**id 0**

在我离开之前，我询问了一些品牌的建议，希望能去看看。同行的美容博主建议我在柏林购买Dita Von Teese for ArtDeco系列。我对ArtDeco并不熟悉，所以我查看了他们的网站，看到他们有一些非常漂亮的阴影和一个很酷的美容盒系统。Dita Von Teese经典系列真正关注的是经典色调--红唇和指甲与中性、柔和的阴影和腮红。与其他品牌相比，卡尔施塔特的ArtDeco展区很小，但里面装满了产品。大多数产品的包装都很小，因为它们是为装入他们的美容盒系统而设计的 -- 就像Z型调色板，但用塑料代替了厚纸板。它们有不同的尺寸，可以容纳阴影、腮红和涂抹器。我拿起一个限量版的Dita Von Teese美容盒四角形，走向收银台。当她给我打电话，说它只有14美元时，我有点吃惊。我以为会很贵，但我不打算争论。是时候讲一个尴尬的故事了。当我去找我的家人时，我无法抑制我的兴奋，所以我打开盒子看了看所有东西。令我失望的是，它是空的。难怪只有14\_个！我看了看包装，果然如此。我看了看包装，果然上面写着它不包含任何产品。用的是英语。大的、粗的、大写的字母。当我回想起这笔交易时，我很确定她问我是否想买任何可以装在里面的阴影或腮红。显然，我需要学习德语。我要把我的无知归咎于时差，因为那是我们在柏林的第一天，当时我们还没有完全运作。总之，我回去挑了四个影子，这些影子在迪塔-冯-提斯陈列馆里。每个影子是4.80美元。当时，盒子和影子的总价是33.20美元。在我们离开法国的前一天，我决定要把这个盒子装满。幸运的是，ArtDeco在Galeries Lafayette（巴黎的一个巨大的、超级高档的商场）有售，那里离我们只有几站地铁的距离。他们没有销售Dita Von Teese系列，但看起来他们有所有的永久系列可供选择。我又拿了一些阴影，因为腮红看起来不是很有效果，而且那里的价格比较贵。每只眼影是7元，装满整个盒子的总数是61,20元。眼影上有保护性的编号盖。完整的美容盒四角形。每个盘子都是磁化的，可以滑动到位。不幸的是，当我试图安排它们时，一些眼影被我的指甲损坏了。正如你从色板上看到的那样，这些影子的色素含量不是很高。有些比其他的好，但我认为闪亮的表面真的影响了它们，而且它并没有真正做到对这些阴影的公正。较浅的颜色真的需要分层涂抹，然后看起来像蛋糕，而较深的颜色则不能很好地混合。我还发现，它们中的大多数都有很多脱落，这也可能是由于完成度的原因，因为我读过关于他们的哑光阴影的评论，给人以相反的印象。这些阴影在锅里是如此华丽，以至于它们的表现不佳，这令人失望。我喜欢霜状和珍珠状的阴影，但这些没有达到我的期望。我想等到回家后再使用任何一款阴影，这样我就可以对它们进行拍照和试色。如果我事先花时间试一试，我可能就不会以巴黎的高价再买了。当我为这篇文章查找阴影和系列时，我注意到我在德国买的阴影都不符合ArtDeco网站上Dita系列的阴影，尽管它们在该系列的具体展示中。我在他们的网站上根本就找不到645号。我觉得这有点奇怪，现在我在怀疑我是否真的买了迪塔系列的阴影。我听说ArtDeco在特定的Shoppers Drug Marts有售，但我还没能找到具体是哪些。如果我遇到了，我会尝试更多的系列，因为颜色范围很大，我很想看看其他的表面处理是什么样的。你试过ArtDeco吗？你在哪里买的，你最喜欢的是什么？

**id 1**

如何更新你的安卓智能手机上的软件 你有可能知道，谷歌的移动操作系统的每个新版本都有各种糖衣炮弹的字母名称。公司每年都会为安卓系统发布重大更新，为该平台带来新的功能；最近的一次是安卓4.1果冻豆。重大更新的目的是提供额外的功能，但也是为了修复操作系统上发现的现有错误，并普遍改善用户体验。为什么安卓更新如此重要？如果你的安卓设备有更新，就值得下载，因为它可能包括只有在你的设备运行最新更新时才有的新功能。安卓系统的更新比苹果系统更复杂，因为有几十种手机和平板电脑运行在谷歌的移动操作系统上。相比之下，苹果只有一对平板电脑和三款运行iOS的手机需要保持更新；安卓设备由全球各地的公司制造，如：HTC、三星、LG和摩托罗拉。HTC、三星、LG和摩托罗拉。不是每个设备都能运行每个版本的安卓系统，这取决于价格、网络、发布时间和设备类型等因素。安卓的名称和数字系统是什么意思？每一次发布的重要的安卓迭代都被赋予了一个以糖衣炮弹为基础的代号，沿着字母表前进；安卓冰激凌三明治于2011年推出，代表 "I"，2012年的安卓果冻豆代表 "J"。这些更新也利用了数字的变化。Eclair=2.1 Froyo=2.2 Gingerbread=2.3 Honeycomb=3.1 Ice Cream Sandwich=4.0 Jelly Bean=4.1 每年的命名和数字进展是指比以前的安卓系统构建增加的重大改进。有时，谷歌或其他产品制造商发布较小的更新，旨在修复已知的问题，而不是增加新功能。例如，一些安卓姜饼设备已经从2.3版本转移到2.3.3或2.3.7。我使用的是哪个版本的安卓系统？要想知道你的设备目前运行的是哪个版本的安卓系统，只需在你的应用抽屉里进入设置，然后向下滚动菜单，直到找到 "关于手机"，或者在某些情况下 "关于设备 "或 "关于平板电脑"，然后寻找一个标有 "安卓版本 "的字段，下面应该有一个数字，任何以 "2.3 "开头的字段都意味着你目前运行的是姜饼设备，任何以 "4.0 "开头的字段都意味着你的安卓设备在运行冰淇淋三明治，任何带有 "4.1 "的字段都意味着你在运行最新可用版本的安卓，果冻豆。谷歌在 "Nexus "品牌的手机或平板电脑上推出其操作系统的新版本。这些设备最先获得未来的更新。三星Galaxy Nexus是第一个推出Android 4.0 Ice Cream Sandwich的设备，最近成为第一个跳到Android 4.1 Jelly Bean的手机。根据现有的模式，Nexus将在下一个重要的安卓系统迭代到来时获得第二次重大更新，可能是在2013年。Nexus品牌的设备是一些唯一的Android手机或手机，有资格获得两个重要的Android版本，而不是一个。我如何检查更新？如果你确定你的设备该更新了，但你还没有收到任何东西，或者你只是想检查一下，这个过程很简单。在你的应用程序抽屉里进入设置，然后按 "关于手机"、"关于平板电脑 "或 "关于设备 "部分，取决于出现的内容，然后按 "检查更新 "选项。如果你发现你的设备有可用的更新，确保你有至少50%的电池寿命或将其插入电源。除非你使用的是无限数据费，否则通过WiFi网络下载更新。另外，如果WiFi OTA（空中）更新似乎不起作用，或者你不愿意使用它们，大多数制造商提供电脑软件（如Samsung Kies），可用于通过USB更新。在一些特殊情况下（如索尼），你必须使用软件，因为有选项可以通过空中检查更新。

**id 2**

为什么我们需要如此担心在楼梯上摔倒的问题？自古以来，各种类型的楼梯都被使用，由于它们本身的危险性，人们一直在楼梯上摔倒，在这个过程中受伤甚至死亡。在北美，每年有数十人死于楼梯上的跌倒，数万人受伤。美国国家赔偿保险委员会在2001-2002年估计，这种跌倒伤害的成本仅次于机动车造成的伤害。一个非常常见的促成因素是忽视使用扶手。其后果可能是相当糟糕的。由于楼梯事故可能导致严重的伤害甚至死亡，楼梯和坡道的建筑规范理所当然地非常严格。良好的设计可以通过为我们提供恢复平衡的手段来大大减少失足的可能性，但即使是最好的设计也不能完全消除跌倒的危险。正确设计的必要性也适用于坡道。事实上，有些事故可能是由不注意和不安全的行为造成的。尽量减少从楼梯上摔下来的危险的最好方法是鼓励建造设计良好的楼梯，同时结合培训，重点提高我们对潜在灾难的认识。在设计更安全的楼梯时，我们必须考虑哪些因素？楼梯尺寸 图1显示了楼梯所有重要元素的推荐尺寸范围。楼梯中的立柱或踏板的尺寸变化不应超过1厘米。当门直接开到楼梯间时，应在门的摆动之外提供一个50厘米宽的平台。建议落地之间的最大台阶数为18级，没有改变方向的台阶不能超过两级。任何落脚点的深度都应至少等于楼梯的宽度。楼梯表面 为了减少在楼梯上滑倒的风险，整个台阶或至少前缘的非滑腻表面是至关重要的。这种表面可以由橡胶制成，也可以由金属制成，或者涂上特殊的防滑涂料。定期对楼梯进行良好的维修，加上良好的内务管理，可以减少绊倒的危险。楼梯扶手 试图设计美观的楼梯，包括扶手，必须不影响功能。扶手的主要功能是在上下楼时作为支撑。因此，如果你开始失去平衡，能够快速、容易和牢固地抓住它是至关重要的。图4显示了一个好的扶手的推荐截面和尺寸。理想情况下，横截面应该是圆形的（直径4-5厘米，周长12-14厘米），以便能够很好地抓牢。图4 你的手应该能够顺利地沿着整个长度运行，而不需要调整你的握力。在可能的情况下，你应该始终采用所谓的 "网球拍式握法"。需要在楼梯表面以上至少40厘米的护栏，以防止从没有栏杆的楼梯一侧跌落。楼梯上的能见度 提高楼梯上的能见度可以大大降低因误判距离而造成的常见误伤的风险。否则你可能被台阶绊倒或完全错过。你可能会被台阶边缘卡住脚跟。这种不测是扭伤脚踝、扭伤膝盖或因完全摔倒而造成更严重伤害的常规原因。建议照明应达到最低50勒克斯的水平。使用有角度的照明和色彩对比来提高深度感知。在踏板上使用亚光处理以避免眩光。避免使用可能在视觉上掩盖深度差异的有图案的地毯。如果你戴着双焦眼镜，在楼梯上要非常谨慎。工作活动 使用任何手段劝说人们在上或下楼梯时都要抓紧扶手。避免用双手搬运物品。不要携带阻挡视线的大件物品。内务管理 良好的内务管理对楼梯安全也是至关重要的。楼梯、扶手或栏杆的表面不应伸出任何可能导致摔倒的东西（如钉子或木片）。

**id 3**

如何在HTC的One V上使用脚印功能 我们向您展示如何在HTC的One V智能手机上使用脚印功能，想象一下这样的场景：您在度假，您想探索，所以您带着您的HTC Desire V出发，悠闲地漫步，沿途发现新的喜爱的景点。你吃过午饭，也许在海滩上打了个盹，然后回到酒店，准备晚上吃桑格利亚和海鲜饭。在假期的晚些时候，你决定在你第一次侦察任务中发现的地方再呆上一天，却发现你这辈子都不记得你是怎么到那里的！这就是 "足迹 "的作用。这时，"足迹 "就派上用场了，这是HTC的一项出色的小功能，可以让你拍下你的位置，并将其与准确的GPS位置、街道地址、电话号码和其他细节联系起来，我们已经把指南放在一起，告诉你它是如何工作的。拿起你的HTC Desire V，打开地图，点击菜单，点击 "我的位置"，点击 "快速链接"，点击 "足迹 "图标，你现在可以点击 "捕捉"，这将允许你拍摄照片并将其添加到你的足迹中，点击 "编辑"，为你的足迹添加注释，如开放时间等。点击 "菜单 "图标，进入 "录制语音"，你可以在 "足迹 "上添加语音备忘录，完成后点击 "保存"，这将保存在你的设备上。下次你想去这个地方时，回到地图中的 "足迹 "选项卡，你甚至可以得到导航的方向。

**id 4**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。格式 书籍描述 出版日期。2007年9月1日｜系列。禁忌知识 想知道如何发动暴乱吗？是的......制作月光酒？当然......打败测谎仪测试？你知道的！的确，如果每个人都知道如何做这些事情，世界可能不会变得更好。但对我们的读者来说，这正是可以改变他们生活的禁忌知识。谁的生活中不需要多一点危险？更多一点优势？多一点乐趣？有了《禁忌知识》，读者可以得到这一切。这本书采用了前卫的设计，将在未来几年内被人们津津乐道--但可能不会被用作法庭上的证据!想知道如何发动暴乱吗？是的......制作月光酒？当然......打败测谎仪测试？你知道的！的确，如果每个人都知道如何做这样的事情，世界可能不会是一个更好的地方。但对我们的读者来说，这正是可以改变他们生活的禁忌知识。谁的生活中不需要多一点危险？更多一点优势？多一点乐趣？有了《禁忌知识》，读者可以得到这一切。这本书采用了前卫的设计，将在未来几年内被人们津津乐道--但可能不会被用作法庭上的证据!{"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "Show availability and shipping details", "shipError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格：", "两个项目的价格：", "所有三个项目的价格："], "预购":["预购此项目", "预购两个项目", "预购所有三个项目"}}。编辑评论 关于作者 迈克尔-鲍威尔已经撰写了60多部作品，并在为成人和儿童撰写畅销的教学指南、礼品书和喜剧作品方面迅速建立了声誉。他一直对做不应该做的事情感兴趣!尽管他有几个 "有问题 "的爱好，但他在萨默塞特过着令人惊讶的平静生活。我对这本书寄予厚望，希望它是一本 "如何做 "的书，里面有一些晦涩但有用的信息。当我打开题为 "判断你的邻居是否是僵尸 "的第一章时，我知道应该大大降低我的希望。本书分为三个主要类型的花絮，充其量是一个混合袋。实用的例子：如何在eBay上进行诈骗（大部分是非法的），击败超速摄影机（不太可能，但有可能），与恐怖分子谈判（只要你不怕死），在赌场数牌（如果你想让你的头被敲碎），在电梯里玩得开心（如果你想让大家讨厌你），以及你不应该在电梯里做的事情（老新闻）。有意思的不切实际的例子：如何发动政变（对今天的政治气候来说很有意思），成为黑手党老大（在现实生活中，而不是在我的空间或脸书上），制造原子弹（值得怀疑），做心脏手术（如果你喜欢死亡和不可避免的牢狱之灾的话），以及斗牛（对刺伤的爱好者来说）。愚蠢的不切实际的例子：见第一章和其他几个类似的章节。除了我在eBay上的成功骗局和我冒充有经济困难的非洲王子得到的钱之外，这本书并没有真正为我提供任何有用的 "禁忌 "知识。我意识到这是一本以幽默为根基的书，但我在阅读时也没有笑那么多。它基本上是一个更大、更好的列表，类似于《网络笑话》。互联网上最有趣的东西.这是一本可笑的书。第一项是 "如何

**id 5**

111岁的老父亲首次产生后代!这只名叫亨利的图瓦拉不仅生了11个孩子，而且现在和另外两只雌性图瓦拉住在一起，希望能孵化出更多的小家伙。亨利在切除癌细胞后恢复了活力。这种发现于新西兰的爬行动物正面临着灭绝的危险。Tuatara是毛利语，意思是 "背上的山峰"。这很容易看出原因。图阿塔拉之所以出名，是因为它是一种非常古老的 -- 它是与恐龙同时在地球上游荡的一大群爬行动物的唯一幸存者。在超过2.25亿年的时间里，它的形态并没有什么变化！它的亲戚们都死了。图阿塔拉的亲属在大约6千万年前就已经灭绝了，这就是为什么图阿塔拉有时被称为 "活化石 "的原因 阅读全文

**同上 6**

充分利用礼品卡的7种方法 美国人喜欢在假日季节赠送礼品卡。事实上，根据研究和咨询公司TowerGroup的数据，到2012年，礼品卡销售额预计将达到1000亿美元。然而，收件人并不总是记得使用它们。如果你在节假日期间收到礼品卡，不要让它蒙上灰尘。让你很容易就能拿到礼品卡，而不是你辛苦挣来的现金。Thepurplebook "系列在线购物指南的作者和thepurplebook.com的创始人希拉里-门德尔森说，这意味着你希望它在你可能购物时与你在一起，而不是在家里的袜子抽屉里。你还可以如何充分利用你在这个假日季节购买或使用的礼品卡？这里有七个精明的提示。

**id 7**

当我们理所当然地拥护那些为一些人称之为有史以来最好的奥运会和残奥会的成功做出贡献的人--杰出而勇敢的运动员、勤奋而微笑的有偿和无偿工作人员、创造了一切繁荣的气氛的数百万观众--还有另一群 "游戏制造者"，他们的故事不太为人所知，他们没有出现在任何闭幕式的感谢演说中。他们是东亚地区数以千计的工厂员工，他们在血汗工厂的条件下工作，制造了奥运会上展示的大部分服装和商品。在所有奥运前的大肆宣传和喧嚣中，运动联盟Play Fair发表了两份报告，但普通媒体基本上没有注意到。公平游戏》和《玩弄工人权利》记录了为阿迪达斯和Next等官方赞助商提供奥运吉祥物和服装的海外工厂令人震惊的条件。在中国、菲律宾和斯里兰卡的工厂进行的研究发现，员工被迫在不健康和不安全的环境中每周工作超过60个小时，工资也很低。工人的工作几乎没有保障，而且常常被阻止加入工会。这些报告提醒人们，严峻的经济现实是像奥运会这样的大笔资金的隐秘部分，但在官方的奥运叙事中，赞助商、精英运动员和国际体育委员会在普遍尊重、公平和平等的旋律中携手并进，被方便地编辑。这些报告还对伦敦奥委会根据道德贸易倡议中规定的道德标准采购商品的承诺打上了问号。对于那些被今夏男女运动员所创造的辉煌所吸引的人来说，这将是一颗难以吞咽的苦果。体育用品制造商阿迪达斯(adidas)是剥削行为的最大同谋之一，也是人权运动者War On Want目前的目标，他们是现在英勇的英国队的官方赞助商，并为本届奥运会签署了1亿美元的赞助协议。他们还赞助了一些人，这些人都是这些比赛的明星，如杰西卡-恩尼斯(Jessica Ennis)、尤汉-布雷克(Yohan Blake)、克里斯汀-奥胡罗格(Christine Ohuruogu)和安迪-穆雷(Andy Murray)。布莱克在他的网站上特意感谢他的 "真正的好 "赞助商。在自己的网站上，阿迪达斯吹嘘自己的公平工资项目，并承诺尊重工人的权利。目前的证据描绘了一幅不同的画面。也许有人会说，这些都是全球市场中更深层次的系统性问题，期望奥运会能够巧妙地避开这些问题是愚蠢的。我们也应该承认，自四年前的北京奥运会以来，已经取得了进步，伦敦承诺举办有史以来最符合道德规范的奥运会，这在某种意义上是真实的。"阿迪达斯吹嘘的公平工资项目和对尊重工人权利的承诺。目前的证据显示了不同的情况。"但是，正如《公平竞赛》的作者所说，这还不够。一个适当的可持续发展的奥运会体现了其所有的理想和价值观，需要每个级别的组织者对发生在边缘的剥削和虐待采取更坚定的立场。如果每四年聚集几个星期来庆祝人性中一些最美好的特质，远离世界的目光，对那些与你的理想相悖的做法做出贡献，并且只会增加全球的流离失所，那是没有用的。我们只能希望，2016年里约奥运会的情况会好一点。

**id 8**

谷歌/RSA 年轻人的互动主义 在对英国社会中被归类为 "NEET "的年轻人的福利和未来的高度关注中，政策制定者急切地寻找创新方法来改善他们的前景。尽管最近人们对互联网和社交媒体在脱离社会的年轻人的生活中可能发挥的负面作用表示关注，但很少有人用说明互联网和社交媒体如何帮助他们与社会重新联系并通过教育和就业改善他们的生活机会来平衡这种说法。在此背景下，RSA、谷歌、FutureGov和Livity共同发起了一个新的 "互动主义 "挑战，要求各种背景的人--软件开发人员、年轻人、专业从业人员、教师、政策制定者和RSA研究员--就互联网和技术如何支持年轻人找到适合他们的工作、培训或教育提出创新想法。关于挑战赛的更多信息，请参见页面底部的 "发现框架 "文件。最佳创意背后的人被邀请参加2月举行的为期两天的密集 "黑客马拉松 "活动，在那里他们与设计师、软件开发人员和年轻人结成对子，将其开发成可操作的软件原型。总共有100多人参加了这次活动，提供他们的帮助并成为黑客 "团队 "的一员。欲知参与者的更多信息，请观看下面的视频。在利用黑客马拉松将他们的想法从概念发展到可行的原型之后，我们的许多团队现在正在将这些想法带到下一个阶段，无论是建立一个商业计划、申请风险投资还是进行一些更多的背景研究。我们在FutureGov的合作伙伴对这些团队的进展情况提出了以下有用的总结。RSA非常愿意支持这些项目的进展，所以如果你想参与，请联系Julian Thompson或Benedict Dellot，让我们知道。FutureBuilder Tracey Bleakey的想法是建立一个网站，让年轻人建立技能档案。作为回应，它强调了他们的经验或他们所期望的职业道路所需的技能的差距，并建议实际的工作、教育或培训机会，以填补这些差距。该网站有许多功能，如技能匹配和主办雇主机会简介。互动主义的获胜者正在为他们的想法如何执行而制定提案。他们现在正在调查潜在的拨款资金流。GamePlan Lee Hazzard提议建立一个Facebook应用程序，帮助年轻人将他们的生活目标分解成每天可管理的步骤，然后将他们分配给一个 "GamePlanner "导师，该导师将提供离线支持并通过Facebook帮助他们实现目标。该应用程序还将具有编写简历和工作通知（可由工作计划提供者控制）以及来自榜样的灵感等功能。GamePlan已经获得了两个商业客户，获得了大彩票基金的资助，并正在等待另外三个潜在资助者的回复。他们目前还在思科的英国创新门户奖的排行榜上名列前茅。GamePlan仍在寻找Facebook应用程序开发人员、用户体验设计师、帮助创造公共部门机会的组织以及加入其顾问委员会的成员。Meet Market Tom Tobia的想法是建立一个在线和离线平台，为年轻人创造一个支持网络，通过在熟悉的街头市场中开办微型企业来学习和发展创业技能。他们现在正在与北方的一些合作伙伴开发一个原型，这个试点计划于5月在伦敦和曼彻斯特进行。与黑客马拉松类似，他们将快速而廉价地测试他们的假设，看看他们在采取下一步行动之前能发现什么。OneUp Terri Herb的想法是建立一个网络应用，帮助年轻人确定实现其目标所需的技能，并通过能够参与各种项目（包括雇主提供的项目）帮助他们发展和展示这些技能。然后，他们可以使用参与这些项目的视频或其他记录，将其添加到一个小型档案袋中。从开展项目的人那里获得反馈将是个人发展过程中的一个重要部分。OneUp团队正在努力撰写一些种子资金提案，以启动他们的项目。团队成员劳拉-沃林顿（Laura Warrington）已经接管了事情的管理，因为想法的拥有者特丽-休伯特（Terri Hubert）专注于她的研究，但他们和其他一群人正在设计一个计划来资助他们的初步发展。MeshDays Megan Clatworthy的想法是建立一个网上

**id 9**

加里，你是对的，任何BHPA的飞行员都可以在BHPA的第三方保险下驾驶任何认证的滑翔机。现在，任何具有合理的地面操作技能的飞行员都可以购买并驾驶目前的竞赛滑翔机，而以前要驾驶旧的公开等级的竞赛滑翔机，飞行员需要成为发展飞行员（有300小时的高级飞行员）。看起来很多飞行员都在购买IP6，Niviuk一定认为它是一个很好的卖点，如果它的销量超过了Peak2，我也不会感到惊讶!我认为新的兼容滑翔机确实需要从END中移出，这样至少可以把它们从大多数飞行员被允许飞行的保险等级中移除。加里，你是对的，任何BHPA的飞行员都可以在BHPA的第三方保险下驾驶任何认证的滑翔机。现在，任何具有合理的地面操作技能的飞行员都可以购买并驾驶目前的兼容滑翔机，而以前要驾驶旧的开放级别的兼容滑翔机，飞行员需要成为发展飞行员（高级飞行员，有300小时）。看起来很多飞行员都在购买IP6，Niviuk一定认为它是一个很好的卖点，如果它的销量超过了Peak2，我也不会感到惊讶!我认为新的兼容滑翔机确实需要从END中移出，这样至少可以把它们从允许的等级中移出，大多数飞行员可以在保险的情况下飞行。你好，我是IP6的新主人，以前飞过很多dhv-3或竞赛滑翔机（旧等级），我从O8和M4搬到了本赛季末。因为我飞的是比赛，需要更多的性能，所以才换成了2个衬垫。我在IP5上飞行了15个小时，没有发生过任何糟糕的塌陷，所以为什么不飞得更好，更安全的IP6呢？我的08年的长宽比是6.8，IP6是6.9，IP5是7.9，我没有任何问题。我只是一个有800小时飞行经验的飞行员，有一些飞行经验。我不明白为什么要把系列comp滑翔机从EN-D中移出来。制造商必须清楚地说明它是专门为哪些飞行员设计的--这就是全部。如果有人指的是测试结果，而不是描述，他很快就会明白自己的错误。在过去的几天里，我成功地飞行了我的飞机，在不同的条件下，从非常轻的条件到一些强烈的条件，在这个季节。在地面上，你可以看出它与普通的EN D机翼有很大的不同，然而一旦在空中，虽然它确实感觉很热，但机翼飞得很直接，而且超级稳固。你确实感觉到了空气，但正如之前所说的，每一次颠簸都会造成升力，没有跳水。滑翔似乎很神奇，因为我们有一天不得不在滑翔到下一个山脊之前不断地划起碗来，每次我都会到达那里，而且会高一点。在相当糟糕的湍流中，就像那天几乎所有的飞行员都经历了某种汇流，滑翔机感觉非常稳固，即使你被拉来拉去。舒适吗？是的，因为它很容易读懂正在发生的事情并作出反应，但当它被搅得一团糟时，我永远不会说在任何机翼上它是舒适的。它的转弯能力让你大吃一惊，因为它可以转得很紧、很容易，让你清楚地知道升力在哪里。非常幸运的是，在英国的秋天，我们在3次飞行中得到了6个小时的时间，希望天气继续好起来 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 每个人都会活着，但不是每个死去的人都活着。我们承担这些风险不是为了逃避生命，而是为了防止生命的发生。在7分钟的时候，两位飞行员一直在做完全的失速，非常好，然后看起来他们进入了不稳定的状态，就像直升机旋转。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 每个活着的人都会死去，但不是每个死去的人都活着。我们冒这些风险不是为了逃避生命，而是为了防止生命。这之间的区域是非常微妙的，因为在那里，滑翔机围绕垂直轴非常不稳定。小的不对称输入会导致旋转，并有很大的扭曲风险。你应该相当熟练，或者在失速结束时快速松开刹车，以避免这个区域。加里，视频显示了4名飞行员，其中3人使用 "云 "色的IP6，1人使用 "里奥哈"。两个不同的日子，一个主要是蓝色，另一个主要是阴天。07:00左右的两个完全失速是第二天的第一个失速--我的第一个失速（我是

**id 10**

过渡期文化 对能量下降的头、心和手的不断探索 2012年10月30日 需要你的帮助!关于过渡时期的新书需要为2030年的情况空缺页提供想法 这本关于过渡时期的新书（工作名称为 "The Thrill of Just Doing Stuff"）正在顺利完成，感谢到目前为止对我的援助请求做出回应的所有人。 今天，我想请大家思考一下，在过渡经济中，围绕复原力和本地化，2030年可能提供的工作是什么？ 如果你现在是18岁（事实上，也许你是），你会把自己训练成什么样子，以便为新兴的过渡经济提供最好的服务？ 任何想法都非常感谢。 这是我的入门名单。22 评论 绝对是工程师。我对缺乏小规模的、可负担得起的、可维修的设备来做小规模农民想做的工作感到很沮丧。大多数设备都是用于大规模的农业生产，需要大量的支出，这本身就是对那些进入农业行业的人的一个巨大障碍。如果没有一个工程师为小规模农业问题提出新的解决方案，那么一个能够修复旧设备的工程师，只要它能完全正常工作，就能满足今天的市场。在这个问题上，也许需要一位教师来教授维护设备所需的必要的维护技能。当地的小规模制造业应包括在内，搜索制造商运动的想法，但当地的物流组织者或材料采购代理将设在当地，并与小规模（一个人到几个人）制造商合作，帮助他们在全球范围内营销和销售。需要空气燃料合成工厂经理，以维护和操作社区合成汽油生产设施，使用当地啤酒厂的废弃二氧化碳。空气燃料合成厂目前由三个社区风力涡轮机提供动力，但扩展计划包括使用水力、波浪和潮汐的电力来源来处理附近好氧消化厂的废弃二氧化碳，否则这些二氧化碳将被释放到大气中。技术和预算管理技能必不可少。最好有社区项目管理的经验。成功的候选人将表现出实际的能力，以及对碳中和整体系统方法的承诺。事实上，这份工作清单应该代表什么？是为人们在正规的、财富集中的经济中致富的工作（科学家、雇佣兵、红衣主教），还是为社区服务并使人们能够养育一个健康、有纪律的家庭的手艺？因为我认为这些名单会有所不同。FarmerPete 10月30日 4:31pm 从威廉堡到约克的许多路线都需要牧童。自己的狗和一双好靴子必不可少。必须了解牲畜并值得信赖。请提供至少2份推荐信。在一个更忧郁的音符下（但对音乐家来说更需要）。有经验的殡仪员。必须有能力处理因缺乏以化石石油为基础的药物和医疗技术、饥饿和对有限资源的冲突而导致的大量过早死亡，即使是过渡时期也无法阻止。请记住，音乐家所做的远不止是让人们高兴。对音乐家的需求只会增加。音乐家和音乐，已经捕捉和保存了从 "过去 "的传说。从校园小调到流行的赞美诗，音乐已被证明是传播教义和保存知识的一种非常有效的方式。我和安妮-麦卡弗里一样，对她在佩恩星球的科幻小说中标注的 "竖琴 "这一角色充满敬意。竖琴是每个故事中的关键工艺，也许在《白龙》和《龙吟》--或《寻龙诀》中得到了最好的说明。其他用于捕捉事件和保存传说的历史工艺包括雕刻家、素描和绘画艺术家以及吟游诗人或说书人。请记住，最初的格林童话是为了把森林的危险带回家给年轻人而收集的。格林童话早期经常被改写，以迎合市场，但这并不影响对有用传说的首次捕捉。而精通民间传说和新时代做法的治疗师，以及对现代解剖学和健康身体过程的理解。@ Trugs，请记住，大多数现代医学和手术并不\*延长生命，它只是让生命的 "质量 "更有成效。心脏搭桥手术使病人能够继续工作或打高尔夫球；不做手术会使谨慎的病人在活动方面受到严重的限制。是卫生检查员、下水道部门和农业部门的工作。

