

适用·可用·常用·知识读本

有难点的地方有金点子 有问题的地方有金点子

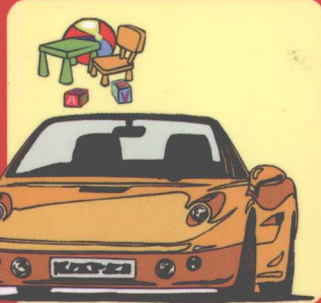
万事不



愁

办法总比问题多，生活快乐有窍门。

生活百科金点子大全



任思明◎编著

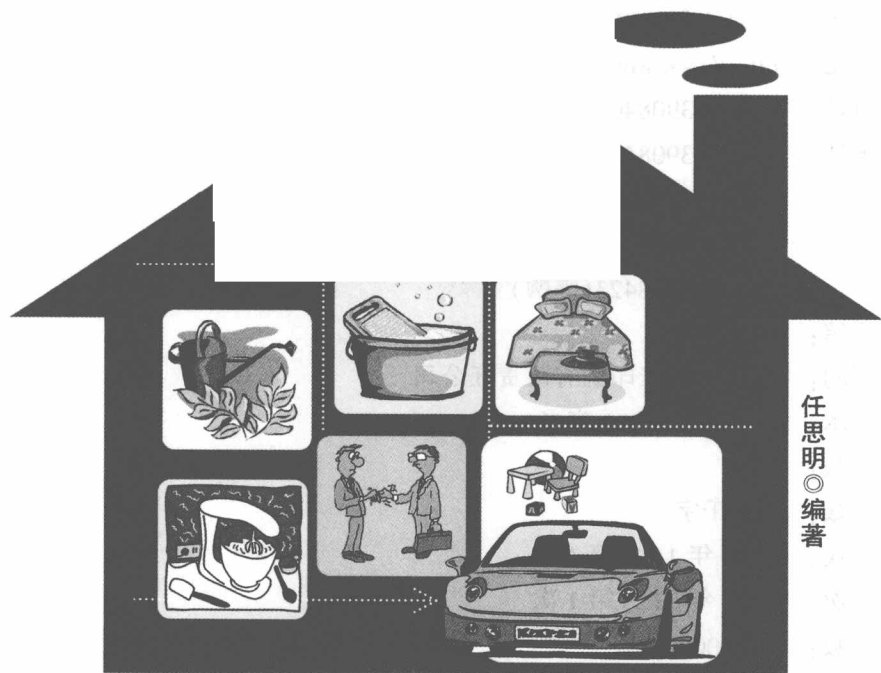
当代世界出版社

万事不



愁

生活百科金点子大全



任思明◎编著

当代世界出版社

图书在版编目(CIP)数据

万事人不愁:生活百科金点子大全/任思明编著.-北京:当代世界出版社,2009.9

ISBN 978-7-5090-0547-7

I.万… II.任… III.生活-知识 IV.TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 170975 号

- 书 名: 万事人不愁
出版发行: 当代世界出版社
地 址: 北京市复兴路 4 号(100860)
网 址: <http://www.worldpress.com.cn>
编务电话: (010)83908400
发行电话: (010)83908410(传真)
(010)83908408
(010)83908409
(010)83908423(邮购)
经 销: 新华书店
印 刷: 北京金秋豪印刷有限责任公司
开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16
印 张: 25
字 数: 500 千字
版 次: 2009 年 11 月第 1 版
印 次: 2009 年 11 月第 1 次
印 数: 1-10000 册
书 号: ISBN 978-7-5090-0547-7
定 价: 39.00 元
-

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换。

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载!

