

中国民间文化丛书

万事不求人手册

严摇锴摇主编

华龄出版社



目摇摇录

居家建造

七种不能买卖的房屋	(员)
买房时要签订购买合同	(员)
买房十要诀	(圆)
怎样计算房屋面积	(猿)
谨防“搬迁新居综合征”	(猿)
室内装潢材料与健康	(源)
居室装修应注意安全	(缘)
如何选用防水涂料	(缘)
居室地面装修用什么材料好	(远)
“健康型”多彩涂料	(苑)
防潮防霉家用壁纸	(苑)
如何保养塑料地板	(愿)
地毯的使用和保养	(愿)
怎样铺地毯	(怨)
居室门前放置棕垫好	(怨)
新一代厨房标准	(怨)
厨房装修误区	(员园)
居室装修时的四项原则	(员园)
家庭装饰八项注意	(员员)
粉刷墙面小窍门	(员员)
粉刷墙面的几个关键问题	(员员)
房间布置六要素	(员猿)
怎样美化结婚新房	(员猿)
布置卧室的诀窍	(员源)



摇员



插图

居室色彩巧安排	(150)
怎样使房间“大”一些	(151)
怎样布置书房	(152)
怎样布置厨房	(153)
怎样选择客厅灯具	(154)
怎样选择茶几	(155)
家具颜色的选择方法	(156)
怎样选择沙发	(157)
家具放置三原则	(158)
家具的保养方法	(159)
旧家具换新法	(160)
怎样保护木家具	(161)
清洁家具十二法	(162)
家庭简易消毒五法	(163)

理财购物

计算债券利息的三种方法	(164)
计算债券收益率的三种方法	(165)
国库券收益率的计算方法	(166)
不同存款种类的优缺点	(167)
何谓“金卡工程”	(168)
信用卡有哪些新规定	(169)
助学贷款八原则	(170)
怎样办理个人支票开户	(171)
使用个人支票的六原则	(172)
我国个人外汇买卖的范围	(173)
买卖外汇的注意事项	(174)
什么是股票	(175)
什么是 粤股、月股、匀股	(176)
股票投资应遵循的三项基本原则	(177)
投资股票应尽量避免风险	(178)



怎样比较招股书	(猿)
认购新股的两种方法	(猿)
如何判断股市行情	(猿)
影响股票价格变动的经济因素	(猿)
影响股票价格变动的技术因素	(猿)
家庭财产保险的办理方法	(猿)
不予保险的家庭财产有哪些	(猿)
怎样的家庭消费才算合理	(猿)
要树立正确的购买动机	(猿)
科学预测家庭消费趋势	(猿)
消费者应具备自我保护意识	(猿)
怎样识别灌水猪肉和死猪肉	(猿)
怎样选购猪肝	(源)
怎样选购香肠	(源)
怎样挑选香菇	(源)
怎样选购蜂蜜	(源)
怎样辨别蜂蜜的真假优劣	(源)
怎样辨识掺假的香油	(源)
鲜蛋冷水鉴别法	(源)
蛋的灯光鉴别法	(源)
怎样挑选松花蛋	(源)
怎样选购虾皮	(源)
如何购买熟肉制品	(源)
怎样选购鱼、肉、蛋	(源)
怎样鉴别奶粉	(源)
怎样选购速冻食品	(源)
怎样选购干货制品	(源)
怎样鉴别银耳	(源)
怎样鉴别黑木耳	(源)
怎样选购月饼	(源)
怎样选购羊毛衫	(源)
高档服装要“穿出来”	(源)





摇原

怎样选购冬季服装	(源)
胸罩尺码的选择	(源)
怎样选择游泳衣	(源)
怎样挑选毛线	(缘)
怎样识别真丝绸与化纤绸	(缘)
呢绒面料的选择方法	(缘)
凉爽柔软舒适的人棉绸	(缘)
好的皮革是否有皱褶	(缘)

