

节约中国系列丛书

康宁 编著

家庭节约 一点通

时尚版



中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY&COMMERCE ASSOCIATED PRESS

节约中国系列丛书

家庭节约一点通

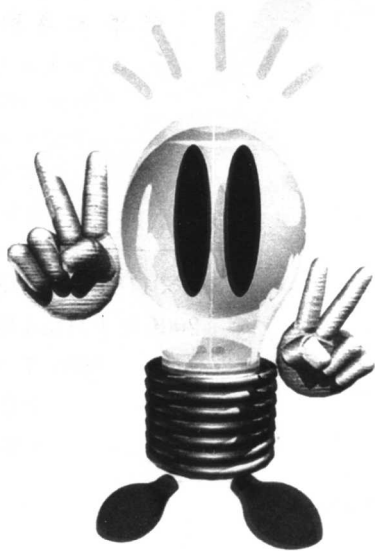
时尚版

本书编委会名单：

主编：康宁

策划：协和

编委会成员：许银萍 何禾 其殊 赵阳



中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS

责任编辑: 协 和

封面设计: 山水美源

图书在版编目(CIP)数据

家庭节约一点通: 时尚版 / 康宁主编. — 北京: 中华
工商联合出版社, 2006.1

(节约中国系列丛书)

ISBN 7-80193-358-3

I. 家... II. 康... III. 家庭—节约—方法

IV. TS976.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 150453 号

中华工商联合出版社 出版、发行

北京东城区东直门外新中街 11 号

邮编: 100027 电话: 64153909

网址: www.gsllcbs.com.cn

北京市安泰印刷厂印刷

新华书店总经销

850 × 1168 毫米 1/32 印张: 16.375 360 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7-80193-358-3/Z·106

全套定价: 33.60 元

本册定价: 16.80 元



前言

众所周知，能源、原材料、水、土地等自然资源是人类赖以生存和发展的基础，是经济社会可持续发展的重要的物质保证。随着经济的发展，资源约束的矛盾日益凸现，一些主要原材料、能源、水、土地纷纷告缺，资源的利用与保护再次成为人们关注的焦点。

俗话说，巧妇难为无米之炊。经济发展离不开资源的支撑，资源的承载能力也制约着经济的发展，而许多资源却并不是取之不尽、用之不竭的。因此，建设节约型社会已成当务之急。而家庭是组成社会的基本单位，因此节约型社会的建设，首先应从家庭做起。正是基于这种认识，我们编写了这套《家庭节约一点通》。

该书力求尽可能考虑到家庭生活的方方面面，为大家收罗生活中的节约窍门，并针对不同的年龄阶段特点，将其分为《经典版》和《时尚版》。《经典版》主要侧重于居家生活的窍门，从节水、节电、节气等诸多方面，介绍了家庭节约窍门；《时尚版》尝试将各种新的生活方式融



入到节约的理念之中，以求给读者带来最新的生活体验，比如利用网络的便利购买打折图书、介绍如何选择二手商品、女生美容DIY等。当然，节约无止境，我们不可能在有限的篇幅内，穷尽所有的节约点子。希望本书能够起到抛砖引玉的作用，激发您的节约创意，让我们与您共同创造幸福生活。

由于编者水平有限，书中存有不足之处在所难免，恳请广大读者批评指正。

编者



目录

美容篇

化妆品购买窍门	3
化妆品养护窍门	13
DIY	15
健身窍门	27

服饰篇

购买窍门	33
养护窍门	41
洗涤窍门	49

旅游篇

出国旅游如何省钱	61
打折机票伴你出行	63
旅游省钱窍门	67
欧洲旅游如何省钱	69
巧选旅馆省费用	71



预订酒店怎样最省钱	73
外出旅行看好你的行李	76

留学篇

留学汇款巧省钱	83
出国行李怎样托运最划算	86
留学法国如何节约	87
留学美国：苦中作乐巧省钱	89
留学澳洲如何省钱	91
留学英国节约之道	93
在加拿大留学如何省钱	95
降低留学成本十大捷径	99

