

夏日将至 快给空调“洗个澡”吧

谷雨过后,天气逐渐变热,停用了许久的空调,它大显身手的时候即将到来。不少家电卖场负责人提醒小伙伴,在使用空调前,一定要记得给它“洗澡”。因为空调长时间未用,容易沉积尘埃,滋生螨虫、细菌、霉菌,随着空调再次使用,灰尘污垢等会随着空调运行吹散在空气里,若是被人体吸入,会对健康造成伤害,同时空调长期不清洗,还会影响制冷效果。因此,小伙伴们趁着夏日来临前,快给家里的空调“洗澡”把。

空调长期不清洗危害大

随着气温的逐渐攀升,怕热的小伙伴,有的早已打开了尘封许久的空调。细心的小伙伴会发现,放置久了的空调,再次开启时会散发出一股霉味或土腥味,而且还可能出现制冷效果不理想的情况。家住长兴路片区的林女士发现,这几天天气热,打开空调后闻到一股怪味,赶紧找来清洗空调的师傅清洗空调,发现过滤网上早已是黑乎乎一片。

据晋弘贸易有限公司老板陈先生介绍,空调长时间停用后,开机前应先清洗。因为空调长时间未使用,过滤网上积累了很多灰尘,这些灰尘里有大量的细菌等,在门窗紧闭的环境里,这些灰尘或是细菌会随着空气扩散到整个房间,对人体健康造成影响。

据了解,空调一年不清洗,里面的细菌是马桶的60倍!隔季未清洗的空调散热片,含菌量可能超标100倍,使用长期未清洗的空调,污染指数是室外的5倍以上。

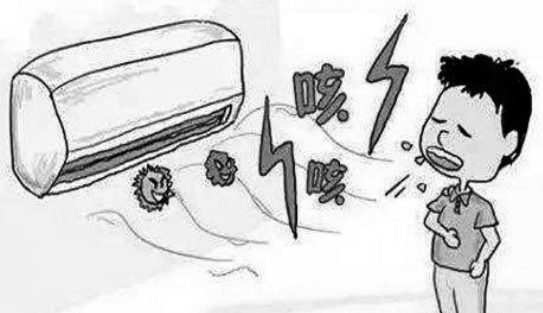
另外,空调使用一段时间后,由于静电作用和反复空气循环,空调散热器、蒸发器等表面会附着大量污垢,造成气流堵塞,导致制冷、制热效果下降,耗电量增加、噪声增大,严重的会缩短空调使用寿命。因此,从健康和节能方面考虑,空调清洗是很有必要的。

清洗空调有诀窍

那么,空调究竟多长时间需要清洗一次呢?“如果是家用空调,半个月就要清洗一次过滤网。”陈先生说道,清洗过滤网,消费者可以自己清洗。在清洗时,一定要先切断电源,用抹布把空调外壳擦拭一遍,然后把外壳打开,将滤网拆卸下来,用干净过滤网刷子刷一刷,把附在过滤网上的脏物刷干净,然后将过滤网放入温水中泡一会儿,最后用流动的自来水对着过滤网冲一遍,用干净的抹布慢慢抹干,然后将洗净的过滤网装回空调内部,再将空调外壳关闭即可。记得清洗时水温不得超过50℃以上,最好不要用洗衣粉、洗洁精、汽油、香薰水等,以免过滤网变形。还有,不要用海绵清洁,因为它会损坏滤尘网表面。

特别提醒,清洗空调除了清洗过滤网外,还要清理散热器、蒸发器和冷凝器等重要部件。尤其是柜机的风轮、蒸发器和分体机外的散热器等都会附着大量灰尘,消费者最好不要自行清理,以免拆装不当损坏机件,最好请专业人员使用专业工具和专门的清洗剂进行清理保养。同时,这种深度清洁建议一年清洗一次。目前提供空调清洗服务的公司有很多,不同公司清洗服务的项目有所不同,市场上清洗空调的价位在80-120元/台,特别提醒,因为现在天气还不是很热,清洗空调师傅档期比较多,现在清洗空调正当时。若是等天气热再清洗,到时候担心师傅会排不出档期。