**id 11**

如何跳Psy-Gangnam Style的马步舞 2012年9月10日 星期一 发布时间：2个月1周前 作者：Mike Mathers Psy是一个网络红人。 数字是惊人的，有1.3亿的You Tube浏览量。 他最近刚刚在MTV VMA上亮相。 大家都在讨论如何跳他的大作《江南Style》中的马步舞。 现在你可以用这个简单的舞蹈向你的朋友炫耀。 顺便说一下，我有他的歌曲要在《Slam It Or Jam It》中出现。 这将会是一个有趣的新音乐小时。

**id 12**

我们被淹没了。被轰炸了。惊呆了。过度曝光。每隔X天，就会有一些新的东西以一种方式吸引所有在新技术和/或新媒体领域工作或与之相关的人（传播者、广告商、经济学家、技术专家、研究人员、记者，还有很多其他的人）的注意力，而且显然是不可阻挡的方式。突然间，一切都要尽快吸收。那个Kindle使亚马逊在假日季节的电子书销量超过了传统书籍；尝试Formspring.me是必须的，因为每个人都在使用它，我们觉得要尝试一下，即使我们并不真正知道是否值得拥有一个iPad，只是想看看会发生什么。一个17岁的俄罗斯孩子创造了Chatroulette，并且一发不可收拾，所以我们必须进入看看它为什么如此巨大的成功；如果你不使用Gowalla，你应该使用FourSquare，让大家知道你在哪里，你在做什么，如果你不每隔几个小时更新Twitter，你将不再有意义。人们，让我们停一下吧！"。早在60年代初，美国社会学家埃弗雷特-罗杰斯（Everett Rogers）创造了早期采用者这个术语，当时他提出了他的创新理论以及与这些创新有关的不同类别的个人。这就是第一段中提到的群体，他们接触并准备好使用市场上出现的每一个新事物的成果。这就是狂躁症开始的地方。在大多数情况下，与一切事物相连的狂热，无时不在。笔记本电脑、上网本、智能手机和其他小工具为我们提供了全天候连接的可能性，让我们接触到集体和原始的反应，我不知道为了什么，但我们看到了。突然间，我们发现自己有时是自愿的，有时是非自愿的，在职业、个人和家庭层面上，管理着对我们的生活有直接或间接影响的资料、用户名和密码。而我们把有限的时间当作无限的时间来使用。矛盾的是，我们相信许多这些工具将使我们能够管理和更好地利用时间。这是真的吗？我们真的必须采用每一个新的东西，把它附在我们的日常工作中，以追求越来越多地接触潜在的一切，因为有一天它将对我们有用或有益？我们不是在发展一种瘾，而且像所有的瘾一样，不可能看到它，因为我们在它里面？(我们都熟悉这样一句话：当我想用的时候就用它，当我不想用的时候就离开它。我说了算）。我们肯定都有过 "Enjuto Mojamuto时刻"，也许这是因为神经科学家Jaak Panksepp在研究了各种哺乳动物和它们的情绪后肯定了这一点。他得出的结论是，寻找的行为（包括抽象的和有形的）是推动我们下床、面对一天并冒险进入世界的力量。这种力量是由一种叫做多巴胺的神经递质荷尔蒙提供的。事实上，这种激素被认为会影响我们的时间感。(又是时间，这一点比比皆是，或者至少看起来是这样）。潘克赛普说，多巴胺是由搜索的需要、发现意外的东西或由新事物引发的期望所激活的。想起来了吗？你是否曾经在没有计划的情况下坐在网络前，但期待看到新的东西？那么我们就在这里。被淹没了。被轰炸了。惊呆了。过度曝光。我们中肯定不止一个人已经患上了持续部分注意力综合症，那是一种不可阻挡的冲动，要检查信息来源，分享、传播并赋予其新的含义，目的是确保没有任何东西能逃脱我们，或者至少几乎没有。这种综合症出现在我们的闲暇时间，在一天的学习或工作中（不，在任何时候与所有这些东西连接都是不工作的，我在跟你说顾问先生和技术迷信的大师和忍者）。那么，对抗这种情况可能吗？当然是可以的。你只需要一点意志力和一点不注意他们会说什么的意愿。这都是关于做出决定，成为一个早期的 "抛弃者"（或其他我们决定使用的名字）。这是把那些我们不喜欢的东西抛在后面。

**id 13**

首先向议会投诉 议会的投诉程序是什么？所有议会都公布了投诉程序，说明他们如何调查投诉。这些程序因议会而异，但通常包括两个或更多阶段，每个阶段由比上一阶段更高级的工作人员操作，或在某些情况下由当选议员操作。在投诉程序的每个阶段，议会通常会向你发送一份书面答复，并邀请你发表意见。如果投诉程序还有其他阶段，议会通常会在写信给你时告诉你。我在哪里可以得到议会的投诉程序的细节？查看议会的网站，或打电话给议会，要求提供副本。在向申诉专员投诉之前，我是否必须先通过理事会的投诉程序？是的，通常是这样的。法律规定，我们必须给议会一个合理的机会来考虑你的投诉和回应。如果你在向议会投诉的同时或之后不久写信给我们，我们不太可能考虑它，除非它非常紧急或你特别危险。但是，如果议会需要超过12周的时间来调查你的投诉并给你一个满意的答复，请致电咨询小组寻求进一步的建议，因为我们可能会在你没有完成议会程序的所有阶段的情况下查看你的投诉。对于有关儿童和家庭服务的投诉，议会为此提供了一个特殊的程序，因此监察员通常希望人们先完成所有阶段的工作，即使需要超过12周的时间。我在议会决定我所关注的问题之前就向其投诉了，我现在可以向监察员投诉吗？不可以，因为在议会作出影响你的决定之前，我们不认为你有理由提出投诉。一旦它作出该决定，那么你应该给议会12周的时间来回应关于它的投诉。为什么你把我的投诉送到议会？??我想向监察员投诉，而不是向议会投诉。1974年地方政府法》规定，在调查一项投诉之前，监察员必须确定议会知道该投诉，并有合理的机会进行调查和答复。我们通常希望你能通过议会投诉程序的所有阶段，然后我们才会查看你的投诉。从你告诉我们的情况来看，我们的结论是，议会没有足够的机会考虑你的投诉，所以我们已将其发送给议会，以便它能作出回应。当我知道理事会不会改变其决定时，为什么我必须允许理事会在12周内对投诉作出回应？经验表明，许多理事会在通过自己的投诉程序解决投诉方面相当成功。在我们提交给议会调查的投诉中，约有三分之二的投诉人事后没有向我们追究。理事会在投诉调查期间采取行动 监察员能否在你调查我的投诉时阻止理事会采取行动？监察员无权告诉理事会在我们调查你的投诉时应该做什么或不应该做什么。法律规定，议会应继续以正常方式处理问题。因此，例如，理事会不太可能同意停止审议规划申请的过程。然而，如果我们正在调查一个问题，如延迟决定住房福利或议会税福利申请，而议会威胁要对你采取行动，因为你拖欠租金或议会税，我们可以要求议会把任何进一步的行动搁置。它通常会同意这样做，因为如果它拒绝这样做，并且后来发现由于延迟处理索赔而对欠款负有责任，监察员会非常严厉。但是，如果该委员会不同意暂缓对你采取行动，你将需要支付所要求的费用，以避免任何法律后果。如果我们支持你的投诉，我们可以要求议会向你偿还你错误支付的任何款项。我的投诉是关于规划许可的批准。我被告知开发将很快开始，因此，如果我必须在监察员调查之前等待12周，有可能开发将完成。任何已经批准的规划许可都不可能因议会或监察员的调查而改变。如果任何一方认为在导致决定的过程中存在错误，那么可能会采取措施减少开发对你的影响，例如，安排一些种植或向你支付赔偿。这方面的更多细节在我们的情况介绍中给出。

**id 14**

这就是体育周。尖叫的莎拉，DJ Supermac，以及SW19的所有精彩片段 随着精彩的温布尔登比赛接近尾声，《体育周刊》回顾了今年惊心动魄的比赛的高潮和低谷。本周名言 中心球场的女王Clare Balding在观看Sabine Lisicki的比赛时宣称："她是一只追球的狗。这可能是真的，但向全国宣布这一事实并不太友好。长期受苦的邻居的风信子花束奖......是由住在玛丽亚-莎拉波娃租的房子隔壁的人保留的，为期两周。想象一下，当玛丽亚艰难地把垃圾桶放出来、堆放洗碗机、试图通过电话支付账单或试图与她的新网络供应商解决WIFI连接时，她会发出沮丧和压抑的尖叫声。制作球拍。莎拉波娃进入温布尔登决赛 2011年比赛中出现的最佳英国选手 鲜为人知的杰里米-贝茨在75岁以上的混合能力比赛中给少数人留下了深刻印象。 杰里米加入了多年来娱乐公众的荣誉名单，包括安德鲁-卡塞尔、巴里-考恩、马克-佩奇、安德鲁-贝利、奥利-默斯和保罗-波茨、加雷斯-盖茨、小丑可可、斯坦-劳雷尔、埃里克和厄尼、小和大、罗德-赫尔和埃姆以及在《蓝色彼得》节目中表演的大象。不幸的是，他们中没有一个人在打网球时招待公众。Bethanie Mattek-Sands在BBC电台5号现场。明年，英国广播公司希望将标准提高到更高的高度，在多次尝试与荷兰强人签约失败后，获得贝蒂-斯托夫的服务。最具创新性的温布尔登广播......必须归功于设计约翰-麦肯罗电话节目的创意团队。这种简单而有效的形式似乎完全是为了享受听一个美国前网球冠军在一小时内艰难地念出英国地名。'那么你是来自伍斯特施罗宾顿郡的大卫，对吗？''接下来我们有迪德丽，她从一个叫曼塞斯特的地方打电话过来。看起来像曼塞斯特，对吗，迪德丽？蒂姆-亨曼(Tim Henman)完成了一个伟大的广播双簧表演，他被征召到超级麦克(Supermac)身边，用道路图册和他的牛津郡元音提供帮助。从好的方面看，至少他们为蒂姆找到了一些事情可做。为汽车卫星导航系统配音的有利可图的职业肯定在招手。嘲笑英国网球的深度不足是很容易的。非常容易。但这并不一定使它变得聪明或有帮助。LTA首席执行官罗杰-德雷珀(Roger Draper)有足够的精力来证明他40万的年薪。他不需要你用你的聪明才智来评论世界500强中缺乏球员或完全没有公共网球设施。或者说，过去几十年来，所有像样的球员都来自LTA系统之外。或者大多数LTA的高管似乎都在离开。在这个困难的时刻，这样的谈话对罗杰一点帮助都没有。在双。达米安-达夫和安德鲁-约翰逊都在欧洲联赛的胜利中为富勒姆取得了进球 两周来最令人沮丧的事实 富勒姆在周四进行了一场足球比赛。当时还是六月。\*\*\*请注意：在撰写本专栏时没有伤害任何精英体育偶像，你不能在Twitter上关注蒂姆-查莫斯，因为他不知道如何设置，反正他怀疑他的手机是否兼容。

**id 15**

湖人新闻。关于迈克-布朗被解雇，你需要知道的一切 By (Feature Columnist) on November 9, 2012 虽然有关于迈克-布朗越来越不确定的工作安全的小道消息，但洛杉矶湖人队今天早上出人意料地与这位教练断绝关系，他在2011年签署的四年合同的第二个赛季只打了五场。就在今天早上，ESPN的马克-斯坦恩认为，布朗可以通过在未来几周内的改进表现来挽救他的工作。据接近情况的消息人士透露，如果球队的六场主场比赛被球队官员认为是不成功的，那么洛杉矶湖人队教练迈克-布朗的工作将立即受到威胁。消息人士告诉ESPN.com，湖人队虽然在1-4开局后公开表示支持布朗，但私下里已经对球队的状况感到足够的担忧，以至于管理层准备在这个早期关头认真考虑更换教练，如果洛杉矶不能在接下来的比赛中利用看起来是多个可赢的比赛。显然，球队认为他们甚至不能等那么久才做出改变，于是用助理教练伯尼-比克斯塔夫取代了2009年NBA年度最佳教练，至少目前是这样。这是一个艰难而痛苦的决定，"库普切克说。"迈克非常勤奋和敬业，但我们认为在这个时候做出改变是符合球队的最佳利益的。我们感谢迈克的努力和贡献，并祝愿他和他的家人好运。"在交易了中锋德怀特-霍华德和控球后卫史蒂夫-纳什，在科比-布莱恩特和保罗-加索尔身边增加了两位超级巨星之后，洛杉矶队在本赛季开始时有了冠军的期望。但是，湖人队在上个月的季前赛中以0-8的比分败北，这在他们的历史上还是第一次，然后以0-3的开局跌跌撞撞地进入常规赛，输给了达拉斯、波特兰和快船队。在上周日终于击败底特律取得首胜后，湖人队在周三输给犹他队的比赛中又显得无精打采。毫无疑问，球队在本赛季前五场比赛中乏善可陈的表现在米奇-库普切克的决定中起到了很大的作用，但对布朗来说肯定没有帮助的是洛杉矶0-8的季前赛记录，因为这就是最初在组织内部引起红旗的原因。这是因为在拥有科比-布莱恩特、德怀特-霍华德、保罗-加索尔、史蒂夫-纳什和梅塔-世界和平的名册上，没有理由在球队的最后13场比赛中取得1胜12负的战绩，包括季前赛。在周四的谈话中，湖人队总经理米奇-库普切克向湖人队老板杰里-巴斯和执行副总裁吉姆-巴斯提出了在决定解雇布朗之前给他更多时间的理由，消息人士告诉Y!体育》。消息人士说，布朗还向管理层提出了他能让湖人队进入冠军争夺战的理由。对布朗来说，不幸的是，巴斯都不想等着看他是否能改正错误，他们选择了从新开始找一个新教练。看来，他们心中有一些候选人。Kevork Djansezian/Getty Images 在解雇的消息传出后，雅虎体育的Michael C. Jones对谁是湖人队教练空缺的首要竞争者提出了自己的看法，他说菲尔-杰克逊、迈克-德安东尼 、布莱恩-肖、杰里-斯隆和内特-麦克米伦将会在其中。在琼斯看来，杰克逊是乍一看的领跑者。这位11次NBA冠军在湖人队的历史最悠久，如果湖人队的高层把他们的自我放在一边，让他回来，无疑会是最受欢迎的人选。老板吉姆-巴斯当初雇用布朗时，就已经脱离了为湖人队赢得五次冠军的三角进攻，这也是他没有雇用布莱恩-肖的一个可能原因，后者是科比-布莱恩特在杰克逊退休后的第一选择。对于这种情况的发生，需要一系列不太可能的事件相继发生，但它是如此疯狂，以至于它实际上是有意义的。尽管对许多湖人队的球迷来说，看到杰克逊回到他在斯台普斯中心的老位子上会很温暖，但一个新的声音，如德安东尼或斯洛

**id 16**

上面的视频是该县的卡尔-维恩斯在克雷顿-卡尔的拍卖大厅买到的一套彩色卷轴的镜头。"维恩斯说："摄影师对这些镜头非常谨慎，这些卷轴是在纽约梅西百货公司处理的。Wiens说，所使用的相机是一台柯达布朗尼8毫米电影机，有一个手摇电机。"这就是为什么这些镜头都在10秒左右。"卷轴的其余部分展示了当地女童子军的场景，在片段的最后有特色。Wiens很想了解有关这段录像的任何信息，包括摄像师的名字。评论(8) 纪念日在Br. 78 Legion的讨论证实了驻扎在皮克顿的Reg.我知道他们在1954/1955/1956年还在这里，因为我在Petre点夏令营和防空射击场为他们工作，当时我还是个高中生（和许多其他青少年一样）。伟大的经历和回忆!米尔福德的卡森-斯科特（Cooperators保险代理）在1957年前后拍摄了电影。我有一份他在皮克顿拍摄的录像，他去了不同的商店，让员工在建筑物前摆姿势。它还包括米尔福德博览会的视频。我给了彼得-洛克耶一份拷贝，以防他想在他的 "历史在这里 "系列中使用其中一些。这些士兵可能是炮兵部队的成员（他们比皮克顿营的加拿大卫队要早）？我的姐夫是炮兵，他曾驻扎在皮克顿营，我记得他曾在1950年代末参加过纪念日游行。我相信那是女童子军专员麦克阿瑟夫人，她和童子军一起行进，她的女儿玛丽-简是纪念碑前的女孩之一（游骑兵或童子军之后的什么）。她是站在纪念碑前最右边的那个金发女孩。已经跑了无数次，停下来试图仔细观察。在主街的南侧是爱德华王子汽车公司（通用汽车公司），而在北侧，即Tim Horton's目前所在的地方是Grindrod's汽车公司（克莱斯勒）。军队单位身着'战衣'制服和'油灰'，正聪明地行进着。起初我以为他们是驻扎在皮克顿高地的加拿大近卫军团的成员，但我认为军官们都戴着黑色的饲料帽......这里面的人都穿着卡其（sp？）他们可能是著名的黑斯廷斯和爱德华王子团（当时是民兵），但很难辨认面孔，也没有发现肩部的闪光。注意当时墓碑上的国旗是联合杰克。不确定这些女孩是导游还是海军学员。希望能有更多的发现，因为这是很珍贵的镜头......谢谢你的分享。在与我的一些家庭成员交谈时，有一种想法是，也许这段录像是由已故的维克-洛德拍摄的，他是皮克顿的一位摄影和电影爱好者。无论如何，这是个名字。祝您好运!多么伟大的视频啊!看到这么多的人和这么多的人参加游行，我印象深刻。哇，他们甚至有两个大乐队。当然，这部影片是在战后太多年后拍摄的，很多县城的人都被战争亲手感动了。我作为空军学员和皮克顿军团管乐队的鼓手，参加了许多纪念日游行。不幸的是，今年我将无法参加。通常情况下，过去的天气并不是最好的，但是，当你参与其中的时候，那种温暖的自豪感让你觉得一切都值得。为所有参加活动的人和那些出来纪念我们的英雄的人喝彩。

**id 17**

我仍然认为有人需要尝试将默认固件镜像中的 "NWP8\_simlock\_3gstandard\_bb5\_crcA59A "的名称改为EE名称，然后改变 "RM821\_059R1W4\_1232.2110.1244.3011\_094.v\"中的引用。我相信这不是那么容易的，但你永远不知道。我只是没有足够的勇气去做，再加上我不能把这些该死的驱动程序整理好。第一次全天使用，电池从0%充到100%后，持续了大约10个小时。作为一个新玩具，我肯定会说它比正常情况下使用得更多，但肯定没有什么过分的。本来打算在EE购买399元的支付宝，但有人提到我的tmobile sim无法使用，因为它被锁定在Orange上。我想这是我放弃购买这款手机的时候了。嗨，伙计们，Orange payg Lumia 920's from the ee store work fine with T-mobile and ee sim cards and or 4G ready I got one yesterday from the ee store locked to orange for 399 with free charging pad and headphones.它与我的T-mobile sim完美配合!我仍然认为有人需要尝试将默认固件镜像中的 "NWP8\_simlock\_3gstandard\_bb5\_crcA59A "的名称改为EE的名称，然后改变 "RM821\_059R1W4\_1232.2110.1244.3011\_094.v\...我相信这不是那么容易的，但你永远不知道。我只是没有足够的勇气去做，再加上我不能把这些该死的驱动程序整理好。Agreed I would do it but haven't got the phone yet .....我已经订购了一个无锁的SIM卡，但我很想从p4u那里得到一个，看看这是否能工作，如果这能工作，这将节省150。它一定是这个SIM锁文件.....来吧，它说的是SIMLOCK，而EE固件的SIM锁名称里有EE SIMLOCK。

**id 18**

当然，她过的是一种如梦如幻的生活。这个星球上的每个男人都为她疯狂！这个星球上的每个女人都想成为她那样的人。这个星球上的每个女人都想成为她那样的人!有了这种无暇的美貌和魅力，你只需要一个 "艾西瓦娅 "就能卖出一颗钻石！！！。在此，我们祝愿这位无价之宝的美女在新的一年里得到祝福。生日快乐，漂亮的女人!远离现场，但总是在聚光灯下，这位华丽的女士一直在那里，做那一切。她最近的Kalyan珠宝广告以及在浪琴表活动上的惊艳亮相，简单地对女演员的事业不会因为结婚和怀孕而停止的说法做出了大胆的回答！她在她的职业生涯中取得了非凡的成功。她在长达15年的职业生涯中取得了非凡的成功。也许她是宝莱坞唯一的国际知名人士。她是一个卓越的女人，她对她所踏入的每一步都有迈达斯之感！在戛纳电影节上。在戛纳电影节上，虽然她在国内和国际上获得了一系列的奖项和荣誉，但最近授予她的是法国第二高的平民奖--Chavalier dans l'Ordre des Arts et des Lettres，以表彰她对电影界的贡献，以及在发展印度-法国电影、艺术和文化关系上的贡献。在过去，沙鲁克-汗、南迪塔-达斯、哈比卜-坦维尔都获得过同样的荣誉，但阿什仍然是该奖项最年轻的获奖者。在好莱坞的大人物中，乔治-克鲁尼和梅丽尔-斯特里普也曾获此殊荣。有消息称，阿什将与整个家庭成员一起庆祝生日，而这次特别的是，这是她与女儿阿拉迪雅的第一个生日。这位天后今天满39岁了！她的女儿阿拉迪雅也是如此。这张独家照片是两人签署结婚文件并公开亮相迎接粉丝和媒体时拍摄的。登记是在赛义夫的班德拉家中进行的。三位证人是卡琳娜的父亲兰迪尔-卡普尔、母亲巴比塔和赛义夫的母亲夏米拉。两人看起来似乎都很谦虚和优雅，正如之前报道的那样，仪式是一个低调的事件。现在，卡琳娜成为纳瓦布-赛义夫-阿里-汗-帕塔迪的夫人。一部电影并不常见，它将会把最精选的材料制作成一个感觉良好的娱乐大片的配方！而《英伦风云》则不遗余力。English Vinglish》不遗余力地支持上述说法。由一个新手执导，它将立即与任何与他/她的 "非英语 "背景打交道的人建立联系!这部电影的一切--从导演到摄影，从温暖人心的音乐到完美的人物形象，再到Sridevi本人--都体现了一种积极、热情、感觉良好的情绪，肯定会给你留下深刻的印象。当然，这部电影也有其缺点。有的时候，太过刻板了！但好处是，更重要的是，它能让你的生活更美好。但是优点，更多的是引起这里的微笑，那里的笑声，最后勾起你的感伤的骨头。作为一个时隔15年重返银幕的演员，《English Vinglish》为Sridevi提供了一个完美的复出机会。赢得宝莱坞第一位女巨星称号的人，在第二局中似乎重新塑造了自己，而且和以前一样美丽迷人至于快速浏览的故事，Sridevi扮演一个端庄、娇小的家庭主妇，总是在她的脚趾上为家庭服务。尽管有一个缺点--她不像其他家人那样精通英语，使她成为丈夫和孩子们的尴尬和嘲弄的对象。Gauri Shinde（导演）在电影中把这种真实的瞬间表现得淋漓尽致，比如当女儿犹豫着要不要标榜Sridevi是她的母亲。我相信我们大多数人都能以某种方式感受到这一点或者，当斯里德维到纽约参加她侄女的婚礼时，她要应付语言问题。一旦到了纽约，她找到了一个机会，通过那里的课程在短短四周内学习英语。就这样，在她与其他同学的互动中，她的交通工具开始运转起来。她在法国厨师（Mehdi Nebbou）那里找到了一个朋友，后者又被她的单纯所吸引，并确实帮助她获得了自我信任。

**id 19**

向加拿大邮政的Eugene Knapik询问通信专家 Eugene Knapik是一个通信复兴者。 除了担任加拿大邮政的媒体关系经理外，他还是一位混合媒体艺术家/画家、活跃的推手（@Eugene\_CanPost）和所有周围的酷哥。 他很友好地回答了Hey Receiver的一些问题，并给了我们一些关于作为一个传播专家的伟大见解和建议。是什么吸引你从事媒体关系工作的？我不是以正常方式进入媒体关系领域的。我是加拿大邮政的一个长期雇员。我从1986年开始，在一家邮政工厂做兼职来支持我的艺术爱好。多年来，我为加拿大邮政做了各种各样的工作。这家公司为我提供的一个好处是，我有机会不时地重新塑造自己。我在邮件操作方面有广泛的背景--我做过文员、主管、监督员。我在全国最大的包裹处理设施中管理了3年的最大班次。然后，我以某种方式重新塑造了自己，成为一名内部ERP顾问。我在两个主要的集成软件项目上工作。在一个项目中，我记录了业务流程并开发了自动表格，在另一个项目中，我成为一名培训开发人员。从那时起，我似乎很自然地跳到了通信领域。我开始做员工沟通工作，这些年来，越来越多的媒体关系工作来到我身边。我喜欢媒体关系工作的挑战，并很高兴在去年完全滑向了媒体关系方面。你在你的领域有任何正式的教育吗？你认为你的教育背景对你现在的职位有多重要？我有约克大学的艺术学士学位（1983年）。我对传播项目的唯一访问是与学生交谈。每个人都能在他们的生活和职业中找到自己的道路。并非只有一条路。拥有广泛的、自由的教育对我来说很重要，它帮助我以各种方式成为我的个人。我想，虽然正常的方式会快得多。在加拿大邮政，我深厚的邮件运营经验对我帮助很大，因为我非常了解公司，也因为我在整个公司有一个相当好的关系网。你认为在你的工作领域中，最近的一个变化是什么？在过去的几年里，媒体关系最大的变化之一是新闻周期的缩小。当报纸为王时，新闻周期是每天都有。现在，有了Twitter，故事可以像火山爆发一样出现，你可以看着它发生。新闻周期已经缩减到20分钟左右。其他令人不安的变化也伴随着这种现象。我们为了速度和民主牺牲了权威的声音。现在，任何人都可以在任何时候随心所欲地发表文章，而且没有规则，更少检查准确性。在Twitter上发布的不准确信息被当作事实的情况已经很多了。试想一下，我们伟大的作曲家戈登-莱特福特（Gordon Lightfoot）坐在牙医椅上，听到关于他自己死亡的明显虚假的新闻报道时，一定会有什么感受。做好你的工作，最重要的技能是什么（以及为什么）？我认为你需要广泛的技能来做这项工作。你需要有良好的情境分析能力。换句话说，你需要能够迅速判断一个问题，并就你要对记者说什么或不说什么做出合理的决定。你必须始终建立良好的业务关系，建立和保持信誉。我认为，重要的是要建立一个声誉，即总是做你说要做的事。你一方面要有创造力，另一方面要能在炮火中坚持自己的信息。我认为，有动力、有毅力，同时又知道什么时候该放弃什么，继续前进，这很有帮助。.你的工作中最好的部分是什么？有什么好处吗？我的工作最好的部分是，我永远不知道任何一天会发生什么。这就像一场冒险，谁能要求比一场冒险的工作更多呢？我也有机会认识各种各样的人，这真的是一种乐趣。你的工作中最糟糕的部分是什么？我的工作中最糟糕的部分是，我永远不知道任何一天会发生什么。有些日子会有巨大的挑战。如果你不在目前的职位上，你会做什么？也许我会带着新的活力去创作一套新的画作，或者组建一个小小的纽扣手风琴三重奏或

**id 20**

多伦多机场过去的样子 20世纪20年代，弗兰克-查普曼的150英亩农场矗立在多伦多西北部大干线铁路上的一个小社区--马尔顿南部的一片平坦得令人吃惊的农村土地上。他的三层农舍及其环绕式门廊矗立在6号租让地的6号地块的低矮树篱之间。查普曼还拥有第8号地块，靠近他邻居霍勒斯-C-死亡的99英亩土地。早在1935年，联邦政府就在积极为多伦多的国际机场寻找位置。位于Lawrence和Wilson的Dufferin附近的机场被列为可能的地点，但最吸引人的前景显然是在城市范围外数英里处的一块1410.8英亩的土地。两年后，弗兰克-查普曼（Frank Chapman）、霍勒斯-死亡（Horace Death）和其他11位当地农民同意出售他们的土地来建造马尔顿机场，这是一个 "百万美元的世界级 "设施。在第一条跑道粗略地穿过以前的田地后不久拍摄的航拍照片显示，马尔顿机场曾经是多么偏远。一望无际、笔直的道路消失在朦胧的地平线上，只有零星的建筑和偶尔出现的树丛使视野更加开阔。这是一个完美的、没有障碍物的机场环境。弗兰克-查普曼的旧农舍被改造成了马尔顿机场的第一个客运站，这个建筑同时也是跑道风向标的基本观察点。主跑道旁的一小块区域被铺上了碎石，供汽车停放。1938年8月29日下午1点10分，来自纽约水牛城的美国航空公司DC-3飞机降落，这是第一次正式降落，飞机上的乘客只需要走一小段路就可以到达他们等待的转机地点。查普曼的农舍在1938年晚些时候被一座专门建造的木制航站楼所取代。该建筑与比利-毕晓普机场的历史性航站楼几乎完全相同，包括天气预报设备和无线电设施。那时，机场由两条柏油跑道和一条草皮跑道组成。在这一时期拍摄的机场照片显示，在宁静的环境中，停在停机坪上的飞机银光闪闪。下面这架飞机是跨加拿大航空公司的洛克希德-伊莱克特拉14H2s（14Hs）。TCA是最早在马尔顿设立基地的运营商之一，与美国航空公司一样。这家加拿大航空公司除了提供国内服务外，还经营飞往佛罗里达、加勒比和中美洲的定期航班。1965年，TCA成为加拿大航空公司，普遍采用其法语名称，当时它在Jean Chrtien的领导下从其母公司加拿大国家铁路公司分离出来。其他经营皮尔逊服务的航空公司包括大湖航空公司（因其飞机在起飞时容易剧烈颤抖而被昵称为 "大抖"）和奥斯汀航空公司，这是安大略航空公司的前身。1960年，马尔顿机场被卖给了交通部，也就是现在的加拿大交通部，并更名为多伦多国际机场。这时，第三座更重要的航站楼已经取代了多伦多国际机场的基本木质建筑。这座功利性的砖瓦建筑包括一个屋顶观景区，使游客和离境旅客有机会近距离观看飞机的起飞和降落。那时候，这是一个不同的世界。随着新名字的出现，第四座航站楼也随之出现。由喜来登中心背后的建筑师约翰-B-帕金（John B. Parkin）设计的Aeroquay One（也是1号航站楼，如前图所示）采用了典型的60年代粗暴主义风格，突出了一个多层停车场的特点。它的姊妹楼Aeroquay Two原本是一个货运设施，但由于第一航站楼的过度拥挤和第二个GTA机场的取消，迫使它转变成一个客运中心。不幸的是，它缺乏窗户和停车场，不得不进行重大改建。1970年，多伦多国际机场发生了最严重的灾难。加拿大航空公司621航班（一架麦道DC-8-63）的机长彼得-汉密尔顿（Peter Hamilton）和大副唐纳德-罗兰（Donald Rowland）在最后进场时沟通不畅，导致飞机的机翼扰流板过早展开，导致飞机突然向下坠落。这架载有109人的飞机撞上了跑道，其力量足以撕下一个发动机和部分右翼。飞行员设法让飞机回到空中进行绕飞，但受损部分已经拖着燃烧的燃料。原有的跑道因以下原因而关闭

