“装修花”将你的家变氧吧

080 1.吊兰

081 2.虎尾兰/3.龙舌兰/4.常春藤/5.芦荟/6.月季

▶ 第三节 家具大清洁

082 一、橱柜的清洁

082 1.不锈钢橱柜的清洁/2.原木橱柜的清洁/3.防火板橱柜的清洁/4.人造石橱柜的清洁

083 5.天然石橱柜的清洁/6.木制家具的清洁/

7.牙膏增白法/8.牛奶清垢法/9.浓茶提亮法/10.白醋除墨法/11.柠檬去烫痕

084 二、布艺沙发的清洁

084 三、皮沙发的清洁

084 1.去除皮沙发上的明显污渍/2.去除皮沙发上的口香糖/3.去除皮沙发上的圆珠笔印/4.皮沙发的增光保养

▶ 第四节 手不沾尘清洁厨房

085 一、举手之劳对付顽固油垢

085 二、调味瓶也要勤洗澡



- 085 1. 腊八醋瓶子的清洗
- 086 2. 去除器皿异味/3. 油瓶去污
- 086 三、碗筷消毒防病菌
- 086 四、巧通排水管道
- 087 五、巧除墙壁污垢
- 087 六、厨房地板换新颜
- 087 1. 拖地拖鞋
- 087 七、去腥不锈钢肥皂

► 第五节 卫浴也要清洁

- 088 一、我家浴室不发霉
- 088 二、刷洗瓷砖不费力
- 088 1. 专业的瓷砖清洗剂
- 089 2. 专用瓷砖刷/3. 延长刷
- 089 三、马桶除垢
- 089 1. 可口可乐除垢法/2. 马桶泡腾去污片
- 089 四、浴室毛发收集器
- 089 五、发软的肥皂硬起来
- 090 六、毛巾异味一扫空
- 090 七、浴室镜子光洁法
- 090 八、多功能牙刷消毒器

► 第六节 也给电器洗个澡

- 091 一、电视机清洁
- 091 1. 屏幕清洁/2. 外壳清洁/3. 内部清洁
- 091 二、冰箱的清洁
- 092 三、微波炉内胆的清洁
- 092 1. 微波炉专用清洁剂
- 092 四、冷气机保养清洁剂
- 092 五、空调滤尘网的清洁
- 092 六、抽油烟机防患未然清洁法
- 093 七、电话的清洁
- 093 1. 电话消毒喷剂/2. 电话消毒膜
- 093 八、电热水器内胆的清洁
- 094 1. 电热水器除垢清洗剂
- 094 九、洗衣机内桶的清洁
- 094 1. 洗衣机内槽去垢清洁剂
- 094 十、饮水机的清洁

► 第七节 举手之劳让窗子亮起来

- 095 一、纱窗清洗
- 095 二、百叶窗清洗
- 096 1. 多用中性清洗剂/2. 铝合金窗子清洗剂 /
- 3. 窗外护栏防锈喷剂/4. 喷雾润滑油
- 096 三、擦玻璃的方法
- 096 四、自制玻璃清洁剂

► 第八节 衣服清洁保养妙招

- 097 一、羽绒服的洗涤方法
- 097 1. 羽绒服清洗剂/2. 羽绒服干洗喷雾
- 098 二、真丝衣物的洗涤
- 098 1. 真丝洗涤剂
- 098 三、羊毛衫的洗涤
- 098 1. 羊毛衫清洗剂
- 099 四、皮衣的洗涤
- 099 1. 皮衣清洗剂+护理剂
- 099 五、去除衣物污渍
- 100 六、女性内裤的清洁
- 100 1. 女性内裤专用洗涤剂
- 101 七、其他洗衣用具
- 101 1. 洗衣袋/2. 枕芯晾晒架/3. 活动晾鞋架 /
- 4. 橡胶洗衣球/5. 晾衣篮 /6. 文胸洗护盒
- 102 【章尾篇】家庭十大清洁死角全攻略

