

○常识揭秘

冰箱里食物究竟能放多久

很多人把冰箱当成了家里的“食品消毒柜”，认为贮存在冰箱里的食品就是卫生的。其实，冰箱因长期存放食品又不经常清洗，会滋生出许多细菌。冰箱里的食物虽然外表看起来还新鲜，但是实际上已经变质。例如熟肉类食物在冰箱中的储存时间不应该超过4天。

冰箱保存食物的常用冷藏温度是4℃至8℃，在这种环境下，绝大多数的细菌生长速度会放慢。但有些细菌却嗜冷，如耶尔森菌、李斯特氏菌等在这种温度下反而能迅速增长繁殖，如果食用感染了这类细菌的食品，就会引起肠道疾病。而冰箱的冷冻箱里，温度一般在零下18℃左右，在这种温度下，一般细菌都会被抑制或杀死，所以这里面存

放食品具有更好的保鲜作用。但冷冻并不等于能完全杀菌，仍有些抗冻能力较强的细菌会存活下来。所以，从另一个角度来说，冰箱如果不经常消毒，反而会成为一些细菌的“温床”。

另外，冰箱里的食品也不要存放过多，这样会让食物的外部温度低而内部温度高导致变质。

天气一天天热起来，冰箱的使用率也高了起来。

很多人看来，食物一旦放进冰箱，就等于穿了一件“防护服”。而实际上，食物的营养和鲜味会在存放过程中慢慢褪色。

可有些主妇把冰箱当成了保鲜箱，长时间储存食物。如何正确使用冰箱，也是主妇们必不可缺的家庭知识。为了家人的健康，你一定要知道，冰箱里的食

物可以放多久。

鲜蛋：冷藏30—60天
熟蛋：冷藏6—7天
牛奶：冷藏5—6天
酸奶：冷藏7—10天
鱼类：冷藏1—2天 冷冻90—180天
牛肉：冷藏1—2天 冷冻90天
肉排：冷藏2—3天，冷冻270天
香肠：冷藏9天，冷冻60天
鸡肉：冷藏2—3天，冷冻360天
罐头食品：未开罐冷藏360天
花生酱、芝麻酱：已开罐冷藏90天
咖啡：已开罐冷藏14天
苹果：冷藏7—12天
柑桔：冷藏7天
梨：冷藏1—2天
熟西红柿：冷藏12天
菠菜：冷藏3—5天



胡萝卜、芹菜：冷藏7—14天
剩饭别超过3天，果蔬最多一周，酱料能放两月。

○生活技巧

夏季空调使用小常识

炎炎夏日，使用空调几乎是每户人家必须的，但是您可知空调对儿童的健康会造成不利的影响，尤其是长时间使用空调的家庭，更要注意这些空调使用常识：

第一，居室尽可能利用自然风降温。安装空调机的同时配备负氧离子发生器之类的装置，以改善房间空气。

第二，连续使用空调时间不宜过长，凉风不可对着孩子身体直吹。孩子的体温调节中枢尚未发育完善，直接久吹，风力过大，全身毛细血管收缩，体温过度降低，易引起疾病。

第三，室内温度不宜降得过低，室内外温差保持在5℃左右比较适宜。

第四，注意定期停用空调机，打开门窗通风换气。

第五，在空调房间呆久了，到炎热的室外活动时，可先在阴凉处活动片刻，作为过渡，以使身体适应。

第六，孩子大汗淋漓时不可直接吹冷风，以防全身毛细血管迅速收缩，引起发热、鼻塞、头痛脑涨等症。孩子要尽可能少吃冷饮，多喝凉开水。

第七，家用空调机的蒸发器和空气滤网，应定期清洁和消毒。

爱客除湿机，严守人体舒适“底线”



时下，由于高温和降雨，我国大部分地区夏季空气湿度经常高于85%。这种持续潮湿的天气大大突破了人体舒适的“底线”，给人们的生活和工作带来

了诸多困扰，不少单位和家庭因此蒙受财产损失。居家、办公都应及时做好防潮除湿准备。

据爱客IQAir公司市场部经理杨健介绍，以往人们在防潮除湿时，主要用空调。但空调与除湿机相比，在除湿方面具有明显的弊端。

空调除湿：除湿量小、除湿慢、效率低，耗电量且影响整机寿命。

空调的主要功能是制冷和制热，带独立除湿功能的空调机可以除湿，但除湿量小、除湿慢，

效率低；而且在我国南方地区的阴雨季节，湿度大但温度并不高，这时如果用空调来除湿，吹出的是冷风，越除湿越冷，很难达到让人舒适的温湿度范围。

爱客IQAir，国际智能空气领域的著名品牌，其产品向来是国际室内环境电器中最高端、最专业的典型代表。爱客IQAir旗下高端除湿机系列产品登陆中国大陆市场以来，备受市场青睐。其中，爱客IQ-810B，是采用世界顶级转轮技术的低温除湿机，重量仅为6.5公

斤，移动方便；爱客IQ-826B，采用日立压缩机和高品质核心配件，超静音工作，除湿效率高；爱客IQ-820B采用独特的双正面设计，外观典雅时尚；爱客IQ-816B为整机进口产品，做工精细，噪音极低。爱客IQAir系列除湿机，均具备负离子功能，同时配备纳米银滤网，在控制室内湿度、防潮防霉的同时，还可以补充负离子，消毒净化空气，是真正的健康环保产品，既适合居家使用，又适合办公环境下使用。