**id 21**

经验值 0 我们所属的私人高尔夫俱乐部最近开始宣传新会员的会费，低于现有会员支付的费用。当被问及他们的策略的含义时，他们说，每次他们签下一个新会员时，他们的意图是，从最老的现有会员到最新的会员，也向现有会员提供减免的月费。这个俱乐部大约有300名会员，我丈夫和我大概是第250名左右。我丈夫很不高兴（关于没有得到照顾），他正在考虑退出。他觉得对现有会员不屑一顾，而潜在的新会员却得到了所有的好处，这真是太臭了。经验值0 我们所属的私人高尔夫俱乐部最近开始宣传新会员的会费，低于现有会员支付的费用。当被问及他们的策略的含义时，他们说每次签下一个新会员时，他们的意图是，从最老的现有会员到最新的会员，也向现有会员提供减免的月费。这个俱乐部大约有300名会员，我丈夫和我大概是第250名左右。我丈夫很不高兴（关于没有得到照顾），他正在考虑退出。他觉得对现有会员不屑一顾，而潜在的新会员却得到了所有的好处，这真是太臭了。经验值-1 Stacey的构造声明没有什么意义。如果斯泰西是客户，而她看到彼得-麦克马努斯在街对面的车里，她害怕什么？她打电话给经纪人只是为了获得定价，还是因为她很孤独？那她为什么又给客户打电话呢？她是说她给经纪人打电话吗？她是在喝了三天酒之后才提出这些意见的吗？她可能投了工党的票。经验积分-100 2010年1月，我为一个浴室柜支付了500美元，收到一个封闭的盒子，我不得不把它放在一起，发现不是我订购的东西，等了六（6）个月，该公司的老板Nehemias Rivera来取它，还没有收到我的钱回来。这家公司和老板是个骗局 经验值-100分 除了彼得对他遇到的每一个客户都很可怕之外，我最近要求他和其他经纪人对我的房子进行评估，然后我看到他停在街对面。看到这一幕后，我没有再联系他，因为我认为这是很不恰当的行为。然后我收到了客户的辱骂信息。这是不可接受的！！！。Experience Points 0 Geek Squad/Best Buy:维修我女儿的戴尔笔记本电脑。-笔记本被送到当地商店，修理从键盘上掉下来的缺失的按键，并修理铰链和盖子的一个角上的绑定。本地极客被送到 "极客中心"--"极客中心 "打电话给我们，告诉我们这些维修的估价，我们同意了，但我们必须给 "本地极客 "打电话才能这样做-然后，"Geek Central "打电话说他们需要装一块新的主板，价格是400美元。同样，我不能直接给他们回电话，我需要给 "本地极客 "打电话，他们必须设法弄清楚发生了什么事。-当我们把它带去维修时，笔记本电脑的处理器在商店里工作得很好。它确实只在AC适配器上工作，这对我们来说很好。-现在，我打电话指示 "本地极客 "成为我的服务代理，并告诉他们，如果我不能与 "极客中心 "进行双向沟通，那么，我不希望他们再给我们打电话，只希望与 "本地极客主管 "合作-我应该直接寄给戴尔......啊！！！！！！！！！。Experience Points 0 Geek Squad/Best Buy:维修我女儿的戴尔笔记本电脑。-笔记本被送到当地商店，修理从键盘上掉下来的缺失的键，并修理铰链和盖子的一个角上的捆绑。本地极客被送到 "极客中心"--"极客中心 "打电话给我们，告诉我们这些维修的估价，我们同意了，但我们必须给 "本地极客 "打电话才能这样做-然后，"Geek Central "打电话说他们需要装一块新的主板，价格是400美元。同样，我不能直接给他们回电话，我需要给 "本地极客 "打电话，他们必须设法弄清楚发生了什么事。-当我们把它带去维修时，笔记本电脑的处理器在商店里工作得很好。它确实只在AC适配器上工作，这对我们来说很好。-现在，我打电话指示 "当地怪人 "成为我的服务代理人，并告诉他们，如果我不能进行双向交流，那么我就会被解雇。

**id 22**

在周一晚上对阵北达科他州的比赛中，排名第一的胡赛人队似乎早早就缺乏能量。他们在防守中有时不在状态，而且他们经常在有争议的投篮中解决。但在下半场，这种能量水平有所提高。印第安纳州队飞来飞去，打出了急促的进攻，终于给大会堂的大批观众一个欢呼的理由。这种变化的一个主要原因是二年级的后卫雷米-阿贝尔。阿贝尔在胡斯人队87-61的胜利中令人印象深刻，继续证明他值得在一支有深度的印第安纳队中获得重要的上场时间。他在17分钟内5投5中，得到14分--包括弧顶3投3中--并拿下5个篮板。本赛季，阿贝尔还没有在外线失手过，在周五的赛季首战中，他2投2中，得到12分。"他整个夏天都在这么做。这并不令我惊讶，"同为大二学生的科迪-泽勒说。"他已经有了很大的进步。这对我们来说是很重要的。"在下半场，当他刚刚打出自己的8-0时，阿贝尔在看向人群时做了一个握拳的手势。"这个地方总是很疯狂，充满了能量，"阿贝尔微笑着说。"我只是想帮助它。我只是想让它变得更多。为什么不呢？"印第安纳州教练汤姆-克里恩说，自上赛季结束以来，阿贝尔在比赛中取得了相当大的进步。在他的大一运动中，这位凯尔郡路易斯维尔人平均每场比赛得3分。"当他回家时[去年夏天]，他与他的老高中教练一起工作，当他在6月回来时，他表现得非常出色，"克里安说。"他在去年的机会上做得相当好，但他赢得了这个权利。有很多改进的余地。今晚，[得分]是因为他的防守在进行。"沃特福德和费雷尔有休息时间 在周五晚上的赛季首场比赛中，克里斯蒂安-沃特福德是比赛的主角。这位高级前锋拿下了职业生涯最高的15个篮板，并得到了15分。周一晚上的比赛是一个不同的故事。沃特福德在20分钟内6投2中，只得到6分，导致克里安谈到了沃特福德已经变得非常熟悉的事情。"克里斯蒂安最大的事情是一致性。我不认为那是什么新闻，"克里安说。"他必须在他所做的事情上保持一致，而今晚并不是这样的一个晚上。能量没有达到需要的程度，你知道吗，我们只是继续前进。他会反弹的。这就是事实。"沃特福德在对阵野牛队的比赛中有几个像样的眼神，但他也迫使几个高度竞争的镜头。在前两场比赛中，他的投篮命中率只有5-15。新生Yogi Ferrell在对阵北达科他州的比赛中也在进攻中挣扎，5投1中，只得到4分。费雷尔的三次三分球尝试都没有命中，每次都是无功而返。他还翻了四次球，同时送出了三次助攻。不过，克里安并没有对他的年轻后卫感到失望。"无论如何，尤吉没有一个伟大的进攻之夜，但你永远无法从他的防守方式中看出来，"克里安说。"那是一个成熟的年轻人。这些是你必须与你的团队一起的那种步骤。他只是不断地防守，防守，防守。"等等。克里安在赛后说，泽勒在周一生病了，但你不会从数据线上知道。泽勒12投8中，得到了全场最高的22分和9个篮板。"可能还有其他时候，他感觉不舒服，我从来没有听说过，"克里安说。"当他向医生和训练师提到他不舒服时，他可能应该呆在家里睡觉。他就是有这种坚韧的水平。而且他的防守并不出色，他知道这一点，但他在进攻端很难对付。"维克多-奥拉迪波不是胡斯人队四名得分上双的球员之一，但他在很多方面影响了比赛。奥拉迪波得到了7分，8个篮板，5次助攻和

**id 23**

今天的预测更新于周五下午3:05。我想这是一件好事，我们在这里不给我们的天气系统命名，因为本周之后，我们会在桶里挖得很深......也许是宠物的名字（"Fido来了，在Fifi的后面"）或迪士尼公主之类的。长距离模型表明，在未来14-15天内，大约有7个不同的风暴，因为喷流仍然对准了我们。虽然这听起来令人印象深刻--我想在某些方面是这样的--到目前为止，没有一个风暴看起来特别值得注意。他们是 "11月正常 "的做法，但并没有真正跨越关注的边界。至少到目前为止。最大的观察因素将是雨水，因为每场风暴都相当潮湿。但是到目前为止，有两件事情对我们有利，应该可以避免变得太混乱：1）风暴的移动速度足够快，而且中间有足够的空隙，每隔36-48小时就来一次，而不是像我们过去看到的 "菠萝快车 "式的洪水事件那样，长时间、长时间的2-3天不间断的大雨。因此，这将给河流一个机会，在风暴之间呼吸一下。斯科科米什河（Skokomish River）有一个洪水警报，但这当然不是意外，而且是目前唯一有洪水危险的河流。(2）风暴从正西方向而不是西南方向来，所以虽然它们是湿的，但它们不是非常温暖的风暴--雪量预计会在3000-5000英尺之间反弹，所以很大一部分水分会以雪的形式存在，而不是以雨的形式流向河流。(这确实意味着史蒂文斯山口本周会有暴风雪，斯诺克米山口可能偶尔会有一些雪，尽管它们处于边缘地带）。虽然有时会有微风，但这些风暴--至少到感恩节的风暴--并没有一个大的低气压中心在附近登陆，所以大风并不是一个问题。沿海地区和西北内陆地区有可能在其中一些风暴中勉强达到风力警告的条件，但真的没有超过常规40-50英里/小时的阵风。对于普吉特海湾地区，我们将看到25-35英里/小时的阵风，在暴露的地区可能有40英里/小时。所以，现在我已经设定了这些风暴将带来什么，让我们试着说说它们什么时候会来（尽管当有一堆风暴通过时，时间很难持续确定）。 今晚将看到有时下雨，最低气温在40度左右。周六是我的计数器上的第一场风暴，雨水在上午增加，然后在晚些时候减少到阵雨。最高气温将在50左右。周日下午，随着菲菲......我是说2号风暴的到来，我们的暴风雨间歇期结束。这将使周日晚上和夜间变得非常潮湿和微风。从技术上讲，这场风暴在午夜时分结束，但是第三场风暴在它之后迅速到来，大约在6-8小时后的周一早上到来。然后，我们每隔一天就会下一次雨，周二和周四会有阵雨，周三则是下一个稳定的雨天。最高气温将保持在50度左右，最低气温在40度以下。目前，长程模型认为感恩节后的周六会有三场像样的风暴（Belle？），然后是下周二（Cinderella？干燥的日子将很难找到。让我们只希望我们不必开始掸掉海绵宝宝的名字清单 :)

**id 24**

作者：标题：儿童早期发展阶段的家校沟通 文件类型：文章 发表时间：2005年 摘要：有效的双向沟通是发展成功的家校关系中最重要但最不能衡量的因素。如果在一个全面的家长参与计划中建立并维持有效的沟通，对幼儿学习者和高年级的学习者都有许多积极的结果（Christenson, Rounds & Gorney 1992:178-206）。此外，如果家长参与计划在儿童早期计划中得到确立，其好处在儿童的整个学校生涯中都很明显（Henderson 1989:38）。这些好处包括更高的学习成绩（Davies 1999:7；Epstein 2001:221）；更低的辍学率（Keith TZ, Keith PB, Troutman, Bickley, Trivette & Singh 1993:474-496）；行为问题的减少（Comer 1984:323-337）以及学术主动性和持久性（Estrada, Arsenio, Hess & Holloway 1987: 210-215）。此外，家长参与有可能减少高收入家庭和低收入家庭儿童之间的成绩差距（Milne 1989:32-65）。因此，Schleicher（1992:29）总结说，强有力的家长参与和家长合作是教育进步和成功不可缺少的条件。为了实现这种伙伴关系，学校和家庭之间的双向沟通是必不可少的。本文研究了南非早期儿童发展（ECD）阶段的家校沟通实践。一般来说，ECD计划是为出生至9岁的儿童提供的服务类型（Gordon & Browne 1993:37），可以指任何旨在促进幼儿身体、心理、情感、精神、道德和社会发展的系列活动（教育部（DE）2001:8）。1996年在南非作为试点项目引入的Reception Year（R级）是ECD阶段的一部分，指的是5到6岁的儿童（教育部2001:18）。在进行这项研究的夸祖鲁-纳塔尔省，政策是将所有R级班放在小学（初级）学校（独立的学前班除外）（Bridgemohan 2001:58）。研究的目的是确定家校沟通做法的性质和有效性，并就如何改善沟通以促进更好的家校合作提出建议。评论 由于版权限制，这篇文章无法下载。澳大利亚圣母大学的员工和学生可以在这里访问这篇文章的全文 分享 同行评议 请点击这里查看所有同行评议的期刊文章和会议论文。如果你想细化你的搜索，请进入高级搜索，从下拉框中选择主题。在可用的方框中输入 "同行评议"。然后你可以通过添加其他搜索参数（如日期）进一步缩小搜索范围。

**id 25**

感言 我们有幸为许多优秀的水晶找到了家，有许多优秀的主人。以下是他们的一些评论。"亲爱的丽贝卡，我只是想让你知道，我已经收到了我的拉布拉多石作品--它们太神奇了，我太喜欢它们了！我很高兴找到你的网站，我一定会成为你的回头客！"。我很高兴能找到你的网站，我一定会成为你的回头客！你的网站很了不起，因为我们确实得到了很多的信息。你们的网站很了不起，因为我们确实得到了我们所看到的东西，而且东西的价格也很合理--不像其他网站，他们试图向你收取这么多钱，而当它到达你手中时，它甚至看起来不像图片！我想说的是，我很喜欢你们的网站。我再说一遍，我很高兴能找到你们的网站，希望今后能有更多的订单！"- Aisu Hime，ACT "亲爱的丽贝卡，我刚刚拆开水晶，它们在现实生活中是如此的美丽！我很高兴能在你的网站上看到这些水晶。也谢谢你的小块Azeztulite。我刚刚在你的网站上看到了关于它的介绍，它听起来很神奇。我正在学习水晶和能量治疗的函授课程，我喜欢你的网站。我现在几乎每天都在看它。在我遇到的所有网站中，它的布局是最好的，而且感觉也更人性化。我不太愿意从那些似乎只是为了做生意的人那里购买石头。它需要从那些关心他们所拥有的作品的人那里购买--他们需要来自一个好地方！你的网站散发着好地方的气息。你的网站就是一个好地方。谢谢你的美丽作品。"--爱丽丝，新西兰基督城 "我非常愿意全心全意地支持你的业务！首先--感谢你给我的美丽的新作品。首先--感谢我今天到达的美丽的新朋友。在这种情况下，快乐不是一个充分的描述词--ECSTATIC!好吧，现在你知道我对你们的水晶感到欣喜若狂了。非常感谢你们这么及时地把它们送来--我们可爱的邮递员把它们送到了门口，我对我的新朋友感到非常兴奋，.....，质量非常好!它们被包装得很好，显然在你的空间里得到了很好的照顾。我的朋友很喜欢她的项链，她马上就戴上了另外，我今天和一个虚拟的陌生人聊天，在谈话过程中，发现这个人过去曾从你们公司购买过水晶--她对水晶和你们对它们的照料有很好的评价。这是一个很好的推荐，在我下单后不久就发生了这个惊人的 "巧合"，真是太好了。我是一个非常满意的客户，非常高兴在网上找到你们。你肯定会让我坚持下去的！"- 卡迪杰-阿维克，新南威尔士州阿塔蒙 "丽贝卡，我们的快递今天像往常一样及时送达，我们惊喜地发现包裹里有一块免费的星形石英。非常感谢你的这种特别的感动，非常感谢。顺便说一下，这些水晶又一次满足了我们对你们企业的一切期望--简直太出色了。你对客户服务的关注是无可挑剔的，因此你应该得到 "那家水晶店 "所带来的一切成功，请多多关照。晚上好，丽贝卡!非常感谢你，发货很快！我收到了你的包裹。我收到了你的包裹!这块石头非常、非常、非常漂亮！这块石头将成为我的宝物这块石头将成为我的宝贝!我非常、非常、非常高兴！！。他们是非常完美的!我非常满意!非常感谢你所做的一切！!你是优秀的卖家!我从心底里感谢你!谢谢你!谢谢你!谢谢你!感谢你!我向南方致敬!你真诚的" - NAOMI KIKUCHI 日本千叶 "我喜欢你们网站的座右铭 "当质量问题"。它反映了从你那里得到的水晶。你的爱的能量通过你提供给别人的水晶传播。我的水晶给我带来了巨大的快乐，并成为许多领域积极变化的催化剂。每个人都对我的生活产生了爱的影响。这就像有一个支持我的家庭，如果我需要的话，有些人帮助我治疗，有些人带我前进。爱和许多许多的祝福"。- Margaret King, Cedar Grove, QLD "只想让你知道，水晶今天到了，我很喜欢！！它们都非常漂亮。它们都是如此美丽。石英比我想象的要大得多，而且是的，它们的实物要好得多，好得多。

**同上 26**

斯特林地区 你可能也对...如果有兴趣，请联系我的号码 - 041646XXXX。我只是想卖掉我的惠普Pavilion笔记本，因为我的男朋友开始了他的军队训练，它不再需要了。我是在8月买的，他几乎没有使用过它!它还有一些游戏，如果需要的话，我们可以用额外的小钱加进去。它们包括。Counter Strike WoW的。大灾变 巫妖王之怒 燃烧的十字军 经典的Wanneroo地区 我正在出售一台白色的惠普迷你笔记本电脑/笔记本 它的颜色是白色的，外壳上有灰色/银色的图案，最初是和它一起的。我在2010年买了它，并在大学期间使用它，但现在通过我的工作已经得到了一个Macbook，所以不再使用它了。它是旅行的理想选择，因为它适合放在手提包里。我有一个互联网U盘，我可以提供，但我不确定现在的密码，但如果有人能解决这个问题或创建一个新的，我也会把它扔进去。它... 250.00美元斯特林地区 嗨，我有一个康柏的笔记本电脑，只有2个月没有使用它，仍然在非常好的条件下，与盒子和充电器。这是一个很好的笔记本电脑从来没有任何问题，如果你有任何问题，电子邮件或文本我，我喜欢电子邮件，我一直在检查我的电子邮件。以549.00元的价格买下，希望能从450或400剑桥地区的笔记本电脑出售，需要注意的是，丈夫不记得管理员的密码，但可以在其他账户下使用。而且需要插电，因为电池不能持续很久。这是一台好的笔记本电脑，我只是没有时间去整理它，反正我有另一台。请在下午6点之前发短信或电子邮件。

**id 27**

说到Subway三明治，我们一直认为，如果你找到适合你的变化，就坚持下去。但来自赛百味阵营的消息让我们有了不同的想法--显然，在赛百味近38,000家分店中，有3700万种可能的三明治变化。这是个很大的三明治。总的来说，Subway每年提供约26亿个三明治--那么这是否意味着每个三明治的变化都至少被订购过一次？这个巨大的连锁店在100个国家雇用了大约38万名员工，而且所有的食材都不一样。虽然各地的核心菜单基本相似，但有些地区需要进行特殊调整。在一份新闻稿中，Subway解释了这样一个变化。1984年，美国以外的第一家Subway餐厅在中东国家巴林开业。根据当地的习俗，该地区餐厅的食物是清真食品，这意味着不提供猪肉制品，火腿和培根等项目由羊肉、鸡肉或火鸡制成的类似产品代替。今年赛百味的2000家新店中约有一半是在国际市场，因此了解这些地方的文化、宗教传统和偏好是至关重要的。谈到赛百味三明治，我们一直认为，如果你找到适合你的变化，就坚持下去。但是，来自赛百味阵营的消息让我们有了不同的想法--显然，有 ...说到Subway三明治，我们总是认为，如果你找到了适合你的变化，就坚持下去。但来自Subway阵营的消息让我们有了不同的想法--显然有...点击这里留下评论。HuffPost高中欢迎在评论区进行热烈的、有思想的辩论。请记住，这里的文章是由年轻作者撰写的，所以请保持批评的尊重，并帮助我们保持这个安全和支持的地方，让所有年龄段的作家都能做出贡献。正在加载评论...如果他们有更好的面包，我就会更经常去那里吃饭。除了麦当劳之外，它是镇上唯一的快餐店。麦当劳太可怕了，所以大多数时候我都不在餐馆吃饭，除非是坐下来吃饭。不过第一个看起来不错，是虾和蟹。我喜欢吃海鲜，我们在这里得到的唯一像样的海鲜实际上是湖里的食物，你必须自己去捞。我同意。他们的面包太糟糕了。我不能再让自己在地铁里吃饭了。幸运的是，我有相当多的选择。如果你有时间的话，钓鱼吃晚饭也没什么不好。不知道你周围有什么湖泊，但如果你在美国农村，可能有鲈鱼和马利鱼，这是我最喜欢吃的两种鱼。正在加载评论...我有过张贴的三个印度菜和南非菜（peri peri）的用餐经历，不得不说Paneer sun对素食者是好的，但它一点也不健康（像一坨煎饼一样整天坐在你的家伙里），而Peri Peri很容易成为美国人的最爱...味道很好，而且它根本不是一个重的三明治。希望其他人在旅行中能尝到这些东西。正在加载评论...Subway的问题是它的面包太不值钱了，以至于如果我被邀请去那里吃饭，我都想带一些真正的面包。另外，把西红柿片和黄瓜片放在冰箱里过夜是浪费时间和金钱的。它们很快就会腐烂，不值得使用。只要能让你满意，就是对你有好处。我现在经常被邀请吃早餐，发现过去一些日子里煎的鸡蛋并不好吃。我正恢复到平面包中的蔬菜，并保持沉默，因为我是客人，所以要去其他地方。至少商店就在附近。正在加载评论...不管Subway宣传的成分是什么，我光顾过的所有商店都不想在三明治上放任何东西。(要求在一英尺长的三明治上放黑橄榄，柜台后面的傻瓜只放了三四个......然后我就纠正了他。)世界各地的Subway公司只想以很高的价格向顾客出售......有味道的空气。El\_Chingaso:不管赛百味宣传的成分是什么，所有的商店

**同上 28**

我在晚宴上的最后一道菜。这是一个很好的、轻松的方式来结束这顿饭，因为所有这些都可以提前做好，所需要的就是在上菜前几分钟把格兰尼塔从冰箱里拿出来。我的第一个挑战是做一个不含乳制品的慕斯。 我以前做过不含任何奶油的慕斯，结果很好，尽管它非常丰富。 这一次，我设法搞到了一些椰油（与椰奶不同）。 我只需要一小罐椰浆，它并没有真正影响到慕斯的最终味道......只是有一丝椰子的味道，但它带来了所有的不同，产生了一个漂亮的奶油慕斯，这是大多数人所习惯的。一个普通的巧克力慕斯似乎有点基本，在吃过全味的意大利香肠酱后，我想吃点更新鲜的东西。 我还没有真正体验过granitas的方式，有很多sobert，但granita似乎不太受欢迎。 我不知道为什么我们很少看到格兰尼塔，因为它是一个很好的东西，它就像一个成年人的冰沙！我看到了一个覆盆子和一个小的小盒子。我在马库斯-塞缪尔森厨师的网站上看到一个覆盆子和柠檬酒的配方，我觉得它可以和巧克力慕斯完美搭配。 我对他的食谱只做了一些小改动，加入了更多的柠檬酒，并减少了柠檬汁，使其具有略微的甜味和不太明显的柠檬味，因此我们得到了更多的覆盆子和巧克力的组合，但它仍然是一种清爽的格兰尼塔。我的晚餐聚会迷你系列到此结束，希望你能像我一样发现这些食谱的乐趣。 或者，也许它们启发了你对食物做一些不同的处理？成分 -- 巧克力慕斯：220克黑巧克力（85%可可固体） 5个大的自由鸡蛋 100克细砂糖 150毫升椰奶 海盐 覆盆子和柠檬酒格兰尼塔：600毫升水 175克覆盆子 100克白砂糖 50毫升柠檬汁 5 Tbps柠檬酒 方法 -- 慕斯。1. 首先，用一个小锅加热水，使其沸腾。 2.将黑巧克力打成同等大小的块状，放在一个玻璃碗里，加入一小撮海盐，并悬挂在沸水上--确保它不接触水。 让巧克力融化，偶尔搅拌一下。3. 将蛋黄和蛋清分离到两个碗中。4. 4. 将蛋黄和细砂糖轻轻地打在一起，直到它们融合。5. 将蛋清和一小撮海盐打到软峰阶段。6. 让巧克力冷却一两分钟，同时将椰子奶油打发，然后加入到巧克力中。7. 7.将蛋黄加入该混合物中搅拌。8. 8.将巧克力混合物加入到蛋清中，折叠直到完全混合。9. 9.将混合物放入4个蛋壳中，在冰箱中静置至少两小时。格兰尼塔：1.将一个小锅放在中火上，加入200毫升的水和所有的糖，搅拌成糖浆。2. 2. 用一个面包锅将柠檬汁、柠檬酒、剩余的水和糖浆混合。3. 现在将覆盆子加入面包盘中，然后用叉子压碎并混合。4. 4. 最后，放入冰箱30分钟，直到混合物开始结冰，然后用叉子搅动。 每隔30分钟重复一次，持续约2小时，然后让它凝固，直到你准备好食用。结合起来。1. 在你想食用前20-30分钟将格拉尼塔从冰箱中取出，如果放在冰箱中则更早。2. 2.将慕斯从冰箱中取出，然后在上面放上冰沙格兰尼塔，即可食用。提示。格兰尼塔应该是略带泥泞的，而不是冻结的固体。 你可以直接从冰箱里拿出来食用，但如果你这样做，你需要把它打碎一些。试试其他水果或直接用柠檬格兰尼塔和白巧克力慕斯来做不同的东西吧我在晚宴上的最后一道菜。 这是一个很好的、轻松的方式来结束这顿饭，因为所有这些都可以提前做好，所需要的就是在上菜前几分钟把格兰尼塔从冰箱里拿出来。我的第一个挑战是做一个不含乳制品的慕斯。 我以前做过不含任何奶油的慕斯，结果很好，尽管它非常丰富。 这一次，我[...] 分享一下

**id 29**

我正在经历一个非常令人沮丧和恐惧的时期，我最近生了第6个孩子，在不到3年的时间里生了第3个孩子，当时心理医生决定了我的第一个疗程的药物。我不喜欢这个人。在我要见他的前几天，出现了一些声音，警告我他不是好人，确实是坏人，他想毒害我。我深信不疑，真的相信这个人想毒害我，他让我感到害怕。我不想去赴约，但我丈夫对我束手无策，我在某种僵尸状态下走动。我不是在生活，而是在存在。我非常需要帮助，但我非常反对见这个人，以至于在我还没有给他时间尝试帮助我之前，我就为自己设定了失败。我依稀记得我们坐在一起互相凝视的那个约会，我不记得向我提出的问题，它们似乎总是同样的问题。我坐在那里发抖，当他走近我时，我几乎从座位上跳了起来。几个月后，我读到了他关于我的完整报告，我被认为表现得很激动，略带攻击性和不安，但我的眼神接触很好。还有很多其他的医学用语，除了我没有完全在场之外，没有什么意义。我的眼睛从未离开过他，他试图毒害我，我不会让这家伙离开我的视线。就像那个声音告诉我的那样，他想让我吃一些他要开给我的药片，它们会帮助我，使我能够更好地运作和应对。不，你这个怪胎，你要毒死我，我知道你的把戏。他要我每周和我的CPN（社区精神病护士）预约，CPN会监测我并向他报告，他将在三个月后再次见到我。看看他是否设法给我下了毒，真是个傻瓜，好像我将会服用他的药片一样。 就是这样，我的命运因为这次妄想症事件而被决定了，药物会伤害我，直到今天我还在与我的药物斗争，我不相信任何人或任何神奇的药片，除了我秘密服用的那颗。我的肮脏的小秘密是，我使用曲马多进行自我治疗，听起来很疯狂，但对我很有效。最近，我向健康专家坦诚了我对这种药物的成瘾性，他们正在给我断药。好吧，他们本来是想尝试的，但我不想忘记上周与全科医生的复诊预约，当他们今天早些时候打电话让我重新预约时，我没有理会，错过了电话。我的世界充满了偏执狂，它从未消失过。虽然我正在努力学习我在认知行为疗法中学到的所有东西，而且我已经学到了很多东西，但有些时候它还是会影响到我。这个世界是来抓我的，我并不安全。我知道这些都是偏执狂的信念，不是真的，但这并不能阻止我有时感到害怕。这很可能是我脑子里的想法，但要忍受它、处理它和接受它，需要大量的推理和对自己的自言自语。听见声音并不像以前那样困难；有时它提供了从偏执狂中释放出来的机会，特别是当这些声音不是坏声音时。但是当偏执狂开始时，声音纠正说我处于危险之中，障碍就会上升，我确实变得情绪化，有点急躁。我很害怕，就会做出反应，结果通常是让自己看起来像个白痴，无法控制地抽泣起来，紧紧地蜷缩成一团。那位心理医生试图毒害我，这种偏执狂是我必须要控制的，即使是今天。我是艾玛，6个孩子的母亲，在互联网上被称为真正的超级妈妈。早在2010年，我就开始了我的Supermum生活，两年来，我无休止地工作，为数百名妇女提供一个安全和保密的支持网络。通过电子邮件通知我后续的评论。你也可以不发表评论而订阅。欢迎来到我的博客 我是艾玛，6个孩子的妈妈，被互联网上的大多数人称为真正的超级妈妈。早在2010年，我就开始了我的Supermum生活，两年来，我一直在无休止地工作，为数百名妇女提供安全和保密的支持网络。[阅读更多 ...］