→ 前 言 ←

生活是最大的文章,也是最大的学问。居家过日子,方方面面,说起来容易,实际上却有许多令人头痛的问题困扰着我们,或让我们无所适从,或让我们忙中出错,或让我们常常犯了忌,带来无尽的烦恼。

生活中有快乐,也有烦恼,而有些烦恼是完全可以通过金点子来解决的,例如掌握了识别真假货的方法技巧,就不会上当受骗而抱怨;学会了操作电器的知识,就不会因损坏它而感到沮丧;知道什么东西能吃、什么东西不该吃,就会减少或避免生病;懂得如何收藏保管物品,就不会因其变质腐坏而大感惋惜。

生活中把点滴的浪费积攒起来,就是一笔不小的财富。如果你还没有意识到,每天因为你的不经心、不在意,便会造成财富流失,而拥有了节约的窍门,就不会因浪费而苦恼。很多人都知道要理财,但却不知从何理起,想起来实在让人挠头,苦闷不已。如果有了理财的手段,苦闷就会随之烟消云散。

当你经过了买房的欢喜之后,装修又成为头等大事,装修的好,皆

大欢喜,装修不好,就成了一种心病,一回到家,看到不满意的装修,心就会隐隐作痛。但如果有了装修方面的指南,你就不再担忧害怕,就不会犯什么心病了。

日常生活中的众多好点子,都是无数人的经验积累,并且证实它们非常实用有效,可以帮我们解决难题,变棘手为顺手,日子越过越有滋味。

可以说,最幸福的人,不是那些拥有很多物质的人,而是能够驾驭物质的人,能够使生活方便自如的人。生活中,往往多了一个好的点子,就少了一份苦愁。所谓“万事人不愁”,就是什么事也难不倒,这何尝不是人生的至高境界?有了“光灿灿”的金点子,哪里还有什么可发愁的?

本书全面系统地教你如何运用金点子,去排除困难,处理问题。书中涉及居家过日子最基本的生活层面,将其中诸多最容易碰到的问题集中起来,即针对大家平时所能遇到的棘手之事,开列出最有效的“妙方”,为你提供帮助,为你支招,让你过得轻松,过得愉快。

一、物品鉴别金点子

三大方法拒收假币	1	鉴别山羊绒的方法	12
“五看”把握大米质量	2	如何辨别塑料袋有无毒	12
识别真假香油	2	古书画赝品简便鉴别法	13
如何鉴别注水牛肉	2	中国墨的鉴别要领	14
怎样弄清蘑菇有没有毒	3	如何鉴别端砚品质	14
不要让假蜂王浆蒙住	3	古笔如何鉴别	15
怎样识别变质的荔枝	4	织绣鉴别招数多	15
如何识别真假桂圆	4	蓝宝石的简单鉴定方法	16
辨别新茶陈茶“三招”	4	七招鉴别老家具	17
选购活鸡技巧	4	鼻烟壶的鉴别	17
识别掺假木耳的诀窍	4	识别瓷器的七大技巧	18
快速识别被污染的鱼	5	玉器辨伪的要领	18
辨别豆制品质量的手段	5	辨别翡翠赝品有“怪招”	19
瞬间知道八角茴香真伪	6	古钱辨伪实用两法	19
鉴别牛奶的简易方法	6	怎样肉眼鉴定红宝石	20
四种手段防止喝上假酒	6	琥珀真伪的辨别	21
识别假烟十大招	7	学会珍珠的鉴别和选购	21
怎样辨别药品的真假	8	如何鉴别漆器	22
鉴别黄金的经典方法	9	真假象牙的鉴定可以靠自己	23
如何防止买到翻新手机	9	纯羊毛地毯挑选鉴别	23
识别翻新笔记本电脑七方法	10	挑选真丝手工编织地毯有窍门	24
如何鉴别羽绒服的好坏	11	黄花梨古典家具辨别方法	24
如何鉴别皮鞋质量好坏	11	买口红用戒指试“毒性”	25

二、饮食营养金点子

早餐为什么不能不吃	26	饮水过多为什么会中毒	28
饥饿时不能吃哪些食物	27	甜食吃多了伤眼睛	29
隔夜茶能不能喝	27	饮用牛奶可增强机体免疫力	30
多吃盐为什么会使血压升高	28	如何正确的煮豆浆	30