机械购用

柴油发动机的常见故障有哪些	(缘)
柴油机为何启动困难	(缘)
防止柴油机缸体出现裂纹	(缘)
柴油机“飞车”怎么办	(缘)
怎样防止柴油机“捣缸”	(缘)
柴油机为何自动熄火	(缘)
水箱“开锅”怎么办	(缘)
柴油机为什么冒黑烟	(缘)
怎样选购拖拉机	(缘)
拖拉机的磨合及保养	(缘)
拖拉机的使用和维护	(缘)
怎样选购农用运输车	(远)
农用运输车的使用方法	(远)
农用运输车的维护和保养	(远)
怎样使用变速杆	(远)
农用运输车的载货规定	(远)
倒车时应注意什么	(远)
怎样保证行车安全	(远)
怎样安全通过铁道路口	(远)
通过隧道涵洞时应注意什么	(远)
怎样掌握行车中的安全车距	(远)



怎样掌握行车中的安全侧距	(远韵)
在坡道上失控下滑怎么办	(远韵)
在泥泞道路上打滑怎么办	(远韵)
在冰雪路面上行车应注意什么	(远韵)
在积水路面上行车应注意什么	(远韵)
农用车上、下渡船应注意什么	(远韵)
恶劣天气驾车应注意什么	(远韵)
在公路上会车应注意什么	(远韵)
在公路上超车应注意什么	(远韵)
变速箱为什么会乱挡	(远韵)
农用运输车跑偏的原因是什么	(远韵)
行驶途中翻车怎么办	(远韵)
农用运输车着火怎么办	(远韵)
使用铧式犁应注意什么	(远韵)
怎样维护和保养铧式犁	(远韵)
怎样选用旋耕机	(远韵)
使用旋耕机应注意什么	(远韵)
旋耕机的维护和保养	(远韵)
怎样选购播种机	(远韵)
使用播种机应注意什么	(远韵)
播种机的维护和保养	(远韵)
怎样选购联合收割机	(远韵)
怎样正确使用联合收割机	(远韵)
联合收割机的维护和保养	(远韵)



摇象

安保防护

农村规划与防火要求	(远韵)
农村住宅的防火措施	(远韵)
农村住宅的火灾成因	(远韵)
液化石油气炉的防火	(远韵)
汽车、拖拉机库的防火	(远韵)

万事不求人手册



遥远

灭火的基本方法	(愿园)
人身着火的扑救	(愿园)
沼气防火	(愿园)
家电使用安全	(愿园)
农村安全用电	(愿园)
防范扒窃	(愿园)
预防农药中毒	(愿园)
地震的防范措施	(愿园)
遭遇抢劫时的自卫技巧	(愿园)
遭遇绑架时的自卫技巧	(愿园)
亲人被绑架后的自卫技巧	(愿园)
防范绑架	(愿园)
戳穿拐卖妇女的图谋	(愿园)
被拐卖自卫技巧	(愿园)
防范强奸	(愿园)
遭遇强奸时的自卫技巧	(愿园)
遭遇诈骗时的自卫技巧	(愿园)
什么是正当防卫	(愿园)
外出打工的准备工作	(愿园)
打工守则	(愿园)
要签劳动合同	(愿园)
当保姆须知	(愿园)
当服务小姐须知	(愿园)
当建筑工须知	(愿园)
安全防护	(愿园)

权益保护

消费者的权利有哪些	(愿园)
经营者在什么情况下要承担民事责任	(愿园)
如何解决消费争议	(愿园)
如何保护消费者权益	(愿园)



