二十四，扫房子

春节清洁大作战

□午宗

民谚有云“二十四，扫房子”。今天是腊月二十四，很多家庭都要准备年底大扫除了。但是总有一些地方实在难以清洁，比如纱窗、瓷砖缝等。小编提前为您准备了一些小妙招，让您清除这些地方的污垢轻松不费劲，干干净净过大年。

纱窗

纱窗上堆积灰尘，不用拆下纱窗就能打扫得非常干净。将废旧报纸用抹布打湿，粘在纱窗的背面，待5分钟后，将纱窗上的报纸取下，你会发现潮湿的报纸上粘满了纱窗上的灰尘污渍。

厨房墙壁

厨房的墙壁常常沾满了油烟污点，非常粘腻，其实只要用面包柔软的部分即可将之擦除。

清除完毕之后再在厨房临近灶上的墙面上贴一张保鲜膜，待保鲜膜上沾满油污，只需轻轻将保鲜膜撕下，重新再铺上一层即可。

地毯

地毯上常常藏有各种污渍，可以先用水沾湿，再用干布吸干水分。随后，在污渍处撒上食盐，等到盐面渗入吸收后，用吸尘器吸地毯，会将沾满污垢的盐吸走，毯子也就变得干净了。再用刷子整平地毯即可。

玻璃

除了用报纸擦玻璃外，还有更强大的工具，那就是洋葱。擦门窗玻璃前先把洋葱去皮切成两半，用其切口摩擦玻璃，趁洋葱的汁液还未干时，迅速用干布擦拭，这样擦后的玻璃既干净又明亮。

木制家具

取一块干净的抹布在过期不能饮用的牛奶里浸一下，然后用此抹布擦抹桌子、柜子等木制家具，最后再用清水擦一遍。

如果家具上有烫痕或者抽烟时不小心留下的焦痕，可以用抹布蘸白酒、花露水或浓茶，在烫痕上轻轻擦拭，然后涂上一层蜡，焦痕即可减轻。

床单和窗帘

可以用盐或者淘米水，在床单和窗帘浸泡时加入半杯食盐，泡一天后再放入洗衣粉清洗，床单和窗帘就能恢复洁白。用淘米水也可以浸泡冲洗，也具有明显的除垢去污和增白效果。

瓷砖接缝处

挤适量牙膏在刷子上，先纵向刷洗瓷砖接缝处，把污垢清除干净。然后将蜡烛涂抹在接缝处，纵向横向分别涂一遍，让蜡烛的厚度与瓷砖厚度持平，这里就很难再堆积污垢了。

冰箱

冰箱外壳的污垢，用软布蘸少许牙膏就可以擦拭干净。冰箱内部，可以用橘子皮或柠檬片去味，把橘皮或柠檬皮洗净晾干，分散放入冰箱内。

春节临近，面对促销要三思而“买”

□本报记者 博雅

打折、返券、抽奖……随着春节临近，各个商家又开始了名目繁多的促销活动，诱导、刺激消费者产生购买欲望。

前不久，市民关先生就遇到了类似的情况。据关先生介绍，某超市促销活动满100元返50元，但返的钱在其规定时间才能用。可是，到了规定日期，关先生又被销售人员告知需要再买100元商品才能用卡中的50元，而且购买的商品还要在规定的范围之内。关先生感觉受到了欺骗，于是投诉到消协。

据记者了解，节假日期间，商家的促销活动很容易出现以下问题：一是少数商家为了制造噱头，达到宣传效果，不惜以超低价促销吸引消费者，发货时以各种理由推脱；二是个别商家为了牟取私利，故意设置了积分陷阱。用“返现金、购物券”等优惠形式，让消费者陷入被迫购物，返券却总是“花不完”的怪圈；三是促销活动期间，由于购买的消费者比较集中，造成商家货源紧缺，供不应求，致使消费者不能按时收到货物。