**id 30**

如果你为EEO雇主集团的成员工作，你可以登录访问我们的会员区。如果您不知道您的雇主是否是会员，请点击这里。如果您想获得您的登录信息并申请一张图书馆卡，以便您可以从我们的图书馆借阅资料，请发电子邮件给我们。EEO是什么意思？平等就业机会是指从不同的人群中招聘最优秀的人才，并利用他们的技能、创造力和能量。它意味着消除障碍，确保所有潜在的员工都能被考虑到他们所选择的工作，并有机会发挥他们的最大潜力。EEO和多样性的实践创造了多姿多彩的工作场所，抛开成见，充分利用现有的人才。EEO涵盖哪些类型的活动？EEO涉及到所有的就业实践，包括招聘、职业规划、培训和薪酬结构。它是一种审视人力资源管理各个方面的方式，以确保人们得到公平对待。实施EEO的好处 消除障碍，使所有员工都有机会发挥其最佳水平。我怎样才能成为EEO雇主集团的成员？EEO雇主集团的成员致力于高质量的就业实践，以实现创造一个多功能的工作场所的商业利益。会员被授权在宣传材料和广告中使用EEO雇主集团的标志。EEO信托基金是否有任何EEO政策或策略的样本？工作与生活的平衡与EEO和多样性有什么关系？多样性和EEO实践的一个重要方面是认识到人们在工作时间之外过着丰富而复杂的生活。通过提供灵活的工作选择和其他工作与生活的举措，工作场所可以帮助人们有效地在工作中做出贡献，并履行他们在工作之外的承诺。企业可以从提高留任率、降低缺勤率，以及拥有更多承诺和生产力的员工中受益。我是第一次来新西兰，正在找工作，你们能帮助我吗？EEO信托基金不是一个就业或招聘机构。我们的工作是提高新西兰雇主对平等就业机会的认识。EEO雇主集团的成员都致力于择优录取。浏览名单并访问他们的网站，看看他们是否有任何职位空缺。在报纸上的招聘广告中寻找我们的标志。新西兰的哪些立法与平等就业机会有关？有许多法规对雇佣关系产生影响。这些法规包括：2000年《就业关系法》、2002年《残疾人就业促进令》、1993年《人权法》、1993年《隐私法》和2002年《育儿假和就业保护（带薪育儿假）修正法》。这些法案可在http://www.legislation.govt.nz/。

**id 31**

约翰-莱特斯为庆祝上周末的欧洲胜利，推出了一个独一无二的、不容错过的比赛。我们将提供一套个性化的Master Model铁杆。这套独特的铁杆是与True Temper共同创造的，配备了特别版的True Temper "欧洲 "动态黄金杆和定制的蓝色和黄色欧洲颜色方案。True Temper欧洲杆被一些欧洲精英使用，包括莱德杯球员卢克-唐纳德、伊恩-保尔特、弗朗西斯科-莫里纳利、尼古拉斯-科尔萨茨、马丁-凯梅尔和保罗-劳瑞。

**id 32**

被风暴蹂躏的微风点的恢复需要 "相当长的时间" 想听更多类似的云播，请关注NPR 您现在正关注NPR!这个位于纽约皇后区的海滨蓝领小镇不仅受到超级风暴桑迪的狂风和洪水的严重打击，而且还受到撕裂该地区的一场大火的影响。在消防员近10个小时的奋战中，一百多所房屋被毁。当地的一位消防指挥官说，他希望微风点能够恢复，但知道这需要时间。

**id 33**

监狱区 监狱区是一个基于浏览器的游戏，你试图在监狱墙内开辟一个帝国。训练你的体能，以保护自己免受其他囚犯的伤害。掌握各种武器和防护设备。做一些工作来赚取一些现金，或者突袭狱友来夺取他们的钱。需要休息一下吗？在娱乐室里玩一些游戏吧。监狱区概述 监狱区让你身陷囹圄，看看你的生存能力如何。你可以创建一个有各种表情选项的囚犯，并训练他们的状态。你可以在监狱中寻找物品，试图偷取各种东西或用它们来交换。你可以找到用于武器和盔甲的各种物品，这样你就可以适当地保护自己。袭击其他玩家是一个很好的金钱来源，然而，要小心被打，因为更强大的角色可以来收集你的头。

**id 34**

他有一个疱疹恐慌，现在有疑问....请帮助我!我和某人约会了几个月。我并没有准备好这么快就进行亲密接触，但在这一瞬间，它发生了。从我们第一次亲密接触开始，我就很诚实，我试图回答他所有的问题。我甚至在第二天向他提供了HSV博客的链接。在我们接下来的约会中，我试着提起疱疹，他拒绝了我，所以我决定等他来找我......我们一直很频繁地约会和做爱，我最后才想到，也许他只是那些不在乎的人中的一个，并且对它没有意见。就在最近，他受到了疱疹的惊吓，他终于开口了。他说他从未真正想过这个问题。这在他的脑海中一直存在，但在这次惊吓之后，它变得真实了。他的医生向他提到，即使我没有做产科手术，他仍有30%的机会得到它，这几乎把他吓坏了。我告诉他，自从我们开始活动以来，我一直在服用抗病毒药物。我向他保证，我的OB并不严重，而且每年只发生2到3次，所以机会真的很低，但总会有风险。几天来，我一直纠结于我们的谈话，我忍不住流泪，因为我知道，这个我真正开始喜欢的人随时可能离开。我知道，合适的人可以看穿这些草药，但是在一次又一次地受到伤害，看到我所有的朋友都在恋爱中，终于有一个人了，这很好，我不希望它结束。所以我想这个帖子的重点是看看有多少情侣在其中一个人是H+的情况下成功了？对于那些尽管他们的伴侣是阳性，但仍然坚持的人，你是如何接受的？你花了多长时间来接受？你的H+伴侣对你说了什么，使你更容易接受？我非常感谢你的经验、故事、建议或任何你能与我分享的东西。他的医生给他的数字是错误的--女性对男性的传播和使用抗病毒药物的数字更像是每年3%。而这是在没有保护的情况下。在有保护的情况下，你说的是每年不到2%的风险。我和我的男朋友在一起3年了，我有生殖器hsv-1，这从来都不是一个问题。我有一年没有告诉他，我们一直有无保护的性行为，但当我告诉他时，情况很好。我们有无保护措施的性行为，而他似乎从未对此有丝毫担心。但人们的反应是不同的。当他告诉我他的医生说的话时，在我的脑海中，我告诉自己，医生并不真正了解关于兽类的所有事实，30%似乎是很多。但我不想告诉他他的医生是错的，所以我告诉他，在我所有的研究中，我从未见过这么高的传播率。嘿，Sirenn ，这里有一个链接，可以给他看http://www.herpes-coldsores.com/herp...n\\...，这里还有一本关于h的书 www.westoverheights.com 它也会回答他可能有的许多问题。我也有24年的ghsv2，我一直在服用抗病毒药物，在我结婚的22年中从未通过我的H。请阅读所有你能阅读的内容，我们可以和你一起让他接受教育。我是女性，服用抗病毒药物，也服用赖氨酸，我通过H的机会不到2%。我丈夫已经做了测试，他仍然是一个非H型血的母亲。我们的女儿也是非H型。我们过着非常正常的生活，我们没有给H控制或权力来控制我们将拥有或可以拥有的东西。请给他看这些信息。如果我可以帮上忙，请随时给我留言。照顾好自己，拥抱Ace 谢谢你Ace的分享!我相当有信心，我可以通过小心翼翼来保护他，但我不能停止纠缠于万一他得了这个病怎么办。尽管他已经做出了选择，我还是担心他以后会怨恨我。如果他真的得了这种病的话。本论坛成员所发表的所有帖子都是他们自己的意见，并没有得到HC支持网络的认可。 没有找到你要找的东西？试试 "闭嘴发帖 "吧。性病留言板

**id 35**

关于路线和停车 肯尼迪中心位于波托马克河岸边，在华盛顿特区2700 F St., NW, 20566，在新罕布什尔大街，NW，和石溪公园路的交叉口。乘坐地铁（通过地铁和公交线路）、出租车和汽车都可以到达。如果你是开车来的，请参考下面的路线，找到到达和离开中心的最有效路线。而且，开车时一定要记得多留点时间，因为华盛顿的交通可能是不可预知的。肯尼迪中心提供许多演出前的活动，以帮助你充分利用你的访问。你可以在这里找到关于车库时间、费用和无障碍设施的信息。肯尼迪中心的停车场。交通方式 地铁/地铁：Foggy Bottom/George Washington University站（在橙线和蓝线上，位于23街和I街，NW），是离肯尼迪中心最近的一站。从那里可以通过新罕布什尔大道进行短暂的步行，或者使用我们免费的肯尼迪中心班车（当你走出扶梯时，标志在左边）。班车每15分钟一班，时间为周一至周五上午9点45分至午夜，周六上午10点至午夜，周日中午至午夜，联邦假日下午4点至午夜。公交车：80路公交车可到达肯尼迪中心。有关公交车路线和时间表的详细信息，请拨打地铁信息电话（202）637-7000或TTY（202）638-3780。乘坐出租车。来往肯尼迪中心的出租车服务很方便，而且随时都可以得到。从下午6:30（日场下午3:30）到最后一场演出结束后30分钟，都有出租车调度员给出租车发信号并分配乘客，每天晚上出租车都在广场上排队等候乘客。请在国家大厅的入口处寻找穿制服的调度员。从弗吉尼亚州北部出发的路线。通过西奥多-罗斯福大桥（I-66 & Rte. 50）。有两种方法可以从桥上到达中心。方法一是过桥后第一个路口右转，在站牌处右转进入俄亥俄大道/洛克溪公园路。在第一个路口右转，进入车库的B层或C层南侧入口。方案二是过桥后第一个路口左转，在波托马克高速公路上靠左行驶（往洛克溪公园路方向）。在屈服标志处，左转，并在弗吉尼亚大道的第二个红绿灯处前进。在弗吉尼亚大道上左转。右转进入第25街，按照肯尼迪中心的标志行驶。通过钥匙桥（Rt. 29/Lee Hwy.）。从钥匙桥出发，第一个路口右转进入怀特赫斯特高速公路。直行至第27街的红绿灯处--不要从右侧出口进入I-66。右转，到第二个红绿灯处，即弗吉尼亚大道。在弗吉尼亚大道上左转。右转进入第25街，按照肯尼迪中心的标志前进。通过纪念桥（从I-395出发）。从I-395北线出发，从8B出口，华盛顿大道往五角大楼/阿灵顿公墓/罗斯林/纪念桥方向。并入华盛顿大道。从Rte. 50 West/George Washington Memorial Parkway North出口出来。并入阿灵顿纪念大桥，进入左侧车道。开始绕过林肯纪念堂（在右边）。第一个路口左转进入第23街，进入左侧车道。过了E街，左转进入弗吉尼亚大道。在第二个红绿灯处，左转进入第25街，按照肯尼迪中心的标志行驶。从马里兰州和特区西北部出发。通过首都环形公路（I-495来自I-270 S和I-95 S）。沿着I-495向泰森角方向行驶（如果从I-270过来，走I-495南线；如果从I-95过来，走I-495西线）。穿过美国军团大桥后，从43号出口进入乔治-华盛顿纪念公园路。沿着GW Pkwy行驶约12英里，从右侧出口进入50号公路东段，经过西奥多-罗斯福大桥（往华盛顿方向）。有两种方法可以从桥上到达中心。方法一是过桥后第一个路口右转。

**id 36**

随着《复仇者联盟》电影的上映，作为电影史上第一部以漫画为基础的跨界电影，我不禁想知道《复仇者联盟》是否会对电影业产生影响，更会引起华纳兄弟的注意。在《复仇者联盟》开始占据中心舞台之前，华纳兄弟的工作室就已经开始计划了，那就是利用漫威公司用来建立最终的《复仇者联盟》电影的相同预案来创造一部《正义联盟》电影，只是由于只能够成功地重启蝙蝠侠，而未能甚至根本没有重启超人，这并没有帮助催生其他基于DC的电影，如《神奇女侠》。"闪电侠 "等，因此促使WB计划在介绍他们自己的独立电影中的成员/角色之前拍摄一部JL电影。但是，这个计划再次被搁置，至少到现在为止，直到亲眼目睹《复仇者联盟》在评论界和财政上的表现，而且随着《超人》的重启，蝙蝠侠和绿灯侠已经在电影中建立起来，我认为WB会加入这个行列，开始为其他基于DC的电影开绿灯，最终在不久的将来建立起可能的JL电影，就像漫威建立最终的《复仇者联盟》电影那样。如果《绿巨人》足以促使WB为《钢铁之躯》开绿灯，那么我不明白《复仇者联盟》怎么会不给WB一个理由，不在短时间内制作一部JL电影我还想补充的是，《复仇者联盟》的导演乔斯-韦登在接受采访时被问及，如果JL电影仍在考虑之中，他会给WB工作室提出什么建议，以下是他的说法......乔斯-韦登表示。要把非常不同的角色放在一起并使其发挥作用是非常困难的。DC比Marvel更难，因为他们的角色是来自一个过去的时代。他们的角色比我们大。他们已经修正了这一点，但Marvel在 "哦，他们和我们一样 "方面真正破解了密码。漫威真正从《钢铁侠》开始的那种真实性的剂量，我认为你需要把它作为一个基础。因此，我们不禁要问，尤其是在《复仇者联盟》电影向公众发布后，世行工作室对此的反应是什么？最后由Comicbookfan-V2在2012年4月20日星期五下午4:05编辑；总共编辑了1次，想想看。如果做得对，而且真的不会，华纳兄弟会用那部《凡人》电影在大银幕上击败《复仇者联盟》。相反，他们有一个相当糟糕的演员，DJ Catrona扮演超人？真的吗？"，一个薄弱的故事情节和一个我非常喜欢但不适合那种项目的导演。因此，当《复仇者联盟》赚了11000万美金时，漫威又一次要在WB身上大放异彩。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ BJ Routh和Bryan Singer是自超级猴子Bepo以来发生在超人身上最糟糕的事情。尽管我很想看到JL。它只是在不久的将来不会发生。由于WBC对DC减去蝙蝠侠的做法没有信心。由于他们还没有找到像M,Arvel工作室那样的正确钥匙。Wb仍然不明白这一点。这对我们这些粉丝来说是很不利的。当然，我首先是一个奇迹的粉丝。但我也喜欢dc的角色。所以我讨厌我们不能看到DC像Marvel工作室那样做。想想吧。如果做得对，而且真的不会，华纳兄弟会通过那部《凡人》电影在大银幕上打败《复仇者联盟》。相反，他们有一个相当糟糕的演员，DJ Catrona扮演超人？真的吗？"，一个薄弱的故事情节和一个我非常喜欢但不适合那种项目的导演。因此，当《复仇者联盟》赚到11000万美元时，漫威将再次在WB身上大放异彩。我愿意在WB身上投入多少是有限度的。他们和其他人一样受到WGA罢工的影响，他们需要在2009年夏天有一部标志性的电影。这就是

**id 37**

新生儿出生时 你的宝宝终于来了!在出生时，她的外观可能与您所期望的不同。白种人的婴儿通常是暗红色或暗蓝灰色，黑皮肤的婴儿通常是紫灰色。新生儿出生时可能覆盖着蜡质的绒毛，他们的皮肤一开始可能看起来是斑驳的。如果他们哭得很厉害，从头到脚都可能变红。不过不要担心，在48小时左右，您的宝宝的皮肤颜色会比较正常，除了在寒冷时手脚发青。如果您的新生儿是通过阴道出生的，她可能会有一点锥子头。这是因为她的头骨在分娩时发生了移动和重叠，所以她的头可以通过产道。这就是所谓的塑形，如果你的分娩时间很长，这一点就会特别明显。不要担心她的头有点尖；随着时间的推移，她的头会逐渐变圆，很快她就会像电视广告上经常出现的那些小天使一样完美。出生时的身体变化 新生儿刚出生时要经历许多身体变化。出生时最戏剧性的变化是新生儿第一次呼吸时。肺部充气，填充肺部内的气囊。血液开始流向肺部，气体交换开始。新生儿的第一次呼吸将是她一生中最困难的一次。您的宝宝最初的呼吸可能在每分钟15至100次之间波动。在最初的几分钟后，她的呼吸将稳定在每分钟30至50次的水平。宝宝的第一次呼吸引发了心脏功能的变化。在子宫内时对婴儿的心血管系统至关重要的特殊管道和血管会迅速关闭，因为它们不再需要了。一旦脐带被夹住，通过脐带的血流就会降至零。阿普加评分和体格检查 在出生后1分钟和5分钟，婴儿被评估并得到阿普加评分。这个评分系统使用五个不同的因素来评估新生儿的健康状况：心率、呼吸努力、肌肉张力、反射能力和颜色。每个因素都有一个0、1或2的分数。可能的最佳总分是10分。阿普加评分要定期检查几分钟，以了解新生儿的情况如何，以及他的状况是否在改善。得分在4到7之间的新生儿需要定期仔细监测，并可能进行治疗。得分低的新生儿则需要进行抢救。阿普加分数不是预测未来问题的有用指标。最初的低阿普加分数并不能说明全部情况；在出生时，许多快速变化正在发生，只需要几分钟或几小时就能解决。一个新生儿在出生后的头几分钟有一些呼吸困难，可能只需要时间来清除她肺部的羊水，一旦这个自然过程发生，就可能正常呼吸。进行身体检查是为了确保新生儿的健康状况良好。这种类型的检查也可以发现某些情况或问题。体检是一个持续的过程。新生儿的第一次检查可能是最完整的，但它不会是最后一次。许多检查将随着时间的推移而进行，以评估新生儿的进展，并在出现新问题时发现它们。阿普加评分和身体检查有可能显示您的新生儿非常健康。但是，如果Apgar评分和体检显示您的宝宝有严重的医疗问题，您的宝宝可能需要转到另一家提供专科或亚专科服务的医院。这些医院有新生儿重症监护室（NICU），里面有称为新生儿科医生的医生，专门负责照顾新生儿。他们会很好地照顾您的新生儿，并尽最大努力改善他的健康。生命的头四个星期 生命的头四个星期被称为新生儿或新生儿期。我们往往认为新生儿是无助的。然而，新生儿能够寻找他们母亲的乳房，并在找到后吸吮。大多数新生儿能够在没有帮助的情况下进行呼吸，并且哭得很大声。新生儿有广泛的反射性和自主性动作，其中一些动作是：1.

**id 38**

模型制作 购买插图 最近的展览 最近的项目 我最近把这两个模型放在一起，用于我在《家的时间》中的插图序列。虽然我有视觉计划和结构的布局，但要从不同的角度一致地说明它们太难了。这些模型花了几个小时，用一把旧木尺、一些轻木、纸板和热胶制作。它们并不漂亮，但它们能完成工作。我完全推荐制作结构和人物的小模型。它永远不会像你想象的那么长，而且它让你对你所画的东西的尺寸有更多的了解。在根据模型进行创作时，你还会发现大量的惊喜，阴影落在哪里，形状相交的方式，事物从不同角度看的方式。我们可以想象大量的东西。我们的大脑就像小小的现实引擎。我们可以通过一系列的照明条件、调色板交换、纹理变化来运行结构。但是有很多事情我们是做不到的，而模型制作则揭示了这些差距。这对角色的头部尤其有用。我经常发现自己从 "舒服 "的角度画人物，这些角度我知道在我的脑海里有清晰的视觉模型。有了实体模型，就很容易迅速创造出许多新的可能性。

**id 39**

我是一名小学教师，只是想做正确的事情。 教师的爱的劳动是无法衡量的。当我们庆祝2012年劳动节时，全国各地的教师正在开始一个新的学年，地平线上有一片乌云。我们已经被政治家、媒体、企业掠夺者和电影制作人贴上了失败的标签。教育改革的必要性已被政治立场的双方吹捧，以迎合被彻底蒙蔽的选民的原始情感的盲目努力。我之前发布的数据清楚地表明，毕业率和大学录取率都处于历史高位。像黛安-拉维奇这样的历史学家已经分享了一些数据，解释了与其他国家进行比较的误导性。像Randi Weingarten这样的工会领导人已经庆祝了我们在过去20年中所看到的成果。然而，我们却被贴上了失败者的标签。是的，有必要进行改革!没有什么东西应该停滞不前，我们必须不断改变和改革我们的方式以保持竞争力。没有人对这一点提出异议。问题是，什么已经成为真正改革的私生子。我们经常被告知，这是那些无效的教师的错。忽视了贫困、社会需求、情感需求、资金不足和资源匮乏等问题，两派都把带刺的手指指向了我们......必须解决的是这些教师。因此，各州已经开始了巨大的预算破坏性的评估计划，这些资金就像棒子上的胡萝卜一样，因为 "争先恐后 "而得到了推动。在纽约州，我们有一个被称为APPR的评估系统的失败。这个可怕的评价体系的核心是高风险测试（你知道的，RTTT应该给我们减负），地区范围内的测试，以及基于观察和其他证据的第三部分，在整个一年里神奇地提取。 使用被Diane Ravitch称为 "垃圾科学 "的增值模型，纽约州希望能根除那些无效的教师。这看起来像是教育改革吗？看看我所在地区的APPR计划吧。我不能责怪我的学区和我的教师同事，因为他们没有选择的余地，所以才会谈判这种无稽之谈。他们必须遵循纽约州的法律。 他们已经尽力了，但不幸的是，我们现在要被垃圾科学、计算机生成的评估和一个试图给我们所做的一切加上数值的评分标准来评判。试图对教师所做的一切进行数值化，这是对教师士气的打击和不可原谅的。在纽约州的每一个APPR计划中，有60%是基于对我们所做的一切进行数值化的。行政人员将带着检查表和评分标准去访问班级，试图将教师的行为与用来衡量教师效率的分数值相匹配。教师的爱的劳动是无法衡量的!你如何为我们所触及的生命、我们所增进的未来、我们所灌输的信心、我们所教授的礼仪、我们所强化的道德、我们所形成的公民价值观、我们所创造的微笑和我们所创造的国家设定一个数值？你如何确定一个教师对一个遇到挑战性工作时面临焦虑的孩子的同情和理解的数值？你如何衡量一个学生和/或家长对他们的老师的信任？你如何衡量教师花了多少时间，在半夜里看着天花板，思考着帮助学生的新策略？你如何衡量教师在安慰和建立信心的过程中为受惊的孩子擦去的泪水？这个劳动节，当我们为新学年的新挑战做准备时，我们面临着我们国家认可的不公平的审查。记住，你有能力保护你对教学的热爱。单一文章导航 2 thoughts on " A Teacher's Labor of Love Can't be Measured " 对不起，我无法让自己阅读35页的APPR计划。我前几天刚听说，有100份APPR计划提交给了NYSED，只有10份被批准。除了提供代课人员和购买测试的好钱绝对是浪费外，APPR也是对良好课堂时间的浪费。去年，我们APPR委员会的教师至少每两周就被调离课堂一次。我昨天看到了这样一个例子。一个新的孩子来到了

**id 40**

今天是血滴子塔非常激动人心的一天，因为它标志着我可爱的朋友安卡雷特-威尔斯的最新小说《火线》的发行，她将其描述为 "受夏洛特-勃朗特的《安格利亚》小说的启发，以飞艇、格子、机械鸟笼、法律上的公主、邪恶的继女和以茶壶为手段的战争为特色的蒸汽朋克奇幻爱情故事。'谁可能会拒绝呢？为了纪念这一时刻，安卡雷特非常友好地为我们写了一篇关于小说中舞会场景的文章。我喜欢一个好的舞厅场景。自从莎士比亚记录凯普莱特家族的化妆舞会事件之前，作家们就一直喜欢有机会把他们的角色打扮得漂漂亮亮的，让他们去参加正式的舞会，而我也很支持。你最喜欢的舞会场景是什么？也许是小说中的--也许是尼德菲尔德的舞会，在那里达西第一次有机会展示他的骄傲并激起伊丽莎白的偏见。或者来自历史--里士满公爵夫人在滑铁卢战役前夕举行的舞会被米莱斯和萨克雷写成了不朽之作，此后一直在历史小说和传记中流传，甚至夏普也曾经出现在那里。也可能是来自电影--斯嘉丽-奥哈拉的脚在她的寡妇的杂草下久久地敲打着，或者在最近的电影《福尔摩斯：影子的游戏》中，福尔摩斯和华生在地板上互相扫视。作为一名作家，我喜欢有机会描述舞厅的广阔空间。兴奋的交谈，音乐家们的调音，蜡烛的闪烁或煤气灯的烟火，丝绸的柔和光芒和薄纱的飘动，如果我们幸运的话，还有军装上的金辫子。但是，舞会场景也可以为人物提供机会，抢夺更多的亲密时刻。例如，在简-奥斯汀的《爱玛》中，在皇冠旅馆举行的舞会有一个不乐观的开始，在五月初的一个寒冷的夜晚，人物围着火堆挤成一团。但它导致了艾玛和奈特利先生谨慎地、几乎是无意识地向前迈进了一步，不再认为自己是兄妹，并导致哈里特非常感激能够跳舞。最后的夜晚》，James Tissot，约1885年。照片。奥赛博物馆。从19世纪初华尔兹的引入到20世纪末社交舞的衰落，为历史小说家提供了一个机会，让他们的人物在地板上互相拥抱。在华尔兹之前盛行的乡村舞和宫廷舞有其自身的乐趣。例如，如果你写的是文艺复兴时期的作品，就很难拒绝沃尔塔舞，在这个舞步中，男人把女人从她的脚上抬起来，把他的大腿伸到她的下面。伊丽莎白女王与莱斯特伯爵跳了这支舞。对于年轻女性来说，她们的锻炼机会主要包括步行，在社会光谱的一端是骑马，另一端是做家务，有机会通过老式乡村舞蹈的跳动和行进以及更换舞伴来消耗一些能量，一定是令人振奋的。它还提供了一个远离监护人耳目的谈话机会--也许是与各种绅士的谈话。但是，当华尔兹到来时，男女主人公的机会变得更加诱人。在康苏埃洛-范德比尔特-巴尔桑（Consuelo Vanderbilt Balsan）的回忆录《金碧辉煌》（The Glitter And The Gold）中，她描述了在镀金时代的纽约，作为一名年轻女子，她的生活是多么受限。(也许她有理由让那些日子听起来比实际情况更令人束手无策，因为她后来以她母亲强迫她结婚为由，宣布与第九任马尔堡公爵的婚姻无效--但这并不妨碍《闪光与黄金》成为一本翻阅的书。当一个年轻的女人在成长过程中，期待着在到达圣坛之前几乎无法接触到男人的手臂时，那只手臂紧紧搂住她的腰，在舞池中旋转的前景一定是非常令人振奋的。时尚的女人》，詹姆斯-蒂索，约1883-5。照片。私人收藏。给你的角色一个机会一起跳舞，让

**id 41**

馈送网址。一次点击关闭 在科学大会上增加文化焦点的做法越来越普遍。更多的时候，活动与所选择的城市有关，而不是与大会的主题有关。然而，鉴于大多数伟大的艺术都与人类状况有关，很难不在艺术和我们的医学科学之间找到有趣的共鸣。老年医学尤其如此，在那里，从业人员正在处理最复杂、最丰富和最具挑战性的生命形式。在过去的十年里，欧盟老年医学会的年度大会被证明是生动活泼的，受训人员、早期职业者和成熟的学者们在会上发表了越来越多的令人兴奋的研究。我们上周在布鲁塞尔举行的大会吸引了来自各大洲的代表和演讲者，除了南极洲之外。我们不仅在开幕式上听到了由一位老年医学教授和同事演奏的海顿乐曲，而且组织者还安排了马格里特博物馆的独家晚间开放活动。这种进入伟大的椭圆交流大师之一的殿堂的特权--超现实主义这个词似乎是不必要的束缚--绝对是一种享受。在三层楼里按时间顺序漂亮地展示，黑色的背景是对现代画廊普遍的白色的微妙幽默的反驳，我们悠闲地逛着，专业的工作人员在不同的地方进行谨慎而有见地的评论。聚集在一起，从临时分组中分离出来，很明显，展览、艺术的顺序发展和一系列的文物，在我们中间引起了共鸣，在深夜的讨论中开花结果。这些研讨会的地点选择对于老年病学专家会议来说也是特别合适的，最终调整为Brasserie Mort Subite（突然死亡）或Caf Delirium。对我们大多数人来说，以前接触到的马格利特仅限于一些广泛散布的图像。接触到他作品的纵向发展，比利时人的天性和教养的影响变得更加明显，怪诞的影响和独特的令人不安的詹姆斯-恩索尔的大胆表现主义在他的早期阶段相当明显，并在他的生命历程中以一种减弱的形式存在。对于那些对老化的复杂性质感兴趣的人来说，他的风格的进步一方面标志着一些粗糙的边缘和粗野的平滑，另一方面标志着对神秘和矛盾的并置的越来越多的掌握，这些并置组合成一个非凡的统一的形式。就其本身而言，这些悖论似乎照亮了后期生活中经常出现的矛盾因素。他的《光之帝国》系列，上半部分是白天的天空，下半部分是房子的夜景，唤起了雅努斯式的晚年生活中的成长和失落，但光线通过房子的窗户和灯标持续存在，即使在黑暗中也能提供舒适的光亮。他晚期的一些艺术作品唤起了对接近老年医学实践的主题的玩味和思考。引人注目的《记忆》肯定会在我的幻灯片中找到一席之地，一个纯白的古典头像，额头上有血迹，背景是平静的天空和明显随机的物体的戏剧性框架。因为，在我们的工作中，往往过度强调记忆的丧失，会使关怀的话语蒙蔽我们本性中被保留下来的许多方面，正如安妮-巴斯汀的《忘记记忆》（1）中所描述的那样。一个有趣的雕塑 "白色的种族 "对不存在的东西进行了很好的反思，是我们在向有认知障碍的人了解历史时对缺失的东西保持警惕的一个巧妙的套路。当我们凝视时，我们慢慢意识到，身体部位的组合--鼻子、嘴唇、耳朵和眼睛--代表了五种感官中的四种。那么触摸呢？带着微笑，我们意识到这毕竟是一个雕塑 -- 尽管现代策展人和安全预防措施意味着一个透明的盒子使我们无法对马格利特的 "精神游戏 "进行触觉上的总结。但是，从众多醒目的意识和潜意识的刺激中，对我来说最能将艺术和老年医学世界结合起来的图片是《对话的艺术》。老年病综合评估（C

