炖鸡汤不要先放盐。

要尊重父母的决定

□ 刘德凤

去舅舅家，刚刚进门表妹就跟我哭诉："你看，我爸妈多偏心，弟弟结婚，又买房又买车，我那时向他们借点钱一分也不给，我这个女儿，在他们眼里，一点分量也没有。"刚好舅妈进来，她听到了这番话，大动肝火地说："还说我没帮她，她孩子三岁前都是我在带，她给过一分钱没有，那会儿向我们借钱，说要去炒股，炒股这事儿多危险呀，指望这个发财，那不是做白日梦吗？"母女俩吵得不可开交，表妹和舅妈都觉得委屈，哭个不停，一顿饭，吃得索然无味。

舅舅一家长期生活在农村，除了做点农活外，就是帮人做小工，挣的都是血汗钱。他们很节俭，一分钱都想掰成两半花。那时候计划生育管控严格，他们为了生个儿子，东躲西藏，房子被拆，鸡鸭猪狗都被赶走，也没泄气，最终还是偷偷地将表弟生了下来，自然而然，表弟比表妹受宠得多。表弟不及表妹聪慧，人愚笨，反应迟钝，直到二十八岁才找到结婚对象，舅舅舅妈破天荒地拿出全部积蓄，给他大操大办了一场。这自然引起表妹的不满。她和父母争过，吵过，争取自己享有和表弟一样的权益。

一次跟舅妈聊天，她幽幽地告诉我："你知道吗？我在怀你表弟时吃错了药，生时又缺羊水，要不他也不至于这么笨。我们一直亏欠他呀，所以想尽力地对他好点。你表妹呀，书读得比他多，一直以来花费都比你表弟多得多，她这点却从来没想到，还在这里争我们的私房钱。我们做父母的，真的难呀。"她不停地叹气，看得出来，她对表妹的做法挺伤心的。我这才明白，有些事，不是我们表面看起来的那样，舅舅舅妈，也有自己的苦衷。

这之后，我转变态度安慰表妹："你父母对你表弟有亏欠，在他身上多花点是让自己心安些，无论父母做得对不对，跟父母争吵都是不对的，你又不缺那点钱，不要计较他们那点私房钱了，想给谁就给谁吧。用自己的钱不是光明正大一些？"说得多了，表妹渐渐地听了进去，也就不再计较了。

想起前阵子，同事小王跟我说："我爸爸对我大姐最好了。我爸呀，把家里的山林卖了八千块钱，自己还贴了两千，给大姐送去了。"我问："他偏心，你不生气吗？"他微笑着回答我："有啥好生气的，我妈生病住院，都是我姐拿钱出来治的，她对这个家庭功劳最大。父亲给她私房钱也是理所应当的。"

父母有自己支配私房钱的权利，用在谁身上都是有原因的，尊重父母的私房钱，还是让父母自己做主吧。

生活百科

烈日下眼睛最怕晒

眼睛喜凉怕热，不注意防晒，很容易提前老化，并引发各类眼疾。如要在上午10点~下午4点外出，最好戴上太阳镜、帽子或打遮阳伞，太阳镜颜色以茶色、淡绿色防紫外线效果最佳。可多吃点养眼的食物，如山药、胡萝卜、红枣等。

糖发酵乳能降血糖吗

"减糖"是指糖含量有所减少，与降低血糖没有关系。酸奶中的糖不只是白砂糖，还包含了产品所含碳水化合物中的所有单糖、双糖，这里主要为乳糖。为保持产品的营养和口感，减糖发酵乳只减少了外源糖类物质的添加量，从而达到总糖含量减少25%以上，但还是达不到"无糖"的要求

周身骨痛警惕骨质疏松

女性绝经之后，经常无缘无故地感到"周身骨痛"，可能是关节、肌肉劳损所致，也可能是骨质疏松的症状。在临床上，80%的骨质疏松症患者会有疼痛的表现，是骨量减少过程中骨膜下的炎症反应使然，也可能是日渐加重的骨量丢失导致骨折、骨关节变形、身高变矮使然。

40岁后离不开的八种食物

①燕麦：降低胆固醇；②樱桃：帮助防痛风和关节炎；③杏仁：防止血管疾病和糖尿病；④富含油的鱼类：促进心血管健康；⑤大豆：降低胆固醇增加骨密度；⑥西红柿：预防癌症和动脉粥样硬化；⑦全脂牛奶：补钙缓解肌肉萎缩；⑧鸡肉：控制体重促进肌肉发育。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有含饴弄孙的快慰，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。

排好队，都有份 李陶/摄

家有儿女

有一种爱叫鼓励

□ 李剑红

邻居中有个女孩小妍，当时她在读小学。她的学习成绩总是排在30多名。老师说她属于笨学生，她自己也这么认为。于是，对于学习，她提不起兴趣。有一次，她的妈妈参加完家长会后对她说："孩子，我看了你的考卷，别人答不上的题你都答上了。而你错的题不是不会，而是你没有用心。你不是笨孩子，其实，你是个真正聪明的孩子，只是缺乏用心而已。"小妍听了妈妈的话，她开心极了。原来，她并不是笨孩子。

从此以后，她上课时会很认真地听讲，回家后很认真地完成作业。她的眼睛看起来再也不似从前那样无精打采，而是明亮明亮的。遇到不会的问题，她会在下课以后虚心地请教老师，老师惊奇地发现，这个孩子爱学习了。于是，就在全班表扬了她。