此外,家用空调一般属于分体式空调或多联机空调,分体式空调没有新风系统,开启前,应先打开门窗通风20-30分钟;开启后,建议调至最大风量运行5-10分钟再关闭门窗。对于长时间使用分体空调且在人员密集区域,每运行2-3小时需通风换气20-30分钟,关机后要及时打开门窗通风。室内温度建议设定不低于26℃,如果温度能满足需求,建议空调运行时外窗不要完全闭合,可留5厘米左右的缝隙。



| 相关阅读

家用中央空调如何清洗

如今家用中央空调越来越普及,清洁、维护和保养家用中央空调非常重要。定期清洗不仅可以减少细菌,提高用户的舒适度,还可以延长空调的使用寿命,节约家用成本。那么,安装隐蔽的中央空调该如何清洗?陈先生说道,如果是新机3年内可不用清洁,若想清洁,只需清洗下过滤网;旧机清洗建议找正规专业的售后清洗人员清洁,以免清洗不当对空调零部件造成损害。

谷雨时节 请收好这份养生指南

不知不觉中,我们迎来了春天最后一个节气——谷雨。谷雨后天气多变,时暖时寒,这个季节要如何养生保健?饮食上需要注意哪些?泉州医高专附属人民医院主治医师、泉州市营养健康协会会员陈宜阳表示,这个季节养生防病,应多吃辛温发散的食物,可适当食用山药薏米芡实粥,适当饮茶、少喝冷饮,这样才能为安度盛夏打好基础。

宜吃韭菜春笋菠菜

谷雨节气后,气温会迅速回升,但昼夜温差仍然较大,中午热,早晚凉。所以早晚应适当地多穿衣服,中午热时应适当少穿衣服。如果气温较高没有必要春捂了,过度的春捂容易上火。同时,谷雨是春天的最后一个节气,按照中医“春养肝”的观点,此时要抓紧时机调理肝血,少熬夜少生气。

陈宜阳表示,这个季节可适当吃一些海带、菠菜、韭菜、春笋等蔬菜。中医认为菠菜性味甘凉,能养血、敛阴、润燥。因菠菜含草酸较多,有碍钙和铁的吸收,宜先用沸水焯烫再烹饪。春天气候冷暖不一,需要保养阳气,而韭菜最宜养阳。韭菜含有挥发油、蛋白质、脂肪和多种维生素等营养成分,有健脾、提神等功效。春韭为韭菜中的佼佼者,味道更鲜美。



少喝冷饮多运动

谷雨节气后,空气湿度加大,很容易导致人体湿气过重。陈宜阳说道,薏米是清除体内湿热的好药材,平时煮粥做饭时可放入一些薏米。需要注意的是,孕妇忌用薏米,且薏米不宜空腹吃。谷雨过后,气温升高。很多人喜欢喝冷饮、吃冷食,而此时食冷饮容易使胃肠道局部受冷刺激,引发不同程度的疲滞。陈宜阳提醒小伙伴要少喝冷饮,可适当饮茶。若有购买新茶建议最好存放半个月后再饮用,同时不要多饮。

此外,这个季节建议进行适当的运动,这样有助于促进阳气的升发,排出体内的湿邪。建议可以做一些有氧运动,比如,快走、骑自行车、跳绳等。“春天想要锻炼身体,选择快步行走其实是一个不错的选择。尤其是对于一些平时少锻炼的人来说,刚开始运动就应该练习快走。”陈宜阳建议,30分钟走的距离为3000米,每次快走量不用太多,因为运动量太大会引起膝关节损伤。还可以适当登山,因为山里的空气相对来说是比较清新的,所以选择登山这项活动不仅能够改善人体的肺活量,还对肺功能的提高也是非常有帮助的。



旺季到来 咱厝掀起童装促销潮

眼看五一假期即将来临,市场上夏装开始热卖,尤其是童装。日前,记者走访晋江各大百货商场发现,各大童装品牌掀起“春夏新款”促销,有的品牌童装推出夏装两件5.9折,有的品牌童装推出新品夏装6.8折等,吸引不少消费者选购,近期有购买童装需求的宝爸辣妈可前往各大百货商场瞧瞧,说不定能淘到惊喜。

各大品牌童装 频频推出促销

日前,记者在晋江宝龙广场某童装品牌店看到,不少消费者正在选购童装。“最近天气热,打算给儿子买几件夏装。”来自青阳的李女士边挑选边说道,趁着现在童装做活动,就赶紧来看看。“目前店里主要针对春夏款做活动,部分产品低至5折。”晋江宝龙广场二楼某童装品牌店负责人说道,现在这个季节,早晚温差大,很多家长都会给孩子里面穿一件短袖,外面披一件长袖,因此店里的春夏新款整体销量都有所提升。