家电篇

选购窍门	107
使用窍门	114
保养窍门	134

汽车篇

驾驶窍门	147
保养窍门	155
清洁窍门	162



节水篇

洗衣节水窍门	169
卫生间节水	183
大扫除不忘节水	190
厨房节水窍门	193
绿化节水窍门	204

节气篇

节气小窍门	211
节气做饭好方法	213
改变做饭习惯	215

二手篇

三招识别二手VCD	221
二手传真机选购窍门	222
二手书刊	223
二手电脑你准备好了吗	224
二手手机购买技巧	226
二手彩电选购窍门	230
二手家具选购技巧	231
选购二手相机小窍门	233

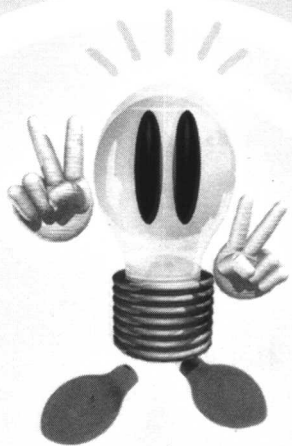


4

二手自行车选购须知 235

理财篇

家庭理财小技巧 239



美容篇

又到了月底，荷包空空了，但美容品却是女性消费不可缺少的一大支出，她们的美容宣言是：“即使花去大把银子也要保住年轻和美貌。”要知道，不花钱或是花很少的钱，也可以让你美起来。如果说，消费是女人的一种时尚，那么，理财更是女人的一种美德。善于理财不同于吝啬金钱，而是懂得驾驭金钱，让它更好地为自己服务，而这已成为现代女性的一种潮流。本章将指导你用极少的花费以及简单有效的方法，达到健康美丽的目的。



化妆品购买窍门

◎巧购价廉物美化妆品

爱美是人的天性，老化是必经的道路，谁不想要细致的皮肤、漂亮的妆容呢？而化妆品对于女性来说，则是不可或缺的美丽源泉。目前市场上的化妆品琳琅满目，但价格也不菲，如何购买到适合自己且价廉物美的化妆品呢？

多多试用再购买

化妆品专柜一般都有试用装，建议MM们不妨多试用几种，不然买回家去再发现不合用，银子就白花了。化妆品这个东东，最贵的不一定是最好的，因此要充分利用试用品才能找到最适合你的。人的肤色大体可以分为冷色和暖色两种：弄清一种颜色是否适合自己的关键是：你用了它之后，拿着镜子离开一段距离看整张脸，脸上的痘痘和瑕疵是否显得淡了，脸色是否显得均匀了，如果不是，那这种颜色就不适合你，还是不买为好。

根据用量确定购买分量

当每个月用量较多时，就尽量购买大包装产品，比如洗发水、润肤霜、面膜和清洁剂，通常大包装因减少包装程序而更实惠，而彩妆品的选择上则要尽量购买小包装产品，因为它们一经使用，保质期就会缩短。如果在变质前用不完就只有丢掉的份，当然会造成浪费。这里最要注意的是睫毛膏，它的寿命通常为6个月。



购买换季产品

化妆品中有些产品是属于季节性的，例如防晒霜在夏天使用得很多，但别的季节使用得就相对较少一些；保湿霜在冬天和秋末、初春使用得比较多，而在夏天就使用得较少。有的厂家为了周转资金和减少产品积压，会将这些季节性产品进行削价处理，在这个时候购买当然是最划算的，而且一般也不会出现产品过期问题，因为化妆品的保质期一般都是2—3年，植物成分不加防腐剂的产品，保质期也在1年以上。