那次期末考试，小妍排名第9名，从30多名到第9名，这是一个质的飞跃。这次考试让小妍增强了信心，她明白了，原来她真的不是笨孩子。只要用心，她就可以冲进前10名。后来，同学们发现小妍脸上常常带着明丽的笑容，与同学们打成一片了，如今的小妍，再也不像从前那样冷若冰霜。而且，同学们发现，小妍会主动在班级里搞卫生，还会主动给同学讲题。越是认为自己笨的同学，小妍对他们越是关心。而且不断地鼓励他们，不是你们笨，而是你们不够专心。

小妍的变化，被班主任和同学们都看在眼里。而回家以后，小妍也常常会在写完作业以后，帮助妈妈做家务。妈妈发现，小妍喜欢唱歌了，她变成了一个快乐的孩子。

在小学升初中考试那一年，小妍的成绩是全学年排名第一名。由此可见，很多孩子学习不好，是因为对自己没有信心，对学习没有专心。他们成长过程中，需要足够的鼓励，足够的支持！

有一种爱叫鼓励。无论你是父母，还是老师，只要你相信孩子，拿出鼓励的态度对待孩子，孩子就会找到努力学习的动力。在鼓励中成长的孩子，是身心健康的孩子。在爱中长大的孩子，更愿意回报这个社会。

科技新知

快递机器人

近日，以色列一家公司推出一款快递机器人。送快递只需要一台这样的机器人就好，物品用人工放置上去，通过加减轮子运送不同体积的货物，它的每个轮子上都有自动平衡螺旋系统，它会认路，并且有GPS通信能力，一个电话就能通知你收快递。

"贴纸"能充电

法国一家公司推出一款无线充电套装。该套装由一块正方形充电板和5条"贴纸"组成，贴纸可以贴在手机、pad等电子设备的背面。只要贴纸接触充电板，充电过程就会开始，充电速度与使用普通充电器相同。这款无线充电板防水、防摔，使用的是传导充电技术而非电磁感应，因此没有电磁波，充电过程中也没有能量损耗，可以同时供多个设备使用。

防盗单车

荷兰自行车生产商Vanmoof推出一款名为SmartBike的智能防盗单车。该单车内设有一部微型电脑及GPS装置，可以提供行驶距离、速度、行驶路线及追踪单车的位置。此外，还设有一个防盗锁，只需透过手机便可遥控解锁，无需使用锁匙。

护眼智能眼镜

近日，神经系统学家奇诺·金发明了一款护眼智能眼镜，戴上它看屏幕以外的影像没问题，但一看屏幕你就变"瞎"。这种眼镜镜片由一种特殊材质的塑料薄膜制成，通常状态下不透明，通电则变透明。戴上它以及配套的迷你摄像头，当系统接收到手机或电脑等屏幕的影像后，智能装置将会切断镜片电源，让眼镜变得不透明，使人无法看清屏幕。

彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票"排列3"开奖公告
第16170期中奖号码：409

奖级	全国中奖注数	每注奖金（元）	本省中奖注数
直选	/	1040	54
组选3	/	346	0
组选6	0	173	175

全国投注总额8034642元

全国联网电脑体育彩票"排列5"开奖公告
第16170期中奖号码：40977

奖级	全国中奖注数	本省中奖注数	每注奖金（元）
直选	11	/	100000

本期全国销售额：8034642元

中国福利彩票"乐透型15选5"玩法第2016170期
中奖号码：03、04、09、10、12

奖等	六省市中奖注数（注）	7省中奖注数	每注金额（元）
特别奖	0	0	0
一等奖	81	18	1940
二等奖	4575	831	10

六省市投注总额：479932元，安徽投注总额：92572元
奖池奖金：63920元

中国福利彩票3D玩法
第2016170期中奖号码：909

奖级	中奖注数	每注金额（元）
单选	166	1040
组选三	139	346
组选六	0	173

本期投注总额：967914元，奖池奖金：1669605元

中国福利彩票"东方6+1"玩法
第2016073期
中奖号码：基本号码132623生肖码：猴

奖级	华东中奖注数	安徽中奖注数	每注金额（元）
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	0	0	10000
四等奖	40	2	500
五等奖	978	95	50
六等奖	20949	2095	5

六省市投注总额：767130元，安徽投注总额：72858元
奖池奖金：45091394元

全国联网电脑体彩"超级大乐透"
第16073期
中奖号码：07、14、17、24、27+08、10

奖等	全国中奖注数	每注奖金（元）	本省中奖注数
一等奖	9	6617923	/
一等奖	（追加）3	3970753	/
二等奖	216	35457	/
二等奖	（追加）88	21274	/
三等奖	1261	2350	/
三等奖	（追加）526	1410	/
四等奖	34119	200	/
四等奖	（追加）12391	100	/
五等奖	603439	10	/
五等奖	（追加）231012	5	/
六等奖	5406014	5	/

全国投注总额 1943523487元 下期奖池：3212539589.37元

"安徽风采"电脑福利彩票25选5玩法开奖公告
第2016170期
中奖号码：02、05、14、18、20

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	6	100	600
三等奖	173	10	1730

本期投注总额：11636元，奖池奖金：5544元