

给孩子喂药不能用牛奶。

越来越小的梦想

□王国梁

看到一个小段子：“上小学时，梦想成为世界首富。上了初中感觉有点压力，中国首富也行。再大一点，觉得还是有困难，就本省首富吧。现在看来，房子首付才是正事。”言语之间是无奈的调侃和自嘲。其实，我倒觉得这个过程是很自然和顺理成章的，完全没必要因此失落。

我们每个人都会经历梦想落地的过程。小时候，我们虔诚地在作文本上写下“我的理想”。我们想成名成家，成为了了不起的人。不是为了写作文交差，那颗梦想的种子真的已经在心里悄然萌发了。接下来的很多年里，我们都朝着梦想的方向

努力。我们积极向上，极力攀高。

可是，随着年龄的增长，我们的梦想却越来越小。看看我们周围的人，有多少能够实现自己少年时的梦想？那个梦想做科学家的男孩，拼尽了全力却没有考上大学，于是他开始面对现实，想做卖家电的老板，但因为条件所限没能成功，于是他学起了修理电器。如今，他依然搞家电维修，最大的梦想是店里的生意越来越好，能多挣点钱，给老婆买好点的化妆品，让孩子上好点的辅导班。那个想当作家的女孩，本来想念大学的中文系，却阴差阳错，学了企业管理。她没有怨天尤人，而是坦然接受这样的结果。

如今，她做了多年的小职员，业余时间偶尔写写文章，只为调剂生活，自娱自乐。现在她最大的愿望是，工作别出纰漏，一家人都顺顺当当。

从科学家到修理电器，从作家到小职员，其实这中间没有让人感到有多大的心理落差，因为这个变化过程是缓慢的，我们逐渐接受了这种变化。我们的梦想，不是突然间从云端坠落的，而是慢慢落地的。落地，是从飘着的状态落到了实处，从此便踏实了。梦想落地，不是妥协，也没有失落，而是一种妥善面对生活的态度。

我们的梦想为什么会越来越小？因

为，我们对现实、对自己有了更清醒而正确的认识，对人生也有了另一种更深刻的理解。现实纷繁复杂，很多时候我们无法左右生活的走向，所以最明智的做法是接受现实，顺应现实。还有我们自己，可能才智平平，无法像鸿鹄一样展翅翱翔，但却可以拥有燕子一样闲适自在的小幸福。我们不再好高骛远，不再做着不着边际的梦，而是埋下头来，开始细细清点自己拥有的幸福，人生也因此走向了淡泊豁达的境界。所以，我们的梦想变小了，小得接地气，落到生活的实处。

越来越小的梦想，越来越知足的生活，越来越实在的幸福，这就是人生。

生活百科

关节炎并非冻出来的

受凉后腿痛确实是关节炎的表现之一，但寒冷本身并非导致关节炎的原因。也就是说，如果关节已经处于疾病期，受凉可能会间接加重病情。目前已有的证据表明，引发关节炎的三大因素分别是年龄、长期劳损和活动不当。

人体有个“零食钟”

英国一项最新研究显示，每天上午11点01分、下午3点14分和晚上9点31分是“零食钟”时间，人在这个时间胃口大开，一天下来，可能多摄入750卡热量。这三个时间分别是上午茶、下午茶和睡前一小时左右。避开“零食钟”时间进食，有助人们减肥。

六招预防老年痴呆

英国威尔士健康部门建议居民从6方面预防老年痴呆：保持身体和社交活跃、定期接受体检、尝试新事物、不吸烟、偶尔适量饮酒、注意体重。

类风湿喝点绿茶

美国一项新研究发现，绿茶中关键物质“儿茶素-3-没食子酸酯(EGCG)”治疗类风湿潜力巨大，在治疗类风湿的过程中还不会影响到其他细胞的功能。类风湿患者经常喝绿茶对缓解病情有一定的辅助作用。

不饿就吃饭血糖升得高

美国康奈尔大学研究者发现：生活在现代的消费者在没有饥饿感的情况下进食对健康是不利的，且会使血糖升高幅度较大。在稍有饥饿感之后再进食，比在无饥饿感的情况下进食更为安全，因为体内血糖浓度并没有上升很多。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有舍给弄孙的快慰，有生活中发现的小窍门，有自家萌宠的可爱照片，如果您想与我们分享，可投稿至电子邮箱：120267128@qq.com。



跃马扬鞭 汤青/摄

古代的妇女节

□徐成文

每年3月8日的国际妇女节尽人皆知，其实在我国古代，妇女节早已有之，并且一年之中有3个。

第一个妇女节是元宵节。有人说元宵节是古代的狂欢节如妇女节，这话一点不假。“正月十五大似年”，上元之夜灯火通明，各种各样的花灯令人目不暇接，人们纷纷走出户外闹元宵。古代封建社会男尊女卑，对妇女的禁锢束缚极其严格，青年女子更是长期身居绣楼闺阁不得外出。但是元宵节是个例外，女性不但能走出深宅大院，还可以到大街上彻夜观灯游玩。据《雍洛灵异小录》载：“唐正月十五日夜，灯明如昼，士女无不夜游，车马塞路。”由此可见，说元宵节是妇女节，可谓实至名归。