吃豆腐过多会使肾功能衰退	30	喝牛奶有什么讲究	38
晚上不宜吃补钙食品	31	如何防止喝水中毒	39
浓茶解酒加重心脏负担	32	隔夜菜怎么处理	39
一天该喝多少水	32	限制味精摄入量	40
什么食物不宜生吃	33	吃哪些粗粮有好处	41
水果不可代替蔬菜	33	不宜多食油炸食品	41
动物哪些部位不能吃	34	怎样吃胡萝卜的营养价值高	41
如何吃海鲜才安全	35	脂肪对人体有什么营养价值	42
怎么知道食物的彼此“相克”	35	蛋白质有何营养价值	43
告诉你米的种类和营养价值	36	怎么烧鱼最有营养	43
霉变的食品为何不能吃	36	蔬菜的 10 个错误吃法	44
植物油与动物油如何吃	37	吃饭时最忌讳的四件事	44
一天吃多少盐为宜	38		

三、食疗健康金点子

八种食物最刮油可防“三高”	46	糖尿病饮食三不要	53
为什么只吃七成饱	47	心脏病患者如何饮食	53
哪些食物富含膳食纤维	47	高血压患者如何饮食	55
对抗不同癌症的蔬菜	47	肾病患者饮食需要注意什么	56
哪些水果具有清肺功能	49	肺炎患者如何饮食	57
警惕可能引起中毒的食物	49	患了痔疮饮食应该注意什么	57
常吃黄豆可以防治脱发	49	急性盆腔炎饮食注意什么	57
眼睛干涩疲劳的食疗方法	50	甲亢病人食疗方法	58
慢性肝炎饮食应该注意什么	51	心血管病人如何安排饮食	58
防止脂肪肝的八种食物	51	脾虚的人如何饮食	59
胃病患者饮食上要注意的原则	52	高血脂患者的饮食注意什么	60
慢性肠炎病人如何食疗	52	前列腺病应该怎样饮食	60
慢性胆囊炎怎样膳食	53		

四、老年保健金点子

老人春季保健养生须掌握的原则	62	老年饮食如何搭配最佳	63
----------------------	----	------------------	----

如何洗澡最有益	63
如何让老年人少摔跤	63
老人不宜做七件事	64
老人消化道保养方法	64
老年痴呆如何预防和保健	65
缺牙老年人保健五宜	67
夜间有效止咳“四招”	67
如何获得谷物纤维	68
五招可保护老年人听力	68
老年人如何改善记忆	68

老年人适合什么样的床垫	69
解决老年人失眠的方法	69
老年人饮酒中的“五不饮”	70
老年人看电视要注意什么	71
老人压力排泄最好方法	71
老年心理健康要戒八个过度	72
老人徒步健身六项注意	73
如何防止老年人骨质疏松	74
老年人如何注意用药安全	75
怎样保腿养生八十不老	76

五、养儿育女金点子

婴儿日常养护特别要领	77
怎样最易帮宝宝赶走便秘	78
让孩子按时睡觉的好办法	78
四个方案提升新生儿免疫力	79
湿疹病儿的家庭护理	80
婴幼儿过敏症五种预防方法	81
宝宝得了“红屁股”怎么办	81
警惕婴儿似病非病六征象	82
如何根据宝宝哭声来哺乳	83
方便简单,让宝宝乖乖把药吃下	83
怎样给宝宝选择枕头	84
宝宝有没有吃饱看信号	84
怎样防止柔软被褥伤害宝宝	85
判断婴儿洗护品质量的依据	85
应对宝宝踢被子的小招术	86
为什么不能用微波炉给宝宝热奶	86
婴儿晒太阳的讲究	87
如何清理宝宝的鼻屎、鼻涕	87
婴儿胎毛究竟要不要剃	88
如何看待婴儿脐部“肿块”	90
保护婴儿牙齿的三种办法	90