PART 4 开门七件事，件件有妙招



► 第一节 健康优质的食品你会买吗

- 104 1. 如何安全选购绿色食品
- 105 2. 转基因食品该不该买/3. 野菜的选择与食用方法

106 4.烹调酱油与佐餐酱油的选择/5.如何分辨酱油的等级/6.生抽与老抽的不同/7.料酒与黄酒的区别

107 8.什么时候用什么醋/9.各种面粉的用途/10.牛肉不同部位的不同烹饪

108 11.猪肉不同部位的不同烹饪/12.羊肉不同部位的不同烹饪

109 13.鸡肉不同部位的不同烹饪/14.用什么强化盐最适合

110 15.各种乳饮料该怎么买/16.各种食用油的特点

▶ 第二节 净菜保鲜有学问

112 一、去除蔬果残留农药的方法

112 1.盐水分解/2.碱水浸泡/3.加热消毒/4.去皮隔离/5.臭氧消毒洗菜机

113 6.放置储存/7.折叠式沥水篮/8.蔬果脱水器

113 二、保鲜盒里的学问

114 三、正确选用保鲜膜

114 四、餐具保鲜罩

114 五、食品保鲜窍门

114 1.姜的保鲜法

115 2.葱的保鲜法/3.大蒜的保鲜法/4.香菜的保鲜法/5.大叶蔬菜保鲜法/6.韭菜、蒜黄保鲜法/7.生菜的保鲜法/8.豆腐的保鲜法/9.鲜肉的保鲜法/10.鲜鱼的保鲜法/11.鲜蛋的保鲜法/12.花生油的保鲜法/13.面包的保鲜法/14.番茄酱的保鲜法