**id 42**

葡萄牙买家指南--在葡萄牙购买房产的过程 在葡萄牙购买房产与在英国购买相似，有一个报价和接受程序，通常随后是合同交换和在土地注册处完成。然而，一旦达成条款并接受报价，该交易就具有法律约束力。你指定的律师将在土地注册处和市政厅进行必要的搜索，以检查未披露的费用和抵押品。一旦满意，他/她将起草一份 "买卖合同"，在这个阶段，你通常会向卖家支付全额购买价格的10%的定金。这份合同将由双方在葡萄牙公证人面前签署，对卖方和买方都有法律约束力。如果买方违约，定金将被没收，如果卖方违约，买方将获得双倍的定金，但是，如果包含具体的执行条款，卖方不能撤回，买方可以合法地迫使卖方出售。虽然有一些细微的差别，最明显的是公证员在签署合同中的作用，但与在英国购买相比，购买过程相对简单明了。

**id 43**

已解决的问题 给我最好的朋友送什么圣诞礼物？我真的不知道该给我的朋友们送什么圣诞礼物，其中一个喜欢迪斯尼，五颜六色的东西，而且非常有趣，她什么都有，但这样就很难买了，花了大约15-25美元！其中一个喜欢衣服，化妆品，Jelwerry等，但我还能送她什么令人兴奋的东西？其中一个喜欢衣服、化妆品、Jelwerry等，但我还能送她什么刺激的东西？15-25岁，最后一个，喜欢所有的东西，从玩具-糖果到VANS鞋-跳伞-保暖衣，但我想给她送一些大的和独一无二的东西，比如什么东西的门票或宠物或苏芬还有什么想法吗？20-35 最佳答案 - 由提问者选择 以下是一些建议 对于喜欢化妆的人来说。-泡温泉的日子。-购物的钱 -护腿板 -基金 -香水 -珠宝，也许是友谊手镯。-一张便条纸 -一盒巧克力 -喜欢的乐队的门票 -如果她有宠物，也许可以给他/她一个漂亮的新项圈或衣服。最后一个什么都喜欢的人： -Percy Pig糖果 -一盒巧克力 -巨大的泰迪熊，然后再买一盒巧克力，把它也送给她。-她喜欢的乐队的门票 -在电影院看东西的门票 -泰迪抱着你们的照片放在相框里， -明亮的粉红色蓬蓬裙 B）， -格兰尼手机！（开玩笑，请不要把它当做礼物。她最喜欢的电影，DVD播放机（我想对于这个价格范围来说，它们太贵了），真正的金鱼，当你提到宠物时，在这个价格范围内你能买得起的不多，比如狗相当贵，几百块，很不幸。

**id 44**

Christie Blizard 当我16岁的时候，我看到了白水牛 2012年3月17日至4月28日 接待。星期六。3月24日，晚上7-9点 本次展览延期，将持续到4月28日（星期六）。卢布克的艺术家克里斯蒂-布莱兹在她的工作室里生活和睡觉，这种经历为她创造了一个分岔的世界。 一个影响她的梦，她的梦又影响她的一天，使她觉得自己好像一只脚踏在两个世界里。在她在Women & Their Work的展览 "When I Was 16, I Saw the White Buffalo "中，Blizard创作了拼贴画、雕塑、视频动画和装置：她的展览从字面上和形象上反映了她生活的两个世界。在代表她的工作室的一半展览中，Blizard从字面上提到了艺术家创作的空间，但也隐喻了物理、现在时态、白天、此时此地。展览的另一半暗指夜晚，一个虚无缥缈的中间世界，以及流木河，她经常做梦的地方。这条河位于她长大的房子后面，也代表了布莱兹意识的不同部分。她16岁时看到一头白水牛的实际经历永远地改变了Blizard对生活的看法，以及她与世界的关系和理解。 看到她理解为神圣的东西，就像一道门槛，将她与一个超越语言的空间联系起来。

**id 45**

免费的创造力技巧 你的创造力实验室 创造力实验室博客展示了那些激发我们的创造力、生产性的创造力或只是笑的东西你被困在中间了吗？丽莎-默里 - 2012年7月10日 星期二 这个非常古怪的视频来自一个叫 "偷窃者之轮 "的民谣乐队，他们在70年代很受欢迎（至少有10秒钟！他们卖出了大约一百万张单曲）。 你是否曾经和别人一起卡在中间？ 只有当你抄袭那些正常的、无聊的、平凡的人时才会这样做!快跑! 走另一条路!认真的! (这一次我们不是在开玩笑！！)小丑在左边，小丑在右边。 如果你想让你的创意项目中出现你的身影，你需要站在与中心不同的地方!这就是我现在需要说的......如果是时候解脱了，你可以加入我们的创意实验室LIVE！T我们保证你可以成为任何你想要的东西......一个小丑，一个小丑......。甚至是一个海盗。只要能让你的船漂浮起来，并能激发你创造出比以往更伟大的东西。永远。(哦，对了......我们知道如何让你摆脱困境......并且远离中间地带......如果那是你要求的！）。8月活动的早鸟价格在7月15日结束--如果你想以更低的价格加入，你最好赶快行动！）。)特写文章 创意实验室 LIVE！T 如果你已经受够了拖延、不知所措或永远无法完成你的项目......或者你希望有一些创意空间来产生一些真正特别的东西，请在创意实验室 LIVE！T 活动中发现一种不同的可能性。

**id 46**

本公告板上的观点是由球迷自己表达的，不一定反映曼联或其任何代表的观点。查看和发布本公告板上的信息须遵守论坛条款，可在此查看。Re:SAF不喜欢Chicharito。Re:SAF不喜欢Chicharito。LA\_Red: 在美国，最好的足球报道是由西班牙的电视提供的。而住在洛杉矶是必须要懂一些西班牙语的。所以，我经常听或看西班牙语的足球新闻。最受欢迎的主播或评论员之一是豪尔赫-拉莫斯。在他的ESPN节目中，他们总是谈论哈维尔，大多数时候不给这个孩子任何荣誉，除了豪尔赫-拉莫斯总是试图为这个孩子辩护，但你可以感觉到他并不完全诚实。昨天，他露出了真面目，他说："弗格森不相信奇查里托，他明年要把他卖掉，奇查里托最好的利益是在一个小球队"。我认为他们无法忍受这个小墨西哥人在曼彻斯特做得很好的事实。特别是当福兰（豪尔赫是乌拉圭人）在曼联没有成功时。还有一个阿根廷评论员总是在说哈维尔和萨夫的坏话（萨夫对他们来说是个伪君子），也许一个被称为特维斯的卑鄙小人是真正的原因？还有一个危地马拉人讨厌，我是说讨厌哈维尔的成功。对这个节目感到非常失望。哦，顺便说一下，苏亚雷斯是继梅西之后最令人愉快的球员......去看看吧！。这个节目真是个笑话，亚历克斯爵士喜欢奇查里托，他不会卖掉他的。Re:SAF不喜欢Chicharito。我会把美国的任何足球相关的东西当作笑话，就像MLS一样。小豌豆以他的方式踢球，哪里都不会去。他正扮演着奥莱-古纳尔的角色，他是一个团队球员。如果SAF不欣赏他，他早就走了，不会有时间上场了。贝尔巴托夫、库兹扎克、福斯特、吉布森等人的例子不胜枚举。至于苏亚雷斯，他是一个很好的球员，但我不会说 "令人愉快的观看"，因为在地上翻来覆去并不完全是壮观的观看。只要打开巴萨的比赛，你就会看到这种东西一直存在。关于。SAF不喜欢Chicharito。你是在争论SAF不喜欢Chicharito还是Ramos看到了不存在的东西？你的标题有误导性。Btw - 西班牙语是我的第一语言，我住在洛杉矶，我每天下午下班开车回家时都会听拉莫斯的节目。是的，那里的一些评论员并不是他最大的粉丝，但他们已经给予了应有的赞誉--奇查里托是一个出色的禁区内掠夺者。就是这样。他们没有说他是一个神奇的足球运动员，因为他不是，他只是一个高效的进球猎手。关于。SAF不喜欢Chicharito。谁会在乎一群被洗掉的Terds对曼联、埃尔南德斯或SAF的看法......总是会有讨厌的人，重要的是我们球迷知道什么是重要的，任何对埃尔南德斯这样一个真诚、诚实和谦逊的年轻人说坏话的人，都是自己的耻辱。他是最终的职业球员，有着丰富的热情和完美的团队精神......与特维斯这样的卑鄙小人完全相反，他是一个抢钱的松散分子。有些人需要检查他们的脑袋......任何有半点头脑的人都可以看到奇查里托的质量有多高。甚至我的朋友是利物浦的支持者，他说他会喜欢一个像埃尔南德斯这样的球员在他身后踢球......他是致命的，不需要很多机会就能进球SAF不喜欢Chicharito。在美国，最好的足球报道是由西班牙的电视提供的。而住在洛杉矶是必须了解一些西班牙语的。所以，我经常听或看西班牙语的足球新闻。最受欢迎的主播或评论员之一是豪尔赫-拉莫斯。在他的ESPN节目中，他们总是谈论哈维尔，大多数时候不给这个孩子任何荣誉，除了豪尔赫-拉莫斯总是试图为这个孩子辩护，但你可以感觉到他并不完全诚实。昨天，他

**id 47**

悉尼英语学院学生的感言 悉尼英语学院对学生来说是一个非常好的体验。有来自不同县的学生，但都在这所学校学习英语。学校的气氛很好，很友好，老师们都很乐意教英语。我喜欢学校的社会活动，如烧烤、丛林漫步和课后冲浪。这是一所非常好的学校，我还会再来的。来自法国的托马斯--普通英语+冲浪 我试着花时间和所有学生用英语交谈。在课堂上，当老师讲授语法时，请集中注意力。不要害羞!初级班和老师真的很好，提供了一个简单的学习英语的方法。老师和工作人员对学生的帮助非常大。在社会活动中容易交到朋友。来自阿拉伯的Ahmed - 普通英语 我喜欢我的班级和两位老师。一位老师让我们很开心，很有乐趣，另一位老师以礼貌的方式教我，帮助我以简单的方式理解英语。我最喜欢的社交活动是Shelly海滩烧烤和去看橄榄球比赛。来自日本的Yuya - 普通英语 我非常喜欢SEA。老师和工作人员都很亲切。我也喜欢社交活动。来自日本的Kyoko - 普通英语6周 我的朋友住在曼利，向我推荐了这里，所以我来到了曼利。曼利有很多活动和很棒的曼利海滩。现在我已经在这所学校学习了16个星期，我在SEA有一个很好的经历。我会想念我的同学和曼利来自韩国的Won Mo - 普通英语 全日制 16周 我怎么可能不喜欢SEA!老师对我的激励很大，讲解也很到位。我喜欢在周末去蓝山旅游。我的寄宿家庭的母亲是个非常好的人，非常乐于助人，我们聊了很多，她做了很好的晚餐，我们去购物。坐公交车到学校只需要10分钟。我很不舍得离开SEA。在这里学习是一件很愉快的事情。来自瑞士的Rebekka - 普通英语和Cambrige高级英语 全日制 我认为Sea是曼利最好的学校。老师们非常友好，乐于助人，我喜欢把丛林漫步作为一项社会活动。我过得很开心。非常感谢你们所做的一切。来自瑞士的Sara - 全日制普通英语 我非常喜欢和来自其他国家的人交谈，并参加社会活动。整个学校都非常友好，老师们都很支持和激励我。来自瑞士的Olivia - 剑桥高级英语12周课程 这是一所很棒的学校，地理位置优越，工作人员经验丰富，乐于助人。我在这里过的很开心!来自捷克的Jana - 12周的第一张英语证书 这是一所小型学校，所以工作人员对我照顾有加。所有工作人员都很友好，对学生很有耐心Juan来自哥伦比亚--24周的雅思准备课程 我很高兴，因为在这4周里我的英语进步很大。SEA是一所非常好的学校，每个人都很和善，气氛非常友好，有良好的设施和美丽的服务。我真的很想有时再来SEA。Jaroslaw, 波兰 - 4周全日制普通英语课程 在我看来，在澳大利亚学习是最好的事情。这是了解不同文化的最好机会，可以结交来自世界各地的朋友，并且在学习期间有能力在自己家里生活。工作人员和老师都非常善良，他们一直在帮助我们，并与我们分享他们丰富的信息和技能。我将向所有希望获得最佳体验的学生推荐SEA。来自蒙古的Oyuntugs - 12周全日制普通英语课程 我想把这篇演讲献给SEA的老师。他们是那种用耐心、指导、幽默和爱让每个学生都发光的老师。从学生见到他们的那一刻起，他们就知道你会帮助他们找到自己的伟大之处。他们以热情、承诺和卓越的方式超越了教学。感谢你成为激励、鼓励和真正关心的老师。一个好的老师不仅仅是一个可以跟随的领导者，而是一个建议并让你沿着自己的道路前进的向导。我正走在自己的路上。来自巴西的Tatiana - 12周全日制剑桥课程 SEA是一所非常好的学校。每个人都很善良，气氛非常友好，设施良好，服务周到。我真的希望有机会再来SEA。我对提高英语水平的建议是每天上课，还有选修课、对话俱乐部和监督学习。 来自日本的Daisuke - 17周全日制普通英语课程 老师是这所学校的灵魂，他们非常了不起，每天来到学校，在一个奇妙的环境中学习，是一件非常愉快的事情。

**id 48**

寻找适合你的最佳饮食的10个提示 有这么多饮食可以选择，要弄清楚哪种饮食会是最适合你的饮食并不容易。为了帮助65%的成年人超重，我们向专家询问了一些提示，以帮助你找到一种既健康又有效的减肥饮食。适合你的最佳饮食：你能坚持的饮食 所有的专家都同意一件事：最好的减肥计划是你能坚持的。这个计划的科学性如何，它的效果有多快，甚至有多少人曾经尝试过都不重要，重要的是你是否能做到它所说的，不是你是否应该，而是你是否可以。即使你能做到，也不是所有的饮食计划和方案都是有科学依据的。最受欢迎的减肥方法是那些承诺最快速、最无痛的结果，不幸的是，这通常是不可持续的。快速减掉的体重通常是水、肌肉和少量脂肪的混合物，而不是主要是脂肪。更糟糕的是，减肥之后通常会有增肥。大多数人在时尚的饮食中来来回回，陷入体重下降后又增加的溜溜球综合症。"其后果是，你降低了你的新陈代谢，最后的体重比你开始时更重"。简单的事实是，减肥是一个简单的公式：摄入的卡路里减去排出的卡路里，等于体重减轻、增加或维持。为了减肥，你必须吃更少的卡路里和更多的活动。清理剂、面霜和补充剂通常只是噱头，从长远来看不会有帮助。你怎么知道一种饮食是否健康和可持续？专家说，一个合理的减肥饮食计划应该。包括运动 允许从所有食物类别中选择各种食物 由注册的专业人员，如营养师或营养师制定 促进缓慢和稳定的减肥 包括部分控制 允许在两餐之间吃零食 不严重依赖补充剂 包括小部分你喜欢的食物和饮料 包括一个维护计划 建议多喝水。适合你的完美减肥饮食 一旦你知道如何确定一种减肥饮食是否健康，你就需要将选择范围缩小到适合你自己的生活方式，并与你喜欢的饮食和运动方式相匹配。选择一种不会让你感到饥饿的饮食也很重要。寻找那些提倡高水分和富含纤维的食物的计划，如汤、水果和蔬菜。这些食物能让你填饱肚子，减少对食物的渴望，帮助你坚持你的饮食计划，而不感到被剥夺。本网站使用cookies。我们的Cookies信息页面详细介绍了我们如何使用Cookies以及如何管理它们。为了提供更大的透明度和选择，我们正在进行其他一些与cookie相关的改进。更多信息

**id 49**

企业内容管理软件解决方案 Knowledgeone公司为您提供 "易于使用 "的工具和 "诀窍"，以检索、管理和分享关键内容和知识--从而使正确的信息在正确的时间到达正确的人手中。RecFind 6是完整的信息管理系统工具。全球各地的政府和私营企业的信息经理都被RecFind 6产品套件赋予权力，以更有效地管理他们公司的关键记录、信息、非结构化数据、内容和关键业务流程。自1984年以来，我们一直为世界各地的组织提供可扩展、稳定和成熟的记录和文件信息管理系统，并长期为记录管理、文件管理、EDRMS、电子邮件管理、电子邮件存档和合规性、知识管理（KM）、企业内容管理（ECM）、影像、工作流和业务流程管理（BPM）应用提供一流的服务和支持。我们是如何做到的？核心解决方案平台是我们创新和新流派的RecFind 6产品套件。RecFind 6在业界是独一无二的，因为它的设计和工程，使客户几乎可以改变任何东西，包括数据模型和任何业务流程，而不需要编程，也不需要脱离能够从Knowledgeone公司获得定期更新的'标准'产品。这种独特的技术使你可以根据你的精确需求配置RecFind 6，也使你可以很容易地配置RecFind 6来解决多种业务问题。一份RecFind 6可以愉快地同时运行多个内容管理系统，例如，合同管理、资产管理、电子邮件管理、记录管理和服务台管理。RecFind 6也是多语言的，能够同时支持任何语言和多语言。RecFind 6已被维多利亚公共记录办公室（PROV）认证为完全符合VERS标准。VERS是世界上最严格的电子文件合规标准。如果您希望我们向您通报新产品、新功能和我们行业感兴趣的项目（例如，SharePoint、SaaS、Windows 7等），请点击这里

**id 50**

上个月，我从Mac上的Quicksilver切换到Google Quick Search Box。虽然Quicksilver提高了我的效率，并减少了我搜索文件的时间，但谷歌快速搜索框通过增加搜索文件的能力，进一步提高了水平。阅读更多 上个月，我从Mac上的Quicksilver切换到Google Quick Search Box。虽然Quicksilver提高了我的效率，减少了我搜索文件的时间，但谷歌快速搜索框通过增加通过同一界面快速访问所有谷歌服务的能力，进一步提高了水平。我对它印象非常深刻。谷歌快速搜索框可以在OS X上免费下载。从表面上看，它似乎相当简单。就像Quicksilver一样，你点击一个键盘快捷键，就会弹出一个盒子，你可以在那里进行搜索。你也可以从那里访问应用程序和文件。但谷歌快速搜索框也有一些额外的功能。查找通讯录中的联系人 完成计算 在新的浏览器标签中打开你的书签 查阅字典定义 在iTunes中启动歌曲 启动保存在谷歌文档账户中的文件 执行谷歌搜索 这不是一个详尽的列表，你甚至可以增加一些功能，比如向Twitter发送信息的能力。你还可以对你通过谷歌快速搜索框找到的任何文件执行各种操作。只需点击几下，你就可以获得有关该文件的信息，将其移至垃圾桶，甚至以较大的字体打开文件。还有一些特定于应用程序的操作，如在iTunes中对歌曲进行排名，或给联系人写一封新邮件。当你坐下来使用它时，谷歌快速搜索框所能处理的各种各样的任务可能会让你不知所措，但它的适应性很强。当你使用它时，它就会学习你最有可能启动的文件，从而加快进程。如果你过去使用过谷歌桌面，你会熟悉快速搜索框背后的概念--但谷歌桌面和独立的启动器之间有一些重要的区别：对你的搜索结果进行操作的能力以及对计算和定义的访问是谷歌快速搜索框特有的。快速搜索框也可以用插件进行扩展，如果你想自己进行修改，代码可以在谷歌代码上找到。与快速搜索框相比，谷歌桌面确实有一个优势：能够搜索缓存和删除的文件。谷歌快速搜索框使你有可能大大加快你的工作速度。即使你在云端的操作多于在桌面上的操作，你也可以快速访问你需要工作的应用程序和文件。谷歌推出的应用程序的功能使其远远领先于我过去使用的应用程序。

**id 51**

签证、移民和难民 向移民局索赔 如果你认为移民局犯了一个错误，给你造成了经济损失或其他损害，你可以向移民局提出索赔。赔偿的类型 有三种依据可以对因以下原因而遭受的损失进行货币赔偿：法律责任、有缺陷的管理或联邦管理中出现的特殊情况（恩典法案）。法律责任的赔偿 该部门可以评估你的索赔，并根据总检察长的法律服务指示支付赔偿，如果有风险，该部门可能会被发现有责任支付赔偿，如果这件事提交给法院。例如。过失、合同行为、人身伤害和财产损失。重要提示：如果你认为你的情况可能会引起引起潜在法律责任问题的索赔，我们建议你寻求法律意见。因管理缺陷造成的损害赔偿（CDDA） CDDA计划允许部门在你受到部门管理缺陷的不利影响，且不存在法律责任的情况下对你进行赔偿。根据CDDA计划支付的款项是自由裁量的，在认为存在道德义务而非法律责任的情况下，可以进行支付。对于与人身伤害无关的悲痛、焦虑、伤害、羞辱、尴尬或失望，无论这种情绪多么强烈，都不能支付赔偿。为了使你的索赔在CDDA计划下获得成功，决策者必须确信：该部门的管理存在缺陷，你所遭受的损失或损害是该部门管理缺陷的直接结果，你所遭受的损害类型必须是该部门可以合理预见的。有缺陷的行政管理被定义为：在遵守现有行政程序方面的具体和不合理的失误，或不合理地未能制定适当的行政程序，或不合理地未能向（或为）申请人提供官员权力和知识范围内的适当建议（或官员有理由能够获得的建议），或向（或为）申请人提供在所有情况下都是不正确或含糊的建议。CDDA计划的首要原则是将你恢复到如果没有发生有缺陷的管理的情况下你应该处于的位置。宽限期付款 宽限期计划由财政和放松管制部（财政部）负责管理。如果财政部长或其代表认为在特殊情况下这样做是合适的，他或她可以授权支付恩典法案。特赦令的申请将根据其个人情况进行审议。特赦令是一种自由裁量权，在存在道德而非法律责任且没有其他补救措施的情况下，可以进行特赦。部门的代理人/机构的直接作用对有关个人或实体造成了非预期的和不公平的结果，或部门的立法的应用产生了非预期的、反常的、不公平的或其他不可接受的结果，在特定的情况下（包括部门在管理有关立法方面的正确行为），或该事项未被立法或具体政策所涵盖，但部门打算引入这种立法或政策，并认为在特定的情况下，最好适用相关条款的好处。在某些情况下，该部门或联邦监察专员可能会邀请你根据CDDA计划或恩典计划申请赔偿。注意：申请赔偿的邀请并不构成对责任的承认，也不保证赔偿会被支付。你可以通过邮寄、电子邮件或传真的方式发送填写好的申请表和证明文件。你将在该部门收到你的索赔后七个工作日内收到一封确认信。索赔将按收到的顺序处理。该部门不能提供完成索赔的明确日期；但是，你将被告知索赔的进展情况。收到决定 你将被书面通知你的索赔结果。下表详细说明了如果你的赔偿申请被认为是可支付或不可支付，应采取的步骤。部门决定 应采取的步骤 应支付的赔偿 部门将向你提供一份

**id 52**

希波克拉底誓言 希波克拉底誓言是历史上由医生和其他医护人员宣誓诚实行医的一种誓言。人们普遍认为它是由通常被认为是西方医学之父的希波克拉底或他的一个学生所写。[1] 誓言是用爱奥尼亚希腊语写成的（公元前5世纪末），[2] 并且通常被列入《希波克拉底文集》。古典学者路德维希-爱德斯坦（Ludwig Edelstein）提出，誓言是由毕达哥拉斯人写的，由于缺乏毕达哥拉斯医学流派的证据，这一理论受到了质疑。[3] 誓言具有历史和传统价值，在许多国家被认为是行医者的一种仪式，尽管现在各国的现代化版本不尽相同。希波克拉底誓言（horkos）是希腊医学文本中最广为人知的一种。它要求新医生向一些医神发誓，他将坚持一些职业道德标准。我向治疗者阿波罗、阿斯克勒庇俄斯、Hygieia和Panacea发誓，我向所有的神、所有的女神作证，根据我的能力和判断力，遵守以下誓言和协议。把教我这门手艺的人视为我的父母；与他共同生活，必要时与他分享我的财产；把他的孩子视为我的兄弟，教他们这门手艺；通过我的教导，我将把这门手艺的知识传给我自己的儿子和我老师的儿子，以及根据医疗法以契约和誓言约束的弟子，而不是其他人。我将根据我的能力和判断力，为我的病人开出好的疗程，绝不伤害任何人。如果有人问起，我不会给任何人提供致命的药物，也不会建议任何这样的建议；同样，我也不会给妇女提供必要的药物来导致流产。但我要保持我的生命和艺术的纯洁。我不会为石头开刀，即使是疾病明显的病人；我将把这种手术留给医生，即这种艺术的专家来做。在我来到的每间房子里，我将只为我的病人的利益而进入，使自己远离所有故意的恶行和所有诱惑，特别是远离与女人或男人的爱情快乐，不管他们是自由人还是奴隶。凡是我在从事我的职业或在与人的日常交易中可能了解到的，不应该向外传播的，我都会保守秘密，决不泄露出去。如果我忠实地遵守这个誓言，愿我享受我的生活，从事我的艺术，在任何时候都受到全人类的尊重；但如果我偏离或违反这个誓言，愿我的生活会发生逆转。最初的《希波克拉底誓言》可以分解为涵盖医生宣誓的12个不同领域；这些领域如下。[5] 第一个是与阿波罗神的盟约，他是治疗之神。大多数现代誓言都删除了这部分内容；然而，原文翻译为 "我向医生阿波罗发誓......"。第二个是对教师的承诺，这是以保证同事关系和财政支持来完成的。接下来是对学生的承诺，承诺教给那些宣誓的人。在 "对学生的承诺 "之后是 "对病人的承诺"，这是医生承诺使用他们的最佳能力和判断。第五个方面是适当的手段，即使用标准的 "饮食 "护理；这是使用既定和公认的做法来治疗他们的病人。接下来是适当的目的，说的是医生要做对病人最好的事情，而不是对医生最好的事情。第七个方面是 "对目的的限制"，它最初是在誓言中出现的，但被许多医学院省略了。誓言中的 "目的限制 "说，医生不会帮助妇女堕胎，如果被要求，医生不会施用致命的药物。这两点在现代社会引起了许多道德难题，堕胎在许多国家是合法的，监狱使用致命药物来处决犯人，而医生则是在使用致命药物。

**id 53**

diff和补丁的十分钟指南 状况一：你正试图从源代码编译一个软件包，你发现有人已经为你做了工作，稍微修改了一下，以便在你的系统上编译。他们把他们的工作作为一个 "补丁 "提供给你，但你不知道如何使用它。答案是，你可以用一个叫做 "补丁 "的命令行工具将补丁应用到原始源代码中。情况二：你已经下载了一个开源包的源代码，经过一个小时左右的小修改，你设法使它在你的系统上编译。你想把你的工作提供给其他程序员，或软件包的作者，而不需要重新发布整个修改后的软件包。现在，你需要创建一个自己的补丁，而你需要的工具是diff。这是一份关于diff和patch的快速指南，通过描述最常用的工具，在这些情况下可以帮助你。它告诉你足够的信息，可以马上开始使用。稍后，你可以在闲暇时使用man page来学习diff和patch的来龙去脉。用补丁打补丁 要对单个文件打补丁，请切换到该文件所在的目录，然后调用补丁：atch &lt; foo.patch 这些指令假定补丁是以统一格式分发的，其中标识了补丁应适用的文件。如果不是，你可以在命令行中指定文件：atch foo.txt &lt; bar.patch 将补丁应用于整个目录（可能是更常见的情况）是类似的，但你必须小心设置 "p级别"。这意味着，在补丁文件中，要打补丁的文件由路径名标识，现在这些文件位于你的电脑上，而不是创建补丁的电脑上，这些路径名可能不同。p级别指示补丁忽略部分路径名称，以便它能正确识别这些文件。大多数情况下，p级别为1会起作用，所以你可以用：atch -p1 &lt; baz.patch 你应该在运行这个命令之前，换到最高级别的源代码目录。如果p级别为1不能正确识别任何需要修补的文件，请检查修补文件中的文件名。如果你看到一个像/users/stephen/package/src/net/http.c这样的名字，而你正在一个包含net/http.c的目录下工作，请使用atch -p5 &lt; baz.patch 一般来说，每删除一个路径分隔符（斜线字符），就从路径的开头往上数一个，直到剩下的是一个存在于你工作目录的路径。你达到的数字就是p级。要删除一个补丁，使用-R标志，即atch -p5 -R &lt; baz.patch 用diff创建补丁 无论你是处理单个文件还是整个源文件目录，使用diff都很简单。要为单个文件创建补丁，请使用以下形式： diff -u original.c new.c &gt; original.patch 要为整个源代码树创建补丁，请复制该树： cp -R original new 在目录new/中做任何需要的修改。然后用下面的命令创建一个补丁： diff -rupN original/ new/ &gt; original.patch 这就是你开始使用diff和patch的全部需要。欲了解更多信息，请使用： man diff man patch 翻译 这篇文章已被翻译成以下语言并重新发布。