为此，市消协提醒消费者面对商家促销要三思而行。

首先，消费者要增强自我保护意识，不要轻信广告宣传和口头承诺，避免落入消费陷阱。

其次，在选购时，不要一味地追求低价格，做到理性消费。

另外，参加购物返现、积分兑奖活动时，应仔细阅读店堂告示、活动说明等，避免陷入返还现金、购物券“花不完”的怪圈。

特别需要注意的是，要留存发票、购物小票、网购订单截图等相关证据，发现自身权益受到侵害时，要及时向有关部门投诉。

本周价格走势预测

肉价菜价微涨 鸡蛋稳中有降

粮油价格保持稳定。目前北方产区冬小麦正处于越冬期，虽然受寒潮降温天气影响，产区最低气温屡创新低，但由于降温持续时间并不长，不会对冬小麦产生不利影响。随着春节临近，本市粮油批发市场供应充足，库存稳定。预计本周粮油交易量稳中有增，批发价格基本稳定。

猪肉价格持续上涨。随着春节临近，节日效应增加，北方杀年猪高峰期来临，终端消费回暖，促使生猪收购价上涨。从历年猪肉运行规律来看，春节前属于猪肉交易高峰期，加之本周进入“小年”，猪肉消费维持在较高水平，价格下降空间有限，预计本周猪肉批发价格持续小幅上涨，但涨幅较前期将有所收窄。

鸡蛋价格稳中有降。从产区了解，随着节前食品加工企业备货结束，加之北方地区寒潮降温天气影响减弱，产区鸡蛋供需趋于平缓，鸡蛋出场价格随之回落。本市批发市场鸡蛋整体供应充足，受产区鸡蛋价格回落带动，加之返乡务工人员增多，鸡蛋需求减少，预计本周鸡蛋批发价格小幅下降。

蔬菜价格持续上涨。临近春节，受节日效应增加影响，终端市场对蔬菜需求量进一步放大，但由于全国大范围寒潮降温天气，南方地区露天种植蔬菜生产受到影响，蔬菜价格呈快速上涨态势。预计本周蔬菜批发价格仍将持续上涨，但涨幅将较前期有所收窄。

北京市职工物价监督总站

北京市发展和改革委员会价格监测中心

印尼国家旅游部继续促销迎接中国2016年新年

印尼旅游部在中国农历新年到来之际，将于2月5日至7日期间举行特别活动来迎接2月8日的中国新年。巴厘岛被作为此次活动的主要地点，因为巴厘岛是中国市场最主要的目的地。

其他也将会举办中国新年庆祝活动的印尼旅游目的地包括：山口洋，棉兰，日惹和三堡垄港市。所有游客都将得到盛情的招待。这也显示在印尼旅游是安全安心的。

怀北镇河防口古关迎春大集开市

购年货、看大观、尝小吃、玩游戏……上周末，怀柔区第二十六届群众艺术节怀北会场暨怀北镇第二届河防口古关迎春大集拉开帷幕。此次大集将一直持续至腊月二十五。分为年货售卖、特色小吃、趣味游戏、冰上娱乐和旅游推介等区域。主办方还安排了5辆班车免费接送游客，以方便城区及其他镇乡居民来赶集。　本报记者 崔欣 摄影报道

【健康红绿灯】

绿灯

花生防止心梗脑梗

花生中的β-谷固醇，有预防大肠癌、前列腺癌、乳腺癌及心血管病的作用。美国科学家研究发现，花生中还含有“白藜芦醇”。这种物质有很强的生物活性，不仅有助于抵御癌症，还能抑制血小板凝聚，防止心肌梗死与脑梗塞。每100克花生还含锌8.48毫克，能增强免疫功能，延缓衰老。

枸杞可防脱生发

由于头发的生长和肾脏、血液循环的健康有关，而枸杞子恰好对于补肾和造血促循环方面有很好的作用，因此枸杞子也是防脱生发的良药之一。用枸杞子泡水非常适合脱发患者服用，可以有效改善人体的内循环，给头发的生长营造自然健康的环境。