婴儿宝宝的着装技巧	90
婴儿护理需注意的特别部位	91
把握婴幼儿护肝的要点	92
宝宝腹泻的喂养对策	94
妈妈没奶或奶少怎么办	94
宝宝换奶应注意什么	95
轻松解决宝宝罢奶问题	96
纠正婴儿“偏头”很简单	97
孩子得了肺炎怎么办	97
孩子生水痘如何处理	98
如何预防手足口病	98
孩子高热惊厥怎么办	99
孩子得了脑膜炎怎么办	100
孩子得了风疹怎么办	100
孩子得了川崎病怎么办	101
如何预防玫瑰疹	102
宝宝皮肤防裂妙招	102
婴儿日夜颠倒怎么办	103
儿童发烧时不宜多吃糖	103
宝宝发烧该吃什么	103
如何判断宝宝是否发烧	104

纠正宝宝睡眠失调的办法	105	给孩子补铁四妙招	109
怎样自检宝宝的视力	106	如何给孩子补锌	110
如何补充微量元素预防孩子近视	107	孩子误食异物怎么办	112
孩子弱视怎么办	107	怎样给宝宝防治蛔虫病	112
传染性眼病怎样护理	108		

六、美容瘦身金点子

孕妇怎样进食不发胖	113	怎样涂眼影最漂亮	126
皮肤如何四季保养	114	如何化妆睫毛有精神	127
怎样防止皮肤老化	115	中年女性如何化妆	127
四种方法消除皱纹	117	戴眼镜的人如何化妆	128
长了青春痘怎么办	119	怎样使身材匀称健美	129
怎样消除黄褐斑	119	快速减肥小窍门	130
长了雀斑怎么办	120	如何走出减肥的困境	130
怎样选用面膜	121	丰胸隆乳的方法有哪些	131
怎样消除牙斑、牙垢	122	油性头发如何护理	132
怎样防治黑眼圈、大眼袋	123	干性头发如何护理	132
不同肤质怎样用化妆品	123	好办法消除头皮屑	133
修饰眉毛的重要方法	124	有利于苗条的饮食习惯	133
眼线怎样画才好看	125	八种减肥健美粥疗方	134

七、成功理财金点子

各类家庭如何理财	136	巧用顺势投资法和拨档子法	144
理财主要从哪些方面入手	137	用好是摊平操作法	145
不同阶段的理财规划	138	掌握以静制动法	146
手头到底应该留多少现金	140	学会掐头去尾法	147
家庭如何储蓄	141	拿捏安全线法和保本法	147
储蓄理财五原则	141	如何高价买进和趁涨脱身	148
知道银行存款的好处与不足吗	142	怎样选择买涨与买未涨	149
高回报率的教育储蓄	143	学会板块联想涨跌法	150
如何回避股市风险	143	怎样选择适合自己的基金类型	150

选择基金组合的窍门	151	艺术品投资需要注意些什么	158
基金投资的七大法则	152	收藏邮票懂得技巧	159
怎样掌握基金赎回的时机	153	做一个黄金投资高手	160
怎样应对“基金”套牢	154	保险组合的黄金方案	161
如何降低基金投资风险	155	避险有术的信托理财	162
捕捉债券最佳购买时机	155	正确评估房地产的价值	163
怎样规避债券投资的风险	156	适合自己的房地产投资方式	164
国债投资三不宜	157	哪些车险既省钱又有保障	165

