夏天来了,姑娘烦了

如何不做"黑美人"?听我们的



夏天不穿吊带、背心, 不穿短裤、短裙怎么能对得起 这个清凉的季节,女孩们可以 -展性感美妙的身姿。然而, 衣着较少的她们又担心会变 成"黑美人"。本期声色大 讲坛请来了资深美容讲 师粟燕来和我们分 享一些防晒知识。

防晒知识 要晓得

夏天到了,很多女孩子的烦 恼也来了,这其中如何防晒就是 最令大家头疼的事。从事销售工 作的徐女士在声色大讲堂的QQ 群中告诉记者,"去年夏天去海 南玩,双腿晒得很黑,当时还有 同事笑话我是穿了黑丝袜呢,现 在想起来都觉得是噩梦。"

夏天紫外线强,光照强烈, 如何防晒自然成了备受姑娘们 关注的话题。

对此, 粟燕称防晒护肤品 主要有物理防晒和化学防晒这 两种,"化学的涂在皮肤上会有 增白效果,但是在炎热的夏天 流汗很快就需要再补了,而物 理的适合油性皮肤使用,它的

酒精含量比较高,可以控制油 脂分泌。"在涂防晒霜之前一定 要先上一层隔离霜,这样可以 起到护肤的作用。

粟老师表示,"晒后修护需 及时, 晒后皮肤的反应一般是 从变红再到变黑,变红表示皮 肤被灼伤,这时候我们可以采 用冰敷的方式让皮肤得到舒 缓,然后可以涂一些乳液、面膜 等做晒后修复。"

防晒之心 急不得

防晒霜的防晒系数多有不 同,很多女孩就会误以为选择 防晒效能越高越好的, 这样想 就错了。粟老师告诉记者,SPF 值越高, 意味着它对皮肤的伤

害也就越大, 在选择防晒霜的 SPF值时, 我们还是需要因情

美人文娱

粟老师建议,"在室外温度 达到30℃-35℃的话,可选用 SPF20到25左右的; 当气温接 近40℃的情况下,可选用 SPF30的防晒霜;如果是去海 边沙滩玩耍或者参加户外运动 时,可使用SPF值在50左右的 防晒霜。另外,11点到13点是紫 外线比较强的时候, 这个时段 大家尽量少出门。"

防晒用品 需懂得

一到夏天,各种防晒衣、遮 阳伞就成了女孩们抢购的爆 款,如何选择具有防晒效果的 防晒衣和遮阳伞,姑娘们,你们 真的知道吗?

粟燕认为,"选购防晒衣应 该尽量挑亮色的买,比如黄色、 白色等,可以折射紫外线,尽量 不要选黑色。"虽然黑色衣服穿 着很显瘦,可是黑色具有很强 的吸收紫外线的作用,绝对不 是一个好选择。

如何选择太阳伞, 她也有 自己的小妙招,"在太阳底下把 伞打开看它呈现在地面上的影 子,影子颜色越黑或越深的防 紫外线性能相对要好。选双层 的太阳伞也会比较好。"另外, 选伞的时候可以观察它标签上 的对紫外线的防护指数。

> ■实习生 杨锦珍 三湘华声全媒体记者 黄煌

周末感受"马上有福"

"马上有福——胡紫桂书画作品 展"将于5月24日晚在藏福美术馆开 幕。本次展览共展出胡紫桂近两年来 创作的书画精品逾百件, 书画俱全、 风格多样。

胡紫桂,自号古铁,毕业于中国 美术学院,现任湖南美术出版社副社 长。本次展览共展出胡紫桂书画作品 100余幅,展览为期20天。

"问道洞庭"邱敦长画展举行

5月23日,由湖南省美术家协会。 湖南书法家协会、三湘都市报等多家 单位联合主办的"问道洞庭"——湖 南省青年画家邱敦长美术书法作品 展在湖南画院举行。

邱敦长现任中国书画院院士、常 德市花鸟画家协会副会长, 此次画展 以"问道洞庭"为主题,共展出书法绘 画作品73件,展览至25日结束,免费对 市民开放。

■三湘华声全媒体记者 吴岱霞

莽山"蛇博士"登上大银幕

5月22日,以"莽山蛇博士"陈远 辉为原型拍摄的电影《蛇博士》在宜

《蛇博士》由潇湘电影集团有限 公司、湖南潇影第二影业有限公司联 合出品,省文联主席谭仲池担任编 剧,以陈远辉30年来与蛇共舞的经 历为原型,讲述了"蛇博士"发现世界 独一无二的"蛇中熊猫" 莽山烙铁头 并为其在大山中坚守30年的故事。 首映式上,影片以其朴实隽永风格获 得观众普遍赞誉。6月15日,《蛇博 士》还将在上海国际电影节展映。