红灯

吃糖太多增加患癌风险

吃糖会导致胰岛素大量分泌，使胰岛功能受到损伤，而这是引起胰腺癌的潜在因素之一。糖吃多会增加糖尿病风险，而糖尿病与胰腺癌的关系很密切。糖吃得过多，还会引发肥胖，而肥胖是多种癌症的隐患。

声明 北京得意嘉诚商贸有限公司,不慎将银行开户许可证遗失,开户行:中国建设银行北京保利支行,账号:11001058900025 06930,核准号:J1000083406501,开户性质:基本账户,特此声明作废

声明 深圳思维市场咨询有限公司北京分公司(税号:110105769353040)不慎将北京市国税局通用机打发票五联组合发票丢失,发票代码:211001170050,发票号码:09527272-07527300,特此声明作废

声明 北京华恒基业管理顾问有限公司,注册号:110105015067719,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:金文辰、李淑芹组成,清算组负责人:李淑芹,即日通知债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

声明 北京华信福商贸有限公司,注册号:110108001164064,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:李建农、洪磊组成,清算组负责人:洪磊,即日通知债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

声明 北京京文软件有限公司,注册号:110105015543795,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:徐成东、李庆东组成,清算组负责人:李庆东,即日通知债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

声明 北京顺顺鑫鑫养殖场(注册号:110229600205373)作废财务专用章 公章 法人名章各一枚。特此声明

声明 北京缤纷欣贵科技有限公司,注册号:110105014198026,经股东决定拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:钟甄祖成,清算组负责人:钟甄 请债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 经营者:商爱勇(京税证字:372431197704095014)不慎将税务登记证副本丢失。特此声明作废

注销公告 北京嘉禾台盛壹商贸有限公司,注册号:110114604526577,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:陈左军、潘继隆、李辉组成,清算组负责人:潘继隆,请债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京市鑫博顺环境科技有限公司,注册号:110114012504842,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:张雪松、史辰、周瑞芳组成,清算组负责人:周瑞芳,请债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

声明 北京天坤嘉曼商贸有限公司,不慎将银行开户许可证遗失,开户行:中国建设银行股份有限公司北京华运街支行,账号:11001069300053006208,核准号:J100011 3135901,开户性质:基本账户,声明作废

声明 北京京龙时代科技有限公司(注册号:91110106MA002J2966),经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由人民币100万元减至人民币50万元,请债权债务人自见报之日起45日内向公司提出清算组申报债权债务或提供相应担保请求,特此公告

声明 北京京师慧心源泉咨询有限公司,注册号:110108009685128,不慎将营业执照正本及税务登记证正本遗失,京税证字:110108789976595号,特此声明作废

声明 北京瑞城公智广告有限公司(注册号:110105017182016,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:白晓龙、李秀明组成,清算组负责人:李秀明 请债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

声明 北京瑞城公智广告有限公司(注册号:110105017182016,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:白晓龙、李秀明组成,清算组负责人:李秀明 请债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

声明 北京桂嫦祥风文化交流中心(京税证字:110105551388960号)不慎将税务登记证正本丢失。声明作废

注销公告 北京市垂杨柳医院工会,不慎将(社团法人代码证书)遗失,社团法人代码证书号码:50061017-1,国家技术监督局1994.3.31。特此声明作废

注销公告 北京市杨柳医院工会,不慎将(社团法人代码证书)遗失,社团法人代码证书号码:50061017-1,国家技术监督局1994.3.31。特此声明作废

注销公告 北京市兴盛源医药药材有限责任公司南小街药店(京税证字:110115742305137)不慎将税务登记证副本丢失。特此声明作废

注销公告 北京市师范大学出版社有限公司,注册号:110105014198026,经股东决定拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:钟甄祖成,清算组负责人:钟甄 请债权人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京京石润丰投资有限公司,注册号:110101018697677,经股东会决议拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:吕才宏、李运洲组成,清算组负责人:李运洲