**id 54**

最近，伟大的安卓游戏明显涌现。除了LG Optimus 3D的一系列3D游戏和Xperia Play的第二波PS1经典游戏外，安卓市场上也有大量的游戏。安卓市场上也有大量的游戏；我们在此总结了四款最好的游戏，供您阅读和欣赏。请记住，Gameloft英国公司将在今天、明天和周日送出一款免费游戏；请留意Twitter（@Gameloft\_UK）和Facebook上的公告。如果说有一个周末适合你去玩你的安卓游戏，那就是这个周末。Apparatus Apparatus是一款基于物理学的益智游戏（是的，又是一个），你必须通过巧妙地放置木板和支撑物将弹珠从A地送到B地。这不是我们看到的第一个安卓物理'em up（或确实写过）。但我们喜欢清晰的3D图形和流畅的捏合缩放，这使你能够轻松地看到更大的画面，并近距离地检查更棘手的问题。我们会向任何人推荐这款游戏，因为它是一款非常灵活的益智游戏。但Apparatus真正令人惊奇的是它的沙盒功能。它允许你创建任何你能想到的复杂结构，进行模拟并将你的作品上传到社区区域。在这里，你可以和其他人的作品一较高下，比如mrshad0w的弹射器未解决的0.5版。游戏的前几个关卡几乎是作为教程和物理学的工作原理；它们也应该为你以后制作自己的Heath Robinson装置提供一些思考的素材。Apparatus》有一个免费版本，只是让你进入游戏。完整的付费版本为你提供了所有的沙盒乐趣。Apparatus现在正处于公开测试阶段，在此期间，付费版本--大约1.28--是半价。如果这听起来像你可以沉浸在几个小时的生活中的东西，现在是检查它的好时机。他们需要被喂养 与《仪器》不同，整个 "重力 "的概念在这里被抛出窗外。TNTBF是一个奇怪的小益智游戏，你要引导跳跃的小动物穿过各种平台，进入饥饿的野兽的嘴里--有点像更加食人的Cut The Rope。游戏的特点是 "360度 "重力，这意味着像 "向上和向下 "这样松散的概念是相对的，完全取决于你的小家伙站在哪个方向上。你可以绕着平台的边缘走，一直走下去也不会掉下来，这意味着有些跳跃需要特别好的时机。它类似于《移位》，但那款游戏的单色森林被换成了更加开放和多彩的环境。另外，Jake Almond的配乐也很吸引人--59便士的价格很便宜。Zenonia 3 Gamevil的Zenonia系列的最新作品现在在市场上，目前以令人敬畏的免费价格出售。和前两个版本一样，Zenonia 3是关于砍伐和收获经验值的。同样，游戏的画面也是来自于相同的素材。巨大的漫画风格的精灵与不可能的巨大武器，让人回想起《玛娜的秘密》和《Chrono Trigger》的辉煌时代。第一部游戏中的英雄Regret在一开始就出现了，作为新主人公的父亲。很高兴看到这些游戏之间的线性叙事发展，尽管故事是标准的；善与恶的力量之间的巨大的跨时代冲突和所有这些。超级钻头恐慌》采用了 "倾斜球 "的类型，并将其翻转过来--从字面上看。Orangepixel的《超级钻头恐慌》拥有有趣的NES式图形，让你扮演一个印第安纳-琼斯式的人，自然，他被一个巨大的滚动巨石追赶。你将你的安卓系统向左和向右倾斜，以落下缺口，沿途拾取硬币以获得额外的分数。有一个锤子可以让你通过平台砸下去--当你要被压扁的时候很方便。后来，随着滑动门和致命的激光的引入，事情变得更加棘手。

**id 55**

要包括一个以上的收件人，请用分号';'隔开每个电子邮件地址 收件人电子邮件： 收件人姓名。用电子邮件给自己发一份副本？评论。MVNOs将不得不等待4G饱和后才开始出现新的机会 2012年9月29日 各种类型的移动运营商都希望通过4G来为他们提供更多的服务，并从他们的用户中获得更多的收入。然而，对于MVNOs来说，4G可能带来的问题多于机会，George Malim写道。 虽然4G被广泛认为是移动运营商创造新收入和支持其用户数据容量需求的手段，但对于MVNOs来说，这是一把双刃剑。他们的业务基础是以批发价从运营商那里购买批发分钟数和数据容量，然后以零售价向用户转售这些数据。成功的MVNOs利用他们的品牌形象来吸引忠诚的客户，或针对特定的人口统计学，为市场的一个子集提供量身定做的产品。然而，第四代创造了一个新的市场，要求想要参与的MVNOs对其商业模式做出改变。4G意味着市场总体上将不再销售计量的语音分钟，语音本身将成为许多基于IP的数据应用之一。对于MVNO来说，利用批发数据包的成本和它们可以零售给客户的价格之间的差距的机会将大大减少。此外，为了与网络运营商竞争，他们将面临在其方案中捆绑越来越昂贵的设备的需要。"传统的MVNO，即使是在有近300家MVNO的欧洲范围内，也是基于这样的想法：只要有成熟和饱和的市场，就会有专业玩家根据年龄组或种族来应对市场。Tech Mahindra公司欧洲业务主管Guru Grewal说："成功是基于所涉及的利基市场，很少有成功者。"4G需要一个不同的游戏计划，有多种因素在起作用。为什么移动网络运营商会对MVNO占用其潜在收入的任何部分感兴趣？当你可以成为一个OTT并直接销售你的大部分产品时，为什么还要成为一个MVNO呢？有潜力，但我看到了某些障碍"。Grewal指出的第一个障碍是4G需要饱和的市场。"他解释说："如果你看一下新兴市场的传统MVNOs，需要有100%的饱和度，因为这就是出现差异化需求的地方。"4G的渗透或建立必须达到一定的阶段--可能是一两年后--才会饱和，对差异化的需求才会出现。"Cognatel的首席执行官Mark Ashdown也看到了这种限制。"如果你看一下成熟的MVNOs，我们看到了中期的机会--在几年后，甚至几年后。他说："在4G开始抓紧之前，还有很多时间。大型零售商 "今天既定的MVNO模式在很大程度上是2G的。民族MVNOs只提供语音和短信，但我们开始看到大型零售商在关注设备机会"。除了要等待市场上出现差异化的4G服务需求外，MVNOs还将不得不与不同的移动商业模式抗衡。"如果你考虑一下这个行业、4G和普遍向移动宽带和数据的发展，整个市场正在发生变化，而不仅仅是MVNOs，"Coleago咨询公司的董事Scott McKenzie说。"在未来的某个时间点，运营商和MVNO将不再销售分钟、短信和千兆字节的数据，而是转向销售千兆字节的数据流量。用户最终会购买数据包，并免费获得语音分钟和短信"。这将限制MVNOs可以销售的服务，随着消费者关注他们可以从运营商那里得到的设备和数据包，这种斗争只会变得更加激烈。"McKenzie补充说："尽管预付费产品仍然很重要，但世界将慢慢走向合同和设备补贴。"对于MVNOs来说，设备越来越重要，这成为一个问题。"Grewal认为MVNOs将发现几乎不可能提供功能齐全的智能手机。"一般来说，我没有看到一个可以覆盖设备成本的模式，"他说。"这似乎不太可能。"

**id 56**

捕获的思想 你知道当一个对人类和动物如何思考感兴趣的行为科学家与一个对想象力和意识的本质感兴趣的艺术家在一起时会发生什么吗？你有兴趣吗？尼基-克莱顿和克莱夫-威尔金斯在他们各自的学科领域有一生的经验。社会认为他们会是两极分化，但实际上他们比人们想象的更接近，正如最近他们在皇家学会的演讲中观众发现的那样。在 "想象力。尼基和克莱夫探讨了他们感兴趣的许多领域，这些领域是从他们对思考的主观经验的分析中发展出来的 [1] 。想象未来情景和重温过去经历的能力是人类的核心；它是我们所有人的工作，是我们的身份、我们是谁和我们如何思考的组成部分。他们认为，人类对导航有着根本的兴趣，这不仅用于外部探索地球，也用于内部。在我们内部有一个隐藏的罗盘，在空间和时间上为我们定位。几乎问任何人，这两个罗盘中哪一个最重要，他们可能会告诉你是外部罗盘，因为那是可以看到和测量运动的地方。然而，有一个相反的论点认为，我们有一个想象中的内部罗盘，描述了一个更大的景观，其中包括过去、现在和未来，所有这些都可以在同一时刻被访问，允许一个独特的点的方向。这使任何由此看到的景观变得更加清晰~如果4D规格可用，这可能就是他们所描述的世界!使用过去、现在和未来作为标志杆，并对它们的点进行三角定位，我们开发或允许自己找到一些可能的最有趣的地方。 凭借我们的想象力，我们可以创造新的场景，预测潜在的现实，那些可能会或可能不会实现的现实。这种想象力的过程既是不利的，也是机会主义的，是同等程度的。因为想象力会阻碍和扰乱记忆，同时也创造了可以并存的多种现实。尼基和克莱夫继续讨论了完全没有想象力是什么样子，并询问我们在动物界中是否是独一无二的，有能力在精神上进行时间旅行。在成为某一特定学科（艺术或科学）的专家时，人们可能会争辩说，这太容易让人忽视大局了。我们知道它是如何运作的。在导航方面，我们中的许多人采取相同的路线穿过我们为自己设计的城市，无论是字面还是隐喻。我们忘记了我们可能知道的其他路线，从来没有质疑过可能有其他我们还没有想到的路线和我们没有考虑过的交通方式，或者是太懒了，或者是太害怕发明了。我们很容易忘记，我们都有非常相似的机制来观察我们的世界。无论我们的学科是什么，我们不是都有相同的地图来观察和区分我们周围的现实吗？这些方面是人类大脑的基本特征。与外星思想分享这些现实的机会是迷人的。即使在艺术家与科学家交谈的安全管辖范围内，也有许多新的东西可以发现，正如尼基和克莱夫所意识到的那样。从本质上讲，他们对思维的基本特征非常着迷，并制定了一系列的六次谈话，探索人类和动物的认知能力。他们使用各种技术来提供对思维如何运作和演变的洞察力。这些讲座包括：自我、改变的自我、社会的自我、透视和元认知。通过整合科学和艺术，尼基和克莱夫正在探索新的思维方式和分析方法，以寻求对囊括我们人类的认知和意识过程的更好理解~希望能照亮《捕获的思想》。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\\...尼基-克莱顿是剑桥大学心理学系的比较认知学教授，也是兰伯特舞蹈团的驻团科学家。克莱夫-威尔金斯是一位生活在英国的创意作家、美术家、表演者和教师。他们对阿根廷探戈有着共同的热情。关于不定期刊物 奥卡姆打字机不定期刊物是一个供客座博主写作的地方。这些作家中的一些人可能会在一段时间内拥有自己的博客；另一些人可能只是被邀请（或他们要求）来写博客。

**id 57**

相关标签 查看 菲拉德尔菲亚（CBS） -- 在2011年赛季的某个时候，我放弃了德桑-杰克逊。如果老鹰队本赛季迄今为止的两场比赛能说明问题的话，我犯了一个很大的错误。杰克逊的数据很好，在对布朗队和乌鸦队的比赛中，他接了11次球，跑了191码。但这不仅仅是他的数据，而是他是如何得到这些数据的。六英尺高（他们说），178磅（是的，没错）的杰克逊，已经为第一次进攻做出了艰难的接球，在中间，以及最令人印象深刻的，从迈克-维克沿边线的48码炸弹，杰克逊俯身接球，很清楚他将在之后被钻。这不仅仅是杰克逊尽可能地跑得远，尽可能地快，希望从他的防守者身边穿过。这些都是艰难的接球，艰难的码数，而我没有想到任何这一点。在杰克逊不理想的2011年，我们没有看到任何这些东西。他承认，他的合同情况进入了他的头脑，他担心他可能会受伤。但他有了新合同，他将成为一个全新的德肖恩。我对这些都不相信。我认为合同问题是一个方便的借口，而杰克逊在一年内第二次发生脑震荡后，就不再是原来的他了。当邓塔-罗宾逊把杰克逊打到下周时，我们曾经认识的那个德肖恩就消失了。我想，一旦他再次受到重创，他将再次变得厌恶接触，并再次失去效力。我想，"在美国国家橄榄球联盟中，总是有一份合同需要担心，"我想。一旦这笔交易完成了，杰克逊的心思就会转移到下一笔交易上。我大错特错了。杰克逊一直是个改变游戏规则的人，也许已经准备好成为我们所见过的最好的杰克逊。这种速度可以在场上直线冲过角卫，在中间有空间的情况下会更加致命。当然，我们不能确定明年，或下个月，甚至是下周。他仍然会炫耀，也许会在触地得分后做一些愚蠢的事情。而且我仍然认为他最好现在就远离推特（出自我的口，这是很有道理的）。这些事情也是使他变得伟大的个性的一部分。德肖恩-杰克逊正在使我成为一个信徒，我很高兴看到他能有多好。

**id 58**

正义没有得到伸张 导读：读过我们上期杂志的读者会记得戴安-弗莱明的悲惨故事，她目前正因她没有犯下的罪行而在美国监狱服无期徒刑。对于那些第一次阅读我们杂志的人来说，戴安的丈夫查克-弗莱明在不知情的情况下饮用了含有阿斯巴甜的软饮料。尸检报告的结论是，查克死于甲醇中毒。弗吉尼亚州的检察官指控他的妻子黛安用挡风玻璃清洗液毒死他，所依据的只是微弱的间接证据。审判是最不寻常的，只用了两天时间就将她定罪，许多问题都没有得到解答，为黛安辩护的证据也没有很好地呈现给陪审团。为了争取公众对Diane获释的支持，Namaste杂志将发表另一篇关于Diane的文章，这是Diane亲密和忠诚的朋友Betty Rickmond写的个人陈述。贝蒂掌握了围绕着这一司法悲剧的关键细节。 作者：Namaste团队 作者：Betty P. Rickmond 当我读完John Grisham的 "The Innocent Man "时，我很受启发；不仅因为它是一个真实的故事；它让我们都意识到在我们的司法系统中可能发生的 "幕后 "事情！我们都被引导相信我们的司法系统是有价值的。我们都被引导去相信我们的司法系统是值得信任和接受的。在过去的五年里，我开始怀疑了！这本书真的 "击中要害"，因为我们的司法系统是值得信赖的。这本书真的 "击中要害"，因为在我打字的时候，我/我们的一位亲爱的朋友和教友正坐在弗吉尼亚州特洛伊的Fluvanna教养中心；她被认定犯有一级谋杀罪，被指控在她丈夫的佳得乐中掺入甲醇，据说是 "挡风玻璃清洗液"；他们（侦探）在她家里发现的唯一东西有任何甲醇的痕迹；而且瓶子的密封没有被打破，"完整 "的挡风玻璃清洗液瓶子还在车库的架子上。让我从2000年6月11日星期天开始说起。这个典型的周日早晨，戴安-弗莱明和她18岁的儿子杰夫、7岁的女儿米根一起离开家，去参加主日学和主日学感恩仪式。她的丈夫查尔斯（Chuck）和24岁的大儿子查克（Chuckie）随后赶来参加上午11点的礼拜。礼拜结束后，黛安、查克、杰夫和米根前往当地的好市多购买一种名为 "肌酸 "的增肌产品，因为查克想把这种物质加入他6个月前开始的 "健美 "计划中。他还在尝试使用 "Ripped Fuel"（含有麻黄），他还服用了一些治疗各种疾病的处方。此外，查克-弗莱明每天喝8到10杯减肥饮料，这是他的主要液体来源；这包括每晚用减肥雪碧混合他的波旁威士忌饮料。许多人，包括我/我们都不知道摄入阿斯巴甜（减肥饮料中的甜味剂）的危险性。可乐公司甚至承认，阿斯巴甜在86度或更高的温度下会分解成甲醇。黛安按箱购买了减肥可乐，存放在车库里，因为查克坚持要在每天下午下班回家之前把冰箱里的饮料放满。回到周日下午，好市多没有出售肌酸，所以黛安去了当地的GNC购买了肌酸。他们确实在好市多购买了一箱佳得乐，因为查克不想将肌酸与水（他很少喝）或果汁（他从不喝）混合。摄取肌酸时，你必须饮用大量的水。肌酸将你体内的水拉到你的肌肉中，因此可以增强你的肌肉。但是，你必须补充系统中的水！查克-弗莱明没有这样做。查克-弗莱明没有这样做!当黛安带着这瓶肌酸回到家时，她和查克将一瓶佳得乐与1-1.5大匙的肌酸混合在一起；说明书上写的是 "茶匙"，但查克看错了缩写，因此，这瓶肌酸的用量是推荐量的三倍。黛安后来意识到了这个错误，并向查克提到了这个问题；他的回答是 "多多益善"!查克-弗莱明不知道

**id 59**

你想知道过去一周所有最好的科技信息，但你又不想去寻找它，对吗？不要害怕。我们已经在矩阵中找到了过去7天中最酷、最怪异、最有趣的小事。快来看看吧。卡莱布-丹尼森。对不起，伍迪-哈里森，这个 "Twinkie的事情 "已经结束了 我不羞于承认，在几个深夜，酒精引起的小吃袭击中，我对当地7-11的Hostess货架进行了全面的攻击。有时，你必须要吃甜食，我对面包屑甜甜圈情有独钟。但Twinkies、Ho-Hos、Ding Dongs、Sno balls和Wonder Bread可能很快就会成为遥远的记忆，因为Hostess最近宣布它将永远关闭其大门并出售其资产。对此，我想说的是：走得好。霍斯提斯将面包师工会的罢工作为其被迫结束的原因，但我认为我们都知道事情不只如此。销售额的下降和堆积如山的债务已经迫使该公司两次申请破产，最近一次是在今年1月。也许，只是也许，人们已经开始意识到，一个有37种不同成分的150卡路里的零食不值得你从它那里得到30秒的口腔兴奋感。还有神奇面包？还能有比这更悲惨的三明治画布吗？我的花园里有更多的石头，有更多的营养价值。因此，虽然我会怀念在午夜时分沉迷于各种零食蛋糕的日子，但我也庆祝这一事实，即商店货架上很快就会有更多无价值的食品来嘲弄我们这些缺乏足够自我克制力的人，把垃圾食品的消费限制在偶尔的享受中。为了纪念一个已经去世的美国偶像，我向你提交以下与Twinkie有关的片段，这些片段来自我最喜欢的一部僵尸电影（由于语言问题，NSFW）。RIP Twinkie。安德鲁-库茨。有史以来最伟大的餐厅评论？你读过《纽约时报》美食评论家皮特-威尔斯对名厨盖-费里的美国厨房和酒吧的野蛮评论吗？也许你在你的推特上看到了这个链接无休止的出现？没有吗？你这周有没有费心去看网络上的任何东西？或者，也许餐厅评论并不是你的菜品？或者你听到那个老好人盖伊在 "今日 "节目中为此大发雷霆，然后对自己说："《纽约时报》只是一个浮夸的、非美国式的、自由主义的垃圾，我不支持！"？因为，如果是这样的话，也许现在是一个很好的时间来冷静下来，给威尔斯的杰作读一读。阿米尔-伊利亚法尔大脑控制的直升机终于来了 虽然不乏帮助我们从A点到B点（偶尔是C点）的交通工具，但当涉及到驾驶这些交通工具时，无论是汽车、自行车、飞机、船等等，技术确实只提供了一种手段：用我们的手。但是，如果你能控制，比如说，一架直升机，只用你的大脑中的电子来控制呢？很他妈酷是吧？好吧，看起来Kickstarter为Puzzlebox脑控直升机这一形式的另一项了不起的发明提供了平台。这是正确的 -- 大脑控制的!这个可爱的玩具/小工具，包括一个NeuroSky MindWave移动EEG耳机、遥控器和直升机本身的金字塔底座。用户只需选择一条飞行路线，戴上耳机，然后引导那些脑电波，而内置软件会分析你的注意力水平，并相应地导航直升机。如果这不是令人敬畏的极客，我不知道什么才是。詹妮弗-伯根："今天是感恩节 "是新的 "星期五"，既可怕又美好 有数百首圣诞歌曲--其中许多已经开始每年入侵我们的电波--但庆祝一年中最受欢迎的节日之一感恩节的歌曲在哪里？值得庆幸的是，12岁的妮可-韦斯特布鲁克正在帮助填补这一空白。威斯布鲁克的 "这是感恩节 "视频的观看次数超过800万次，已经成为病毒式传播。威斯布鲁克是在帕特里斯-威尔逊的帮助下开始的。

**id 60**

尽管其他几个小群体中的一些生物也很有资格获得这一称号，但海绵被广泛认为是最简单的动物，而且是有理由的（Barnes和Harrison，1991）。虽然很想把这种简单的生物体视为某种失败，但这种否定更多的是基于傲慢而不是事实。在某种程度上，在其特定的栖息地内，所有的生物都必须能够完成相同类型的任务或克服相同种类的具体问题。学习各种生物体完成这些相同任务的不同方式，在一个非常真实的意义上，就是生物学的科学。虽然海绵在几乎所有的属性上都非常不同，但本专栏的读者和他们水族箱中的任何海绵都必须执行相同的生命基本任务。它们必须获得营养或食物。没有食物，生命就会停止。所有其他的任务对这个任务来说是次要的。它们必须摆脱废物。所有生物体都会产生有毒的代谢副产品，我们称之为 "废物"。科学家们认为废物具体是指蛋白质代谢的副产品。由于某些原因，没有动物能够提取或利用氮和氢之间的化学键（N-H键）中的能量。蛋白质代谢产生的主要废物是氨，NH 3，它除了含有三个无用的N-H键外，还具有高度的活性和特殊的毒性。作为一个顺序，从动物的肛门（或其他此类结构......）出来的是未消化的食物，通常被细菌部分加工。虽然不是特别 "美味"，但这些东西一般也没有特别的毒性。它们必须避免成为其他一些生物体的食物。生物体如何避免被捕食，往往是其自然历史的一个决定性因素。它们必须移动；实际上所有的东西，包括无柄动物和植物，都必须移动。如果完美的生物体从不移动，最终会因为它的位置而发生一些事情，它就会死亡。它们必须感知并对其环境做出反应。从它的角度来看，一个有机体的环境是由它的感觉输入来定义的。这些感官可能与我们自己的感官有很大的不同。这似乎是老生常谈，但水族学家 - 和科学家 - 经常忽略了生物体感知到的环境可能与我们感知到的环境非常不同。这个事实对水族爱好者来说是多么的重要，怎么强调都不为过。当爱好者获得一个新的动物时，他们很少尝试考虑到它会从环境中感受到什么，因此它在新家会需要什么。人类是真正由我们的视觉所决定的动物。我们用视觉来思考所有的事情；甚至盲人都会说："明天见"。作为视觉 "定义 "的终极生物，任何人都很难感知和联系到一个主要通过使用化学感觉来感知其环境的生物体。不幸的是，水族爱好者的这种失败往往导致问题的出现。最后，它们必须进行繁殖。繁殖可以通过有性或无性的方式进行，但以这样或那样的形式，它必须发生。解决这些问题的方式因生物体而异，这种 "解决方案 "的总和对每个生物体来说是独一无二的。这些解决方案定义和描述了生物体，但对爱好者来说更重要的是，它们为这些动物的饲养提供了一个蓝图。第一个过滤器 通过使用 "分子钟"，已经可以大致推断出在地球上的生命进化史上，我们可能称之为动物的第一个生物体出现的时间。这个相当重要的事件可能发生在8亿至1亿年前的某个时候。这些是小型生物，没有留下化石，因此对其形态的任何讨论主要是猜测。然而，有一点是明确的：它们无法通过光合作用制造自己的食物。这种缺乏光合作用的情况是作为动物的主要标志。为了获得营养，第一批动物不得不吃其他生物体，如细菌，或吃其他生物体的副产品，如糖、粘液或它们的尸体。当然，其他生物体比动物更早，而其中最发达的可能是类似动物的原生动物。虽然 "原生动物 "这个名字让人联想到原始的 "动物 "生命，但事实上，这些生物，如阿莫尔虫

**id 61**

这将是一个紧密的配合，尽管如此，他们将适合，我建议买一个更大的箱子，但这取决于你。还有，为什么是670而不是微星PE 670？微星Power Edition架构将超频潜力提升了22.5% 微星GTX 670 Power Edition显卡是基于微星Power Edition架构。Afterburner的Triple Overvoltage允许调整GPU、内存和PLL（Aux）的电压。增强型PWM设计提供比参考设计多25%的电流，确保超频时的高稳定性。专利的螺旋桨叶片技术比传统风扇多提供20%的空气流量，并增加有效的冷却面积。当与双8厘米温控风扇、SuperPipe技术和镀镍铜底座相结合时，温度可有效降低20C，噪音降低11.7dB!微星的GTX670动力版使用了来自微星闪电的著名的Twin Frozr IV冷却器，并且开箱就有很大的时钟速度提升，使其默认时钟速度甚至高于GTX680的库存时钟。微星要求他们的卡溢价30美元，考虑到改进的冷却和更高的时钟，这看起来并不合理。当你考虑到目前的回扣时，我认为这是目前最好的购买。在提出问题之前，你可以使用位于本网站页面顶部的搜索栏来搜索现有的答案。在写问题时，请尽可能详细，以获得最佳结果。

**id 62**

向劳埃德-沙普利和阿尔文-罗斯颁发诺贝尔经济学纪念奖是早该进行的。沙普利先生本应与约翰-纳什等人分享1994年的奖项，而罗斯先生近年来一直是主要的竞争者。这个选择特别好，因为经济学家已经养成了一些坏习惯，而罗斯先生的榜样可能有助于打破这些习惯。沙普利先生是合作博弈论的关键人物之一，几十年来，合作博弈论看起来既抽象又无意义，是常规博弈论的可怜之处。然而，在一个用电脑拍卖来授予资产或合同的世界里，合作博弈理论终于开始发挥其作用。沙普利先生为厚厚的无用思想目录增添了新的一页，而这些无用思想最终都被证明是有用的。相比之下，罗斯先生的想法的实际应用从未受到怀疑。在Shapley先生和David Gale的工作基础上，Roth先生设计了用于匹配事物的算法。盖尔先生和沙普利先生考虑了一个异想天开的问题：如何设计一个集中的系统来分配丈夫和妻子，使之不存在相互想要私奔的男女组合的可能性。罗斯先生发展了这一理论，但他也将其付诸实践，将医学生分配到教学医院，将儿童分配到学校。在这一过程中，他解决了一些困难，如一些成对的医学生是已婚夫妇，想住在同一个城市。最著名的是，他是一个设计肾脏交换的团队的成员。如果一个肾脏衰竭的人有一个愿意捐赠的人，但不是生理上的匹配，罗斯先生的肾脏交换就会找到另一对情况类似的人--或者不管有多少对，都能为每个人找到一个兼容的器官。罗斯先生的工作是聪明而有用的，但他在其他方面也是他的经济学家同行的榜样。当其他人争论买卖器官应该合法时，罗斯先生试图理解为什么我们觉得这种交易令人反感，并设计了一个实用的替代方案。他还主张对经济学采取工程方法：他关于匹配的想法不是简单地证明某事可以或不可以做，而是提出更模糊的问题，如 "这在大多数情况下是否可行？"或 "这是否是我们能得到的最好结果？"最重要的是，罗斯先生明白，如果你在真实世界的环境中测试理论，理论将得到改善。世界本身也可能如此。

**id 63**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，您的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。 {"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "显示可用性和运输细节", "shippingError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格:", "两项的价格:", "三项的价格:"], "预购":["预购此商品", "预购两项商品", "预购三项商品"]}}.是声音问题还是笑话内容问题？无论怎样，这都是一张滑稽的CD。他的讲话的死板性质将令人难以置信的简单笑话变成了你所听到的最新鲜、最有趣的材料。我第一次买这盘磁带是在近十年前，当时我笑得歇斯底里。现在，十年过去了，这些材料仍然像以前一样相关和有趣。好的喜剧的关键是使材料与观众相关，通过讨论每个人都能理解的主题。史蒂文-赖特找到了一种方法，用一些你所听到的最离奇的主题（即沙漠中的电梯、大脑中的毒藤、他公寓中的小马）来做到这一点--同时让你觉得 "这太简单了--为什么我没有想到？"除了一些性方面的内容（没有明确的内容）--材料是非常干净的。完全没有脏话!这不是那种你只听一次，然后放在一边忘记的喜剧CD。有这么多的笑话，你不可能记住所有的笑话--所以每一次听都几乎和第一次一样。这张CD是非常值得购买的。"瑞秋的大脑上长了毒藤。她唯一能抓到它的办法就是想着用砂纸。""我买了一些电池，但不包括它们。""我把车停在了拖车区，当我回来时，整个区域都不见了。""我丢了一个扣眼。""现在我同时有失忆症和似曾相识的感觉。""我有一个巨大的海贝壳收藏。我把它散落在世界各地的海滩上。也许你见过它。""我想在全身纹上我自己的图案，只是高了一英寸。""但招牌上写着'24小时营业'。""不是连着的。""你知道当你在椅子上向后靠，然后你向后靠得很远，你只是用两条腿站着，然后你只靠了一点点，你几乎摔倒，但在最后一分钟你抓住了自己？我一直都有这种感觉。"IMPORT？这在美国已经不能买到了!然而，亚当-桑德勒是一个巨大的明星......还有一件事：为什么亚马逊在CD/磁带部分没有一个 "喜剧 "类别？史蒂文-莱特的喜剧是如此脑洞大开，任何有额叶的人都应该欣赏它。其经典笑话包括："上周我把去污剂洒在我的狗身上.....。现在我找不到它了 "和 "我有能力让鸟儿昏迷......但没有人在乎"，听众半径内的每个人都应该在地上滚动。史蒂文-赖特是一个死板的大师，没有人会超越他的能力。对于任何喜欢笑的人来说，这确实是一张完美的专辑。

