



## 美丽贴士

济南美容整形医院的专家给大家介绍了几个祛皱美肤的小知识。

## 1. 茶叶去皱

茶叶含有400多种丰富的化学成分,其中主要有茶多酚类、多种氨基酸等,是天然的美肤饮料,能保持皮肤光洁,延缓面部皱纹的出现,还可预防多种皮肤病,但要注意不宜饮浓茶。

## 2. 啤酒去皱

啤酒酒精含量少,所含鞣酸、苦味酸有刺激食欲,帮助消化及清热的作用。啤酒中还含有大量的维生素B、糖和蛋白质。适量饮用啤酒可增强体质,减少面部皱纹。

济南美容整形医院美丽热线:0531-86039999



## 健康讲堂

## 不能和橘子一起吃的食物

1. 黄瓜 黄瓜中的维生素C分解酶会破坏橘子中所含的多种维生素。

2. 牛奶 牛奶里的蛋白质会与橘子里的过酸和维生素C发生反应,凝结成块,影响消化吸收。因此喝牛奶后1小时内不能吃橘子。

3. 萝卜 吃萝卜后再吃橘子,会导致甲状腺肿。

4. 鸡蛋 鸡蛋若和橘子等水果同食,会影响蛋白质的消化和吸收。

此外,不能与橘子同吃的食物还有兔肉、豆浆、龙须菜、蟹、鳗鱼、动物肝脏等。



## JM 生活女郎

姓名:耿月  
年龄:18岁  
职业:山东交通学院高铁动车乘务专业学生  
身高:171cm  
星座:水瓶座  
我最喜欢的一句话:活在当下,做好自己。  
摄影:记者 王鑫

## 报名方式

报名时将姓名、年龄、职业、身高、星座、特长或爱好、联系方式和照片(3-5张近期全身正面照,分辨率高,图片不小于1M)发至公共邮箱:shenghuonvlang@sina.com。



## 天气预报

今天 晴  
1℃ ~ 12℃  
北风3级以下

明天 晴  
0℃ ~ 13℃  
南风3级以下

后天 晴转多云  
2℃ ~ 15℃  
南风3级

## 未来几天放晴升温

□记者 赵冉 播报 耿月

阴霾让本来就不温暖的天气变得更为寒冷。好消息是太阳从今天开始就要回归了,并且能“抛头露面”三四天,天气可以稍微暖和些。

济南气象台预报,未来几天以晴为主,气温缓慢回升。17日白天晴,最低气温-2℃ ~ 1℃,部分地区有冰冻,最高气温12℃左右。夜间到18日晴到少云,最低气温-4℃ ~ 0℃,部分地区有冰冻,最高气温13℃左右。19日晴转多云,气温略有回升。20日多云转晴,南风3级,气温继续上升。21日晴,南风转北风都是3级,气温下降。

## 开奖公告

中国体育彩票

排列3第14312期中奖号码为:3、7、7。下期奖池基金:3324484元。

排列5第14312期中奖号码为:3、7、7、5、5。一等奖中出2注,每注奖金10万元。下期奖池基金:275146598元。

七星彩第14134期中奖号码为:8、6、0、1、2、1、5。一等奖中出2注,每注奖金5,000,000元。下期奖池基金:5602966元。

体彩超级大乐透奖池11.57亿元。

山东省体育彩票管理中心

2014年11月16日



## 开奖公告

中国福利彩票

23选5第2014W312期中奖号码为:03 11 14 21 23

双色球第2014S133期中奖号码为:红球号码:13 14 16 23 30 31 蓝球号码:13

3D第2014D312期中奖号码为:3 0 8

山东省福利彩票发行中心

2014年11月16日

(以上信息仅供参考)

生活日报·济南美容整形医院 联合主办

2015年度 生活日报 优惠大征订开始啦

## 好生活 幸福家

山东首席家庭报 省会新闻服务读本



足不出户  
扫码订报

120元礼包  
(从以下①-③号礼包任选其一)

## ① 送百脉泉桶装矿泉水平票4张(市区读者)

为数不多的复合型优质天然矿泉水,水源地位于远离工业污染的章丘十九峰鸟巢山。

价值¥56元 (共5000份)

150元礼包  
(从以下④-⑥号礼包任选其一)

## ④ 送鲁珍堂阿胶糕1份(500g)

产自“中国阿胶之乡、东方药都”——山东平阴东阿镇,选用正宗地道的山东“福”牌阿胶为主要原料。

价值¥150元 (共2000份)

220元礼包  
(从以下⑦-⑧号礼包任选其一)

## ⑦ 送2015年山东森林旅游年票2套

门票总价值原价400元,免排队,直接入园,一票畅游全省15市55个景区。

价值¥196元 (共3000份)



20% off  
礼上加礼!

## ② 送石磨香牌石磨面粉1袋

石磨面粉,传统工艺,原味,无任何添加剂。

价值¥40元 (共1000份)



## ③ 送2014年第四季度报纸

即印即看,现印现看。  
每一年报纸看四个月。

价值¥37.5元



## ⑥ 送2015年山东森林旅游年票1套

门票总价值原价400元,免排队,直接入园,一票畅游全省15市55个景区。

价值¥98元 (共2000份)



请到就近的齐鲁晚报·生活日报发行站订阅2015年度生活日报 征订服务热线: 85196329 85196361 11185(邮局)

棋盘中心站 李永刚 13969110445  
棋盘站 周 娟 13906403799  
青后站 陈士燕 15169091810  
开元中心站 郭念德 13805316405  
开元站 于复桢 81872217  
燕山站 高 波 13791040977  
开发区中心站 赵传波 15153177408  
高新区站 王军国 15954908461  
奥体站 陈 红 13646403207  
济钢站 吴 强 15098806006  
郭店站 郭心霞 13793153200

王舍人站 杨玉红 15194152762  
济炼社区站 付茂德 13064014901  
二钢中心站 二钢站 姬向慧 15098878551 13287751920  
甸柳站 石艾梅 15564159027  
七里堡站 赵 卫 13021727578  
乐山中心站 段秋虹 13210528191 13325122545  
岔路街站 乐山站 张吉玲 13793140532 13906419296  
振兴街站 李淑美 13964089664 15254187884  
南辛中心站 南辛庄站 张 华 15165128019  
明星站 杨玉东 15692319379

王官庄站 李 民 18766145355  
昆仑站 王式美 13256776574  
老屯站 孟祥娟 15165148696  
美里湖站 王大利 13406955567  
舜玉中心站 舜玉站 张纪娟 15305410363  
玉函站 胡宝军 13954140286  
六里山站 张 涛 15698045798  
十六里河站 陈兆明 15615611624  
芙蓉站 张保聚 18764484666  
南村站 张洪菊 15589947228  
天桥站 杨秀娟 15264165729

黄屯站 曹忠德 13864057406  
西客站 刘 辉 13905414252  
花园中心站 花园站 林广霞 88531393  
花园站 许志刚 15253143889  
黄台站 刘正宝 13954166613  
郊区中心站 长清站 王 兵 87330699 13583173508  
大学城站 王新刚 18906411877  
章丘站 赵素芳 13573158992  
济阳站 张务花 13869117655  
商河站 候立花 13465310559 13573176387