

超实用：教你如何解决“春困”的苦恼

都说“春困，秋乏，夏打盹”，最近确实觉得非常的嗜睡，天气回暖之后更是懒得动弹，如此浑浑噩噩过日子别提多难受了，所以要想些办法摆脱“春困”才行，那么就来看看编辑为你准备的超实用帖吧！



首先，让全身都活动起来

春季因为肌肉松弛，所以导致血液流通不畅，再加上每日都坐在办公桌面前一个姿势待上好几个小时会加重身体的负荷。其实想要改善这种状况最好的办法就是从运动开始。对于去健身房，很多人都是无法持之以恒的。本来就懒惰，到家之后还去健身房也就变成了天方夜谭。不过要说在家健身，空间不足绝对是弊端，所以如何才能动起来就成了大难题！

其实在春天来说最好的户外运动就是骑行，阳光充足的天气里可以自由自在一路前行，随心所欲走走停停，不光锻炼身体还可以看看沿途的风光。当然，如果你没有这么悠闲的时间，那么也别浪费上班路上的每一分每一秒。随便打开一个骑行APP都可以在路上找到辆自行车，一路骑行到单位就OK啦！

其次，把宕机的大脑重启

总觉得浑浑噩噩的？水是很好的醒脑良药，可以帮你摆脱缠绕在你周身的一切。你大可以通过沐浴的方法让自己的头脑变清醒些！对于女人来说最重要的就是在沐浴的时候来一场面部SPA。千万别浪费洗澡的时间，你可以在沐浴的时候敷面膜。

再者，午夜小酌几杯来“调情”

有时候这酒也能是个好东西！在午夜来临的时候，你可以为自己倒上一小杯，慢慢享受静寂的夜晚。既然是打算小酌两杯，也别亏待了自己，不如自制一款鸡尾酒吧！

【推荐】墨西哥酸桃青椒玛格丽特

先将青柠洗净，切成小块。再将酸桃洗净同样切成小块。再把把青椒洗净切成圆片状。将青椒片丢入到盐当中，让青椒片两面全部沾满盐。将伏特加倒入到杯中，加入冰块，再将酸桃块、青柠块以及青椒片放入其中搅拌均匀即可。味道非常有新意，让你瞬间可以焕发活力。

最后，你可以再来个按摩SPA

在春困这段时间里，你会觉得浑身疲惫，可想想自己也没干什么体力活儿怎么就能如此累呢？其实这时候正是你肌肉的疲惫期，所以做一个全身SPA可以很好的缓解。做个SPA还要出门，想想还是算了吧！你放心，不出门其实也可以做SPA，现在很流行上门APP服务，所以只需要预约好时间在家等着就OK了。为了舒缓神经让SPA变得更加有效果，可以点上香氛蜡烛，利用香氛的味道调节空气质量，强化室内氛围，令人放松。

荐读 “改天”请你吃饭？

“改天请你吃饭”，你被这句话忽悠过吗？或者拿这话忽悠过别人吗？被人请吃饭，本是一件很让人高兴的事情，但如果把时间定在“改天”，很容易就让人觉得诚意全无了。朋友间信任无价，如果你做不到，请勿随意承诺。



趁着假期，全家一起自驾游，在高速服务区遇见一个要求搭便车的男孩。男孩讲话很有礼貌，给我们留下了不错的印象。于是，我们答应了他的请求。

一路上，我和家人跟这个刚认识的男孩聊了许多。抵达西安分别之前，男孩主动提出，当天要请我们吃顿饭。他解释说，请客是为了感谢我们一路上对他的照顾，不过因为经费有限，他只能找家口碑不错的小饭馆。

我们非常感动，欣然赴约。离别前，我悄悄在男孩的背包里塞了500元钱和一张名片，之后我便忘了这件事。

不久前，忽然有陌生人加我为微信好友。通过验证后，对方忽然发了三个红包给我，并留言说：“祝嘉嘉生日快乐！”嘉嘉是我儿子的小名，那天刚好是他的阳历生日。我诧异打开红包，金额总共是500元，点开对方的头像细看，原来是那个搭便车的男孩。

男孩说，那天请我们吃完饭他只剩不到200元了，本来计划在西安停留一两天就回学校。没想到得到了我的慷慨馈赠，他不仅顺利游了西安，还去了趟咸阳。

回学校后，他一直在勤工俭学，不仅攒足了下次旅行的经费，还用余钱给嘉嘉发一个生日红包！后来我才知道，他们两人聊天时，嘉嘉透露过自己的生日。

我忍不住问他，既然当时已经经费不足，为什么还要坚持请我们吃饭呢？



他给我讲了一个经历：

刚进大学不久，男孩就加入了学校的驴友社团，从此迷上了徒步旅行。因为是学生，家里也不富裕，时间久了，便总结出了不少省钱攻略，比如搭顺风车、借宿……

有一次在郑州的高速服务区，男孩遇到了一位热情的大哥，对方开着一辆路虎，全身上下都是顶级运动装备。于是男孩走过去搭讪，希望对方便顺路载自己一程，大哥爽快地答应了。一路上，两人聊得分外投机，大哥还请男孩吃了两顿饭。到了分别的时候，大哥认真地让男孩请吃饭，男孩以为自己听错了，然而大哥依然坚持，男孩只好无奈地答应了。