端午是古代的第二个妇女节。端午节又叫做女儿节，明沈榜《宛署杂记》云：“五月女儿节，系端午索，戴艾叶，五毒灵符。宛俗自五月初一至初五日，饰小闺女，尽态极妍。出嫁女亦各归宁。”在这一天，所有的人家都把

女孩子打扮得花枝招展，漂漂亮亮地过节。女孩子们头戴石榴花，佩戴五彩丝线织成的各种图样的饰物，美丽极了。

七夕是又一个妇女节。农历七月初七，这一节日主要参与者是少女，以乞巧为主要活动内容，故又名乞巧节、女儿节。南朝梁宗懟《荆楚岁时记》说：“七月七日，是夕人家妇女结彩楼穿七孔外，或以金银偷石为针。”七夕来源于牛郎织女的传说，织女不仅美丽贤惠，还心灵手巧，所以这一天女孩子们都向她乞求灵巧，还会做一些穿针乞巧的游戏。七夕可谓是古代真正意义上的妇女节，因为这一天还与情人节联系在一块儿，表明她们拥有爱情的权利。

古代的妇女节繁多，反映了广大女性对自己权利的渴求与争取，但她们终究是生活在封建男权社会里，地位只能处于底层，不像现在，男女真正平等，社会愈发和谐，而对于女同胞们来说，每一天都可以是快乐的妇女节。

生活小窍门

木地板清洁保养六大注意事项

一、局部板面不慎沾有污迹应及时清除，若有油迹可用抹布或拖把蘸温水或少量的洗衣粉擦拭，也可用中性肥皂水加少许洗涤剂擦洗。若污迹严重，采用此法无效，可用优质砂纸或钢丝绒轻轻擦拭。如果是药物、饮料或颜料的污迹，必须在污迹未渗入木质表面以前加以清除，清除方法采用浸蘸家具蜡的软布擦拭。

二、地板在使用过程中，若发现个别地板起翘或脱落，应及时取起地板，铲去旧胶和灰末，涂上新胶，压实；若个别地板漆膜破损或露白，可用400号水砂纸蘸肥皂水打磨，然后擦干净，待干后，进行局部补色，色干后，再涂刷一道漆，干燥24小时后，用400号水砂纸磨光，然后擦蜡进行抛光。

三、铺设后的油漆地板，尽量减少太阳直晒，以免油漆经紫外线照射过多，提前干裂和老化。地板上放置家具应用橡皮或其他软物垫起，以防划刻地板漆。

四、保持地板干燥、清洁，不允许用水淋湿拖把拖地或用碱水、肥皂水擦洗，以免破坏油漆的光亮度、损坏漆膜。如遇有灰或脏可用干拖把或用拧干的湿拖把擦拭。每月(或两个月)打一次蜡(打蜡前将水汽和污迹擦干净)。

五、若遇暖气或其他漏水于地面，必须及时擦干净，不能直接用太阳暴晒或电炉烘烤，以免干燥过快，地板开裂。

六、漆好的地板长期不住，切忌用塑料布或报纸盖上，时间一长漆膜就会发粘，失去光泽，同时切忌热水盆、热饭锅等物直接放在地板面上，应用木板或草垫垫着，以免烫坏漆膜。(黄琼)

彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告
第16058期中奖号码：119

奖级	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
直选	5795	1040	/
组选3	5080	346	/
组选6	0	173	0

本期全国销售额：13863798元

全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告
第16058期中奖号码：11933

奖级	全国中奖注数	本省中奖注数(注)	每注奖金(元)
直选	59	/	100000

本期全国销售额：8562954元

中国福利彩票“乐透型15选5”玩法第2016058期
中奖号码：08-10-11-12-14

奖等	六省市中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
特别奖	0	0	0
一等奖	118	12	1713
二等奖	8732	1222	10

六省市投注总额：675314元，安徽投注总额：118636元
奖池奖金：1727061元

中国福利彩票3D玩法
第2016058期中奖号码：1-2-6

奖级	中奖注数	每注金额(元)	本省中奖注数
单选	601	1040	/
组选三	0	346	0
组选六	1120	173	/

本期投注总额：1008810元，奖池奖金：5136元

中国福利彩票“东方6+1”玩法
第2016025期

中奖号码：基本号码8-7-1-1-7-5生肖码：兔

奖级	华东中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	5	0	10000
四等奖	118	16	500
五等奖	1287	96	50
六等奖	24891	2137	5

六省市投注总额：934948元，安徽投注总额：82506元
奖池奖金：56820355元

全国联网电脑体育彩票“超级大乐透”
第16025期

中奖号码：03 06 13 23 24 07 10

奖等	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
一等奖	7	6817484	/
二等奖	(追加)1	4090490	/
三等奖	107	60565	/
四等奖	(追加)29	36339	/
五等奖	1381	1793	/
六等奖	(追加)421	1075	/
七等奖	52055	200	/
八等奖	(追加)16237	100	/
九等奖	740094	10	/
十等奖	(追加)222539	5	/
十一等奖	6138276	5	/

本期全国销售额：189993749元 2414488420.22元奖金落入下期奖池

“安徽风采”电脑福利彩票25选5玩法开奖公告
第2016058期

中奖号码：05-08-16-20-23

奖级	中奖注数	每注奖金(元)	各等奖奖金总额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	26	100	2600
三等奖	216	10	2160

本期投注总额：10868元，奖池奖金：565元