

一元钱的玫瑰



女人生日那天,男人陪女人一起上街。路过花店时,看到一个衣着光鲜的男人正在把一束玫瑰双手递给女人,并说:“老婆,生日快乐!”女人羡慕地看着他们,女人多么想男人也能送她一束玫瑰,哪怕只是一支玫瑰也好。女人知道男人很疼爱她,可是,她也知道,目前男人经济很窘迫,还没有余钱给她买玫瑰。

男人和女人双双下了岗。真是屋漏偏逢连阴雨,女人又得了病。为了给女人看病,男人找了份临时活,每天给人拉车送货,很累,回到家再照顾女人吃药打针。女人在男人的精心调养下,病渐渐地有了好转,但医生说女人还得休养。

男人忘不了,在他很小的时候,他就失去了父母,没有人关爱的他就像一匹脱缰的野马,每天不是偷鸡摸狗,就是结伙打架斗殴。直到他20岁那年遇到她,他才尝到了被爱的滋味。

那天傍晚,在路边发现他时,他满脸都是血迹,而且一身的泥土,她不知道发生了什么事?但理智告诉她,必须把他送进医院,她叫了辆计程车,和司机一起把他送进了医院里。后来她才知道,那天他在和别人打架时,反而被别人打了。她用心照顾了他几天,但一来二去她对他产生了怜悯。

可是,她和他在一起的事却遭到了她全家人的反对,她的父母说:“你要执意和他在一起,以后就别登这个家门。”她的兄弟姐妹也一致反对,就连她的最要好的女友

也对她惊呼:“你这不是自己往火坑里跳吗?”

男人除了一间破房子,几乎一无所有,但女人还是义无反顾地跟了他。男人被女人的爱深深地感动了,为了不辜负女人的爱,男人发誓要浪子回头,让女人过上最幸福的生活。他疏远了所有的狐朋狗友,并且规规矩矩地找了份工作。

渐渐地他们装修了房子,换了新家具,也买了冰箱和电视,看到他的变化,她的家人和好友在惊讶之余也不再对他另眼看待,重新接纳了他。可人生的路上总是充满了坎坷,就在他们的日子好起来时,偏偏又遭遇女人生病、夫妻下岗,然而男人却用自己的承诺撑起了这个家。

女人是幸福的。但此时,望着花店里火红的玫瑰,女人还是露出了眼馋的表情,女人对男人说:“等

我们以后日子好些了,你也给我买玫瑰吧!”男人说:“我现在就去给你买!”女人连忙制止说:“不!一束玫瑰要好多少钱呢!太贵了,够我们好多天的生活费了!”

晚上,女人做好了饭菜,却怎么也等不到男人,女人很焦急,几次到胡同口去等男人。一直到9点钟的时候,男人才匆匆地回了家,女人有点责怪地对男人说:“这么冷的天,你去哪里了?”男人变戏法似地从怀里掏出了一支玫瑰双手递给女人,并说:“老婆,生日快乐!”原来男人等到这么晚回家,是为了卖花老板收尾时,花一元钱买一支廉价的玫瑰,虽然有点枯萎,但依然火红,就像他们的日子会火红起来一样。

手捧着那支枯萎的玫瑰,女人的眼睛里流下了幸福的热泪。
王凤英

生活提示

巧用保鲜膜

盖上保鲜膜,就能锁住美味。如今,人们对保鲜膜的依赖越来越强,蔬菜、水果、剩菜剩饭,只要盖上它,心里就会踏实很多。但近日,美国的一项研究指出,并不是所有食物都适合用保鲜膜。

水分较大的水果和蔬菜比较适合用保鲜膜,比如苹果、梨、西红柿、油菜、韭黄等,不但能长时间保鲜,还会增加其中的一些营养素。实验表明,100克裹上保鲜膜的韭黄,24小时后其维生素C含量比不裹时要多1.33毫克,油菜、莴苣叶多1.92毫克。但有些蔬菜的实验结果却大相径庭,100克裹上保鲜膜的萝卜存放一天后,其维生素C含量减少了3.4毫克,豆角减少3.8毫克,黄瓜存放一天一夜后,其维生素C的损失量相当于5个苹果。