用餐完毕，男孩硬着头皮从贴身口袋里掏出钱包结了账，心里觉得委屈又怨愤。大哥似乎读懂了他的情绪，拍拍他的肩膀说：“小伙子，旅行是件好事，可是蹭吃蹭喝蹭玩蹭车却不一定是好事！徒步旅行过程中遇到的‘朋友’，往往都是分别后就再也没机会见到的。所以说你的改天到底是哪天呢？”说完，大哥便驾车离开了，而男孩则提前结束旅行，用仅有的几十元钱买了一张返程的车票。

男孩说：“自那以后，我一直提醒自己要有尊严地穷游。而且，还养成了一个习惯，那就是在分别前请每一位帮助过我的人吃顿饭，哪怕只是10元钱的路边摊！”

少一点套路，多一点真诚。真正的朋友，不“改天”。

女神节已过 女神的投资精神不会过 投资买商铺 精彩每一天

股神巴菲特说：“我像女人一样投资，有时候，成功的投资者气质比智商更重要”。其实，沉稳的气质，长远的眼光，耐心的研究和超强的抗压力，这些都是女性的投资天赋。

为什么女性与生俱来拥有这些投资禀赋？美国的一项研究称，在限定的时间内，女性投资的回报率较男性更高，这源于女性更不容易冲动，具有较好的韧性。剑桥大学神经系统科学家约翰科茨曾在伦敦交易大厅进行实验，因为女性身体中的皮质醇只有男性的10%，这使得她们更不倾向于做出非理性亢奋，这就是为什么金融机构女性偏多的重要原因。

投资理财 巾帼不让须眉

对于女人来说，一份好生活的基本条件，除了要有钱，更要有时间。养孩子、逛街、购物、美容、做自己喜欢的事情，不仅要花钱，更需要花时间，而只有投资商铺才能给女人带来财富增长，还不用占用很多的时间。实际上，商铺可能是唯一能够带来有闲好生活的投资品。股票市场变数较大，且劳神费力。投资商铺可坐享其资产升值带来的收益，日常生活、工作不受影响。炒股、买基金得天天盯着，时时留心，生怕下跌，既劳神又费力；涨了还好，一旦被

套牢，牵连全家，让人身心俱疲，鸡飞蛋打。相比之下，商铺是实实在在的东西，每年可收房租且房租远远高于银行利息（商铺的房租每年可达5%—10%甚至高达20%），而且随着租金的上涨，商铺也在不断增值。

精明女人理财是有方法的。现在很多家庭由女人掌握财政大权，所以女人如何理财是很重要的！调查显示，较之男性，女性由于自身对于稳定和安全的追求程度较高，所表现出来的投资理财策略也相对保守，倾向于规避风险。因此商铺这种收益与风险相对稳定的产品也越来越受广大女性投资者的喜爱，而对于股票等风险系数较高的产品则不像男性投资者那么热衷。

恒大水晶国际广场 让女人活得更漂亮！

“商铺是金”，然而不是每个在售的商铺物业都能够得到女神们的青睐。只有那些具有位置好、规模大、专业商管运营等优越条件的商铺才能够入女神们的法眼，才能够稳赚不亏。

恒大水晶国际广场·金街，位于金寨路与龙川路交汇处，雄踞政务高铁双圈之核心。政务区是全合肥核心成熟商业中心，高铁则会带动人流、物流、信息和资金的快速流动。恒大水晶国际广场·金街无疑将全面吸收政务高铁双

圈喷涌而出的旺盛商机，财富价值不容小觑。

商铺是否值得购买，开发商的品牌也需要慎重考虑。首先，实力雄厚的开发商往往拥有完善的开发流程，以及众多的合作伙伴，这对商铺的商业前景来说就是一种保证。其次，长期从事商业地产开发的品牌开发商，有着成熟的合作伙伴以及商铺运营的整体思路或模式，能更大程度地保证投资者的收益。

恒大集团，世界500强，是集地产、金融、互联网、健康、旅游、文化及体育为一体的现代化企业集团。目前，恒大集团在全国180多个城市拥有地产项目500多个，在地产行业遥遥领先。恒大集团秉承“为客户创造商业价值”的宗旨，精铸恒大水晶国际广场，气势恢宏，有目共睹。

目前，恒大水晶国际广场建筑面积约120㎡一拖二与约700㎡整层临街铺两种主力产品，充分满足大型餐饮、超市、健身、教育等业态需求，可以灵活分割与经营。这么好的商铺，简直就是专门为广大女神们量身打造的投资产品。此时不买，更待何时？

建筑面积约120㎡一拖二&约700㎡整层临街铺，让你拥抱完美的自己！

项目地址：合肥市金寨路与龙川路（习友路）交口