■三湘华声全媒体记者 吴名慧

鼎极分类信息 刊登13875895159 鼎极分类信息 热线 0731-84464801

提示:本分类信息不作法律依据,请勿盲目经济往来

艾蒸灸熨湖南总代理 不需要加盟费代理费

长沙市天心区莲花小区 18373179088 北京二锅头散酒坊

正宗国营 中华老字号 400-006-1163 www.egtjf.com

各类大小项目融资借款,三百万 起贷,地域不限,个人,企业均可

咨询电话:028-68807888

你炒股、我垫资 按天数计息,有用才算 84257918

我出资你炒股炒期货 1万配资 10万。13397513388

快速贷款热线 15386463933

银行贷款 15073196151

抵押银行贷款,凭身份证办理

快速代办银行信用卡

T:13875822133 QQ539018098

铁道卡友 18975841765 它办、代还、取现

上门卡友 15116104986

友阿百货卡友 — — — SO 15111180501 代办信用卡5-50万,下卡快,成功

代办大额信用卡 5–50 万无前期费用,下 **诚信办理信用卡**5-100 万下卡快,无前 **诚信办理信用卡**期费用 18616179388

代办信用卡 5-50 万,下卡快,无前 期费用 13787209276

项目直投

资金直投,寻项目合作。企业、 个人均可:房地产、矿业、水电 站、制造业种植养殖等项目

手工加工 13794841900

现有大量电子外留订单寻求台 作加工,免押金 0769-89308566

兴威二手车行 高价收售各类小车, 麓谷汽配城 8号。电话:18908463322 袁生

报家行业减信经营单位 85594898 特价搬家 拆装空调

▲ A 级诚信单位 上人 機家移空網 招机搬运工 84478678

➡ 特价搬家 拆装空调 **双反**84712408 85653588

というというとしている。 专业批发扑克麻将、 字牌牌 九、眼镜骰子,最新尖端产品应有尽有。传授各种玩牌绝技。

银河大酒店18873100222 实战牌具 低价安装麻将机程序,宽范围扎

克分析仪, 桌上无需放东西,-对一透视眼镜。筒子,密码麻将 白光扑克等。134 6767 1788 长沙晚报对面

万变麻将 任意普通麻将,不偷不换,想变 就变,把把自摸,批万能程序,透 视眼镜,扑克筒子分析仪,教实 战牌技、可送货上门。长沙火车站万份 酒店2楼8231房13787310502

专业为**秃顶、白** 发、头发稀少、热 爱时尚发型的人 士,解决头发问题 烦恼。百年传承, **30年**技术沉淀。全 球教育万客户品质 鉴证。朴发、增发 后,除不会生长 其他功能和自 已长的头发没有任何区别。可理平头、喷火架,可做头、灰水果,可做任何发型。 **泳、打球及做任何 日**伊沙法士



地址:长沙市芙蓉中整二段搬天国际财富中心25层 电话: 0731-85263175

九头鸟调查事务所

0731-82241122 www.gztitn.com

女 33 岁丧偶独居温柔贤惠貌佳, 自营生意多年,诚寻健康重感情有上进心男为夫,贫富不限,有 孩视亲生 **18475437375** 本人接听

唐异斌 430102198408171511 遗 证号 1118001024200209 声明作废

青松遗失专职安全员证书,证 号:湘建安 C(2005)150000586 声明作废

董明灿遗失南华大学毕业证。 编号 105551201205760829. 声明作废

罗文兰遗失身份证,身份证号码 430721197704030024 声明作废。 向振国遗失身份证.

430111198001152219 声明作废 胡积良,430104195809271029

身份证遗失,声明作废

·根根精细增发 **台湾专家主理** 隐形无痕增发

可做任何发型 脱多少补多少 脱タンドラン 増 女 女 发 稀 疏 増 密 増 发 遮 盖 白 发 着 增发遮盖白友 **寻求发廊合作** 长沙店 88623456 www. alomor 0731 88623456 9:00-19:00 周

环评公示

湖南永旺置业有限公司拟在望 城经济开发区普瑞大道和马桥 河路交汇处东北角投资建设永旺科技产业园项目。本工程总 用地面积为 100734.4m², 总建 筑面积为 271705.94m², 建设内容包括总部大楼、研发孵化厂房、生产制造厂房及综合服 务设施。本项目环评由中机国 际工程设计研究院有限责任公 司承担。对于本项目相关的环境保护建设性意见,可联系环 评单位黄工 **85383416** 和建设单位金总 **89719259**。

