

## 网上买太贵 自己动手做

# “薰衣草小熊伴我睡得香”

一款原产澳大利亚、用薰衣草填充的紫色小熊，因外形可爱，又有安眠的效果，深受年轻女孩的喜爱，尤其是情人节期间，收到一份这样可爱又实用的礼物真的是幸福感直线上升。但是小小一只毛绒熊，近三百元的价格又让一些消费者“望而却步”。家住薛城区怡园小区的田小姐利用网上购买的薰衣草干花和普通的玩具小熊制作出了经济实惠、安眠效果又非常好的薰衣草小熊，深得家人的喜爱。

田小姐介绍，她在去年的时候就在网上看到了销售非常“火爆”的这款薰衣草小熊。情人节过后，田小姐见到了好朋友收到的其男朋友送的正版薰衣草小熊，味道真的非常怡人，而且据朋友介绍，安眠的效果也非常好。田小姐也很喜欢，而且由于经常上夜班，自己也有失眠的困扰，但是正版的价格太高，一只长约20厘米的小熊就要200多元，一些“山寨版”小熊虽然价格便宜，但是田小姐又担心质量问题，所以虽然非常喜欢，但是一直没有购买。

前几日，田小姐看着家中的几只毛绒玩具，突发灵感：“如果有薰衣草干花，放进普通玩具熊的‘肚子’里，那也可以制作出薰衣草小熊了。于是田小姐很轻

松从网上买到了新疆产的天然薰衣草干花，而且据介绍，这些薰衣草干花就是用来填充枕头和玩偶的。由于抱着试试看的心态，田小姐只买了两斤，没想到由于花是干的，收到的足足有两大包，而且还没打开包装，就已经能够闻到浓郁的花香味。田小姐当晚就拿来针线、剪刀和妈妈一起制作薰衣草小熊。由于担心薰衣草过量，味道太过浓重，而且也担心把薰衣草直接放进毛绒玩具里味道会散发得太快，在妈妈的建议下，她们先缝制了几个小布袋，装满薰衣草以后再把布袋放进毛绒玩具里。田小姐的妈妈也很喜欢这个味道，而且由于“更年期”有失眠的困扰，因此她也把一只装满薰衣草的布袋塞进了自己的枕头里。当晚睡觉的

时候，田小姐把自制的薰衣草小熊放在枕边，她的妈妈则枕着自制的薰衣草枕头。第二天田小姐的妈妈告诉田小姐：“这效果真的是太好了，我昨天一上床就睡着了，一夜睡得特别香。”而田小姐也感受到了自制薰衣草小熊神奇的安眠效果，甚至睡梦中自己从床头换到了床尾也完全不知。

“不知道是真的有效果还是心理作用，反正我和我妈都睡得特别香。那些干花还剩下大包，我原本打算多做几个，放在车里，当香水用，我妈担心效果太好，怕开车的时候也能睡着，现在我打算去买几个新的毛绒玩具，再做几个送给朋友们。”田小姐说。

(记者 杨舒)



## 数字电视不看 须办报停手续

“我的工作地点从枣庄变成了济南，为了方便照顾孩子，家人也和我一起去济南生活，这样的话枣庄这边的房子就空了下来，没人住的话，水、电、天然气都知道怎么处理。就是不知道数字电视怎么办，等搬家到济南的时候，数字电视正好还有一个月就到期该续费了，我想要是不续费，不知道等回家的时候，是否影响观看。”近日，家住市中区福华园小区的孙先生向记者提出疑问。

而家住市中的李先生也有类似的想法，“由于家里刚添了小孩子，我们夫妻两人过段时间就得上班就没时间看孩子，所以父母就搬过来和我们住，这样可以照顾小孩子。如果这样的话，我父母那边的数字电视就没有人再看了。”李先生正琢磨是去销户还是任其到期不再续费。

带着两位市民的疑问，记者来到了位于龙庭路的数字电视营业厅，一位工作人员告诉记者，如果打算以后还再继续收看的话，可以办理暂停服务。如果以后不打算再看了，那就可以直接销户了。办理暂停业务有两种方法可供选择，一是交押金办理停机业务。拿着开户人的身份证原件来办理，签一份协议交300元押金就可以了。如果想再恢复使用的话，只要拿着身份证和押金条来大厅办理就可恢复。另一个就是把家里的机顶盒交回来，等到再用的时候来拿回去就可以了。办理停机业务一般都要停三个月以上。

(记者 李帅)



24日，在薛城区财富街内一家小餐桌的教室外，几名小学生围坐在桌子旁玩着一款名叫《三国杀》的游戏，真可谓玩在其中“乐不思蜀”。(记者 苏羽 摄)