八、节约金点子

节省日常开销的窍门	166	家庭吸尘器的节电方法	180
易掌握的生活节能方法	167	电风扇节电方法	180
节约牙膏和牙刷的窍门	168	怎样使用电视机节电	181
怎样处理剩饭	168	家用冰箱怎样更省电	181
如何使空调最经济地运行	169	电磁炉三种节电技巧	182
汽车空调节约四招	169	微波炉节电必须掌握的方法	183
婚礼如何又完美又节约	170	洗衣机节电最科学方法	183
怎样避免厨房浪费	170	电脑打印节约窍门	184
冬季家电最好的节约措施	171	家用喷墨打印机节约方案	184
节约燃气八种方法	172	随手关电器,消除“待机能耗”	185
汽车节约用油方法	172	让鼠标寿命长的方法	185
不开空调,清凉有绝招	173	节省药费的诀窍	186
如何使用电饭锅节电	174	延长电视机寿命的方法	186
自驾车出游怎样节约费用	174	如何买衣服省钱	187
教你省水小秘方	175	购便宜机票有诀窍	187
家庭养花节水有点子	176	家庭照明节电窍门	188
洗澡时怎样节约用水	176	善于利用过期化妆品	188
节水清洗水果窍门	176	节后月饼处理奇招	189
抽水马桶漏水怎么办	176	旧袜的巧妙利用	190
如何节约装修开支	177	旧棉衣袖子改保温杯杯套	191
如何节约手机电池用电	177	旧牛仔裤改成时尚吊带短裤套装	191
笔记本电脑的节能节电方法	178	旧布头和纸板做布艺相框	192
电热水器节电方法	179	废旧钥匙变幻迷你风铃	192

旧牛仔裤布头做简易鼠标垫	192	改造饮料瓶绝招	193
--------------------	-----	---------------	-----

九、电器使用金点子

要知道家用电器使用年限	194	使用电气炊具应注意什么	204
家电如何使用更安全	194	空调使用中的实用常识	204
使用电器要做到电压相符	195	保养吸尘器的窍门	205
使用电器如何防止潮湿	195	家用电器的除尘技巧	205
使用电器怎样防止高温	196	电热水器如何清洁和保养	206
电器怎样防腐蚀	196	压力锅的正确使用	206
避免电器撞击振动	196	空调器如何发挥高效率	207
不能带病使用电器	197	掌握电动车保养的重点	208
冰箱的正确使用与保养	197	如何正确摆放显示器	209
怎样正确调整电冰箱的温度控制器	197	选购使用太阳能热水器牢记七点	210
如何除电冰箱臭味	198	把握洗衣机洗涤物的量	211
电冰箱的其它用途	198	彩色电视机被磁化怎么办	212
洗衣机怎样的日常消毒	199	如何维护液晶显示器	212
如何正确使用微波炉	199	家用电器着火后该怎么办	213
微波炉加热食物的九大禁忌	200	怎样防止电视机起火爆炸	213
微波炉使用小窍门	201	怎样防止电热杯引起火灾	213
怎样清洗保养微波炉	201	懂得安全使用电热毯	213
如何使用 MP3 不伤听力	201	如何正确使用电熨斗	214
相机两种防潮方法	202	怎样预防电熨斗引起火灾	214
怎样避免使用抽油烟机时易犯的错误	202	手机自动关机怎么办	215
抽油烟机的清洗妙方法	203	手机掉到水里怎么办	215
		怎样不让电器遭雷击	215