购买正在创牌子的产品

并非使用高档知名的化妆品才能化出美丽的妆容，现在市场上一些正在创牌子的产品不但质量好而且价钱便宜，因为厂家的目的是要大家了解、认可自己的产品，所以在质量上不敢有一点放松，同时也尽量压缩利润，让大家接受产品的价格。当然，挑选这类产品一定要是正规经营的商家，不要随便相信传销产品，因为推荐者往往将其产品吹得天花乱坠，品质上自然会有一定折扣。

购买简装

现在的化妆品分为简装与精装，别看包装精美，其实它们的包装价格也不菲，你的银子可能大部分已经花在包装上了，所以建议MM最好买简装的化妆品。例如很多粉饼其实是分开来单卖粉芯和粉盒的。如果你有固定使用的牌子，不妨留好盒子，下次直接买粉芯好了。或者你只是放在家里用，并不携带，那就干脆只买个粉芯，粉芯的包装其实也是蛮好的。

小样拿回家

好多品牌，购买之后专柜小姐一般会赠送一些小样给你，如果她没有主动送你，你也可以索要。日积月累，这些小样也会让你



省掉不少用于化妆品的支出呢。出差的时候，这些小东东还能派上大用场，从现在做起，逛商场时不妨把化妆品小样带回家哦。

逛药店

药店里也卖护理型的美容产品，比如润唇的、护肤的，它们最大的好处就是，比起百货店美容专柜的产品来，简直是超级便宜。

加入会员制俱乐部

目前有一些美容化妆品公司以会员的形式或俱乐部的形式来销售他们的产品，一般来讲，这种公司的产品市场价位都比较高，而且产品需要使用一段时间以后才能看出效果。公司在销售产品的同时，与消费者联络感情、结交朋友、跟踪服务也是另一种很好的营销策略和手段。因此，当你成为它的会员后，不但可以享受优惠的产品价格，而且还有其他的服务为你带来方便。

善用代替品

最好的一个例子是买一种中档化妆品中的精华保湿露代替昂贵的眼霜，专门用于睡前眼部滋养，效果相当好。另外可以用婴儿油代替沐浴后的全身滋润霜，价廉而又无刺激性。还可以自购一些卫生棉剪成许多小圆片，代替化妆棉来卸妆。

专卖店的特色产品

在专卖店买产品也有窍门，细心观察，你也许会发现，每个星期或是每个月，专卖店都会推出一些特色产品降价销售，意在吸引更多的消费者。例如100元一支的唇膏，在某个月期间，每支只卖60元。而月月推出不同的产品，这无疑是积少成多的好机会。

除了以上几个购买化妆品的原则外，要想省钱、省时、省力，还得把钱花在用得次数最多、颜色最适合自己的化妆品上，不常用的色彩绝对不要买，要抗拒住诱惑，才能对得起荷包。这样就



不会一边扔，一边心里滴血了，而且这些精选出来的化妆品使用频率极高，相对来讲花的钱极少。其次，买化妆品千万不要赶潮流，尤其小心广告陷阱，不要因为赠品打折而去买自己不太需要的化妆品，一定要确定会经常用再买，要买最适合自己的，否则买回来的化妆品没怎么用就直接下岗了。最后，任何一种化妆品别买超过两支，因为在没过期之前根本用不完，尤其是唇膏，过期了就绝对不能用了，只有扔掉。

◎如何选购正品化妆品

购买化妆品时，首先要检查产品的外包装。正规产品的外包装上应标有如下证号：

1. 卫生许可证，如卫妆准字29(代表省份)-xk(代表许可)-1679(代表批号)

2. 生产许可证，如 xk16-1083529

3. 执行标准，如 AB-02，多由厂方自行编号

4. 如果是特殊用途化妆品，应标有特殊类化妆品批号，如 QG(97)卫妆准字25(代表省份)-QG(“特殊化妆品”标记)-07(代表类别)-0907(代表序号)