▶ 第三节 调味料与健康

116 一、醋的保健作用

116 1.食醋去浮肿/2.食醋治头痛、头晕/3.食醋治失眠/4.食醋嫩肤

116 二、食盐保健法

116 1.食盐治牙龈肿痛/2.食盐除湿去痛

117 3.食盐帮助戒烟/4.食盐防痱抗疹

117 三、酱油会让皮肤变黑吗

117 四、味精与鸡精的区别

118 五、香辛料的保健作用

118 1.生姜保健/2.花椒保健/3.大蒜保健/4.洋葱保健/5.八角茴香保健/6.薄荷保健/7.辣椒保健

119 8.肉桂保健/9.胡椒保健/10.肉豆蔻保健/11.欧芹保健

119 ★【巧手DIY】简单制作五款常用保健醋

119 金橘醋/苹果醋/菠萝醋/生姜醋/洋葱醋

▶ 第四节 主食的保健功效

121 一、简单区分粗粮与细粮

121 二、食用粗粮的注意事项

122 三、粗粮与细粮的最佳比例

122 四、粉丝、凉皮都是主食

123 五、十谷米提供丰富营养

123 六、上班族十谷米快速做法

123 1.十谷饭/2.十谷粥

123 七、杂合面好处多

124 八、面食与米食哪一种更健康

124 九、追求健康多吃三种新主食

124 1.马铃薯/2.魔芋

125 3.燕麦

125 ★【巧手DIY】两道营养的粗粮食谱

▶ 第五节 烹饪有绝招

126 一、不同菜品加盐的时间大不同

126 二、各种常用调料什么时候放最好

127 三、不同食材轻松切

127 1.巧切牛肉/2.巧切鱼肉/3.巧切猪肝/4.巧切羊肉/5.巧切肥肉/6.巧切黏食品

128 7.巧切大面包/8.巧切蛋糕



128 四、羊肉去膻

128 1. 橘皮绿豆去膻法/2. 咖喱去膻法/3. 萝卜去膻法/4. 食醋去膻法/5. 核桃山楂去膻法

128 五、鱼肉除异味

128 1. 红葡萄酒去腥法/2. 牛奶去腥法

129 3. 盐水去泥腥味/4. 米酒去腥法/5. 食醋去泥腥味

129 六、不可不知的煮饭诀窍

129 1. 食盐让米饭松软/2. 米醋令米饭白嫩/3. 煮饭时间不宜长/4. 米酒抢救夹生饭/5. 盐水入锅热剩饭

130 七、煮饺子不粘四妙法

130 八、六招煮出香浓靓粥

130 1. 事先浸泡/2. 开水下锅/3. 大火小火交替煮/4. 均匀搅拌/5. 点油/6. 底、料分煮

131 九、啤酒在烹调中的奇妙用途

131 1. 啤酒炖肉更滑嫩/2. 啤酒蒸鸡口味鲜/3. 啤酒熬鱼更鲜美/4. 啤酒炒蛋好吸收

131 十、绿叶菜的烹调秘笈

131 十一、厨房其他用具大盘点

131 1. 微波蒸蛋器

132 2. 坚果夹子/3. 省力打蛋器/4. 10件套量杯/5. 大蒜剥皮器/6. 蒜泥挤压器/7. 食品秤

133 8. 多功能刨磨器/9. 轻松削皮器/10. 快捷苹果刀/11. 神奇开橙器

133 ★【巧手DIY】自制面包模具

▶ 第六节 饮茶的知识与禁忌

134 1. 中国茶的分类

135 2. 什么是花茶/3. 花茶的鉴别/4. 明前茶和雨前茶哪种更好

136 5. 明前茶的鉴别/6. 什么是绿茶/7. 什么叫乌龙茶/8. 乌龙茶的鉴别

137 9. 什么叫普洱茶/10. 如何鉴别普洱茶/11. 饮茶的最佳时间/12. 你的体质适合喝什么茶

138 13. 饮茶八大禁忌

139 14. 茶的奇招妙用

141 15. 直饮机/16. 滤茶器



141 ★【巧手DIY】自制明目眼罩

142 【章尾篇】家庭自制健康饮料

142 1. 港式冻奶茶/2. 木瓜牛奶/3. 雪顶咖啡/4. 番茄沙冰

PART 5 妈妈的重要家事



▶ 第一节 婴儿房的布置

144 一、婴儿房的颜色选择

145 二、婴儿房灯具的选择

145 三、婴儿床的选择

147 四、婴儿房的最佳温度与湿度

147 1. 婴儿房温度湿度计

147 五、婴儿餐桌椅

147 六、电动摇篮

▶ 第二节 宝宝食品与餐具的选择与洗涤

148 一、如何挑选婴儿奶粉

148 二、选择奶粉四不要

149 三、什么是婴儿辅助食品

150 四、选择婴儿辅助食品五大注意

150 1. 带勺奶瓶

150 五、如何选购婴儿餐具

151 1. 感温碗/2. 吸盘碗/3. 安全软勺/4. 弯头喂食勺

152 六、不同形状的奶瓶适合不同年龄的宝宝

152 1. 圆形奶瓶/2. 弧形、环形奶瓶/3. 带柄小奶瓶/4. 奶瓶温度计/5. 暖奶器

153 七、玻璃奶瓶好还是塑料奶瓶好

153 八、婴儿餐具该怎么消毒

153 1. 微波炉消毒盒、袋/2. 奶瓶刷、奶嘴刷/3. 奶瓶消毒钳

▶ 第三节 宝宝服饰选购

- 154 一、宝宝衣服面料的选择
- 154 二、宝宝衣服款式的选择
- 155 三、如何选择宝宝贴身内衣
- 155 四、不同时期宝宝鞋袜的选择
- 155 1.0~7个月软底蘑菇鞋
- 156 2.7~10个月软底鞋/3.学步鞋/4.会走之后的鞋子/5.宝宝松口袜
- 157 五、宝宝为什么流口水
- 157 1.实用围嘴、围兜/2.新款兜肚、护脐带/3.爬衣、哈衣

▶ 第四节 宝宝衣物洗涤

- 158 一、慎选洗涤剂
- 158 二、宝宝洗涤剂的挑选原则
- 159 三、宝宝的衣物该不该使用柔顺剂
- 159 四、宝宝衣服洗涤
- 160 五、婴儿衣物的消毒
- 161 1.消毒锅
- 161 六、宝宝衣服的晾晒
- 161 1.密闭晾衣篮
- 162 七、宝宝衣服的存放
- 162 八、处理婴儿衣服常见污渍的方法

▶ 第五节 宝宝玩具的选择与消毒

- 163 一、1~2个月宝宝玩具的选择
- 163 1.床挂玩具——转转乐
- 164 二、3~4个月宝宝玩具的选择
- 164 1.花铃棒、摇铃
- 164 三、4~6个月宝宝玩具的选择
- 165 1.捏响玩具
- 165 四、7~10个月宝宝玩具的选择
- 165 1.软积木
- 166 五、10~12个月宝宝玩具的选择
- 166 1.拖拉玩具
- 167 2.积木
- 167 六、1~2岁宝宝玩具的选择
- 168 1.布图书/2.层层叠/3.串珠玩具
- 168 七、玩具清洁消毒应遵循的五大原则

- 169 八、毛绒玩具清洁消毒
- 169 九、木制玩具清洁消毒
- 170 十、塑料玩具清洁消毒
- 170 十一、电动玩具清洁消毒
- 170 ★【巧手DIY】自制小手偶

