

你日常生活中的教科书

新世纪·新生活·新享受

衣食住行穿用医

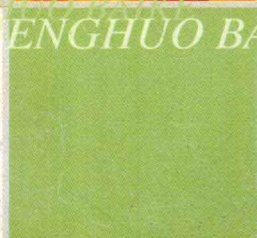
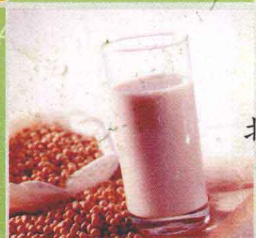
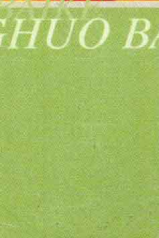
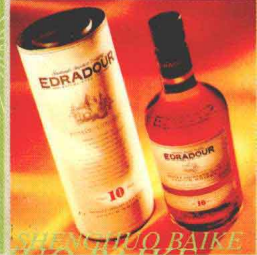
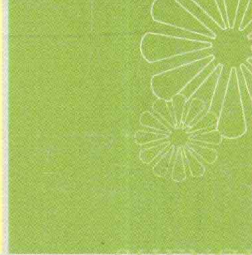
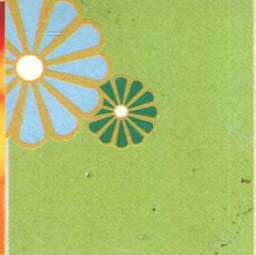
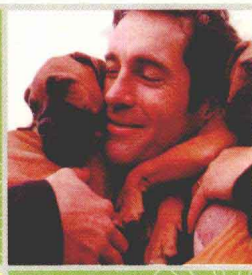
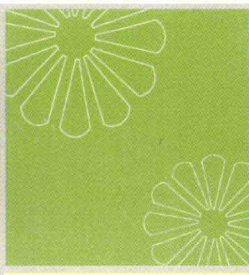
此书涵盖了日常生活中的衣、食、住、行、穿、用、医等方面所需的常识与技巧，
尤为家中必备。

生活百科

SHENGHUO BAIKE

上

袁 坤 / 主编



北京燕山出版社

你日常生活中的教科书

生活百科

袁 坤 / 主编



北京燕山出版社

前言

我们怀着欣喜与激动的心情，开始了新世纪的生活。未来的生活会是什么样子呢？让我们来看看科学家们的回答吧！据未来学家预测：

未来五百天，你将会被一封私人信件深深感动，你会跑到一个从未听说过的乡下去旅游。

未来五百周，人的意识可以像电脑般拷贝装载。

未来五百月，全球范围限制每人只能有一个孩子。

看看吧，未来的脚步将是如此的快捷与不可思议。一方面，我们的生活日益智能化、数字化，电脑和互联网将会在很大程度上主宰着我们大多数人的生活；另一方面，科技前进的脚步又把一个千疮百孔的、受过污染的地球交给我们，以致我们将不得不拿出更多的时间和精力去呵护自身的健康。这一切促使我们的生活观念、健康观念、休闲观念、旅游观念等发生根本性的变化。

但也正如未来学家预测说的那样，有些东西又不曾改变，也不会改变。它们自从被亚里士多德提出以来，人们一直就希望拥有更多。这就是：健康、知识、自尊、朋友和爱。

鉴于上述原因，我们选取了家庭日常、衣食住行、卫生保健、休闲娱乐四个大方面的内容，精选了14类话题，包括家电新知（包括电脑、互联网知识）、家庭理财、日常生活窍门（包括交往等）、服饰、饮食、住房、出行、保健常识、养生常识、茶疗和酒疗、琴棋书画、运动健身、其他休闲（珍养、制作、收藏）等。纵观全书，有六大特点：

1、内容最新。本书紧紧地把握着时代的脉搏，选取人类最新文明进步的成果，绝大多数的知识是最新概括和总结。如电脑、互联网知识、家电新知、理财观念、健康观念、服饰观念、饮食观念、住房