**id 64**

木偶主题公园。重新想象LittleBigPlanet 从视频游戏到漫画，许多艺术家发现自己的任务是找到发展已建立的特许经营权的方法，这在处理标志性的视觉风格时可能特别棘手。为了了解如何做到这一点，我们采访了United Front Games的艺术总监Greg Juby，了解LittleBigPlanet Karting背后的创意团队是如何从Media Molecule开始制作大受欢迎的LittleBigPlanet系列。-------- LittleBigPlanet系列以具有引人注目的视觉风格而闻名，看起来很简单。创造出有效地混合了简单和风格的艺术的诀窍是什么？这真的很有欺骗性。 当我第一次接触这个项目时，作为一个LittleBigPlanet的忠实粉丝，我很兴奋，但我不确定这里面是否有足够的挑战。 我的意思是，LBP游戏有最令人惊叹的艺术指导，但我觉得困难的工作已经完成了。我错了。我认为LBP的美丽简洁来自于它精心挑选的参考点。LBP的每个主题都只选取了几个关键的想法（有时看起来是相反的），然后把它们扔进搅拌机。但不能超过几个，太多了就成了一堆东西。 Media Molecule的艺术总监Kareem Ettouney总是说，是混搭，不是混搭-------- -------- 在将LBP标志性的2D木偶美学复制到3D空间时，你们面临什么样的挑战？LittleBigPlanet Karting是由大约一半熟悉的LBP主题和一半我们为这个游戏想出来的新主题组成的。 对于熟悉的主题，我们知道最大的 "惊喜 "是看到其他游戏中熟悉的关卡风格，然后在3D中开车通过它。但问题就在这里。整个LBP美学就是木偶剧；一切都挂在这上面。它的基础是在一个浅显的舞台上讲述一个故事。那么，当你试图在一个宽阔的空间里拥有同样的审美时会发生什么？你会失败得很厉害。首先，我们试图使用所有的3D物体，但这不是LBP。我们发现，2D道具是外观和感觉的关键。最终，我们为我们的新环境重新调整了核心的视觉声明：如果LBP是一个木偶剧院，那么LBPK就是一个木偶主题公园，因为一个主题公园的游乐设施实际上就是一个你开车经过的舞台表演。这最终为我们做出的很多决定提供了参考，尤其是围绕着关卡的舞台设计。你们是如何平衡LBP的既定概念和你们自己的独特想法的？当涉及到创建我们自己的主题时，挑战甚至更加艰巨。 我们的目标是创造出明确无误的LBP的东西，这太疯狂了当你玩LBP1或2的时候，你会发现自己在说："他们是怎么想出来的！"乍一看，这一切都显得很随意，但同时又都很合拍。 它是连贯的，也是有效的。 我花了大量的时间来解构LBP的视觉设计，但幸运的是我有一些帮助。我非常高兴与Kareem Ettouney合作，他为我分解了LBP视觉风格的元素。LBP中的许多主题都可以追溯到一个核心思想，即一个强大的身份是由巧妙的并置创造出来的。 再多的话，就会很快变成浆糊。我们的新主题也遵循了这一想法；我们从各种能够提供有趣背景的环境开始，然后从那里扩展。我们将一个主题设定在70年代的夜总会，并将那个时代的图形设计和乐器元素结合起来，创造了一个名为 "太空低音 "的太空朋克主题。另一个主题被称为 "进步商店"，设置在1950年代的厨房里，玩的是中世纪对未来的憧憬，但却没有发生。我们将50年代的广告和世界博览会的乐观主义的视觉效果与当时厨房里的物品和材料的现实并列。一旦这些主题被确定下来，就会很快明白一个想法是否能在背景中发挥作用，或者是否应该被抛弃。-------- 你的团队是如何处理Sackboy从一个用户定义的角色到一个新的驾驶角色的转变的？最大的挑战是与Sackboy在他的新角色--卡丁车司机--的工作中。 我们已经习惯了从侧面或面对我们看到他，全身

**id 65**

UCI世界巡回赛。秘密积分系统解释 星期二, 13 十一月 2012 赢得一场比赛是令人高兴的，往往是个人和团队感到非常满意的时刻。但是，较差的名次也很重要，这不仅仅是为了骄傲，也是为了积分。最近，国际自行车联盟的积分系统在这项运动的问题上受到了很多指责。失业的车手们感叹没有安全感的车队急于求成，不知道自己在职业自行车赛中的地位，有人说积分制是对使用兴奋剂的一种鼓励，而公路自行车赛之外的一些人对积分的评价如此之高，以至于他们也想得到它。但是，如果这些都是错的呢？让我们来看看一个车队的积分是如何计算的，以便获得参加世界巡回赛的资格。这听起来可能是一个枯燥的技术性话题，但它是今天这项运动的基础。而且完全被误解了。积分俱乐部的第一条规则 忘记UCI的排名。积分的积累和UCI网站上公布的排名并不是用来为一个车队的职业车队执照打分的，也就是自动进入所有世界巡回赛的位置。它们之间通常有关联，但并不一样。车队的排名是根据一个不同的衡量标准，称为体育价值。忘记UCI的排名。体育价值 你听说过 "体育价值 "这个词吗？它是一个术语，用来定义一支球队在UCI内部系统中的排名，以判断一支球队是否从世界巡回赛（自行车运动的第一级别）或职业大陆赛（第二级别）中降级或晋升。与大多数体育项目不同的是，最弱的球队被降级，最强的球队被提升，这是根据明显和可见的排名--如联赛表--UCI的公开排名不是判断球队的基础。相反，体育价值使用秘密的内部积分系统对球队进行升级和降级排名。这是不公开的。什么是体育价值？它不是公平竞争中的体育，而是用来描述由于在比赛中取得好成绩而赢得的积分。只需阅读UCI的巨大规则手册，相信我，没有任何解释。车队获得许可的标准有四个：行政、道德、财务和体育。唯一提到的体育价值是 "根据UCI职业自行车委员会批准的积分标准计算"。但这一标准并没有解释。我们知道环湖赛或米兰-圣雷莫赛的冠军在UCI排名中赢得了多少分，但用于 "体育价值 "的积分标准又是不一样的。这很奇怪，因为从归纳的角度来看，自动获得环法自行车赛的资格往往是赞助商最重要的一点，因此即使是那些为这项运动投入数百万的人也无法看到白纸黑字的要求。它是如何运作的 2013年注册职业车队的最后期限已经过去，它早在10月20日。在这个日期之前，每个时间段都提交了他们的续约申请。当计算一个团队的体育价值时，使用2013年合同中的骑手的积分。这意味着该系统是前瞻性的，一个失去明星车手的团队不会因为过去的成绩而获得资格。相反，重要的是它为未来一年所签署的车手的积分增加。前12名 如果你已经知道这是基于来年的团队，那么接下来最重要的事情是，UCI看的是团队中最好的12名骑手。因此，12名积分最多的车手的积分算作体育价值。车手积分的累积被混乱地称为 "个人价值"，因为它是个人积分的总和。以前是15名车手，但现在从2013年起降至12名。这一减少是至关重要的，因为它意味着车队只需要考虑12名车手和他们的积分。因此，在一个可以雇佣多达30名车手的车队中，只有十几名车手的积分，这意味着车队可以拥有大量的多面手，而他们之间没有任何积分。只有最好的12名骑手才能带来体育价值。积分意味着波斯人的资格赛 所有的UCI比赛都有资格，但积分是加权的。例如，2.HC赛段的获胜者在任何地方的比赛中都会获得相同数量的UCI排名积分。但是对于团队价值的计算，与UCI亚洲巡回赛相比，UCI欧洲巡回赛的比赛所占的权重更大。

**id 66**

你不需要有一个Paypal账户来使用这项服务。只需点击现在支付按钮，寻找它说："没有贝宝账户？使用您的信用卡或银行账户（如有）"，然后点击旁边的 "继续 "链接。埃里克-利德尔中心不会将您的信息传递给非关联公司。我们遵守《1998年数据保护法》。有关埃里克-利德尔中心使用个人数据的信息可从以下地址获得：15 Morningside Road, Edinburgh, EH10 4DP 会员的权利和责任 被接纳为会员的人将被期望维护协会的宗旨，即作为基督教见证的一种表达方式，促进当地社区的福利。付费会员有权利出席年度大会并投票。召开特别大会（这需要至少20名成员）。每个会员同意在协会清算时支付不超过1美元的款项。关于会员权利的完整描述载于我们的章程（协会备忘录和章程），可在此下载。注：当你的申请被批准后，会员证书将被寄给你。所有新的会员申请都必须得到董事会的批准。董事会定期开会。 从申请到收到证书可能需要6周的时间，但我们会在收到你的付款后立即发送收据。本网站使用cookies来收集网站使用情况的匿名统计数据。它们对于网站某些功能的正确运行也是必不可少的。欲了解更多信息，请参阅埃里克-利德尔网站使用的cookies。您继续使用本网站意味着您已同意使用cookies。

**id 67**

如果我在XRD之前不知道我的样品的确切成分怎么办？由于XRD数据分析的复杂性，您的样品的化学成分必须是已知的，以便准确地指出您的样品中存在的相。这一信息可以与您的样品一起提供；否则将用XRF对您的部分样品进行半定量分析，以确定批量成分。如果这是必要的，你也将被收取与此测试相关的费用。我可以调查什么样的样品？任何结晶性的东西。XRD可以区分不同的矿物，即使它们的成分是相同的，提供其他分析（如XRF）所不能显示的晶体结构信息。例如，XRD可以识别矿物相或粘土矿物，以及工业过程中的产物，如锅炉水垢、腐蚀产物和石棉矿物。为了准确识别结晶相，它们必须至少占到样品的2%左右。我需要提供多少样品？样品的准备有两种方式。如果有足够的样品，则将至少1克干燥的、细碎的粉末装入支架。如果只有很少的样品，那么可以将少量的样品与水混合并涂抹在玻璃片上。我的毕业论文或论文所需的XRD设备详情是什么？AAC拥有一台西门子D5000衍射仪（XRD）theta-2 theta测角仪，配有铜阳极X射线管、固定狭缝、单色仪和40个位置的样品更换器。DiffracPlus带有搜索/匹配选项，用于收集和分析衍射数据。定量XRD分析使用DQUANT或SIROQUANT进行，取决于可用的材料和标准。我可以拿回我的样品并用于其他方面吗？XRD是一种非破坏性的方法。已经准备好作为装片的材料可以很容易地从支架上取下并归还。XRD需要多长时间？这取决于您希望评估的角速度，以及每个步骤的步长和停留时间。如果没有特殊要求，那么样品通常使用一般的扫描（1.3 2?到65 2?，每步0.02 2?，每步2.4秒），这大约需要两个小时。我可以做粘土分析吗？粘土分离所需的设备可以提供，加热炉和乙二醇室也可以提供。准备工作可以由客户或工作人员进行（样品准备时间将按小时收费）。XRD和XRF之间的区别是什么？XRD可以确定样品中矿物种类的存在和数量，以及识别相。XRF将提供样品化学成分的细节，但不会指出样品中存在哪些相。XRD能够识别所有的矿物相吗？由于浓度较低或峰值重叠，有时可能难以识别矿物相。如果出现重叠，那么参考成分数据可能会使解释成为可能。如果样品的结晶性差，无定形物质含量高，也会妨碍鉴定。在某些情况下，区分高温和低温的变体以及固溶体矿物（如斜长石）也会带来挑战。XRF代表什么，它是如何工作的？XRF是X-射线荧光的缩写。当样品中的原子被X射线管产生的X射线轰击时，电子从内壳中被移除或弹出。来自原子外壳的电子下降以填补空缺位置，并使原子回到更稳定的基态。当这种情况发生时，会产生能量，其中一些是以X射线的形式出现。每种元素都有自己独特的X射线特征，这意味着从样品中发射的X射线可以提供关于样品的定性和定量的成分信息。我可以用XRF分析什么样的样品？在AAC，我们主要分析地质样品，以确定主要和微量元素组成。其他经常处理的样品类型包括工业过程或炼油厂的产品或残留物。我可以在XRF上做哪些类型的分析？根据你的要求和你的样品特性，定性和定量测试都可以做。对于定量的主要元素分析，样品必须符合我们目前提供的校准范围。Calibra

**id 68**

第一次来爱丁堡 - 我的愿望清单中缺少什么？你好，Yelpers!我已经潜伏在你们的对话和评论中一段时间了，以适应你们这个美妙的城市（我也在读沃尔特-司各特爵士的《中洛奇亚之心》，目的是一样的）。在这几天里，我列出了一些 "必须做的事!(如果可能的话）"的选项。我不得不承认，这不是一个非常有创意的清单，但由于这将是我第一次访问爱丁堡，我可以应付。）我将于明年四月到达那里，逗留一周，并计划进行一些登山（Arthut's Seat和Castle-Calton以及Corstorphine Hill）、散步（Water of Leith、Holyrood Park、Duddingston village、Portobello）、参观（National Galleries、Museum of Scotland、Botanic Garden、Walled Garden in Corstorphine）、表演（Dominion Cinema和一些Gig或Theater，根据那段时间的舞台安排）、旅游（Hairy Coo快速体验高地）和饮食。最后一个问题，事情变得相当复杂，因为爱丁堡提供了广泛的机会。当然，我已经首先阅读了你关于苏格兰传统食物的评论。我在这里也列出了一些 "必须尝试"，为每个 "必须 "选择一些首选的地方。今天看来是这样的。咖啡（Artisan's Roast），粥（Farmer's Market），苏格兰早餐（Auld Hoose），羊杂碎（MUMS），汤（Union of Genius），周日烤肉（Orchard-MUMS-Antiquary Bar），Aberdeen Angus（），Mussels and Clams（Fishers in the city）。肉馅饼（PieMaker），炸鱼薯条（Pierino's），啤酒（Brewdog Bar） 由于我将独自旅行，我的搜索重点是酒吧或悠闲的餐厅（我的衣服将是舒适和休闲的风格），同时不忘市场。我仍然想念我的阿伯丁安格斯牛排的场地，但主要是你关于不同选择的提示，以包括在列表中:)。当然，这份清单只是我在出发前几个月对旅行的一种乐趣。抵达爱丁堡后，我准备根据感觉、地点......和当时的天气，改变每一句话。）谢谢你的帮助，谢谢你耐心地读到这里。来自意大利的问候!非常感谢，克劳迪娅和苏珊!Brew Lab和Mimi's都已被添加到我的名单中 :)我对蛋糕很上瘾，本来想顺着气味走出商店，找一个好地方，但看了你们热情的建议（和查看他们的网站），我一定会去拜访他们。我还把玫瑰叶包括在内，作为另一份早餐，但我希望他们能提供 "简单的阴"，因为伟大的阴看起来对我来说太多。再次感谢您的友好回复，再见如果你愿意离开爱丁堡几个小时，值得坐火车到南昆斯费里去看福斯桥的夜景！那里有几家不错的地方（比如说，有的地方可以让你的孩子们玩耍）。有几个不错的地方（包括http://www.oroccopier.co......）可以在回去之前吃点东西。: )希望你有一个愉快的旅行!你好，亚历克斯。McKirdy's在我看来是一种挑战，,,我总是喜欢挑战 :)我认为这是一个挑战，因为它在Yelp上没有达到3颗星，在 "List "上也没有超过1颗星，但在Trip Advisor上却有很好的定位，所以我会让你知道我个人的评价的。谢谢你的建议!:)再次问好，苏珊。眺望福斯桥可能是毛库旅游的一部分，但我想我们会在白天穿过汽车桥，所以你的建议非常有意思。我打算乘坐41路公交车到达克拉蒙德村（我租的房间附近有一个站）。这看起来是一个简单的方法，可以让我对城市和爱丁堡的北部进行一些观光。从Cramond我可能会继续乘坐55路公交车到South Queensferry，然后（在吃完饭后！:）乘坐火车返回小镇，以获得不同的旅行体验。在我看来，这是很不错的。:)非常感谢，再见!

**id 69**

18个答复 符合一种情况的乘客将被视为安全风险较小，而符合不同情况的乘客将受到不同程度的检查。这并不麻烦，不是吗？此外，我总是理所当然地解下我的腰带，把我的外套、电子用品、钥匙、硬币等放在托盘里，而没有人提示我，从来没有问题。而其他人在面对安全检查时似乎很惊讶。我认为你忽略了一点，它允许乘客使用他们的智能手机扫描他们的登机牌，并在他们去安检之前看到他们是否被选中接受额外的检查，让毒品走私者/恐怖分子或类似的人放弃他们的计划或不旅行。有资格接受预检（减少检查）的人已经知道他们是该计划的一部分，并有可能在支持该计划的机场接受减少检查。这完全不是一个问题，特别是在TSA安全程序中的所有其他巨大漏洞。你必须申请该计划。一种方法是通过CBP注册全球入境，这允许你在返回美国时免于海关检查。航空公司也可以邀请你，因为你可能已经年复一年地乘坐他们的飞机飞行了10万英里，而且还没有试图劫持飞机。基本上，该计划是对已知的低风险人群开放的。这不是一个随机的决定。在支持该计划的机场也有专门的检查站，所以它不像他们在你把你的行李放进X射线时做出的决定。如果你符合条件，你可以在文件检查处通过。如果不符合，你会被送到另一个检查站再次排队等候。当然，在有人想出如何重新打印他们的登机牌以使他们有资格接受预检之前，这只是几分钟的事。无论如何，脱鞋和拿出笔记本电脑只是安全方面的戏剧。这只是针对TSA预检的人，他们要么付费，要么被他们的FF计划邀请加入。加入该计划还需要进行背景调查，所以当他们被接受进入该计划时，他们已经被认为是低风险的旅行者。这个故障并不适用于我们其他的普通旅行者。

**id 70**

你可以使用'喜欢'按钮，对网站上的产品、评论和其他功能提供积极反馈。'喜欢'类似于投票，将用于展示最受欢迎的内容。一旦你点击了'喜欢'，你就不能'不喜欢'。你只能'喜欢'一个东西一次。如果你喜欢这个产品，请与他人分享 A Little Bit Of This, A Little Bit Of That:最受欢迎的家庭食谱》简介 双胞胎姐妹伊莎贝拉和索菲亚-布利斯参加了《少年厨神》（索菲亚进入四强，伊莎贝拉获胜）。A Little Bit of This, A Little Bit of That》是这对双胞胎的家庭食谱，灵感来自她们的母亲Sylvana和她们的祖母Rosa。书中有西尔瓦娜和两个女孩的介绍，以及对每道菜的简短描述，让我们感受到这个家庭、他们的移民背景和他们的饮食传统。这些食谱包括spuntino（小吃）、番茄沙司等基础菜，S pezzatino（炖牛肉）和章鱼沙拉等经典菜，以及Nonna's Custard with Biscotti等美味烘焙食品。

**id 71**

乔尔-拉米解释了为什么富勒姆和埃弗顿都有理由对他们在克拉文山庄的冲突感到自信。想在这场比赛中下注吗？点击这里，为所有Paddy Power的新客户提供免费的20元赌注进入本周末，曼联主场对阵阿森纳的比赛无疑是大家关注的焦点。然而，富勒姆在克拉文山庄迎接埃弗顿，虽然不被人关注，但也应该是一场精彩的比赛。这两支球队之间只有两分之差，埃弗顿以16分高居第五，富勒姆仅次于埃弗顿的第七名--埃弗顿上赛季的位置--只有14分。两支球队在本赛季的开局都令人印象深刻，在9场比赛中都取得了4场胜利。尽管有相似之处，然而，在这场特殊的比赛中，一支球队有明显的优势。埃弗顿在联赛中连续三场平局后进入本场比赛，最后一场是与激烈的城市对手利物浦的戏剧性德比，对埃弗顿来说相当幸运的是，以2-2告终。每一次，他们都不得不从落后的情况下奋起直追，从失败中夺回一分。因此，这支球队显然有巨大的性格，因此在这场比赛中会感到振奋。提供一个进一步的推动力的事实是，在双方过去的六次交锋中，他们有五次取得了胜利，最后一次交锋是在今年4月，太妃糖在主场以4-0的大胜而告终。但莫耶斯肯定对他的球队的客场表现感到厌倦。诚然，他的球队最后一次前往克拉文山庄（2011年10月23日），他们以3-1获胜，但这不能掩盖埃弗顿的整体客场记录的问题。在过去的两个赛季中，太妃糖在他们的38个客场比赛中只赢了9场，养成了客场平局而不是赢球的习惯。在2010/2011赛季，他们在客场平了8场，是联赛中第三高的。在接下来的比赛中，他们再次打平了8场比赛，但这一次是第二高。虽然可以说在客场拿1分而不是1分是值得赞扬的，但值得指出的是，埃弗顿在这38场比赛中只保持了8个净胜球。本赛季到目前为止，尽管在五场比赛中只输了一次，但他们只保持了一个净胜球（对阵斯旺西）。如果他们能在后防线上保持严密，他们很可能会赢得更多的比赛。如果这个俱乐部想在下个赛季获得第四名和冠军联赛的机会，很简单，他们需要改善他们在客场的防守。考虑到在过去的两个赛季中，他们在客场的进球记录只够排在第11位，所以更频繁的入网也会有很大的帮助。上周，我谈到了埃弗顿本赛季在进攻方面采取的不同方法，早期的迹象表明，这种方法将被证明是帮助他们提高得分记录的关键。本赛季到目前为止，他们已经打进了17个球（联赛中排名第五），包括9个客场（联赛中排名第二）。同时，尽管富勒姆在过去的六次交锋中未能击败埃弗顿（1平5负），但他们也有理由对这场比赛充满信心，他们在过去的三场比赛中保持不败，包括上周末在客场3-3惊险战平雷丁。更关键的是，随着时间的推移，克拉文农场已经证明了自己是联赛中最难对付的球场之一。在过去的两个赛季中，他们可能在那里输掉了8场比赛（同期他们赢了18场），但从那个体育场走出来，手里拿着任何东西都是在公园里。"......在主场，我们可以赢得任何人，"马丁-约尔夏季招募的右后卫萨沙-雷瑟在这场比赛前对《富勒姆纪事报》说。他肯定没有花很长时间就发现了这一点。仅从本赛季的证据来看，埃弗顿没有什么理由期待对富勒姆的连续第五场胜利是一个必然的结果，尽管在他们过去的四次交锋中至少有两次进球超过他们。到目前为止，乔尔已经引导他的球队在四个主场比赛中取得了三场胜利。不仅如此，他们还保持了令人印象深刻的三个净胜球。他们在克拉文山庄的两个失球是在他们的主场比赛中丢的。

**id 72**

文章工具 电子邮件 分享 相关文章 听着，很高兴与你叙旧，相信我，我真的很喜欢我们的这次谈话，但我担心我现在不得不做一件事，这将使这次交流对你来说非常尴尬和不愉快。我对此感到非常糟糕，所以我想给你一个公平的警告。你将会听到关于我刚刚跑完的马拉松的一切。我真的很抱歉，但我将不得不非常深入地讲述我几个月的准备工作，谈论我从朋友和家人那里得到的所有鼓励和支持，并对我在比赛中的心理状态和身体状况进行逐英里的评估。我不想这么说，但这将会花费你不少时间。一英里分割时间、抽筋、水合水平、皴裂 -- 你将会听到所有这些。此外，我还会在第17英里左右纠缠于一个点，当时我考虑停下来，但后来决定继续前进，因为我已经走了这么远。要讲的东西很多，所以我想先说一下，并在一开始就向大家道歉。这将是相当难以忍受的。我将不可避免地从我如何在比赛前夜摄入碳水化合物开始，这本身不会是一个特别长或令人反感的故事，但让我向你保证，它将直接转入对我保持最佳身体状态的饮食的令人痛苦的详细解释。反过来，这将导致我的训练方案，我特殊的轻量级马拉松装备，以及，不幸的是，我将用很长的时间来阐述长跑的健康益处。我知道这不是你想听的东西--嘿，没有人想听--但是我将包括一些关于我的跑步伙伴埃里克的轶事，这个人你不认识，也不可能有兴趣听。你会了解到他是一名律师和一名攀岩运动员，而且我们是一个每年参加 "为白血病而跑 "10公里的团队的成员，这将是另一个整整5分钟的旁白。对不起。相信我，如果我能阻止自己谈论这个，我会的。但我不能，所以我要告诉你们我的个人最佳时间，你们会想，"这家伙真他妈的糟糕"。但这里是真正可怕的部分。出于礼貌，你将不得不假装对这个数字印象深刻，尽管对你来说，它似乎完全是任意的，没有任何意义。你还会听到很多关于我完成比赛时的成就感。你会讨厌这个，相信我。会有一些令人讨厌的短语，如 "我从未想过我能做到，但我做到了"，"这确实是一次改变生活的经历"，"这是一个巨大的承诺，但绝对值得"。我将重复26.2这个数字的次数多得令人发指。我的上帝，我几乎无法表达我将会是多么令人难以忍受。我很抱歉，我知道你没有做任何事，但就在你认为我说完了的时候--就在你抱有希望的时候--我会提到这不是我的第一次马拉松，然后你会听到我其他三个全程马拉松的细节，以及一个半程马拉松和我做的几个马拉松接力。我甚至无法想象，当你听到我相信自己作为一个跑者的进步时，会有多么可怕，但是到了那个时候，就没有任何办法了。虽然这充其量是切身相关的，但我可能会在谈话的任何时候对五天果汁清洗的好处发起痛苦的离题。我请求你的原谅。最糟糕的是，尽管如此，我将来肯定会参加其他马拉松比赛，所以我必须告诉你们我正在考虑参加的各种比赛以及每个赛程的优点和缺点。请提前接受我最深的歉意，因为尽管今天的讨论很令人痛苦，但它不会在这里结束。在我准备下一场比赛的几周里，每一天我都会让你停下手中的工作，告诉你我前一天晚上跑了多少英里。

**id 73**

在联合国大会主席关于减少灾害风险的互动式专题辩论中的联合声明 演讲，E&OE，（对照检查） 2012年4月12日 主席先生，我很高兴代表减少灾害风险之友小组的共同主席--澳大利亚、印度尼西亚、挪威和秘鲁，以及下列国家--丹麦、厄瓜多尔、墨西哥、摩洛哥、莫桑比克、菲律宾、新西兰、瑞士和东帝汶发表以下联合声明。主席先生，在过去的十年中，戏剧性的灾难事件夺去了100多万人的生命，影响了超过25亿人，造成的经济损失总额超过1万亿美元。我们赞扬联合国秘书长在其为全球社会制定的五年行动议程中对减少灾害风险的承诺。主席先生，我们也欢迎你倡议举行这次辩论，并欢迎你将预防和应对灾害作为大会第66届会议的重点。这次辩论会是在国际上出现前所未有的减少灾害风险的势头的时候举行的。全球各国政府、国际机构、非政府机构和社区都坚信，需要采取紧急和持续的行动来减少灾害的社会、经济和环境影响。灾害风险是大多数国家，甚至是所有国家，包括发展中国家和发达国家的一个严峻的现实。气候变化预计会增加与天气有关的灾害的频率和严重程度。快速的城市化和环境退化使人们和资产面临更高的灾害风险。灾害造成的经济损失的风险正在以比经济增长更快的速度增加。正如2010年和2011年的悲惨事件提醒我们，灾害不分地区或收入水平。我们必须共同下决心解决我们每个国家的灾害风险，但要认识到，在最脆弱的小岛屿发展中国家、最不发达国家和许多非洲国家，采取行动的必要性当然最为迫切。2010年的海地地震使发展倒退了许多年。最初承诺用于支持震后重建的近100亿美元，是前十年用于海地发展的总金额的三倍多。非洲之角的干旱和饥荒以及萨赫勒地区正在出现的危机表明，当各种因素复杂的相互作用导致极端的脆弱性时，人类的痛苦程度是巨大的。主席先生，在毁灭性的印度洋海啸之后，168个国家通过了《2005-2015年兵库行动框架》。建立国家和社区的抗灾能力。在《兵库框架》下已经取得了良好的进展，强大的区域和国际伙伴关系为这一成功做出了巨大贡献。然而，仍有许多工作要做。我们必须改进我们的努力，系统地说明灾害风险和脆弱性。我们必须列出更广泛的经济和财政证据，以调动政治注意力和资源来建设社区的抗灾能力。虽然我们认识到需要建立证据基础，并加强国家能力，但我们也坚信必须采取行动。我们必须投资于 "不后悔 "的活动。我们知道什么是有效的：早期预警系统、公众意识运动、加强和执行建筑法规，以及保护重要的基础设施。发展的关键部门--如健康、教育、水和卫生以及食品安全--必须确保其活动和基础设施具有抗灾能力。可持续性要求有复原力。我们必须通过在生计、牲畜管理、水管理和社会保护等关键领域的综合努力来提高抗灾能力。我们必须将灾害和气候风险管理纳入发展政策和规划，而那些面临最大风险的人--当地社区--必须成为建设抗灾能力的关键伙伴。我们必须以支持恢复的方式提供人道主义援助，并确保我们重建更安全和更具复原力的社区。如果我们不这样做，自然危害将继续成为灾害，成为实现可持续发展，包括千年发展目标的障碍。通过各种发展框架和议程之间更好的沟通、联系和协同作用，也可以获得很多。考虑到这一点，我们呼吁将减少灾害风险纳入任何未来的可持续发展框架中。我们呼吁在联合国可持续发展大会的成果文件中使用关于减少灾害风险的强有力的战略语言--承认减少灾害风险是实现可持续发展的根本，并将其置于未来的核心位置。

**id 74**

如何做到这一点 如何做到这一点 - 我们想学习如何做到一切绿色，并与你分享。因此，请继续关注 "如何做"，了解有关如何绿化你的家、你的工作和你的生活的文章、照片和视频。 在本节中，我们将向专家请教最好的方法和技术，当我们发现所有的小秘密时，我们将向你展示我们所学到的东西和如何自己做。无垃圾午餐 作者：劳拉-格雷 让环保的午餐准备成为你日常工作的一部分，为你孩子的学校午餐和你的工作午餐创造一个100%无垃圾的午餐。这意味着，所有带到学校或工作场所的物品都放在可重复使用的容器中，所有东西都在家里妥善处理。让我数一数 我们的一位读者问我们，他们如何能够做出改变，以及他们现在可以做什么来使我们的生活方式更加可持续。 因此，这里有几件你现在可以做的事情，以帮助我们的星球：变得更加知情和积极。寻找合理的环境和自然资源信息来源，并定期访问它们。参加当地的公共会议，积极参加社区活动。了解你当地的环境挑战和成就。保护你当地的开放空间。了解当地的分水岭计划。志愿者。

**id 75**

成长不仅仅是尺寸的和谐增加，而是一种转变 -- 玛丽亚-蒙特梭利 2012年11月2日 星期五 世界各地的午餐（韩国烤肉） -- 罗塞拉妈妈 罗塞拉妈妈们在公园里享受了一场非常有意义的韩国烤肉。有大量的肉类选择，包括鸡肉、猪肉和牛肉，还有大蒜、洋葱和Eunju的梦幻泡菜等蔬菜。感谢我们的主人，朱利安，Eunju和Yoon，他们使这成为可能。这是一次特殊的午餐，也是一次尝试新事物的好机会。同时，感谢家长们用相机捕捉到了一些可爱的回忆。