消费者如何投诉	(员愿)
能否私自修理产品	(员愿)
私下交易出争议怎么处理	(员愿)
消费者有权自主选择商品吗	(员愿)
三包商品有无必要投保	(员愿)
美容事故如何处理	(员愿)
要不要签旅游合同	(员愿)
什么是无效劳动合同	(员愿)
劳动者可随时解除劳动合同吗	(员愿)
用人单位可随时解除劳动合同吗	(员愿)
合同有效期内能随意辞退职工吗	(员愿)
劳动者的加班费如何算	(员愿)
雇主与雇工签的“生死合同”有效吗	(员愿)
可以说“工伤概不负责”吗	(员愿)
老人有哪些权益	(员愿)
嫁出去的姑娘有继承父母遗产权吗	(员愿)
“外姓人”有权继承养父母的遗产吗	(员愿)
非婚生子女有权继承父母的遗产吗	(员愿)
儿媳有权继承公婆的遗产吗	(员愿)
继承遗产分先后次序吗	(员愿)



摇苑

法律咨询

怎样告状	(员愿)
律师能提供哪些法律帮助	(员愿)
诽谤别人是否犯罪	(员愿)
毁容是否犯罪	(员愿)
什么是赌博罪	(员愿)
什么是妨碍公务罪	(员愿)
什么是遗弃罪	(员愿)
未成年人伤人是否判刑	(员愿)
他是否犯了强奸罪	(员愿)



告发强奸罪有期限吗	(男秘)
非法同居关系能互相继承吗	(男秘)
雇人逼债犯法吗	(男秘)
溺婴犯什么法	(男秘)
离婚需要哪些手续	(男秘)
配偶有生理缺陷可以提出离婚吗	(男秘)
离婚时由谁先提出有区别吗	(男秘)
离婚为什么要有生效证明	(男秘)
离婚双方子女如何归属	(男秘)
离婚后是否可以要求变更子女抚养关系	(男秘)
继父母该不该赡养	(男秘)
夫妻离婚时,婚前财产如何处理	(男秘)
如何分割家庭共有财产	(男秘)
夫债由妻还吗	(男秘)
寡妇再嫁还要赡养原公婆吗	(男秘)
哥哥可以抚养弟弟吗	(男秘)
如何签合同	(男秘)
如何计算违约造成的经济损失	(男秘)
合伙经营期间的债务如何承担	(男秘)
债务人留下的欠据会失效吗	(男秘)

家庭医疗

某些病的发作时间	(男秘)
老年高血压患者如何保健	(男秘)
心脑血管病人的夏季保健	(男秘)
几种常见的头痛及治疗方法	(男秘)
察颜观病	(男秘)
患了痤疮应合理治疗	(男秘)
类似感冒的过敏性鼻炎	(男秘)
口腔异常现象意味着什么	(男秘)
舌苔与健康	(男秘)



口腔疾病的信号	(员缘)
牙痛不一定是牙病	(员远)
慢性咽炎的治疗与护理	(员苑)
颈椎病患者的自我保健	(员园)
肩周炎应采用综合疗法	(员愿)
如何摆脱背痛折磨	(员怨)
腰部劳损及康复措施	(员园)
观手知健康	(员员)
甲亢病的诊治	(员圆)
肺结核的治疗原则	(员猿)
流感的防治	(员源)
哮喘病的成因及防治	(员缘)
盛夏预防中暑	(员园)
炎夏须防“热伤风”	(员园)
春季人体的三“症”	(员愿)
夏季常见病的防治	(员怨)
秋季常见病的防治	(员怨)
癫痫的预防与治疗	(员园)
神经病不是精神病	(员员)
哪些人易患癌症	(员圆)
防癌守则	(员猿)
五多加五少 防癌十步骤	(员猿)
怎样配备家庭小药箱	(员源)
怎样使用家庭小药箱	(员缘)
哪些人不宜做 载线检查	(员远)
谈谈服药的最佳时间	(员苑)
服药时的姿势	(员怨)
药物过敏反应及其防治	(员园)
慎用消炎镇痛药	(员园)
正确服用维生素	(员员)
急性心肌梗塞的家庭自救	(员猿)
腹泻病人的家庭护理	(员猿)