观念、旅游观念、休闲观念、娱乐观念等等。

2、涉及面广。内容涵盖四大方面的14类话题，共1000多个问题。涉及现代生活的方方面面，可以说一册在手，生活少烦恼。

3、重点突出。卫生保健是现代生活的重中之重，共安排了四章的篇幅。目的只有一个，就是在环境不断变化的21世纪，让每一个人了解和掌握更多的卫生保健知识。

4、编排科学。本书先介绍家电知识（包括电脑、互联网知识）、家庭理财、日常生活知识，接着是衣食住行和卫生保健知识，第四篇介绍休闲娱乐知识。

5、实用性强。从家电新知、理财方法、日常生活窍门，到衣食住行、卫生保健、休闲娱乐，无不与日常生活息息相关。特别是第三篇介绍的茶酒养生、茶酒疗方，操作方便，针对性强，十分实用。

6、文字简洁，通俗易懂。本书基本采取问答式，提问简洁，回答准确，尽量用通俗的话语来表达。保证你用最少的时间获取最实用的信息。

本书编写过程中，参考了部分相关书籍和报刊，在此，谨向素未谋面的编者、作者表示衷心的感谢！同时，由于编者水平所限，书中定有不少欠妥之处，敬请读者批评指正，以便再版时修订。

编 者

2000年元月于北京

目 录

第一篇 家庭日常篇

第一章 家电新知

一

- 1.什么是电脑 (2)
- 2.什么是多媒体 (2)
- 3.什么是软件 (2)
- 4.什么是信息高速公路 (3)
- 5.怎样省钱买电脑 (4)
- 6.怎样正确放置电脑 (5)
- 7.怎样保养电脑 (5)
- 8.怎样正确使用电脑 (6)
- 9.怎样正确选择MPEG卡 (7)
- 10.怎样让电脑升级 (8)
- 11.怎样构筑预防
病毒的防线 (8)
- 12.怎样保养手提电脑 (9)
- 13.怎样使用
手提电脑电池 (10)
- 14.怎样选配
适当的显示器 (10)
- 15.怎样选购打印机 (11)
- 16.什么是喷墨式打印机 (11)

- 17.什么是激光打印机 (11)
- 18.怎样进行彩色喷墨打印机
的日常维护 (12)
- 19.怎样选购其他电脑
辅助设备 (12)
- 20.怎样设计家庭电脑房 (13)
- 21.怎样正常使用
和维护UPS (14)
- 22.购买怎样的教育软件 (14)
- 23.如何给自己的
电子邮件加密 (15)
- 24.什么是电子商务 (16)
- 25.网络时代十个规则 (16)

二

- 1.家用电器最怕什么 (16)
- 2.怎样选购平面直角彩电 ... (17)
- 3.如何识别进口原装彩电 ... (17)
- 4.怎样选购彩电 (18)
- 5.使用彩电要注意什么 (18)
- 6.怎样辨别电视台故障 (19)
- 7.首次启用电冰箱
应注意什么 (20)
- 8.如何安全使用洗衣机 (20)
- 9.使用洗衣机注意什么 (20)



- | | | | |
|--------------------|------|--------------------|------|
| 10.如何判断洗衣机故障 | (21) | 6.储蓄种类简表 | (30) |
| 11.哪些衣物不可用 | | 7.如何办理信用卡业务 | (31) |
| 洗衣机洗 | (21) | 8.整存整取、整存零取、 | |
| 12.如何选用空调器 | (22) | 零存整取、活期存款 | |
| 13.空调器的安装中 | | 各有何优缺点 | (31) |
| 应注意哪些问题 | (22) | 9.家庭信贷有哪些优点 | (31) |
| 14.怎样防治空调病 | (23) | 10.助学贷款八条 | (31) |
| 15.怎样选购消毒碗柜 | (23) | 11.第五版百元人民币 | |
| 16.怎样选购吸尘器 | (24) | 十大防伪特征 | (32) |
| 17.怎样合理选购和 | | 12.信用卡的新规矩有哪些 ... | (33) |
| 安装燃气热水器 | (24) | 13.什么是“金卡工程” | (34) |
| 18.怎样选购电须刨 | (25) | 14.办理个人支票 | |
| 19.怎样选购影碟机 | (25) | 的开户手续 | (34) |
| 20.怎样使用和 | | 15.使用个人支票应 | |
| 保养影碟机 | (26) | 注意的一些规定 | (35) |
| 21.怎样选购抽油烟机 | (26) | 16.我国个人外汇买卖 | |
| 22.怎样选购 | | 的范围包括哪些? | (35) |
| 中档价位的手机 | (27) | 17.买卖外汇时应注意什么 ... | (35) |
| 23.什么是可视电话 | (27) | 18.哪些因素会造成 | |
| 24.将来用什么——即将 | | 汇率变动 | (36) |
| 面世的家电新产品 | (27) | 19.什么是股票 | (37) |