## 酷爱写作工作忙 不陪家人很内疚

### 刘先生是位“工作狂”

家住薛城区海河花园的刘先生平时酷爱写作，今年恰逢他的本命年，刚刚换了工作岗位的他，以“马”为题，写了一篇文章，借此抒发自己对新岗位的热爱以及对未来生活的憧憬。

刘先生名叫刘仍索，据他介绍，他的名字有着特殊的含义，“我的原名叫刘仍锁，小时候家里人对我特别宠爱，想要把我锁在他们身边，但是这并不是我的意愿，我并不愿意把自己锁在有限的生活圈子里，所以，工作以后，我把名字改为刘仍索。”索”字则出自屈原的“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，这个名字正体现出了我个人对工作、生活的态度。”

据了解，刘先生2002年参加工作后，在多个工作岗位“摸爬滚打”也为他积累了丰富的生活经验，刘先生回忆道，“记得有一年我到武警支队体验生活，我作为唯一一个‘战地记者’，带着相机和笔记本电脑，担负起了每两天出一期简报的任务。在那期间，我本来不用和大家一起训练，但是为了写出富有真情实意的稿件，武警战士们站两三个小时的军姿，我也跟着他们一起站，我认为只有亲身体会了，才能写出让人从心里感动的文章。那次体验，我接触了一对夫妻兵，一对姐妹花，他们的故事都让我为之动容，最令我感动的还是一名男兵，他在接受训练的时候，他的妻子恰巧在医院照顾孩子，那几天，他白天坚持训练，晚上去医院照顾妻子，仅仅不到一个星期的时间，他瘦了20多斤……”

记者了解到，刘先生工作努力，一年内在工作单位的内部报刊上发表170余篇报道，刘先生现在已经是一个部门的负责人，取得现在的成就，都是他一步一个脚印争取来的，“这些年工作太忙，我几乎每天都要加班，平时也没有什么节假日，我的办公室就有被褥和洗漱用品，我一个星期不回家都没问题。唯独觉得对不住我的儿子，小家伙今年8岁了，原来我可以陪他去踏青，陪他去上亲子班，可是现在，我一个星期也就回家一两次，每次儿子给我打电话，我都要内疚很长时间。尤其是我爷爷特别有共同语言，他经常跟我说喜欢和我在一起，而他妈妈总是喜欢看一些琼瑶剧、肥皂剧。很多人不理解我为什么如此拼命工作，我认为我付出的时间和金钱都是值得的。我把自己比作‘老骥’，我愿一直坚持‘鞍不离马背，甲不离将身’的准则要求自己，让我的生活更加丰富。”刘先生道。

(记者 李俊)

## 结束“冬眠”生活 开始“春运”模式

# 小两口比赛减肥有动力

“春天不减肥 夏天徒劳伤”这句话在网上很流行，但是对于家住薛城区泰山路的小孙和小王两口子来说，春天确实是适合减肥的好季节。这不眼瞅着天气刚开始有所回暖，小两口就开始制订减肥计划，开始了减肥生活。

“我俩的体重都有些超标，距离标准体重都有些距离，冬天天冷我俩也不愿意出来运动，整天就躲在家里。现在天气暖和了些了，我俩也计划着结束‘冬眠’生活，开始‘春运’模式。”丈夫小孙表示在他俩的减肥计划中，从早上一早起床到晚上休息都有了明确的规定，一天要做多少运动，一天只能吃多少东西都有“明文规定”。

“其实刚开始执行减肥计划的时候还是挺难的，因为习惯‘冬眠’的我

俩都有些吃不消运动后所带来的乏力酸痛，在度过了难熬的几天后我俩都有些想打退堂鼓。”妻子小王表示，就在他们两人都想放弃的时候，小孙忽然向她提出了打赌的提议。“在运动的时候加上打赌，比如跳绳，我俩打赌看谁跳得多，三局两胜，谁输了谁就要负责第二天家里的家务活，所以我俩运动起来特别有动力，生怕输了第二天要做家务。”小王说。

本来已经快要放弃的两人突然又找到了一起奋斗的动力，这让两人欣喜之余更是干劲十足，在度过了最初一段时间的不适应之后，两人开始加大训练量，当然赌注也并不是一成不变，任何事情都可以被他俩当成赌注来增加运动的动力。“我们不再局限于减肥计划中所制订的运动量，我们想出了累加的方法来打赌，比如我

俩们在做仰卧起坐的时候，我开始先做50个，然后他就要挑战我并做到60个仰卧起坐超越我，然后如果我不想输的话就要继续再做70个仰卧起坐再次超越他，以此类推，直到一个人做不到为止便是认输。”小王表示，虽然运动量在不断加大，但是以“赌”为乐的两人却并没有感觉到累，相反他们两人在打赌中找到了减肥的动力和生活的乐趣。

“其实到现在我俩觉得减肥倒是其次，这种生活方式所带来的欢乐才是最重要的，这种以‘赌’为乐的生活方式不仅给我俩的枯燥生活带来了一剂强心剂，还能督促我俩减肥，这种一箭双雕的好事何乐而不为呢？”小孙说。

(记者 寇光)