播园

妇女哺乳期应谨慎用药	(页码)
母亲患病不宜哺乳	(页码)
月经后的保健	(页码)
痛经如何防治	(页码)
乳房常自检 防患于未然	(页码)
乳癌患者十戒	(页码)
妇女与心脏病	(页码)
什么是妇女更年期综合症	(页码)
女性更年期十要	(页码)
新生儿的护理	(页码)
秋冬季谨防婴幼儿腹泻	(页码)
给幼儿服药不可强灌	(页码)
春季谨防小儿“三疹”	(页码)
小儿发热的家庭护理	(页码)
小儿要预防呼吸道传染病	(页码)
腮腺炎要早治	(页码)
小儿哮喘有良方	(页码)
过“补”导致的儿童病	(页码)
步行运动法	(页码)
快步行走有益身心健康	(页码)
健身、走路优于骑车	(页码)
散步——保持健康的最佳途径	(页码)
春季的养生之道	(页码)
夏季的养生之道	(页码)
秋季的养生之道	(页码)
冬季的养生之道	(页码)
健身“三部曲”	(页码)
饭后五不宜	(页码)
走出刷牙的误区	(页码)
适当晒太阳有益健康	(页码)
日常健身六法	(页码)
练腿六法	(页码)



- 音乐健身法 (圆韵)
- 伸懒腰好处多 (圆韵)
- 打呵欠的益处 (圆韵)
- 漱口护齿四法 (圆韵)
- 常梳头益处多 (圆韵)
- 揪耳养生法 (圆韵)
- 有益健康的生活方式 (圆韵)
- 黄金分割律与养生之道 (圆韵)
- 养生四宝 (圆韵)
- 长寿者的立、坐、卧、行 (圆韵)
- 不利健康的生活方式 (圆韵)
- 不良习惯有碍美观 (圆韵)
- 催人早衰的八大因素 (圆韵)
- 健康长寿“五忘诀” (圆韵)
- 睡眠可提高人体免疫力 (圆韵)
- 午睡的益处 (圆韵)
- 睡眠的技巧与姿势 (圆韵)
- 克服失眠八秘诀 (圆韵)
- 非药物治失眠八法 (圆韵)
- 怎样消除脚的疲劳 (圆韵)



播音

喜庆辞令

- 奠基致辞 (圆韵)
- 开业致辞 (圆韵)
- 开业请柬 (圆韵)
- 开业贺幛 (圆韵)
- 开业贺联 (圆韵)
- 新居落成请柬 (圆韵)
- 建房常用对联 (圆韵)
- 乔迁之喜喜联 (圆韵)
- 乔迁之喜贺幛 (圆韵)



插图

同学聚会致辞	(四四)
知青聚会致辞	(四四)
战友聚会致辞	(四四)
开学典礼致辞	(四四)
毕业典礼致辞	(四四)
校庆致辞	(四四)
竣工典礼致辞	(四四)

实用文书

法律文书	(四四)
行政诉讼状	(四四)
刑事自诉状	(四四)
民事起诉状	(四四)
上诉状	(四四)
申诉状	(四四)
申请执行书	(四四)
答辩状	(四四)
遗孀嘱	(四四)
一般书信	(四四)
介绍信	(四四)
证明信	(四四)
感谢信	(四四)
慰问信	(四四)
贺信	(四四)
表扬信	(四四)
申请书	(四四)
条据	(四四)