第二章 家庭理财

- | | | | |
|------------------|------|------------------|------|
| 1.什么是债券 | (28) | 21.股票投资的 | |
| 2.确定债券价格的 | | 基本原则有哪些 | (37) |
| 因素有哪些 | (28) | 22.投资股票要 | |
| 3.怎样计付债券利息 | (29) | 注意什么 | (37) |
| 4.怎样计算家庭 | | 23.炒股怎样开户 | (38) |
| 购买的债券收益 | (29) | 24.买股票时, | |
| 5.怎样计算国库券收益率 ... | (30) | 怎样比较招股书 | (39) |
| | | 25.挑选新股要注意什么 ... | (40) |
| | | 26.怎样认购新股 | (40) |



第三章 日常知识

—

27.在证券营业部买卖股票	
的步骤分哪几步	(41)
28.怎样观察股市行情	(42)
29.影响股票价格变动的经济	
因素有哪些	(43)
30.影响股票价格变动的	
政治因素有哪些	(43)
31.影响股票价格变动	
的技术因素有哪些	(44)
32.怎样阅读和分析上市公司	
的业绩报告(上)	(45)
33.怎样阅读和分析上市公司	
的业绩报告(下)	(45)
34.股票、息折、印鉴	
丢失怎么办	(46)
35.哪些家庭财产不予保险 ...	(47)
36.怎样办理家庭财产保险 ...	(47)
37.家庭购买保险	
要注意什么	(47)
38.怎样管理家庭开支	(48)
39.怎样学会制订	
“购物准则”	(48)
40.怎样管理家庭消费生活 ...	(49)
41.怎样树立正确的	
购买动机	(49)
42.怎样预测家庭消费倾向 ...	(50)
43.怎样提高家庭消费水平 ...	(50)
44.现代消费需求	
有哪些新趋向	(51)

1.烧酒有什么妙用	(52)
2.茶叶有什么妙用	(52)
3.醋有哪些妙用	(52)
4.领带保养六要	(53)
5.怎样预防化妆品变质	(53)
6.怎样选购热水瓶胆	(54)
7.怎样擦洗水龙头	(54)
8.教你擦洗皮鞋妙法	(54)
9.风油精妙用多	(55)
10.怎样选配眼镜	(55)
11.使用隐性眼镜	
应注意什么	(55)
12.怎样挑选太阳镜	(56)
13.怎样根据脸型选	
好眼镜架	(56)
14.怎样使用和选购凉席 ...	(56)
15.水箱活塞不灵活,	
怎么办	(57)
16.怎样擦洗玻璃	(57)
17.脸盆污垢,怎样去除	(58)
18.怎样去除铝制品污垢 ...	(58)
19.日光灯有噪音,怎么办 ...	(58)
20.怎样选购玻璃器	(58)
21.如何擦洗食具	(58)
22.怎样去除石膏	
装饰品的灰尘	(59)



- 23.怎样消除双手异味 (59)
- 24.怎样处理家中
被污染的物品 (59)
- 25.家庭空气要
常新消毒方法 (60)
- 26.怎样清除家中的
致癌物质 (60)
- 27.食盐妙用多 (61)
- 28.怎样计算K金中
纯金的含量 (62)
- 29.珠宝首饰的形状含义 ... (62)
- 30.珠宝首饰的颜色含义 ... (62)
- 31.怎样去除衣服上的污迹 ... (62)
- 32.怎样保养西装 (64)
- 33.哪些图书版本
有收藏价值 (64)

二

- 1.怎样计算预产期 (65)
- 2.产前检查有哪些内容 (65)
- 3.哪些孕妇要做产前诊断 ... (65)
- 4.孕期饮食要注意什么 (66)
- 5.为何孕妇
宜饮绿茶 (66)
- 6.孕妇宜用
怎样的睡眠姿势 (66)
- 7.怎样注意
孕期性生活卫生 (66)
- 8.什么情况下不宜哺乳 (67)
- 9.小儿每天需要补充多少水 ... (67)
- 10.小儿吃水果应注意什么 ... (67)