公。

湘 CH1762 的王建新: 因你驾驶车辆从事非法运 营,被我局依法查扣,至今未来我单位接受处理,我局现 是作出行政处罚决定,请你 于公告当日起六十日内到我 单位领取《长沙市交通行政 执法局行政处罚决定书》,逾 期未来领取,则视为送达。(地址:长沙市芙蓉区荷花路 7号,联系:0731--84694770 联系人:宾文)

长沙市交通行政执法局 2014年5月24日

遗失声明

长沙市雨花区对塘湾食府遗失 湖南省长沙市地方税务局卷筒 发票一卷,发票代码 2200561. 发票号码 24027001-24027100 声明作废

郑晨阳遗失教师资格证,号码: 20084300242002426,声明作废

注销公告

长沙恒采建材有限公司经股东 会决议注销,请各债权人自本 公告见报之日起 45 日内向本公 司清算组申报债权。联系人: 王剑雯 电话:13627425088

쓷 公

ANV721 王依根 F6SD56 的车主、湘 F75630 廖 湘 C26885 陈志华、湘 AM6Z25 周德昌、湘 AND790 张民、湘 AJV625 盛正言、湘 JB8935 吴建兵、湘 A6TP79 陈 虹志、湘 A0DN88 戴琳、湘 **A7W580** 虢新渠、湘 **ALR542** 岳岸红、湘 **ANW360** 付雄飞、

湘 ARZ227 陈 忠 林 、湘 AVJ685 袁克林、湘 FE0972 李 佳园、湘 AUM487 夏喜军、湘 A6FQ52 陈林、湘 A1TY00 谭 金辉湘 AFD035 邓湘洪、湘 AX3865(套牌)周卫国: 因你驾驶车辆从事非法运营,

因你驾驶车辆从事非法运营,被我局依法查扣,至今未来我单位接受处理,我局现已作出行政处罚决定,请你于公告当日起六十日内到我单位领取《长沙市交通行政执法局行政处罚事前告知书》。逾期未来领 取,则视为送达。(地址:长沙市 芙蓉区荷花路 7 号,联系: 0731-84694770 联系人:宾文) 长沙市交通行政执法局

2014年5月24日

公

湘 E1X061 李江 ALM671

因你驾驶车辆从事非法运营,被我局依法查扣,至今逾 期未来我单位接受处理,我局现已作出解除行政强制措 施决定,请你于公告当日起六十日内到我单位领取《解 除行政强制措施决定书》 期未来领取,则视为送达。(地址:长沙市芙蓉区荷花路 7号, 联系:0 联系人:宾文) 联系:0731-84694770

长沙市交通行政执法局 2014年5月24日

注销公告

根据公司股东会议决定,本公司决定注销,为保护债权人的 合法权益,请债权人自本公告 登报之日起45日内,向本公司 清算组以书面形式申报债权。清算组地址:长沙市芙蓉中路 顺天财富中心 1706 室 联系人:田宏志

电话:0731-86339888 湖南共為未来投资贸易有限公司

开业公告

安乡绿健水产科技有限公司, 注册号:430721000020588, 法定代表人:杨泽林,经安 乡县工商局核准登记注册,予以公告

变更公告

安乡县星河环保建筑材料有限 公司,经登记机关核准,企业 名称变更为:安乡县俊凯环保 建筑材料有限公司,特此公告

注销公告

经长沙托乐网络科技有限公司 股东会决议注销,请各债权人 自本公告见报之日起四十五日 内向本公司清算组申报债权。 地址:长沙市芙蓉区五一路湘域中央1栋1701房。 联系人:胡琦 电话:15873148033

遗失声明 湖南南方电梯有限公司遗失组

织机构代码证电子副本 IC 卡, 代码号 72795471-0,声明作废

尊敬的世嘉国际华城业主:

世嘉国际华城交房后,车位-

直销售火爆,为保障广大业主 的利益 现告知小区业主"请日 前尚未购买车位的业主抓紧时 间,若错过现在的购买机会,导 的,石镇过现在的购买机云,寻 致以后部分业主无法停车或停车需要支付更多的费用,开发 商不承担任何责任。"目前,小区 两个或两个以上的车位,现我 司将根据该部分业主需求,拟 具体明细如下 位转移登记

十143冊 つ	キュー
-1096	60000
-1099	60000
-1164	60000
-1240	60000
-1257	60000

-1175 60000 -1063 60000 -117360000 -1253 60000 -123860000

尚未购买车位的业主如有异议, 请于30日内与我司取得联系 电话:0731-84770888。如无异议 我司将于 30 日后办理上述车位的产权转移登记。特此公示! 的产权转移登记

湖南胜辉置业有限公司