PRADA Phone苏宁独家发售



自PRADA Phone3.0登陆以来，凭借其时尚奢华的卓越品质一举获得了来自国内消费者的热烈追捧。笔者从苏宁电器了解到，短短不到一周的时间，预售数量已突破300台，再次刷新奢华风手机预定记录。

1913年，Mario Prada 在意大利米兰的市中心创办了首家精品店，现在PRADA已经成为全球知名的奢侈品品牌，深受时尚女性用户的青睐。自先前发布了二代PRADA Phone之后，PRADA于近期又推出了全新的奢华定制手机PRADA 3.0，不仅外观精致时尚，双核1GHz处理器和4.3英寸大屏幕也相当强劲，采用了全新设计理念的PRADA Phone完成了一次自我的完美升级。

精致近似手工 细节尽显独特奢华

不得不说，LG PRADA 的

工艺属于手机产品中的奢侈品一级，机身棱角鲜明，不再是传统的直线，而是在机身侧面加入了更多的圆弧设计，金属材质打造，冷艳而且很上档次。不仅机身四周，机身侧面按键也都采用了金属材质，如果你是一个金属控，相信这款产品会比较对你的胃口。此外，机身背面采用PRADA独家Saffiano压纹设计，不仅防滑，独特皮质手感也让人白看不厌，彰显独特奢华品质。

商务、娱乐兼备 玩转百变角色

为了保证用户正常处理手中的事务，PRADA 3.0预装了Polaris Office程序，可以浏览word、excel、txt等常规文档。此外，PRADA 3.0提供了风格简约的车载界面，即使在驾车时也可以给用户带来非常好的操作体验，无论是播放音乐、调出联系

人，都可以通过语音来实现。在电话本联系人管理方面，PRADA的设计风格看上去也更加井井有条，A-Z的字幕表加上单个字母开头联系人数量统计，让查找更加有效。

在娱乐方面，PRADA也表现不俗。预设系统中提供了绑定Twitter、Facebook、Google账号等选项，一秒即可变身社交达人。此外PRADA 3.0可以播放aac、mp3、wav、wma、m4a、flac格式的音频文件，支持1080P分辨率的视频，mp4、avi等主流视频格式都可以支持，表现还是非常全面的。

预售成绩不俗 苏宁独家首发

今年年初赛诺调研机构曾发布报告称，2012年3G手机的销量将达到1.86亿台，千元3G智能机将占国内3G市场六成以上的份额。尽管逐步发展壮大的千元智能机市场极大的满足了普通消费者对于智能手机的需求，但是日益同质化的趋势也愈发难以满足消费者对个性化的需求。

作为中国3C家电连锁领军企业，苏宁电器始终把研究行业动向作为自身本职工作，此次独家销售PRADA Phone，是基于对智能手机市场进行深入研究的情况下作出的决策，及时迎合了消费者对时尚、个性智能手机的追求，预售期间即得到了消费者的热烈追捧，不仅刷新了奢华智能手机预售记录，更体现了苏宁作为行业领先者的独到眼光。目前PRADA Phone已在苏宁全面发售，心动不如行动，感兴趣的消费者切勿错失良机。

苏宁易购开放平台战略大提速 7月初召开千人招商大会

近日，笔者获悉，苏宁易购将于7月初在南京召开千人招商大会，面向全国进行开放平台的招商。业内人士表示，此举是苏宁易购继五月底引入近百家品牌旗舰店之后，其开放平台战略的一次大提速，对于苏宁易购自身发展和电商行业平台发展格局将产生深远影响。

据了解，苏宁易购本次招商主要集中在百货日用品、图书、3C配件等品类，这也是苏宁易购进一步树立综合性电商定位的重要举措。苏宁电器早在发布未来十年战略时就表示，未来苏宁将通过苏宁易购实现“去电器化”，涉入百货、金融、虚拟服务等多元化领域。苏宁易购正在逐步通过战略性筹划，实现自身的历史使命。

苏宁易购执行副总裁李斌透露，苏宁易购开放平台与5月底已经上线，目前已经有近百个品牌入驻，本次招商，除了家电、3C及周边产品外，非电器类产品将是本次招商的重点。据悉，苏宁易购网上报名通道也将于近日全面开通。

李斌表示，苏宁易购开放平台将完全区别于其他C2C的平台模式，品牌商只需要负责产品的库存及前期的资料维护，从产品的支付到配送及售后全部由苏宁易购负责，这在很大程度上统

一了服务标准，并减轻了品牌商的工作量。例如消费者比较关心的发票问题，将统一由苏宁易购提供。

“苏宁的品牌知名度在中国家喻户晓，会员总数达到7000多万，只要品类齐全，产品线丰富，可以迅速转化为销售”，李斌介绍道，“苏宁易购目前在全国300多个城市拥有近1800个自提点，服务网络遍布全国80%以上地区，服务能力是苏宁易购成功的重要原因。开放、共赢的态度是苏宁易购开放平台的合作理念，相信这个平台将对对中国电商发展产生划时代的意义。”

据了解，目前苏宁在全国拥有配送中心上百个，配送车辆5000量，配送人员超30000人。“苏宁的物流体系在未来将独立成公司，为中小企业甚至消费者提供快速服务”，李斌说，“强大的服务能力是苏宁易购开放平台的保障。”

据透露，苏宁易购将向商家及合作伙伴展示涵盖商品采购、销售、库存、仓储物流、售后等所有服务管理环节在内的开放后台系统，目前，已有近700家供应商确定参与，其余正在确认中，各界商户都可以通过苏宁易购网站的招商专题页面进行报名和咨询。