▶ 第六节 宝宝行为习惯的养成与训练

- 171 一、宝宝睡姿对身体的影响
- 171 二、侧卧的优与劣
- 172 三、俯卧的优与劣
- 172 四、仰卧的优与劣
- 173 五、安抚奶嘴该不该用
- 174 1.安全奶嘴
- 174 六、宝宝排便训练
- 174 1.安全座便器
- 175 七、宝宝爬行好处多
- 175 八、宝宝爬行训练的方法
- 176 九、宝宝学步练习
- 177 1.提篮式学步带/2.宝宝助步车
- 178 十、宝宝长牙期间妈妈必须知道的几件事
- 179 1.固齿器、牙胶
- 179 十一、宝宝进食训练几步走
- 180 1.练习餐具/2.儿童智能筷

▶ 第七节 宝宝清洁美容

- 181 一、宝宝洗澡，妈妈要注意的五个方面
- 181 1.浴缸温度计/2.宝宝沐浴液
- 182 3.沐浴手偶/4.婴儿指套牙刷/5.乳牙刷
- 182 二、爽身粉的正确使用
- 183 三、宝宝头发的清洁、保养与修剪
- 184 1.宝宝安全指甲钳/2.宝宝超静音理发器
- 184 四、自制宝宝护肤品
- 184 1.芝麻防晒油/2.紫草大黄护臀油/3.橙汁滋润油

▶ 第八节 宝宝居家安全守则

- 185 一、家庭意外伤害的几大隐患
- 186 1.儿童安全门挡/2.尖角防护垫/3.冰箱扣、安全锁、柜门锁/4.电线收纳盒
- 187 5.插座防护盖

- 187 二、宝宝夏季防蚊术
188 1. 宝宝驱蚊贴/2. 灭蚊灯

► 第九节 宝宝出行指南

- 189 一、简单选购安全的婴儿车
189 1. 婴儿背带
190 2. 婴儿汽车座椅
190 二、宝宝的其他用品
190 1. 宝宝该不该戴太阳镜/2. 宝宝遮阳帽
191 3. 儿童防走失提醒器/4. 便携奶粉盒/
5. 保温奶瓶、奶瓶保温套/6. 车载温奶器

PART 6 当个精明好主妇， 理财节约样样通

► 第一节 家庭财产黄金分配比例

- 193 一、还贷省钱法
193 1. 尽量提早还贷/2. 如何提前还贷/3. 选择还贷方式
193 二、存小钱做大事
194 三、孩子上学究竟需要多少钱
194 四、月工资巧安排

► 第二节 定期 活期 国债 股票 基金大比拼

- 195 1. 定期储蓄/2. 活期储蓄/3. 国债/4. 基金/
5. 股票/6. 不同收入的人群适合哪一种投资或存款

► 第三节 养车一族的节能宝典

- 196 一、日常驾驶省油十四个绝招
197 二、节省汽车耗材的有效措施
197 三、汽车易损件的养护秘诀
197 1. 防冻液
198 2. 发动机外部/3. 分电器/4. 滤机油/5. 电瓶/6. 轮胎轮毂/7. 制动系统/8. 紧固/9. 底盘

► 第四节 几个绝招速成省电高手

- 199 1. 冰箱节电法

- 200 2. 空调节电法/3. 洗衣机节电法
201 4. 电饭锅节电法/5. 照明节电法
202 6. 电视机节电法/7. 如何选择节能灯泡

► 第五节 当个节水节气的好管家

- 203 1. 自制节水马桶/2. 洗衣机节水妙招
204 3. 自家洗车节水术/4. 家庭节水面面观
205 5. 家庭节气需注意/6. 高压锅一分钟煮熟水饺/7. 暖水瓶熬粥

► 第六节 日用品的最低消耗与再利用

- 206 1. 旧蚊香片再利用/2. 炸鱼油去腥能再用/
3. 磁吸香皂架节省香皂30%/4. 用浴花给餐具洗澡节省洗涤精
207 5. 旧毛衫摇身一变成实用座垫/6. 香皂头巧利用/7. 旧筷子再利用变防水隔热垫/8. 旧文胸做超美手包
208 9. 旧口红新用途/10. 纸巾盒、鞋盒、月餅盒变收纳宝箱/11 厕纸芯、保鲜膜芯的美妙用途/
12. 咖啡渣的再利用
209 13. 旧毛毯做足底按摩垫/14. 旧丝袜用途多/15. 残破草席改椅垫和凉枕