十、养花莳草金点子

哪些花卉适宜在室内栽培	217	空气湿度对花卉有什么影响	219
不宜在室内栽培的花卉有哪些	218	家庭养花哪来肥料	219

食醋可用来养花	220	多花报春如何莳养	234
如何沤制液肥	220	如何促进桂花多花香	235
花木叶面施肥要点	221	怎样栽培朱顶红	235
怎样使用硫酸亚铁	221	水仙“哑花”怎么办	236
残茶蛋壳西瓜皮覆盖盆土不妥	222	红掌怎样促萌分株	236
盆花修剪三法	222	怎样盆栽米兰	237
一年生草花扦插方法	222	如何栽培鹤望兰	238
五彩水晶泥养花方法	223	怎样养好麝香百合	238
如何栽培白鹤芋	224	盆栽梅花不开花怎么办	239
把握栽培吊兰的方法	224	怎样使翠菊开花茂盛	240
君子兰怎样栽培管理	225	怎样使球根海棠结籽	240
养蝴蝶兰的四大忌讳	226	如何栽培四季海棠	240
盆栽蝴蝶兰的技术	226	怎样防止波斯菊的倒伏	241
牡丹品种怎样辨别	226	如何栽培蓝宝石洋桔梗	241
掌握养好牡丹花的基本要领	228	万寿菊大量枯死怎么办	241
轻松学会月季整枝修剪技巧	228	如何栽培百日草	242
盆栽荷花如何施肥	229	盆栽白玉兰不开花怎么办	242
茶花有蕾不开花怎么办	229	倒挂金钟如何整形修剪	243
茉莉的栽培技术	229	凤仙的花期怎样控制	244
夏天茉莉花叶片枯黄脱落怎么办	230	如何养好茶梅	244
杜鹃花施什么样的肥料好	230	如何栽培郁金香	244
如何无土栽培马蹄莲	231	怎样繁殖美人蕉	245
马蹄莲催花的最好办法	231	怎样使昙花白天开花	245
杭菊和贡菊的辨别	232	如何栽培玫瑰	246
瑞香花冬季如何养护	232	怎样栽培花石榴	246
怎样使月季四季花香	232	怎样使八仙花株形端正	247
养好水仙有三招	233	掌握康乃馨的培植要点	247
龙船花怎样栽培与管理	233	芍药如何分株和播种	247

十一、家庭装修金点子

如何尽量避免装修超支	249	家装如何做到安全环保	251
家居装修三大“节能经”	249	哪些地方不能随便动	253
如何巧用材料	250	家装如何安排家具	254

赶走厨房的三大污染“杀手”	255	墙面问题如何解决	267
怎样把握卧室“风水”	256	计算施工面积的简易方法	267
防水涂料如何选	256	卫生间如何装修实用方便	268
把装修八大错挡在家门外	257	厨房卫生间验收的有效方法	269
什么样的“二手房”必须重新装	258	如何选购耐污型陶瓷便器	269
四招带来家中静音	259	如何识出“不挂垢”的陶瓷洁具	270
装修如何防范遗漏	260	四招保养健康卫浴	270
怎样避免装修纠纷	261	如何用好窗帘饰件	271
装修卫浴间如何防水防电	261	验收地砖简单三招	271
夏季装修十招应对甲醛	262	吊顶用什么做好	272
怎样避免儿童房装修污染	263	电源插座安装存在的误区	273
怎样给老人居室装修	264	如何挑选厨房家电不后悔	273
家有宠物如何装修	264	选购优质橱柜有“八步”	274
复合地板铺装前地面不平如何解决	265	如何选择优质木地板	275
卫浴、厨房如何选择铝扣天花板	266	如何装上满意的灯饰	276
		如何用上坚固的防盗门	277

十二、家居美学金点子

五妙招使房间显得宽敞	278	如何让灯饰照明更美观	286
如何在家中摆放工艺品	278	如何掩盖室内的瑕疵	286
八种方式让自己的家更时尚	279	如何让植物增添居室清凉感受	287
怎样用颜色营造温馨	280	家居清洁十个小技巧	287
如何用家具增加室内空间	281	客厅茶具的清洗窍门	288
古典家具怎样布置好看	282	如何养护强化木地板	288
客厅沙发的摆放技巧	283	布艺沙发的清洗方法	289
善于利用家居配饰	283	地毯除污的五招	289
如何让墙面彰显个性	284	新房油漆味怎么去除	290
书架怎样摆放好看	284	如何防止家具生虫	290
如何设计电视背景墙	285	能吸收有毒化学物质的植物	291