其中，特殊用途化妆品的类别又细分为：01 育发、02 染发、03 烫发、04 脱毛、05 美乳、06 健美、07 除臭、08 祛斑、09 防晒。如果属于此九种化妆品之列，其产品包装上一定要有特殊类化妆品的批号，1999年5月份以后的批号改为“卫妆特字(年份)第0000号”。若没有这两种批号中的任一种，则属三无产品，谨慎选购。

5. 如果是进口化妆品，1999年5月份以前的批号为(91)卫妆准字02(代表类别)-JK(代表进口)-0011号，1999年5月份以后的批号改为“卫妆进字(年份)第0000号”。其中，进口化妆品的类别



细分为：01 发用类、02 护肤类、03 美容修饰类、04 香水类。

6. 最后也是最重要的，就是检查生产日期和保质期。

◎如何鉴别香水质量

几乎没有女人是不爱香水的，随着商务文明的不断发展，越来越多的男士也开始使用香水。但是在初次购买的时候您是不是有这样的烦恼，什么样的香水才是好香水？其实鉴别香水的质量好坏，主要看香水的色泽、香味及包装。

香水的色泽

优质的香水必须是清澈透明、清晰度高的液体，无任何沉淀。一般不含色素，在 30℃ 下，经 24 小时不变色。

香水的香味

优质的香水香味纯正，并能保持一段时间。无刺鼻的酒精气味及其他令人不愉快的气味。根据香味的稳定性和香料的成分，香水和花露水分为特级和甲、乙、丙级四个等级。幻想型的特级香水洒在纺织品上，在一定条件下，其香味应该保持不少于 70 小时，花香型的不少于 60 小时。日常用的优质香水属于甲级产品。乙级和丙级的香水和花露水基本用于卫生目的。

香水的包装

取悦女人嗅觉的香水，其促销却常常要靠香水商品的视觉形象。如同其他商品一样，包装精细之处往往是体现了商品的内在质量。香水的外包装是香水内在质量的一种显示。在鉴别香水质量时，要特别注意香水瓶的密封情况，瓶口与瓶盖之间要严密无间隙，否则易导致酒精挥发干涸。此外，还要注意香水包装是否整齐，图案是否清晰，瓶外观有无裂纹等疵点。若带喷头的香水瓶，还应检查喷头是否灵活，有无泄漏。



◎化妆棉挑选保养有讲究

美容、化妆离不开化妆棉，因此，化妆棉对于我们的肌肤健康来说至关重要，一定要注意对它的挑选、使用和保养。

在挑选化妆棉时，主要以它的触感和弹性为判定的首要因素。摸起来应该有柔软的触感，并且富有延展性。由于化妆棉怕光，包括商店里的灯光都有可能损坏它的质量，所以在购买化妆棉时，如果是挂成一排的陈列方式，不要拿第一个，而应拿其后面的，因为后面的化妆棉不会享受很多的“日光浴”。另外一个最实际的辨别方式是将化妆棉对折，互相搓一搓。如果没搓几下就掉棉屑，当然就不能选用。

另外，非一次性的化妆棉用久了，就会脏污，为了延长它的寿命，最好每次用完后就好好洗一洗，如果实在是没有时间，那最少也要一星期洗一次。将它放在清水里轻轻搓揉，拿起后用双手压干，平放在干燥通风的地方。不可放在潮湿处，否则就会有霉菌侵袭；还要注意不能有强光的照射。一般来说，化妆棉的寿命大约是1年左右。对于每天上妆的人，最好3个月到半年就更换一次，以确保肌肤永远娇嫩细腻。

◎选用洗面奶有“四招”

选择洗面奶关键是要根据自己的皮肤属性和不同季节、环境变化等因素选用适合自己的洗面奶产品，大体应该注意以下四个问题。

一是首选大商场、大超市，并选择规模较大、产品质量和服务质量较好的知名企业产品。购买前检查包装盒上的标签内容是否齐全，标签内容应包括产品名称、制造者的名称和地址、净含量（净容量）、生产日期和保质期等。进口化妆品应标明进口化妆品卫