PART 7 家庭保健面面观



► 第一节 防患未然的常备家庭小药箱

- 211 一、如何选择家庭药箱里的药品
211 二、家庭药箱必备药物一览
212 三、家庭药箱存储方法
213 四、定时增加新药好处多
213 五、家庭药箱的正确使用
214 六、严防四种常见药品变“毒品”

▶ 第二节 家庭伤病紧急处理

- 215 一、家庭自救六不要
- 216 二、如何配合“120”抢救危急病人
- 216 三、几种常见突发病的家庭自救

▶ 第三节 家庭防灾法则

- 219 一、家庭防火知识
- 219 二、防火宝箱四件宝
- 220 三、如何拨打119
- 220 四、防盗知识
- 221 五、如何拨打110
- 221 1. 分离式门窗报警器
- 222 2. 家用天然气报警器
- 222 六、预防食物中毒
- 222 1. 严格挑选新鲜食物/2. 烹调食物要充分/
- 3. 防止昆虫鼠类接触食品/4. 处理食品要认真/
- 5. 储存食物不能过久/6. 避免食用有毒食品

▶ 第四节 家庭消毒除虫

- 223 一、家庭消毒的几点注意
- 223 二、药剂消毒的正确方法
- 224 三、煮沸消毒的正确方法
- 224 四、微波消毒的正确方法
- 225 五、小心“消毒死角”
- 225 六、家庭灭蟑四妙招
- 226 七、消灭米面虫
- 226 八、消灭红蚂蚁
- 226 1. 电子蚊蝇拍/2. 家用广谱杀虫剂

PART 8 宠物宝贝

▶ 第一节 养宠物前要做的功课

- 228 一、养宠物前的测试
- 228 二、养什么宠物最适合你
- 229 三、养宠物防过敏



▶ 第二节 宠物的喂养

- 230 一、狗狗的食物搭配
- 230 二、狗狗的喂食时间表
- 231 三、猫咪的食物禁忌
- 231 四、猫咪、狗狗如何喂零食
- 231 五、自动喂食喂水器

▶ 第三节 宠物清洁与美容

- 232 一、如何给猫咪洗澡
- 232 1. 宠物浴液
- 233 2. 宠物浴缸/3. 宠物干洗粉、免洗泡沫/
- 4. 宠物吹风机/5. 宠物湿巾/6. 宠物洗澡刷、按摩
- 刷、亮毛刷、除蚤刷/7. 宠物香水
- 234 8. 宠物口腔护理液
- 234 二、如何按宠物的“三围”选服装
- 234 1. 狗狗背包/2. 宠物挂牌

▶ 第四节 宠物训练与游戏

- 235 一、如何杜绝猫咪到处磨爪子
- 235 1. 猫薄荷
- 236 2. 禁区喷剂/3. 猫用指甲套/4. 宠物指甲钳/
- 5. 猫爬架
- 236 二、如何杜绝狗狗乱咬东西
- 237 1. 狗狗厌粪片
- 238 三、如何训练猫咪上厕所
- 238 1. 猫咪防臭厕所
- 238 四、如何训练狗狗定时定点排便

▶ 第五节 宠物意外及伤病家庭救治

- 240 1. 宠物急救箱/2. 宠物急救注意事项
- 241 3. 宠物发生车祸的救治方法/4. 宠物外伤
- 出血的救治方法/5. 宠物眼睛受伤的救治方法/
- 6. 宠物发生骨折的救治方法/7. 宠物中毒的救治
- 方法
- 242 8. 宠物烫伤或烧伤的救治方法/9. 宠物中
- 暑的救治方法/10. 如何选择放心的宠物医院



PART 1

细节决定品位,装饰家居营造完美

在选择装修的颜色之前,有必要先了解一下各种色彩及色彩之间的搭配所产生的效果。蓝、绿、灰色等冷色表示“安静、清爽”;红、粉、棕色等暖色使人感到“兴奋、温馨”;明亮的纯正单色可以使房间显得较大,适合用在面积较小、光线较暗的房间;暗淡的灰色系单色会使房间看上去变小、亮度降低。



第一节 客厅里的大手笔

如何装饰液晶电视墙

电视墙可以说是客厅里装饰的重点之一，应该挑选与整体家装风格相似的材料和形式进行精细布置。液晶电视体积纤薄，而且通常悬挂在墙壁上。所以，不适宜使用传统的厚重材料，而采用壁纸、艺术漆、装饰画、挂毯、即时墙贴等都是不错的选择。