熟食、热食、含油脂的食物,特别是肉类,最好不要用保鲜膜包装贮藏。专家指出,这些食物和保鲜膜接触后,很容易使其材料中所含的化学成分挥发,溶解到食物中,对健康不

利。目前市场上出售的绝大部分保鲜膜和常用的塑料袋一样,都是以乙烯母料为原材料制作而成。有的保鲜膜材料是聚乙烯(简称PE),这种材料不含增塑剂,使用起来相对安全一些;有的材料是聚氯乙烯(简称PVC),这种材料经常加入稳定剂、润滑剂、辅助加工剂等原料,对人体有一定危害。因此,在选择时一定要慎重。

如今,市面上食品包装产品有很多,比如保鲜膜、保鲜袋、保鲜盒等。专家指出:“保鲜主要是‘保水’;‘保质’和‘保护营养’,在这方面,保鲜膜的功效最好。合格的保鲜膜透气性强,内外氧气可以交流,有效阻止厌氧菌的繁殖,在一定时间内,能保证食物新鲜。”但对于馒头点心这样的食物,用保鲜膜显然很不方便,相比之下,保鲜袋比较厚,透气性不是很好,相对适合一些,但使用时尽量不要把口封死。保鲜盒的作用主要是密封,可以有效地将生熟食隔离储存,使冰箱空间利用率加大。

女性沙龙

女性的理想保健品——墨鱼

在浩瀚的东海,生长着这样一种生物,它像鱼类一样遨游,但并不属于鱼类,人们习惯称它为“墨鱼”,也叫它为“乌贼”或“乌鱼”。它是我国著名的海产品之一,在浙江,和大黄鱼、小黄鱼、带鱼统称为“四大经济鱼类”,深受广大消费者喜爱。

墨鱼不但味感鲜脆爽口,蛋白质含量高,具有较高的营养价值,而且富有药用价值。墨鱼干和绿豆

干煨汤食用起到明目降火等保健作用。“乌贼板”学名叫“乌贼骨”,又是中医上常用的药材,称“海螵蛸”。

墨鱼浑身是宝,是上好的食疗佳品,尤其是女性的保健食品。墨鱼味道鲜美,营养丰富,每百克肉含蛋白质13克,脂肪仅0.7克,还含有碳水化合物和维生素A、维生素B族及钙、磷、铁、核黄素等人体所必须的物质。历代医家认为,墨

鱼性味甘、咸、平,有滋肝肾、养血滋阴、益气等功效。

值得一提的是,墨鱼是女性一种颇为理想的保健食品,女子一生不论经、孕、产、乳各期,食用墨鱼皆为有益。据记载,妇女食用有养血、明目、通经、安胎、利产、止血、催乳和崩漏等功效。中医古籍《随息居饮食谱》说它“愈崩淋、利胎产、调经带、疗疔痕,最益妇人”。

本栏目由 **金色童年** 儿童摄影城协办
联系电话: 84212991 (宝宝百日照优惠)
地址: 马陵公园东门对面



姓名:印皓哲 性别:男 爱好:爱搞怪
父母寄语:希望宝宝茁壮成长!

家有宝贝

孩子十岁前忌吃的食物

孩子饮食阶段,每个阶段的饮食都有一定的忌吃食物。

3个月内不要吃盐:

3个月内的婴儿并非不需要盐,而是从母乳或牛奶中吸收的盐分足够了。3个月以后,随着生长发育,宝宝肾功能逐渐健全,盐的需要量逐渐增加了,此时可适当吃一点点。

原则是6个月后将食盐量每日控制在1克以下。

1岁之内不要吃蜜:

周岁内宝宝的肠道内正常菌群尚未完全建立,吃蜂蜜后易引起感染,出现恶心、呕吐、腹泻等症状。宝宝周岁后,肠道内正常菌群建立,故食蜂蜜无妨。

3岁以内不要饮茶:

