

12月18日 星期五

2009年 农历己丑年十一月初三
每周五出版 本期4版

广告热线:

8270066

第40期

周口晚报

周末

●宋美龄在曼哈顿的最后30年

▶▶B2版

●朱自清的71封情书

▶▶B2版

●男性避孕药或将诞生

▶▶B3版

●女性少白头遗传自母亲

▶▶B3版

你过“低碳生活”了吗

前不久,灾难大片《2012》让中国人为气候变暖可能给人类造成的巨大灾难吓出了一身冷汗。在近日召开的“哥本哈根联合国气候变化会议”上,各国就气候变暖和碳排放指标而争吵不休。

在中国,从倡导环保到减少碳排放,低碳生活方式正受到越来越多人的追捧。“少开私家车、坚持走楼梯、不用电脑时就选择关机”……把日常生活中的每个细节跟“碳排放”挂钩,用详细的清单算出自己一天的碳排放总量,并把减碳作为成果实时挂到网上与网友分享,供网友监督——这就是眼下时兴的“低碳生活”。

“走路还是开车?”“爬楼梯还是坐电梯?”“室温28℃还是27℃?”……这些都是时下许多年轻人正在认真

考虑的问题。他们以实际行动减少生活中的碳排放,支持中国政府刚刚提出的碳减排目标。

“低碳族”小康算了笔账:每人每天通过呼吸大约释放二氧化碳1.14千克;电脑使用一年平均间接排放二氧化碳10.5千克;汽车的一台发动机每燃烧1升燃料向大气层释放二氧化碳2.5千克。

●链接

什么是低碳生活?原意是指较低(更低)的温室气体(二氧化碳为主)排放的生活方式。具体的解释是,生活作息时所耗用能量要减少,从而减少碳、特别是二氧化碳的排放。

低碳生活其实就是返璞归真地去进行人与自然的活动,养成良好的生活习惯。

▲空调
空调启动瞬间电流较大,频繁开关相当费电,且易损坏压缩机。

▲计算机
短时间不用电脑时,启用电脑的“睡眠”模式,能耗可下降到50%以下;关掉不用的程序和音箱、打印机等外围设备;少让硬盘、软盘、光盘同时工作;适当降低显示器的亮度。

用笔记本电脑要特别注意:对电池完全放电;尽量不使用外接设备;关闭暂不使用的设备和接口;关闭屏幕保护程序;合理选择关机方式;需要立即恢复时采用“待机”、长时间不用选“关机”。

▲多用电邮、MSN等即时通讯工具,少用传真机、打印机。

(任雯)

近九成上班族快成“祥林嫂”

近日,一份关于职场人抱怨状况的调查报告显示,近九成职场人每天都会发出抱怨。专家指出,过多的抱怨会给人们的身心带来消极影响,也会给别人留下消极印象。

男性比女性抱怨次数多

从性别上来看,52.7%的男性每天抱怨的次数为1~5次,女性这一比例为69.1%,高于男性。而每天抱怨6~10次和每天抱怨20次以上的男性比例分别为16.5%和7.7%,均高于女性,只有18.7%的男性表示自己从来不抱怨。由此可见,职场上爱抱怨的男性并不少。

八成人因工作引发抱怨

职场人每天都在抱怨什么?调查结果表明,80.5%的人抱怨的内容与工作相关,感情问题紧随其后,比例为29.7%,排在第三位的是家庭问题。

抱怨多为发泄内心苦闷

调查显示,74.7%的职场人表示

自己抱怨主要是为了发泄内心的苦闷,而希望通过抱怨解决问题的比例为36.2%。

专家观点:抱怨对身心健康没好处

职场专家认为,工作占据了职场人每天大部分的时间,而日常工作中充斥着一个个矛盾,需要职场人凭借自己的能力和努力去解决、协调。在这个过程中,一旦无法达到内心的平衡,抱怨就会随口而出或者在脑海中闪现,当这种矛盾积累到无法疏解的时候,职场人会发现自己真的成了“祥林嫂”。

过多的抱怨会给人们的身心健康带来消极影响,不停向别人抱怨也会留给别人非常消极负面的印象。在职场中,职业化非常重要,积极正面的情绪及行为举止是职场人需要具备的基本素质,也是职场人职业发展的助推剂。职场人应能够在工作中、生活中散发出积极正面的能量,而不应只是一味抱怨。

(北方网)

鸢岩茗茶
品味高尚生活
全国连锁·始于1986

加盟热线 13140661188

购好茶 到鸢岩

河南鸢岩三店同贺:鸢岩铁观音**新茶上市**,欢迎新老顾客光临品鉴,贵宾卡客户可享受**特价优惠**,并有**好礼相送**。

活动店面:

河南鸢岩周口店 育新商业街东段 电话:8200889
河南鸢岩郸城店 郸城县政府斜对面 电话:3210809
河南鸢岩三门峡店 三门峡市河堤路 15839826279

另招河南各地加盟商,欢迎来电来访。

地址:周口市川汇区育新商业街东段6号 加盟电话:13140661188 联系人:朱经理

周口移动客户积分兑《周口晚报》正在进行中……

○凡积分达到3200分的客户,可兑2010年全年《周口晚报》;
○凡积分达到1600分的客户,可兑2010年上半年《周口晚报》。
兑换办法:用本机编辑短信JL发送到10086即可,移动公司会在最短的时间内与您联系。

周口移动公司 周口晚报社
2009年12月17日

买好灯 到华丽

周口华丽灯饰地址:
周口市区大庆南路东建材城大门口二楼
TCL:8926888 8926999

天誠茶莊®

茶香味正 自然天诚

为回报新老客户对天诚茶庄的厚爱与支持,零利润特推

特制333高山铁观音 全年限量200斤
特制666高山铁观音 全年限量70斤
特制999高山铁观音 全年限量30斤

不超值
无条件退款

一店:周口市八一南路 6010699 二店:周口市文明北路 6088099
三店:周口市七一路 6010199 四店:周口市邦杰中路 6089099