无独有偶,在晋江SM百货,记者看到不少童装品牌专柜驻足不少消费者询问尺码、促销活动。“春夏交替之际,正是购买春夏款的好时机,因为夏装活动折扣力度大,而且现在款式、尺码比较齐全,可挑选空间大。”晋江SM百货企划部相关负责人说道,现在童装区推出充450元送500元活动,VIP尊享折上折,有需求的消费者可逛逛。记者看到晋江SM百货各大童装品牌均推出折扣,如嗒嗒嗒童装推出新品夏装6.8折,精选款低至2.9折;皇室童缘童装推出新品夏装低至29元;洛小米童装推出夏装两件5.9折、精选款2折等。

材质面料成关注重点

不少童装店负责人表示,随着“80后”“90后”为人父母,童装消费群体正在进行新一轮的更新,他们有着优生优育的育儿观念,往往更注重子女生活质量的提高,他们在选购童装时除了注重衣服款式、美观外,更注重质感、质量、安全性等问题。“从到店消费群体来看,“80后”“90后”妈妈已经成为婴幼儿童装主流购买群体,她们的观念比较新颖,而且拥有较强的消费能力,对价格的敏感性降低,愿意为高质量、高安全性和高附加值的婴童产品买单。”晋江某童装店负责人说道,很多消费者对自己可能会比较节俭,但是对孩子吃、穿、用等方面都是比较舍得投入。

目前童装市场品牌繁多,使得消费者的选择空间越来越大,与此同时,消费观念也日趋理性。“孩子的衣服,每件都要精挑细选。”消费者林女士说道,自己向来只在大商场给孩子买衣服,因为选品牌衣服,比较放心。另外,记者了解到,一些棉质儿童服饰比较受家长青睐。“我买童装喜欢选择纯棉,因为纯棉面料具有柔软、透气、吸汗等特点,小孩子穿着比较舒服。”家长吴女士说道,小孩子比较好动,容易出汗,若是选择一些透气性差的服装,不利于汗液挥发,小孩子穿后容易引起皮肤过敏。

小贴士

购童装需注意这几点

婴幼儿的皮肤娇嫩敏感,同时他们又不能准确地表达出自己的真实感受,这就需要家长为他们选购衣服时多留心,不仅要考虑服装款式及面料的舒适度与保暖性,还要看服装是否安全、卫生、环保。不少童装品牌店负责人表示,选购童装主要从以下几个方面来考虑。

首先,应查看标签信息是否齐全。正规品牌服装的标签上应标注以下信息:商标、中文厂名和厂址、型号及规格尺寸、面料(包括里料及填充物)的纤维含量以及纤维含量的百分比、洗涤说明或洗涤标识、合格证书(上面应标有产品的质量等级)、产品的标准代号等。

其次,查看服装有无瑕疵。查看时须注意以下几点:一看童装面料有无明显的编织瑕疵,以免影响服装的美观;二看服装上各个部位的缝制线是否顺直、牢固,尤其应着重查看面料间的拼接处,由于小朋友活泼好动,若拼接处缝制得不牢固,不仅容易开线,还容易导致面料被撕坏。再次,看面料材质。一是尽量选择采用天然面料的服装,最好是全棉或真丝面料,他们透气性比较好,小朋友穿着比较舒适,婴幼儿应首选纯棉面料。二是尽量选择浅色服装,深色服装多少会出现掉色现象,尤其是夏天,孩子好动易出汗,深色衣服接触到汗液后便会掉色,颜色会长时间附着在孩子的皮肤上,对其健康不利,还有应尽量选择不印花或少印花的纺织品。

最后,在给小朋友挑选衣物时,要尽量选购绳带少、绳带短的服装,对于婴幼儿及7岁以下儿童服装,一定要选购无颈部没有绳带的产品,避免游戏玩耍时小朋友被绳带勒住意外受伤甚至窒息的风险。家长在挑选衣物时,对于拉链、纽扣这些产品附件,也要注意是否有锐利的尖端和边缘,纽扣、小装饰物等是否牢固。

养生食谱推荐

1. 山药薏米芡实粥

谷雨养生重在祛湿,这里推荐一些祛湿食谱。如山药薏米芡实粥,可以补中益气、健脾养胃,对脾胃虚弱、食欲不佳有一定改善作用。

材料: 粳米、鲜山药各100g、炒薏苡仁(也叫炒薏米)、芡实各20g。
调料: 白糖适量。
做法: ①将粳米、炒薏苡仁、芡实分别淘洗干净;鲜山药去皮,切成滚刀块。②锅中放入炒薏苡仁、芡实和适量水,小火煮20分钟,倒入粳米,继续煮20分钟,放入山药块煮至粥成。③吃时调入白糖即可。