十三、储藏保管金点子

怎样防止食盐受潮	292	玉米储藏方法	301
如何贮存豆腐干	292	豆类储藏方法	302
冬笋简易保鲜小窍门	292	如何贮存大蒜头	302
贮存黄瓜小窍门	292	如何贮存大葱	302
如何保存速冻食品	293	如何贮存生姜	303
冬季保存苹果“三法”	293	贮存洋葱“三招”	303
保存大白菜的窍门	293	怎样防止面食变硬	303
西红柿如何贮存	293	怎样存放牛奶	304
柑橘如何保鲜	294	怎样保存豆腐	304
鸡蛋贮存小窍门	294	面包简单保鲜法	304
存放红枣的方法	294	食品罐头怎样防锈	304
如何长途携带干木耳	294	榨菜简易贮存技巧	304
存放红酒的方法	294	不能一起存放的食品	305
怎样防止米面生虫	295	香烟如何防霉度夏	305
夏季如何存放面粉	295	怎样保养、收藏丝绸服装	305
存放咖啡的窍门	295	合理收藏毛呢服装	305
如何存放油炸花生米	295	怎样收藏棉衣	306
如何存放食用油	296	怎样收藏毛皮服装	306
存放鲜虾米的窍门	296	麻类服装的收藏	306
年糕贮存保鲜窍门	296	适合干洗后再收藏的服装	306
蘑菇如何贮存保鲜	296	换季皮鞋如何收藏	307
绿叶蔬菜贮存保鲜技巧	296	保养长靴的方法	307
米饭防霉保鲜窍门	296	怎样保管书籍	308
防止酱油、醋长白膜的方法	297	如何将古董保管得更好	308
怎样贮存板栗	297	如何保管好古字画	309
月饼存放有讲究	297	长久保管钱币的技巧	309
如何保存蜂蜜更营养	297	如何保管好邮票	310
辣椒储藏方法	298	如何保管照片	310
茶叶的储存方法	299	换季化妆品的保存	311
如何保管稻谷	300	正确储藏花卉种子	311
小麦如何储藏	301		

十四、衣物洗涤金点子

真丝绣衣的正确清洗	313	怎样去除运动鞋臭味	319
清洗羽绒服的妙招	313	如何清除皮包上的污渍	320
巧除衣物上的汗渍	314	白衣服洗得更白的窍门	320
洗衣服不掉色的妙法	314	清洗白球鞋的窍门	320
教你六招烫衣服的窍门	314	巧去口香糖的窍门	320
纯棉衣服的洗涤方法	315	去除衣服异味的窍门	320
如何保养冬季服饰	315	在家怎样干洗羊绒衫	321
防止牛仔裤掉色的方法	316	毛衣洗涤的窍门	321
防止白色丝衬衫变黄的方法	316	恢复缩水毛衣的小窍门	321
黑色衣服褪色时的补救法	316	不宜用洗衣机洗涤的衣物	322
衣服染上了色污怎么办	316	不同的织物霉点去除法	322
怎样巧洗兔毛织物	317	衣服泛黄的解决方法	322
怎样洗涤拉毛织物	318	胸罩去污的几个小妙招	323
怎样洗涤骆驼毛	318	给毛巾消毒的有效方法	323
怎样洗涤毛皮服装	318		

十五、厨房对策金点子

炒菜怎样掌握火候	324	砧板如何防裂	328
什么时候放盐恰当	325	做饭防溢方法	328
正确使用食物保鲜膜	325	巧蒸蛋羹最方便	328
简单方法去除米饭糊焦味	326	怎样减少厨房抹布细菌	328
炖肉盐放多了怎么办	326	不同食物放冰箱是有讲究的	328
如何炒肉不缩水	326	六种方法让厨房干干净净	329
怎样让炒肉更鲜嫩	326	如何清理厨房排水管	329
怎样不让饺子露馅	327	如何使刀具好用	329
干香菇如何泡发	327	怎样让剪刀恢复锋利	330
怎样泡八宝米	327	巧办法除去顽固水锈	330
怎样煎饺子不糊	327	怎样除掉鱼的腥味	330
新锅不粘锅的处理方法	327	怎样拔鸭毛最容易	330
怎样给砧板消毒	327	怎样煮烂牛板筋	331