- 11.小学前的孩子
应会些什么 (68)
- 12.怎样根据小儿哭声
辨别哪儿不舒服 (69)
- 13.建立孩子健康档案 (69)
- 14.有益幼儿智力
发育的食品 (70)
- 15.儿童适量饮淡茶六则 ... (70)
- 16.孕期应注意五症状 (70)
- 17.四种储蓄要从年轻开始 ... (71)
- 18.怎样培养孩子 (71)
- 19.在儿童教育中怎样发挥
游戏的作用 (72)

三

- 1.女性怎样护养乳房 (72)
- 2.五种妇女不宜留长发 (73)
- 3.脸型不同,化妆有技巧 ... (73)
- 4.中年妇女怎样化妆 (74)
- 5.中年妇女简易
美容操四则 (74)
- 6.美容时要注意什么 (75)
- 7.化妆时怎样
实现淡雅柔美 (75)
- 8.保护皮肤的关键是什么 ... (76)
- 9.如何按摩脸部 (76)
- 10.如何判断头发
属于哪一类 (76)
- 11.中年妇女着装十不宜 ... (77)
- 12.戒指不同戴法,
有不同意义 (77)



13.参加舞会的穿戴	25.探病送食应注意	(88)
应注意什么	26.怎样与人相处	(88)
(77)	27.什么才算有社交风度? ...	(89)
四	28.怎样说实话不伤人	(89)
1.怎样的性格才健康	29.怎样表示歉意	(89)
(77)	30.请人帮忙时要注意什么 ...	(89)
2.女性如何培养魅力	31.初次相会,应回避什么 ...	(90)
(78)	32.怎样度周末	(90)
3.青年人怎样才算成熟	33.博闻强记八法则	(90)
(78)	34.怎样增进记忆	(91)
4.怎样的人才算成熟	35.日常中的八个最佳高度 ...	(92)
(79)	36.环境会影响智力	(92)
5.现代人应具备哪些素质 ...	37.18位身份证号码的次序 ...	(92)
(79)	38.新世纪需要三方面素质 ...	(93)
6.现代社交忌讳什么	39.可致男子不育的	
(79)	“生活杀手”	(93)
7.如何正确地交换名片	40.新世纪父母新标准	(93)
(80)		
8.怎样走路才会有风度	五	
(80)	1.公民个人财产	
9.健康人格十个“自”	包括哪些内容	(93)
(80)	2.公民、法人的名誉权和荣誉权	
10.在社交中怎样建立信誉 ...	受到侵害怎么办	(94)
(81)	3.消费者享有九大权利	(94)
11.怎样恰当地称赞别人 ...	4.怎样识别假冒专利商品 ...	(95)
(81)	5.怎样辨别假冒商标	(95)
12.怎样进行交谈	6.国家确认伪劣	
(82)	商品的新规定	(95)
13.怎样探望病人	7.消费者协会对七类投诉	
(82)	不予受理的规定	(96)
14.旧时常见称谓有哪些 ...	8.国家确定名牌产品标准	
(83)		
15.如何排解夫妻		
情感障碍		
(83)		
16.与婆婆相处的技巧		
(83)		
17.与儿媳相处的技巧		
(84)		
18.丈夫对哪些行为会不满 ...		
(84)		
19.最容易使妻子不满		
的行为有哪些		
(85)		
20.家庭请客要注意什么 ...		
(85)		
21.正确对待儿童的方法 ...		
(86)		
22.怎样创造适合孩子		
健康成长的家庭气氛 ...		
(86)		
23.常用客套话有哪些		
(86)		
24.怎样给病人送花		
(87)		



- 的有关规定 (96)
- 9.进口商品的优质标志 (97)
- 10.怎样识别真假人参? (97)
- 11.怎样识别真假当归? (98)
- 12.怎样识别真假虎骨? (98)
- 13.怎样识别真假鹿茸? (99)
- 14.怎样识别真假阿胶? (99)
- 15.怎样识别真假麝香? ... (100)
- 16.怎样识别真假牛黄? ... (100)
- 17.怎样识别真假熊胆? ... (101)
- 18.怎样识别真假天麻? ... (102)