3岁以内的幼儿不宜饮茶。茶叶中含有大量鞣酸,会干扰人体对食物中蛋白质、矿物质及钙、锌、铁的吸收,导致婴幼儿缺乏蛋白质和矿物质而影响其正常生长发育。

茶叶中的咖啡因是一种很强的兴奋剂,可能诱发少儿多动症。

5岁以内不要吃补品:

5岁以内是宝宝发育的关键期,补品中含有许多激素或类激素物质,可引起骨骼提前闭合,缩短骨骼生长期,结果导致孩子个子矮小,长不高;激素会干扰生长系统,导致性早熟。

此外,年幼进补,还会引起牙龈出血、口渴、便秘、血压升高、腹胀等症状。

10岁以内不要吃腌制食品:

10岁以内的儿童不要吃腌制食品原因有二:

一是腌制食品(咸鱼、咸肉、咸菜等)含盐量太高,高盐饮食易诱发高血压病。

二是腌制食品中含有大量的亚硝酸盐,它和黄曲霉素、苯丙芘是世界上公认的三大致癌物质,研究资料表明:10岁以前开始吃腌制品的孩子,成年后患癌的可能性比一般人高3倍,特别是咽癌的发病危险性高。

希望你能找到一生的伴侣

栏目咨询电话:
0527—84139988
(请在上班时联系)

有意征婚者请带身份证、工作证、结婚证等有关证件到宿迁日报社412房间登记报名。半年期会员收费100元,1年期会员收费200元,半年期会员在半年内可享受不定期刊登征婚交友信息;1年期会员同半年期会员,会员期内如找到合适伴侣,协议自行终止。

http://www.love5299.com

女 060148 39岁,身高1.60米,有自己的公司,收入颇丰,有房,离异,孩子归男方;欲寻有稳定职业或事业有成,有责任心,综合素质较好,年龄在39-45岁之间,身高1.70米以上的男士为伴。联系电话:15052737572。

女 060149 70年生,身高1.61米,体重56公斤,学历本科,市区教师,温柔善良,离异,有一女孩随男方;欲寻本市有稳定工作的、在事业单位或行政单位,年龄在40岁左右,身高1.72米以上,有素质,有修养的单身男士为伴。不符(诚)勿扰,请下班后联系。电话:15851150281。

女 060147 40岁,身高1.60米,某企业会计,离异,有一女孩随父亲;欲寻年龄相当,市区有房,有一定经济来源,有修养的男士为伴。有意请在晚上七点后联系。联系电话:15161299969。

男 060163 25岁,未婚,身高1.75米,五官端正,身体强壮,家中有房,本人有工作,月收入1500元左右,父母收入超过3000元,家庭富裕,生活美满,但本人6岁时因病致聋哑,所以想觅一位心地善良,身心健康的女性为伴(离异、丧偶也可)。不诚勿扰。联系电话:15162902819。

男 060162 39岁,事业在编,市区有房,有

车,离异有一男孩;欲寻未婚或离异无孩,温柔,顾家,重感情之女性相伴一生。联系电话:15651372357。

男 060161 74年生,身高1.70米,月收入1600元左右,身体健康,离异(对方是贵州人),有一男孩;欲寻一女为妻(不讲个人条件)。联系电话:13160344307。

男 060160 42岁,身高1.73米,离异,有一女孩随女方,事业单位工作,诚实善良;欲寻感情专一、心地善良、温柔贤淑、年龄在37岁以下有稳定工作的女士为伴。联系电话:15051318070。

男 060159 65年生,身高1.73米,月收入2000-3000元;欲寻年龄在40岁左右,有一个女孩也可,品行端正,为人大方的女士为伴(农村的最好)。联系电话:15850944260。

男 060158 75年生,身高1.73米,公务员,离异单身,待人真诚,有责任心;欲寻能够同甘共苦,生活态度,情趣相近,有良好的经济基础的女士为伴。联系电话:15850917825。

男 060140 34岁,大专,身高1.75米,离异,本地人,品貌端正,在企业工作,市区有房;诚觅年龄适中,身高1.64米以上,善良重情,不虚荣,不愿再生育的女性为伴。联系电话:13815758505(短信联系)。