居家建造

七种不能买卖的房屋

根据国家规定，下列情况中的房屋买卖将受到限制：

❶ 违法或违章建筑。

❷ 房屋产权有纠纷或产权未明确时，该房屋不能买卖。

❸ 著名建筑或文物古迹等，需加以保护的房屋。

❹ 教堂、寺庙、庵堂等宗教建筑。

❺ 由于国家建设需要，征用或已确定为拆迁范围内的房屋，禁止买卖。

❻ 单位不得擅自购买的城市私房。

❼ 买卖享有国家或单位补贴廉价购买或建造的房屋要受一定限制。

买房时要签订购买合同

房屋买卖必须签订书面合同，所以家庭应明确房屋买卖合同的有关内容。

❶ 明确标的物（即房屋）。合同上应写明房屋的地点、结构、质量等，如果房屋有附属物还应一一标明。

❷ 明确房屋价格。这是合同的核心条款。操作上应请当地房管部门对该房屋先进行估价，然后合同双方当事人再进



行协商。

要明确房屋面积。一是注明房屋面积的计算单位，用平方米还是用平方英尺，二是标明所使用的概念，用建筑面积还是使用面积等，一般合同上采用建筑面积。

要明确房价和房屋的交付期限。房屋价格的交付期限要有个时间表，分几个阶段交付完毕；房屋产权的交付期限也要有个时间表，通常是以在房地产管理机关交完契税、办完过户手续的时间为限。

要明确交付方法与地点。房屋的验收、接管，有关手续的登记，房屋价格是现金还是转账、汇兑等等，这些在合同上均须写清楚，明白无误。同时交付的地点也必须写明。

要明确违约责任。任何一方违约，当然应受到经济制裁。故应在合同中标明违约金数额。



插图

买房十要诀

买房要讲究方法，这里向你推荐买房十招：

要晴天不看雨天看。看房屋最好在雨天，因为这是了解房屋承受能力的最好时机。

要白天不看晚上看。了解入夜后房屋附近的噪音、照明、安全情况等。

要不看装修看格局。

要不看地面看墙角。看墙角是否平整，有没有裂缝，有没有渗水。

要不看装潢看做工。尤其是每个接角、窗沿、墙角、天花板等做工是否细致。

要不看窗帘看窗外。

要不看电器看插座。

要不看电梯看楼梯，即安全梯。对于高层建筑来说，如发生火灾，安全梯是唯一逃生之路。

要不看家具看空屋。

要不问屋主问警卫。任何房屋在房主的嘴里都可能是



最好的，而管理员或警卫却了解房屋环境和治安等方面的情况。

怎样计算房屋面积

计算独用面积应包括围绕该户的周边墙体的中心线所包围的面积加上该户的阳台面积，封闭阳台按投影算全面积，不封闭阳台按投影算一半面积；每户所应分摊的公用面积是按该户独用面积在全幢各户独用面积之和所占的比例分摊后求得的。自行车停车库不能算公用建筑面积。



摇滚

谨防“搬迁新居综合征”

乔迁新居，是人们生活中的一大快事。然而，当你正在享受搬迁新居带来的欢乐时，种种危害同时也来到你的身边，你可能会患上头痛、头晕、失眠、心烦、精神不振、咳嗽、流涕、哮喘等疾病。这种在搬迁新居后所得的疾病，被人们称为“搬迁新居综合征”。

为什么会发生这种病症呢？这是因为新建的住房内，各种涂料、水泥、油漆、石灰等建筑材料尚未干透，它们不同程度地含有铅、苯、酚、挥发油等有毒物质。如果室内通风不良，这些建筑材料在干燥过程中产生的毒物，就会在室内积聚成较高的浓度，可通过呼吸道及皮肤进入体内而致病。特别是儿童，由于抵抗力差，机体解毒能力弱，加之爱用手摸地板和墙壁，又有吸吮手指及手中物品的现象，因此，接触有毒物质的机会较多，就更容易发生“搬迁新居综合征”。

为了防止“搬迁新居综合征”的发生，在分到了房子后，不要急于搬迁进宅，而应先打开门窗，让其充分通风换气，待涂料和油漆等充分干透后再搬迁。进入新居后，开始一段时间要注意保持房间的通风对流；不要让孩子乱摸墙壁、地板和家具等；平时家人要经常进行一些户外活动，以增强体质和对环境的适应能力。