第二篇 衣食住行篇

第四章 包装自我

——服饰好参谋

一、识别秘诀

- 1.怎样识别服装的号与型 ... (104)
- 2.怎样识别服装上的熨烫,
洗涤符号 (105)
- 3.如何识别服装的
质量好坏 (106)
- 4.选择衣料的七条要诀 ... (106)
- 5.通过燃烧来识别9种
不同的纺织纤维 (107)
- 6.一看二摸三折四拉
识真丝绸 (108)
- 7.怎样识别真假皮革 (109)
- 8.怎样识别各种裘皮 (109)
- 9.怎样识别羊绒衫、
羊毛衫、绒线衫 (110)

- 10.怎样识别牛仔褲的真假 ... (110)

二、服装的选择

- 1.怎样选购高档男西装 ... (111)
- 2.怎样挑选
条格面料的西服 (112)
- 3.怎样选购皮茄克 (112)
- 4.怎样挑选风衣 (113)
- 5.怎样鉴定皮革服装 (114)
- 6.怎样选购针织内衣 (114)
- 7.怎样选配领带 (115)
- 8.怎样快速鉴别高档
服装的质量 (116)
- 9.为你的个性配上色彩
——服装色彩的选择 ... (116)

三、服饰的选择

- 1.聪明的女人,懂得按
形体选衣(上) (117)
- 2.聪明的女人,懂得按
形体选衣(中) (118)
- 3.聪明的女人,懂得
按形体选衣(下) (119)
- 4.怎样根据不同的
肤色选择服装 (120)
- 5.怎样根据不同的
职业选择服装 (120)
- 6.怎样选购胸罩 (121)
- 7.怎样选穿T恤衫 (121)
- 8.怎样选购真丝绣衣 (122)
- 9.怎样根据自己的
身材选择裙子 (122)



10.怎样选购衬裙	(123)	2.西餐宴会须	
11.怎样选择裙带	(123)	准备哪些用具	(133)
12.女性怎样选配手袋	(124)	3.西餐菜肴的基本特点 ...	(134)
13.怎样选择婚纱	(124)	4.西餐餐具的摆放	
14.女性怎样穿西装	(124)	与上菜顺序	(134)
15.怎样选择围巾	(125)	5.各类茶叶的品味、特征 ...	(134)
16.怎样挑选裘皮服装	(126)	6.早餐不可忽视	(135)
17.怎样选购女帽	(127)	7.蔬菜、水果保存三法	(136)

四、足下生辉

1.怎样根据鞋底		10.夏天宜吃点苦味食品 ...	(137)
材料选鞋	(127)	11.夏季多吃醋	(137)
2.怎样鉴别牛皮鞋、		12.五种性格的人，	
猪皮鞋、羊皮鞋	(129)	饮食应注意	(137)
3.怎样选购皮棉靴	(129)	13.特殊工种者的营养	(138)
4.怎样鉴别牦牛		14.消除疲劳的五种食物 ...	(139)
皮鞋的质量	(130)	15.有益智力的四种食品 ...	(139)
5.怎样选购高筒靴	(130)	16.脑的六类营养素	(139)
6.怎样识别旅游鞋		17.保护心脏的四类食物 ...	(140)
质量的优劣	(131)	18.美发食谱	(140)
7.怎样识别胶鞋		19.保护视力的五类食物 ...	(140)
质量的优劣	(132)	20.有利美容的四种食物 ...	(141)
8.怎样识别冰鞋		21.保护皮肤的五种食物 ...	(141)
质量的优劣	(132)	22.能降脂的八种食物	(142)
9.怎样挑选女鞋	(132)	23.清除体内污染的	
		五类食物	(142)

第五章 民以食为天

——饮食有讲究

一、饮食常识

1.吃西餐应了解的常识 ...	(133)	24.可助排铅的七类食物 ...	(143)
		25.用油应注意	(143)
		26.五个巧用盐	(144)
		27.用醋八决	(144)
		28.巧用啤酒调味	(145)