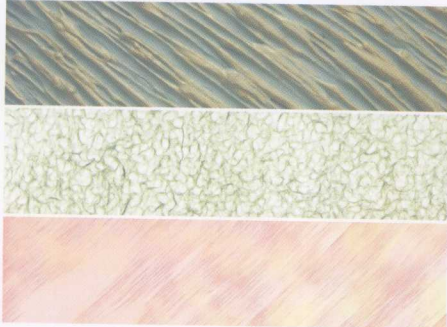
1 壁纸装饰电视墙

最好采用看起来有肌理感、但摸起来光滑的壁纸，最好具有防静电功能，这样不易挂灰尘。在颜色方面，最好选用淡雅一点的，避免过于花哨而影响视觉感受。当然，还要根据家里的整体装修色彩来选择。



2 艺术漆电视墙

市面上有很多带有不同肌理质感的人工墙漆，用来做电视墙既方便又好清洗。



3 装饰画电视墙

装饰画不宜挂在电视机的正上方，这样容易产生死板僵硬的感觉，可以考虑将画挂在电视侧方，或者侧面的隔断墙上。



4 挂毯电视墙

挂毯电视墙采用挂毯来装饰电视墙,非常简便易行,而且可以随时摘换。



5 利用墙贴快捷装饰电视墙

即时墙贴是近几年出现的一种新型装饰用品,具有价格便宜、方便操作、快速成形、效果立现的特点。墙贴多按尺寸收费,可以避免不必要的浪费,只要量好自己需要的尺寸,到经销商那里挑选图案和颜色就可以了。



【二】 水族箱 茶几

用一个透明的玻璃缸做茶几大大增加了客厅里的生活情趣,足以让所有来客眼前一亮。整个茶几由坚固原木或塑钢制成,底座是防水的PVC材料,通体晶莹剔透,从顶部与侧面都可以观赏到箱内的景色。贴心的可开合设计方便换水及清扫。



► 购买指导:在样式上可挑选的品种较多,在尺寸上也具有多种规格,并且多数厂商都提供定制服务。

【三】 浪漫烛台营 造柔情气氛

客厅往往以宽敞明快的简约风格为主,如果希望在这种坚硬的线条里增加一些柔美,放一个设计精美的烛台是不二之选。

想象一下,当三五亲朋相聚的时候,当你和心爱的另一半约会的时候,当你一个人独处的时候,那一点悠然的烛光点燃了无限温馨快乐与浪漫甜蜜。

1 壁挂式烛台

节约空间，点缀墙壁。



2 多用烛台

可以当作烛台，也可以做笔插或烟灰缸。



3 百搭烛台

适用于柱形蜡烛、球形蜡烛和锡壳蜡烛等各种形式的蜡烛。



四 折叠座椅成就开阔空间

客厅是聚会、待客的所在，当你家的客厅迎来了众多客人的时候，如何避免让访客无处容身的呢？很简单，从角落里拿出折叠座椅就成了。设计精巧的折叠座椅不仅具有节省空间的作用，其自身结构和材质也令坐在上面的客人非常舒适，用这样的座椅接待客人，要小心朋友们久久不愿意离开。

1 可调节折叠椅

直接放置于地板或地毯上，靠背可调整，让身体随意舒展，座椅内部采用了钢管骨架和高密度弹性棉，长期使用下来也不会变形。折叠后只有5厘米的厚度，可以轻松收入床下、沙发下或者任何一个夹缝里。

► 购买指导：材质为绒布、钢丝，尺寸 71 厘米 × 56 厘米 × 5 厘米。

► 购买场所：小商品批发市场、家具卖场。

感舒适，结构设计符合人体工程学，使坐卧更放松。



► 购买指导：尺寸大小不等，规格一般分为单人和双人两种。

► 购买场所：小商品批发市场、家具卖场。

2 充气沙发

充气前的体积小小到可以装进购物袋里，充气以后立刻变成了实用的沙发座椅。随沙发赠送的充气筒操作方便，10分钟之内可以将整个沙发充满。植绒面料触



3 钢架折叠椅

这种漂亮的折叠座椅，舒适度一点也不比沙发逊色，布料柔软坚韧不宜损坏，收放快捷，填充海绵具有较大的弹性，坐上去十分自在。

► 购买指导：材质为铁管、海绵，尺寸50厘米 × 50厘米 × 44 厘米。

► 购买场所：家具卖场。