如何快速煮烂老黄豆	331
怎样煮粥更好吃	331
怎样做奶油西兰花	331
如何做出又香又软土豆饼	332
如何饭粥同时做	332
使蔬菜营养价值流失的错误习惯	332
冷冻食品正确解冻方法	333
给板栗去皮的技巧	333
如何清洗猪内脏	333
怎样才能清洗干净贝壳类食物	333
如何给不锈钢用品去渍	334
“三招”使海带变软	334
怎样泡发海参	334
怎样自制玛瑙蛋	334
如何炒菠菜保持绿色	334
用什么办法解冻肉馅	335
如何轻松开启罐头瓶	335
微波炉巧做烤鸡翅	335
如何和面不粘盆	335
怎样炒茄子不会黑	336

怎样烧鱼不会碎	336
煮鸡蛋怎样容易剥壳	336
怎样将馒头蒸得又松软又有筋力	337
怎样调制出鲜美的饺子	337
怎样让餐具“防毒”	338
不锈钢锅正确使用方法	338
怎样煮牛奶不溢出	338
怎样清除铝锅黑渍	339
掌握使用消毒柜的方法	339
如何正确使用不粘锅	339
砂锅怎样用才安全	340
铝锅别炒别腌别摩擦	340
生锈铜锅千万别用	340
炒土豆丝如何才能不粘锅	340
如何去除食蟹后的腥迹	341
如何去除瓶内油污	341
怎样防止炒菜时油飞溅出来	341
去除蔬果残留农药的简易方法	341
六招消除厨房蟑螂	342
如何驱除厨房里的蚂蚁	342

十六、常物妙用金点子

牙膏清洁除污的用途	343
牙膏消炎保健的作用	344
牛奶的奇特妙用	344
可口可乐的别样用途	345
柠檬汁的妙用	345
酒精加冰水除汗臭	345
地上有玻璃片怎么办	345
巧开锈锁用铅笔芯	345
肥皂头的用处	345
旧报纸的用途	346
蛋清修复划伤的黑皮鞋	347

鸡蛋壳的妙用	347
胶水防止自行车慢撒气	347
用口红轻松擦亮银首饰	347
西瓜皮的妙用	348
橙子的神奇用途	348
啤酒的妙用	349
花露水的妙用	349
香蕉的特殊用途	350
利用常物快速应对小病	350
白菜的妙用	351
番茄的特殊用途	351

吃豆腐防水土不服	352
吃葡萄治溃疡	352
用食盐洗苹果更干净	352
葱的特殊用途	352
大蒜的妙用	352
核桃的妙用	353
韭菜的妙用	353
葵花的妙用	353
让牙齿快速变白的好方法	353
什么东西可用来驱蚊	354
咖啡的妙用	354
芦荟的妙用	354
如何去除热水瓶中水垢	354
香烟灰的妙用	355

小苏打的妙用	355
桔子皮的非常妙用	355
淘米水的妙用	356
茶在生活中的妙用	357
食用醋的妙用	358
食盐在生活中的妙用	359
苹果有什么妙用	360
生姜的妙用	360
猪蹄的非凡妙用	361
面粉的奇特效用	361
热水在日常生活中的妙用	361
木炭的其它用途	362
竹炭的妙用	362

十七、应酬礼仪金点子

必须知道的送花常识	364
给长辈过生日送什么	365
如何探望病人	366
邻里相处的必要礼仪	366
使用公共场所应注意什么	366
如何拜访搬入新居的邻居	367
握手的标准方式	367
怎样介绍最恰当	368
使用名片的礼节	369
接打电话基本礼仪	369
十种不好的交谈方式	370
把握作客的礼仪	370
如何掌握赴宴的礼仪	371
要注意自己的“吃相”	372
使用筷子有关忌讳	373

正确使用西餐餐具	373
喝咖啡的得体礼仪	374
餐桌上座次礼仪	374
圆桌怎样排座席	374
如何将宴会准备好	375
宴会中主人应该怎样做	376
掌握敬酒的学问	376
待客要注重细节	378
如何送客最舒心	378
情人节如何送花讨对方喜欢	378
新郎新娘在婚礼上的礼仪	379
婚礼有哪些程序	380
如何安排婚宴座位	381
新娘婚纱首饰如何搭配	381