29. 食品安全十大定律 (145)
30. 食物营养与人体健康 ... (146)
31. 一天宜喝多少水 (146)
32. 饮水禁忌四条 (146)
33. 晨起请喝一杯水 (147)
34. 喝啤酒, 有诀窍 (147)
35. 饮用咖啡四不宜 (147)
36. 冷饮五注意 (147)
37. 注意饮料卫生 (148)
38. 酸奶可治厌食症 (148)
39. 饭后“六不宜” (148)
40. 不宜同放的食物 (149)
41. 谨防多吃, 以防尿结石 ... (149)
42. 不能同吃的食物 (149)
43. 如何洗猪腰子 (149)
44. 猪肝食前宜去毒 (150)
45. 羊肉怎样去膻 (150)
46. 如何除鱼腥味 (150)
47. 如何速去鱼鳞 (151)
48. 如何清除鱼胆污染 (151)
49. 怎样保存活鱼 (151)
50. 生吃瓜果如何消毒 (152)
51. 为什么应食用精制盐 ... (152)
52. 如何正确使用味精 (152)
53. 怎样沏茶饮茶 (153)

二、怎样挑选食品

1. 怎样识别啤酒的优劣 ... (153)
2. 怎样识别酒精饮料
质量的优劣? (153)
3. 怎样识别果汁

- 饮料的优劣 (154)
4. 怎样识别矿泉水
质量的优劣? (154)
5. 怎样识别猪肉的鲜劣? ... (154)
6. 怎样识别禽肉的鲜劣? ... (155)
7. 怎样识别火腿的优劣? ... (155)
8. 怎样识别咸肉的优劣? ... (155)
9. 怎样识别肉类的
新鲜程度? (156)
10. 怎样识别鸡肉
质量的优劣? (156)
11. 怎样识别板鸭
质量优劣? (157)
12. 怎样识别冻羊肉
质量的优劣? (157)
13. 怎样识别冻牛肉
质量的优劣? (157)
14. 怎样识别冻猪肉
质量的优劣? (157)
15. 怎样识别罐头
食品的代号? (158)
16. 怎样识别奶粉的优劣 ... (158)
17. 怎样识别酱油
质量的优劣? (158)
18. 怎样识别食醋
质量的优劣? (159)
19. 怎样识别味精
质量的优劣? (160)
20. 怎样识别植物油
质量的优劣? (160)
21. 怎样识别芝麻油



- 质量的优质? (160)
22. 怎样识别花生油
- 质量的优劣? (161)
23. 怎样识别动物油脂
- 质量的优劣? (161)
24. 怎样识别真假燕窝? ... (161)
25. 怎样识别黑木耳
- 质量的优劣? (162)
26. 怎样识蘑菇
- 质量的优劣? (162)
27. 怎样识别香菇
- 质量的优劣? (162)
28. 怎样识别黄花菜
- 质量的优劣? (163)
29. 怎样识别银耳
- 质量的优劣? (163)
30. 怎样识别核桃
- 质量的优劣? (163)
31. 怎样识别栗子
- 质量的优劣? (163)
32. 怎样识别杏仁
- 质量的优劣? (163)
33. 怎样识别红枣
- 质量的优劣? (164)
34. 怎样识别莲子
- 质量的优劣? (164)
35. 怎样识别葡萄干
- 质量的优劣? (164)
36. 怎样识别花生
- 质量的优劣? (164)
37. 怎样识别西瓜的生熟? ... (164)
38. 怎样识别质量好
 的哈密瓜? (165)
39. 怎样识别荔枝
- 质量的优劣? (165)
40. 怎样识别柑桔
- 质量的优劣? (165)
41. 怎样识别活鱼
- 质量的优劣? (166)
42. 怎样识别大米
- 质量的优劣? (166)
43. 怎样识别面粉
- 质量的优劣? (166)
44. 怎样识别饼干
- 质量的优劣? (166)
45. 怎样识别对虾
- 质量的优劣? (167)
46. 怎样识别海参
- 质量优劣? (167)
47. 怎样识别海蟹
- 质量优劣? (167)
48. 怎样识别鱿鱼
- 质量的优劣? (167)
49. 怎样识别贝壳类鲜活
- 质量的优劣? (168)
50. 怎样识别鲍鱼
- 质量的优劣? (168)
51. 怎样识别大黄鱼
 和小黄鱼? (168)
52. 怎样识别海鳗和河鳗? ... (168)
53. 怎样识别鱼翅
- 质量的优劣? (169)



- 54.怎样识别海带
质量的优劣? (169)
- 55.怎样识别紫菜
质量的优劣? (169)
- 56.怎样识别茶叶
质量的优劣? (169)
- 57.怎样识别红茶
质量的优劣? (170)
- 58.怎样识别绿茶
质量的优劣? (170)
- 59.怎样识别乌龙茶
质量的优劣? (171)
- 60.怎样识别陈茶? (171)