2. 白芍枸杞菊花茶

谷雨后,雨多、湿重,人春困,中医讲春季适合养肝。可煮一杯白芍枸杞菊花茶饮用,适合肝火旺盛易怒、郁闷、胸胁胀痛、口苦口干的人群。

材料: 生白芍9g、枸杞12g、菊花6g。

晋江宝龙广场 周六晚上演“一厝好戏”

本报讯 日前,记者从晋江宝龙广场获悉,为了感谢广大消费者多年来的支持与厚爱,4月24日晚,晋江宝龙广场将在一楼中庭启动“一厝好戏”活动,届时现场有精彩的木偶表演,还有“非遗”节目等,将为广大消费者带来一场震撼的“非遗”盛宴。值得一提的是,届时活动现场还有精彩的亲子DIY购物袋活动,感兴趣的小伙伴千万不要错过,本周六晚7时,相约晋江宝龙广场不见不散。

作为晋江首个双MALL生活中心,2020年晋江宝龙广场全面升级,定位为“城市级潮流时尚中心”。2021年还将打造晋江宝龙的系列城市故事,用最具城市特色的场景、人、物,充分结合大泉州城市文化与商业,串联情感共鸣。未来重点将引入国潮运动、超人气网红餐饮等众多品牌,打造“潮流时尚”标签。

SM中国 获行业杰出运营商



本报讯 日前,2021年联商网大会暨致敬中国零售20年庆典在杭州举行。SM中国因其2020年可持续发展与稳扎稳打的经营优势突出;获评“2020年度商业地产城市杰出运营商”。SM中国营运部负责人Ronald Allan Brosas先生代表SM中国领奖。

SM中国所隶属的SM Prime控股公司,核心业务涵盖购物中心、地产开发、酒店及会展;凭借创新理念与稳健运营,成就东南亚综合性地产开发领域的领跑者地位。其已在全球开设83家购物中心,总建筑面积约990万平方米,日均客流420万人次;自2001年登陆福建以来,已在中国8城投资项目12个。

在2020极不平凡之年,SM“永续经营”模式优势见长,迸发出强大的韧性、活力与向上的力量。SM中国凭借敏锐的市场预判,抢下先手棋;顺势启动项目整体翻新与局部调整,从硬件设施到服务配套,从业态升级到品牌焕新收效显著。面对疫情大环境挑战,它及时转变运营策略,开启商场与品牌商户线上、线下渠道相辅相成的运维模式;它深挖营销创意与情感需求,不断升级创新、有趣、有内涵的营销活动,激发商户参与热情,与消费者“温情对话”……

在SM中国下一步的开发计划中,总投资超11亿元的SM厦门四期项目已于今年2月破土动工。它的建设启幕,意味着总建筑面积约67万平方米的厦门SM综合体全面开发;这个集生活、社交、娱乐、商务于一体的超级综合体,将为福建创下包括建筑体量、业态分布、品牌丰富度和客流量计数等多个商业焦点。而SM在厦门西部新兴湾区——马銮湾新城摘得的一幅新地块也于3月底奠基开工,将投入超10亿元打造14万平方米的湾区商业新地标。

安海镇苗苗中心幼儿园 金沙城分园 举行消防疏散演练活动



本报讯 为了进一步加强老师和幼儿对突发安全事故的灵活应变能力,掌握更多自救逃生、自我保护的方法,日前,安海镇苗苗中心幼儿园金沙城分园开展消防疏散演练活动。

随着火警警报的响起,各班老师迅速按照紧急预案的疏散路线带领幼儿有序“逃生”。在老师的引导下,小朋友全部撤离到安全地带。老师清点幼儿人数后,向园长汇报情况,确保每名幼儿都安全撤离。最后,该园园长陈雯雯对本次消防演练进行总结,她强调了火灾的危险性,要求全体教师要不牢树立安全防范意识,熟知逃生方法和疏散路线,做到防患于未然。

通过本次演习,全体老师、幼儿身临其境地体验了一次火灾现场的逃生场景,深入了解了逃生常识,熟悉了疏散路线,消防安全意识进一步提升。

东石金山中心幼儿园 开展“讲故事”比赛

本报讯 为了提高小朋友的语言表达能力,日前,东石金山中心幼儿园开展“童言童语”学园讲故事比赛。

比赛中,小选手们清晰流畅地讲述着一个个充满童趣和创意的故事,他们表现得落落大方、神采奕奕,语言生动有趣,声情并茂,还配有活泼可爱的肢体动作,塑造出一个个生动形象的角色。台下的小观众们听得津津有味,不时响起热烈的掌声。此次活动有助于提升幼儿的口语表达能力,对幼儿良好的阅读习惯也有一定的促进作用。