第六章 家居装修装饰

一、好想有个家

- 1.什么是房屋产权登记 ... (172)
- 2.房产产权的11个类别 ... (172)
- 3.购房“五证”要齐全” ... (173)
- 4.估价报告书的基本内容 ... (173)
- 5.购房先查产权状况 (174)
- 6.购买房产前的九个“?” ... (175)
- 7.购房把好四关 (175)
- 8.慎签购房合同 (176)
- 9.不允许出售的私宅 (177)
- 10.八种不能买的房 (177)
- 11.不可或缺的
房屋买卖合同 (177)
- 12.处理房屋买卖合同

- 纠纷技巧 (178)
- 13.房地产交易除缴税外
还要缴纳的费用 (179)
- 14.房地产经营的种种税项 ... (179)
- 15.慎签定金条款 (180)
- 16.期房购买六项注意 (180)
- 17.怎样进行房屋保险 (180)
- 18.住宅保险包括哪些
内容和要求? (181)
- 19.什么是房屋保险合同 ... (181)
- 20.申请公积金贷款买房
应考虑哪些方面? (182)
- 21.教你买房十招 (183)
- 22.计算房屋面积的诀窍 ... (183)
- 23.怎样检查房屋质量 (183)
- 24.健康住宅十五标准 (184)

二、家居要温馨

- 1.居室美化装饰的
十一条基本原则 (184)
- 2.居空美化装修中
应注意的四个问题 (185)
- 3.家庭装饰八项注意 (185)
- 4.扩大居室空间
的六种方法 (186)
- 5.怎样进行装修预算 (186)
- 6.门厅的色彩装饰 (187)
- 7.卧室装饰的基本原则 ... (187)
- 8.怎样选择卧室的色彩 ... (187)
- 9.给卧室一个温馨背景 ... (188)
- 10.什么是整体厨房 (188)



11.怎样制作厨房工作台 ... (189)	木质家具 (200)
12.卫生间装修	35.怎样选择书房家具 (201)
注意安全细节 (189)	36.现代茶几的种类 (201)
13.顶棚装饰要点 (189)	37.怎样选择合适的茶几 ... (202)
14.墙面装饰注意事项 (190)	38.装修可分阶段验收 (202)
15.能“吸烟”的绿色壁纸 ... (190)	39.住房装饰装修
16.壁纸的主要种类 (191)	如何验收 (203)
17.装饰画——墙上的风景 ... (191)	40.目前楼市的
18.地面装饰的几大原则 ... (192)	四种住宅结构 (203)
19.怎样选购复合地板,	41.物业公司对哪些
施工时应注意什么 (193)	行为有权制止 (203)
20.怎样检查和评价细	42.十一种住房纠纷
木制品质量 (193)	可向法院起诉 (204)
21.木地板的安装和	
验收、养护 (194)	
22.怎样选购地毯 (194)	
23.怎样识别瓷砖的质量 ... (195)	
24.介绍三种窗帘	
檐楣的样式 (195)	
25.照明方式与类型	
大体有哪些 (196)	
26.怎样按使用要求配光 ... (197)	
27.怎样按功能区分,	
给不同房间配光 (197)	
28.怎样制作筒形灯罩 (198)	
29.装饰灯具的注意事项 ... (198)	
30.布艺作用表现在哪里 ... (199)	
31.如何选配布艺 (199)	
32.家居的灵气 (200)	
33.怎样营造气氛 (200)	
34.夏季如何保养	
	第七章 一路顺风
	1.怎样选择旅游
	地点和路线 (205)
	2.怎样准备旅游用品 (205)
	3.旅游的注意事项有哪些 ... (206)
	4.怎样选购旅游食品 (206)
	5.夏季外出旅游时
	应怎样预防中暑呢? (207)
	6.冬日旅游,五大乐趣 (207)
	7.如何坐轮船 (207)
	8.你懂得轮船的
	“语言”吗 (208)
	9.如何坐火车 (208)
	10.什么样的人可以
	买半价票 (209)
	11.退票、补票和罚款



- 的规定有哪些 (209)
12. 如何托运行李 (210)
13. 列车常识有哪些 (210)
14. 坐汽车要注意什么 (211)
15. 晕车晕船如何预防 (212)
16. 旅游时怎样保健 (212)
17. 春节旅途如何保健 (212)
18. 怎样辨别方向 (213)
19. 夜间判断距离九方法 ... (213)
20. 长途旅行中的
保健知识 (214)
21. 雷电中自我保护七法 ... (214)
22. 出门旅行, 开口有讲究 ... (214)
23. 骑自行车旅游 (215)
24. 摄影艺术的表现
方法有哪些 (215)
25. 祖国各地的
名产有哪些 (216)
26. 各地三宝有哪些: (216)
27. 购买飞机票
需要什么证件 (217)
28. 购票、乘机为何要持
本人有效身份证件 (217)
29. 航空客票有几种 (217)
30. 什么叫定座, 乘机
为什么要定座 (217)
31. “航空座位再证实”
有何规定 (218)
32. 飞机的票价是
怎么确定的 (218)
33. 国内航空优惠
票价有何规定 (218)
34. 机场为何要收旅客
的建设管理费 (218)
35. 旅客变更航空
客票有何规定 (218)
36. 怎么办理航空客票签转 ... (219)
37. 航空客票的
有效期是多久 (219)
38. 为什么航空客票
转让涂改无效 (219)
39. 航空旅客退票
有哪些规定 (219)
40. 航空旅客自愿退票
退票费有哪些规定 (219)
41. 航空旅客非自愿退票
退票费有哪些规定 (220)
42. 航空旅客因病退票
有哪些规定 (220)
43. 航空旅客遗失
客票怎么办 (220)
44. 团体航空旅客购票和退票
有哪些规定 (220)
45. 旅客乘机有特殊
要求何时提出 (221)
46. 停止办理乘机手续
的时限是多少 (221)
47. 为什么在航班离站前半小时左右
就停止办理乘机手续 ... (221)
48. 什么是误机?
旅客误机怎么办 (222)
49. 航空运输的行李



- 有哪几种 (222)
- 50. 航空运输行李, 为什么对包装、重量和体积有严格要求 ... (222)
- 51. 托运的航空行李有何要求 (222)
- 52. 航空旅行为什么对旅客随身携带物品要作严格限制 (223)
- 53. 航空旅行免费行李额规定是怎样的 (223)
- 54. 航空旅行行李托运有何手续 (224)
- 55. 航空旅行行李逾重怎么办 (224)
- 56. 行李声明价值携带有何规定 (224)
- 57. 航空旅行哪些行李和物品不能运输 (224)
- 58. 航空旅行行李的变更和退运有何规定 (225)
- 59. 航空旅行, 小动物运输有何规定 (225)
- 60. 航空旅行, 违章行李怎么处理 (225)
- 61. 哪些人不能乘坐飞机 ... (226)
- 62. 航空旅行, 对旅客和行李为什么要进行安全检查 (226)
- 63. 航空旅行, 安全检查的规定有哪些 (226)
- 64. 航空旅行, 安全检查的主要内容又有哪些 (226)
- 65. 航空旅行, 安全检查的方法有哪几种 (227)
- 66. 航空旅行, 安全检查时, 为什么要旅客脱帽、打开手提包、照相机 ... (227)
- 67. 什么是隔离区 (227)
- 68. 为什么要设隔离区 (227)
- 69. 航班为什么会延误或取消 (228)
- 70. 航班信息经常变化的原因 (228)
- 71. 航班延误或取消后膳宿服务有何规定 (229)
- 72. 延误或取消航班的旅客, 为什么不能优先乘坐后续航班 ... (229)
- 73. 航班取消, 旅客再登机为什么要重新办理登机手续 ... (229)
- 74. 什么是漏乘、错乘? 旅客漏乘、错乘后怎么办 ... (229)
- 75. 飞机的座位是怎样划分的 (230)
- 76. 为什么有的飞机规定座位在前舱的旅客先上后下 ... (230)
- 77. 飞机在经停站为什么要让过站的旅客后下先上 (230)
- 78. 旅客进入客舱的注意事项 (230)
- 79. 客船有哪些治安规定 ... (231)
- 80. 飞机上为何不准吸烟 ... (231)
- 81. 飞机滑行、起飞、降落时