**id 76**

Gary Allan - It Would Be You tab #----------------------------------PLEAS\...NOTE--------------------------------# #This file is the author's own work and represents their interpretation of the# #song.You may only use this file for private study, scholarship, or research.##---------------------------------------\...日期。Tue, 19 May 1998 10:19:23 PDT From:Carl Cressman 主题: a/allan\_gary/it\_would\_be\_you.crd 歌曲。It would be you by:Gary Allan (G)(C)(D)It's hard desrcibing a(C)heartache, oh cause its(D)one of a kind(G)thing, a serious(C) injury, and a(D) whole lot of endless(G)pain, if it was a(C/G) storm, I'd compare it to a(D) hurr(G/B) i(C) cane, [ Tab from: http://www.guitaretab.com/g/gary-allan/3/...] 哦，它甚至有一个(D)名字，合唱。If it was a(G)drink,it would be a(C/G)strong one, If it was a(G)sad song,it would be a(C)long one, if it was a(G)color, it would be a(Am)deep(G/B)deep(C)blue, (C)but if we're(G/B) talkin' bout a(Am) heartache, (D) it would be(G) you.(C)(D) If there was a(G)full moon, it would be a(C/G)total eclipse, If it was a(G)tital wave, it would(C)sink a thousand(D) ships, If there was a(G)blizzard, it would be a(C)record breakin'(D)cold, If it was a(C/G) lie, it would be the biggest(D) story you ever told\_\_ repeat chorus:(G) (C/G) (G) (C) If it was a(G)color, it would be a(Am)deep(G/B)deep (C)blue\_\_\_\_\_, but if we're talkin bout a(Am)heartache, (D) it would be(G)you.(G) (C) (D) (G)

**id 77**

Meta 看看Steve在Wake Up World上的最新文章 http://wakeup-world.com/2012/11/12/readi\...PS 瑞安和安迪是 "唤醒世界 "的创始人，他们于11日和12日在Glyphs度过。请看文章底部的链接，可以看到他们在那里拍摄的照片。大家好，请看这个新的You-tube视频http://www.youtube.com/watch?v=xS3K6kDyj\\..."随着教会和国家罪行国际法庭最近的启动，自由中心一直在收集有关殖民土地上原住民被系统灭绝的证据。与原住民研究教师史蒂文-斯特朗的对话，揭示了一些关于..."史蒂夫-斯特朗报道了关于位于新南威尔士州悉尼附近的神秘'古埃及'象形文字的令人难以置信的新启示。"(David Jones) http://www.newdawnmagazine.com/latest-is\...在5万年前，第一批智人从澳大利亚起航。这些人对宗教、艺术、农业、航海、外科以及我们所知的许多文明基石的发展负责。史蒂文和埃文-斯特朗花了20多年的时间，从考古发现、探险家的描述、遗传学信息、传统的澳大利亚原住民神话和更多的资料中收集事实，形成了一个连贯而有争议的理论。原住民向整个世界输出了文明。谁能说神话是或不是事实呢？我们已经被欺骗了这么久，为什么神话不能成为事实的真相？有一句话是这样说的："胜利者可以书写历史"，而胜利者一直是世界上的精英，他们迄今为止一直对每一种文化隐藏着历史。我们怀疑我们能不能把这句话说得更有说服力，这是唯一一个在战争中从不涉及没收失败者的土地、财产、妇女和儿童或传说的国家。 因此，他们的神话（历史）永远不会被偷走。谢谢史蒂芬和埃文。优秀的.....，非常高兴看到你们的网站。感谢我几个月前的访问 ..... 希望你们俩都保持得很好 -- 你们的树叶一定很快就会有秋色了!带着爱走好..... -- & in Peace!指导。彼得。亲爱的史蒂夫，从我15岁左右开始，我就对你的理论感兴趣。我是一个wiradjuri和kamilaroi人，我第一次意识到我们作为原住民的信仰是在孩提时代，随后总是对如你所说的寻找 "黑色真理的白色证据 "来证明我们的过去感到沮丧，不仅是对我的一些人来说，他们通过白人的眼睛来看待自己，并最终判断对方，而且对整个白人来说也是如此。我的兴趣仅仅是基于文化保护和保持我作为一个wiradjuri人对我的孩子侄子和侄女以及我的长辈的义务。我来自一个叫Erambe的地方，一个经历了分裂和强迫迁移我们的人的公平份额的地方。你谈到我们的创造者时，让我相信你也受到了我们一些长者的教育。我将与你联系。当然，我受到了艾德勒们所分享的东西的很大影响，。仅仅两个月前，拉明杰里的长老们让我参加了仪式，并给出了一些具体的指示。但在更早以前，我在莫雷教书，学到了很多东西。我对90年代中期的莫雷只有美好的回忆，并在那里学到了很多东西。我学会了如何保持沉默，如何倾听，与那些仍有文化的男人和女人坐在一起，知道年轻人需要找到他们的根并灌输一种自豪感。它必须回来，而这确实是我们要做的事情。我在Courallie高中教书时，实际上是在莫雷教书，并将原住民研究引入莫雷。好消息是，我们已经与数百人谈过，主要是非原住民，而且在我们所有的白种人真理中，所有的人都同意长老们是正确的。全国原住民时报》正在报道此事，并在最新一期（228）中刊登了我们的另一篇文章，《新曙光》正在刊登我们的文章，并做了大量的传播，还有更多。我们真的觉得人们在倾听。刚刚收到来自珀斯和金伯利的联系。

**id 78**

知情权法》一般不适用于法院系统（在《知情权法》中被称为 "司法机构"，也被称为 "统一司法系统"）。知情权法》只适用于《宾夕法尼亚州司法管理规则》第509条规定的司法机构，该条涉及财务记录。参见以下详细信息。宾夕法尼亚州司法管理规则》第509条由最高法院修订，于2009年1月1日生效，以方便公众获取统一司法系统的财务记录，并建立了一个系统的程序，用于请求和获取法院的适用财务记录。作为一般规则，统一司法系统的财务记录被推定为开放给任何公众成员在既定的工作时间内进行检查或复制。例外情况列于规则509（B）。某些记录可向联合司法系统索取，其他记录可向宾夕法尼亚州第一司法区（"FJD "或费城法院）索取。见以下表格。术语 "财务记录 "被定义为任何涉及以下内容的账户、合同、发票或等同物。1）拨给本系统的资金的接收或支付；或 2）通过拨给本系统的资金获得、使用或处置服务、用品、材料、设备或财产的情况。与第509条程序有关的详细信息可通过以下链接找到。该网站为公众提供搜索、查看和打印统一司法系统（UJS）合同和采购订单的途径。该网站显示2008年7月1日或之后执行的5000美元或以上的采购订单和合同的摘要信息。拒绝访问请求必须按照第509(c)(5)条的规定提出上诉：在记录管理员作出书面答复之日起15个工作日内提出书面上诉。宾夕法尼亚州第一司法管辖区遵守《美国残疾人法案》（ADA），该法案要求所有法院服务和设施对残疾人和非残疾人一样具有合理的便利性。如果你有残疾，并需要合理的便利来提出索赔，参与法庭程序，或使用宾夕法尼亚州第一司法管辖区提供的任何服务，请从以下链接致电适当的ADA协调员。合理便利的请求必须至少在法庭活动前三个工作日或在法庭活动通知后三个工作日内提出，以较晚者为准。因为有些便利需要额外的时间，所以要求尽可能多的通知。有时，法庭活动将被推迟，直到实现便利。

**id 79**

本课包括对各种取向的人的性活动进行公开和坦率的讨论。本课的设计非常简单，对于那些认为讨论LGBT性的SRE课程的想法令人生畏的教师来说，需要非常少的教师知识。评论(1) 对KS4的学生（和教师）来说，这是一个很好的资源！课程计划很全面，内容丰富，有很多学习的机会。Blockbusters游戏很好，是在安全的学习环境中向学生提供信息的一种轻松方式，不会让学生感到尴尬。

**id 80**

如果你自己种植蔬菜，这个月你很可能被淹没在小胡瓜的海洋中。这是一种多么神奇的蔬菜啊！一棵植物可以在几个月内产出几公斤几公斤。一棵植物可以在几个月内产出几公斤几公斤。在我们的小花园里，我们有四棵植物，把它们冷冻后，我们在一年中每周都能吃到一些西葫芦，直到下一个夏天。好在我们非常喜欢它们!即使你不自己种植，你也会在当地市场上发现它们的价格低得离谱，所以你现在就可以买很多，以后再做饭。唯一的问题是不要对这些西葫芦感到厌烦。因此，这里有一些想法，让它们变得与众不同。其中一些是基于River Cottage手册中的食谱，该手册对季节性产品非常有用。其他的是收集、编造或传给我的。因此，这里有十二种烹调西葫芦的方法，希望你喜欢它们1.西葫芦和松软干酪茶饼 八月美食书中有一道菜谱？西葫芦想变大？的西葫芦和松软干酪面包？你可以在8月份的《关于我们》页面上的每月一书的后面免费阅读它。2.2. "现在就煮，以后再吃 "的应付式食谱 将西葫芦切成约为一磅硬币厚度的两倍。如果你有过多的半亩地，就把非常湿的种子芯丢掉，然后把它放在堆肥上。在平底锅中用一些橄榄油和大蒜片煎煮小胡瓜，直到它们非常柔软，盖上盖子，让一些液体蒸发掉。这通常需要大约30分钟。你要找的是它们软到可以用木勺压碎果肉部分，但仍能大体保持在一起。我每公斤西葫芦用三瓣大蒜和三汤匙油。一旦它们冷却下来，你可以把它们放在冷冻袋中，冷冻6-9个月。这样做的好处是，它们一旦煮熟就会比刚开始时小得多。然后你可以用它们作为食谱3、4和5的基础。3.西葫芦烩饭 在完成第一项后，或从冰箱中取出结果并在大锅中解冻后，你可以将其作为烩饭的基础。加热西葫芦混合物，直到它完全热透。加入225克阿波罗或其他意大利调味饭，搅拌均匀。测量出900毫升的蔬菜或鸡汤。如果你只有一个汤块和水，也可以用它。首先加入约300毫升的高汤并搅拌，煮沸后不加盖。每隔五分钟检查一次，进行搅拌并检查是否需要添加更多的汤。继续添加汤汁，直到米饭变得柔软、细腻，但仍保持其形状。根据你的西葫芦混合物的干湿程度，你将需要少至750毫升，多至1升。当米饭达到你喜欢的程度时，加入一些强烈的奶酪或一小节黄油进行搅拌。黑胡椒显然是一个很好的补充，但如果你的汤是好的，你不应该需要盐。我也喜欢在里面放辣椒片，在添加汤汁阶段开始时放入，但我是一个辣椒上瘾者。虽然意大利饭显然最好直接食用，但如果你做得太多，这实际上可以重新加热，甚至可以很好地冷冻，如果第二天吃剩饭，你会发现大蒜的味道会更浓郁。4.西葫芦烤面包 用第二项的混合料，在锅里减压，直到大部分液体蒸发掉？加入大把大把的干酪，帕尔马干酪或当地锋利的切达干酪，以及大量的黑胡椒粉。一些切得很细的葱花也很有质感。把它涂在烤面包或饼干上，与意大利面混合，或与玉米片一起吃。5.西葫芦汤 用第1项的混合物，加入1升牛奶或混合牛奶和高汤并加热。搅拌后，在食用前撒上一些奶酪或一勺芥末。6.西葫芦炸饼 将西葫芦磨碎--如果你有一台食品加工机，就用它吧！你知道，血淋淋的指头是没有荣耀的。你可以使用所有的西葫芦，尽管如果它们真的很肥，你可以

**id 81**

~ 来自我在英格兰和法国的乡村厨房的季节性香味和味道....，用传统的宴会和节日、烹饪笔记、评论、食谱和来自国内外的思考庆祝当地的季节性产品....。在准备家庭食物的同时，也要有天赋~只为成年人准备的万圣节前夜--令人毛骨悚然的咖喱烤蛋--我的内心仍然是个孩子--而且经常认为孩子们有太多的乐趣；我的意思是，看看那些为小女孩和男孩提供的神奇的水鞋--我不想要呆板的格子或墨绿色水鞋，我想要那些上面有马卡龙和蛋糕的，或者女士鸟和小黄鸭的水鞋。在食物方面也是如此 -- 如果小家伙们可以吃到幽灵般的肉桂吐司和诡异的蜘蛛蛋糕，为什么我们大人，也就是大孩子，就不能有一点乐趣呢.......so，在万圣节前夕，我为你们带来一盘令人毛骨悚然的咖喱烤蛋！那些神经质的人或患有蜘蛛恐惧症的人应该远离餐桌，因为我的咖喱烤蛋在每个蛋上都有一只绿色的蜘蛛，有腿.....，一共有八个！如果你想真正推倒重来，让蜘蛛疯狂，为什么不做一些额外的橄榄蜘蛛，并把它们扔进鸡尾酒或幽灵般的马提尼酒中呢！这些鸡蛋的味道也非常好。这些鸡蛋的味道也非常好.......，用我的散养母鸡的鸡蛋制作，并与蛋黄酱、芒果酸辣酱和咖喱粉混合，它们为万圣节前夕的自助餐桌提供了非常好的 "开胃菜"。橄榄蜘蛛是用绿色的皮蛋塞满橄榄，用迷迭香叶子（钉子/）做腿......，它们很容易制作，当我一周前把这些东西作为我的小白鼠送给朋友时，它们在巫师扫帚的扫射下全部被吃掉了。我对这些酿蛋相当满意，我认为当它们被放在一个旧的牡蛎盘（我收集牡蛎盘）上时，看起来很不错，上面有绿色的 "粘液 "装饰(我还没有把食谱写成可打印的格式，所以我现在只是快速记下我是怎么做的；如果有人想让我像通常那样添加一个可打印的食谱卡，那么只要喊一声，我就会发布一个。如何制作：令人毛骨悚然的咖喱烤蛋!令人毛骨悚然的咖喱烤蛋!(可供4至6人作为开胃菜）成分。6个鸡蛋，煮熟后去皮，然后切成两半 4汤匙蛋黄酱 2汤匙芒果酸辣酱 1茶匙温和的咖喱粉 12个绿橄榄 迷迭香叶/穗 辣椒，可选方法。将冷却的对半蛋的蛋黄舀出，轻轻地，以免打破蛋白。将蛋黄放入碗中，加入蛋黄酱、酸辣酱和咖喱粉，搅拌均匀直至光滑。用勺子或管子将咖喱蛋黄馅放回一半的蛋清中。然后制作 "蜘蛛"，将迷迭香尖刺插入橄榄的两侧，如照片所示，每侧4个。如果你先用鸡尾酒棒打一个小洞，会更容易做到。把橄榄刺放在鸡蛋上，如果你想多加点火，就在上面撒上辣椒。令人毛骨悚然的咖喱烤蛋!对于那些可能感兴趣的人，简要介绍一下万圣节的起源：在古代英国，这一天是基督教之前的新年前夕和凯尔特人的丰收节，当时人们认为死者的灵魂会重新回到他们的家中吃喝。人们把点心放在桌子上，并在晚上睡觉前打开门，然后敲响钟声，点燃火堆，引导返回地球的灵魂，并把动物带进家里过冬。在万圣节成为一个基督教节日之后，超自然现象继续蓬勃发展。信仰

**id 82**

分享此页面 如何拍摄15.5千兆像素的全景照片 全景照片，或360虚拟旅游，已经存在了很多年。我还记得10年前或更早的时候拍摄过它们，然而今天的版本已经远远超过了那些早期的尝试。然而，世界似乎又在向前发展。看一看，向左、向右、向上、向下移动。很好，但随后放大，再放大，再放大。这个细节实在是太惊人了。我请亨利告诉我更多关于这个过程的情况。你是如何制作360照片的？"虚拟旅游是互动式的球形全景图，由一些单独的图像拼接而成，然后以这样的方式投射出来，使观众感觉他们真的在那里--它有时被称为虚拟现实摄影。"在这个案例中，你使用了GigaPan，你能解释一下它到底是什么吗？"GigaPan是一个机器人相机支架，它允许你创建由数百或数千张照片组成的巨型全景图。你必须校准镜头的视场，并将相机设置锁定为手动，以避免最终图像的亮度或清晰度出现任何不正确的波动。一旦完成这些工作，你就可以在全景图的起点和终点编程，然后让它运行。"在这种情况下，我必须对每一帧进行自动对焦，以确保整个大教堂的清晰度--这意味着确保相机在试图对焦时不会错过2500个镜头中的一个。不可避免的是，有几幅画面被遗漏了，总共有六幅，所以这些画面必须在后期制作中被手动替换。"从本质上说，这意味着你可以通过放大来看到人眼在同一地点永远无法看到的细节。"你拍了多少张照片，花了多长时间来拼接？"我在圣保罗的三个半小时内拍摄了2400张图片。我花了三个星期的试验和错误，并在论坛上发帖，包括不得不认真地推销我的电脑，才把图片缝合好。"实际的缝合本身花了两天左右的时间，把电脑变成了一个散热器。"你打算如何发展GigaPan 360s？"我现在正在寻找委托，做更多的Gigaapixel全景图--包括户外和室内。它们既可以在网上展示，也可以打印成墙纸，以巨大的规模展示，整个沉浸式房间都可以创建。"否则，任何有天花板绘画或马赛克的场地或旅游景点都是一个很好的候选者。"你是否需要对结果进行任何处理，也许使用HDR？"结果就是拍摄时的样子，没有HDR。上面提到的缺失的照片都是在地砖上，所以在Photoshop中把它们克隆了回来。否则，由于它的大小，编辑这个镜头是几乎不可能的。任何时候我试图在编辑后保存图片，都需要两个小时，而且电脑经常会崩溃。这意味着我不得不再次打开文件（又是一个小时），重新进行编辑。因此，基本上，编辑图像太耗时，也太令人沮丧了。这就是为什么有这么多浮头的原因"。有什么办法可以避免浮头和无头尸体？"拍摄千兆像素的全景图可以选择列式或行式，这张是以行式拍摄的。原因是如果在拍摄过程中光线发生了变化，那么在把图像包起来观看时就不会那么明显了。然而，这对拍摄中的人来说并不那么好，因为每一排都需要15分钟才能完成拍摄--由于需要两秒的慢速快门速度。"从本质上讲，当变焦设置得如此之高且距离如此之近时，人总是很棘手的--当相机回过头来时，一个人往往已经完全消失了。第8条评论。David 2011年4月12日 - 15:54 我想知道那个穿灰色西装外套和白色衬衫的人是否知道这张照片的细节，我可以看到他的鼻毛。但这仍然是一张美丽的照片，屋顶上的绘画细节令人印象深刻!本页最好在启用了样式表（CSS）的最新网络浏览器中查看。虽然你能够在你目前的浏览器中查看本页面的内容，但你将无法获得完整的视觉体验。如果你有能力，请考虑升级你的浏览器软件或启用样式表（CSS）。

**id 83**

已解决的问题 安格斯-T-琼斯（杰克）会离开《好汉两个半》吗？ 可能的破坏者）在本季的结局中，杰克和埃尔德里奇加入了军队，在最后，它显示了杰克在整个节目中的一些时刻。就我个人而言，我讨厌看到他离开，但也许他想去一个正常的大学，过正常的生活 最佳答案 - 由投票者选择 他下一季的合同是30万美金。这个节目可能在一两年内就会结束，他不太可能从这么多钱中走出来。编辑：每集30万美元。

**id 84**

她是。2011年第38周 我向自己保证，我不会对我们的公寓在过去一周的状况大发牢骚，但当你住在类似于战乱的巴格达的地方时，这很难。瓦砾、红尘......不，我们没有发生爆炸，只是一个错误的建筑商，很快，一些可爱的法国门从我们的卧室通往花园。当我的周围环境一团糟，而我又无能为力的时候，我往往会退缩到我生活中唯一干净的地方：互联网。我希望你能从我上周挑选的图片中找到一些灵感......上周很不起眼，除了建筑物的混乱之外。周二晚上我做了头发；周三去参加了一个HTC的工作活动，周五下班后我去看了100%设计展，然后看了《修补匠、士兵、间谍》。这部电影很不错!有时有点混乱，但电影摄影很美，表演也很精彩。周六我们去看了房子 -- 有点超出我们的价格范围，但我们打算出一个较低的报价，希望能得到最好的结果。匆匆赶到城里，我设法赶上了盖玛在某个Lucy In Disguise/伦敦时装周活动上采访Lily Allen的妹妹，然后和她以及Darika一起吃了拜伦汉堡包。今天是相当低级的。我不知道她是怎么做到的，与劳拉、卡姆和米根。哈!这对我们来说是一种受虐狂，但也是一种俗气的乐趣。Double Exposures是Kat Hannaford的生活方式/工艺/时尚作品，她是伦敦的科技/设计记者，是Gizmodo UK的编辑。并不是说你可以在这个博客上期待很多技术/工作内容。事实上，恰恰相反。

**id 85**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对亚马逊Prime很满意，就什么都不要做。在免费试用期结束时，您的会员资格将自动升级为全年49美元。书中描述 在这一代人中，有一半以上的儿童将生活在单亲家庭中--这些儿童的情况将不如与父母双方一起生活的同龄人好。这就是本书的紧急信息。基于四项全国性调查和十多年的研究，《在单亲家庭中成长》阐明了家庭结构和孩子成功前景之间的联系。在这一代人中，有一半以上的儿童将生活在单亲家庭中--这些儿童的情况将不如与父母双方生活在一起的同龄人好。这就是本书的紧急信息。基于四项全国性调查和十多年的研究，《在单亲家庭中成长》阐明了家庭结构与孩子成功前景之间的联系。特别优惠和产品促销 购买Amazon.co.uk出售的任何产品，不包括任何Kindle设备和电子书，我们将在您的账户中增加10个促销礼券，用于购买指定的亚马逊时装。这里是如何（条款和条件适用）查看此页面的客户可能对这些赞助链接感兴趣 关于作者的更多信息 产品描述 评论 基于对各种国家调查数据的仔细分析......[本书]首次系统地尝试将贫困与家庭破裂的影响分解到困扰儿童的一系列问题中。......通过使用复杂的统计技术来控制收入和种族等背景特征，麦克拉纳汉和桑德福尔表明，尽管成长中的贫困对儿童的伤害很大，但单亲家庭本身就具有严重的伤害性......其丰富的分析使该书成为社会政策的有力工具。-- 道格拉斯-J-贝沙罗夫（Douglas J. Besharov） 《华盛顿邮报》强烈建议所有执业医师阅读这本书写得很清楚，而且不含专业术语的专著。-- Leon Eisenberg, MD 新英格兰医学杂志 [这本书]提出了一个观点，作者认为 "在双亲家庭中长大的孩子平均来说会比在父母一方长大的孩子做得更好"......这本书最有力的方面是作者对理论和现有数据进行了出色的整理，试图解释为什么需要对单亲家庭进行额外的研究。与其他一些关于家庭结构对儿童福祉影响的早期研究报告不同，麦克拉纳汉和桑德福尔清楚地记录了收入、养育方式、非居民父亲以及继父对儿童社会资本的贡献的作用，以解释单亲家庭的儿童不如双亲家庭的儿童。读者不会想知道作者是如何或为什么采取他们的立场的......学术性的、深思熟虑的......[这本书]包括在州和地方一级的福利改革辩论中，既重要又及时的信息。-- 埃德温-P-戈登《社会政策》 这本短小精悍的书的最后一章为非监护人的父母、政府和社区对单亲家庭的支持提出了合理的政策方向。本书的一个优点是分析清晰......强烈推荐。选择》[这]基本上是一篇文章，报告了作者对美国调查数据的分析结果，这些数据涉及来自 "混乱 "家庭的儿童的成就。因此，它主要是研究人员的兴趣所在。然而，它的写作风格会让本科生觉得非常容易理解。此外，数据呈现方式也令人耳目一新；有效的柱状图和简单的表格出现在正文中，而更复杂的数据显示则位于附录中，并附有方法说明。-- 简-皮尔彻《社会学评论》 关于作者 萨拉-麦克拉纳汉是普林斯顿大学的社会学和公共事务教授。Gary Sandefur是威斯康星大学麦迪逊分校的社会学教授。第一句话 1992年夏天，美国副总统丹-奎尔谴责墨菲-布朗--一个受欢迎的电视节目中的主角--非婚生子。

**id 86**

拾取文件 重要提醒。1.记住--你有10天的时间（实际天数，而不是工作日）来取回文件，之后它们将被永久删除。2.2.文件在送出时不会被扫描病毒。确保你在打开任何文件之前扫描它们。与电子邮件附件一样，除非你100%确定它是真的，否则不要打开文件。如果一个文件是由你不认识的人送来的，在进行任何进一步操作之前，先向该人询问。取回文件 要取回为您投放的文件，请点击Dropbox主菜单上的取回按钮。您将会看到一个表格，您需要输入索赔ID和索赔密码，以便提取文件。您将在发送给您的通知电子邮件中找到这些信息。下面是电子邮件的一个例子。一旦输入了这些信息，并且你点击了 "提取 "按钮，你就会看到一个包含文件细节的屏幕。发件人姓名：给你发送文件的人的姓名 发件人组织：发件人所属的组织 发件人电子邮件：发件人的电子邮件地址 发件人IP：发送文件的IP地址 收件人姓名：收件人（你）的姓名 收件人类别：其他收件人的姓名 收件人电子邮件：收件人（你）的电子邮件地址 文件基本名：文件的名称 文件内容类型。文件的类型（jpg、txt、pdf、doc等） 文件长度：文件的大小（以字节为单位） 文件描述：发件人输入的文件描述 点击下载按钮后，您可以选择打开文件或将其保存到硬盘。

**id 87**

1930年代雪佛兰车是游行的一部分 故事工具 JM Kelly工人Katy Smith（左）和Alyssa Shaw明天将乘坐这辆复古雪佛兰卡车，作为今年圣诞游行的一部分。Sharyn O'Neill 明天，作为第16届年度心脏基金会和Stockland Rockhampton圣诞游行的一部分，Rockhampton的一段历史将被改造成圣诞节。一辆由JM Kelly集团公司拥有的20世纪30年代的雪佛兰老式卡车，将在下午5点45分从罗克汉普顿板球场开始的游行中披上彩衣和仙女灯。这辆卡车被罗克汉普顿最古老的公司之一Burns and Twigg用来运送建筑材料，该公司现在被称为Queensland Windows，是JM Kelly集团的一部分。金属配件销售经理布鲁斯-威廉姆斯（Bruce Williams）说，这辆车最近进行了翻新，它的特点是有原来的手动绞盘，是20世纪30年代为数不多的具有 "翻转车身 "的车辆之一。心脏基金会的贝琳达-卡罗尔(Belinda Carroll)说，他们期待着对游行中的花车进行评判，看看 "参赛者的作品"。小霸王的卡车也将参加游行，它披上了圣诞装饰品，乘坐它的将是吉祥物Daily Dalmatian和Buzzy Bee。

**id 88**

如何找到一个合适的车座 在选择车座时，舒适是第一要务，而你所骑的车座的风格也对你自行车的其他部分有很大影响。铁人三项的车座已经发展成两个不同的类别：解剖式和传统式。要找到最适合你的车座风格没有捷径可走--尝试这两种类型是唯一的方法。以气动姿势骑行迫使骑手将臀部向前旋转，但这种旋转会使坐骨的压力减少，并将其置于非常敏感和重要的软组织区域。为了舒适和有效地骑行，你的坐垫必须让你的臀部向前旋转，而不会造成底盘的不适。Tim DeBoom在骑传统马鞍时能够将臀部向前旋转，因此不会对他的身体产生负面影响。这位两届铁人三项世界冠军骑着长平头的马鞍，找到了自己的最佳身体位置，而他的其他合身之处在于他的马鞍允许臀部向前旋转。然而，Julie Dibens在一个类似的马鞍上却很难找到舒适的感觉。她的臀部向后旋转，以保护她的软部位，结果她的其他部分被打乱了。在改用解剖学鞍座后，她的整个身体姿势都得到了改善。为了在下一次试穿时找到与你的解剖结构相匹配的马鞍，请尝试将你的臀部顶部向马鞍的前方旋转。如果你在一个马鞍上不能以这种方式旋转，另一种风格可能会更有效地匹配你的解剖结构。找到一个好的匹配后，你身体的其他部分将能够舒适有效地在自行车上休息，而不是蠕动着寻找一个放松的位置，这将损害姿势。两种鞍座类型 传统的鞍座在一个大的缓冲表面上分配压力。如果你能够在传统结构的鞍座上找到舒适的臀部向前旋转，这种风格通常比解剖学选择提供更多的功能。当骑手将臀部向下旋转以满足气囊时，解剖学鞍座试图将压力放回坐骨上。它们通常有一个引人注目的切口。这些鞍座有明确的坐骨接触点，减轻了大部分软组织的压力，但使其难以在鞍座上前后移动。

**id 89**

你在忽视中饿死你的孩子，然后用恐惧喂饱他们的肚子 脑震荡的蝙蝠见证了一个被殴打的母亲（合唱） 你的虐待将在这里结束，你的家人不再害怕 恐惧的枪击头部 我的承诺，如果你曾经放下一个手指，看看你的伤疤 你的恐怖让你的孩子打破恐怖使你的孩子破碎 一个破碎的家，就像你被抚养长大一样 拳头举到你的孩子面前（合唱） 这场战斗是在所有 你已经让美丽现在可恨 你可恶的生活破坏者 虐待者现在遭受 打开火 在男人的欲望上 打开火 用纷争我们将击倒手（打开火。build the pyre）如果我不能让你看到你所造成的伤害（Open fire, build the pyre），我会让你希望你从来没有活过 x2 41 Comments Song Meaning:这首歌是关于Trepidation.....(Fear in a way)而不是专门针对一个施暴的父亲，他们只是说，家庭暴力是他们强烈反对的事情。而对于那个说这是关于乐队的老兄来说...哇...你听的是另一种类型的Trivium。一般评论。这首歌是关于一个施暴的父亲，以及歌手如何威胁要结束他所有的狗屁。另外，惶恐这个词只是虐待的一个大词。尽管如此，这首歌还是让人惊叹不已。一般评论：我觉得这首歌的意思很明显......它是关于虐待父亲的人有多可怕，他们应该停止，因为对人这样做是很可怕的，尤其是你爱的人 一般评论：你的恶梦是完全正确的，这正是这首歌的内容。我真的希望外面那些无知的人不要再说Trivium像金属乐队，因为这不是事实。

**id 90**

由于停摆迫在眉睫，蓝夹克队的穆雷将加入银发族 尽管蓝夹克队的二号总选瑞恩-穆雷的代表有顾虑，但他最早将于周四到WHL的Everett Silvertips队报到。穆雷的经纪人Rick Valette担心，如果NHL停摆持续几个月，当NHL赛季真的开始时，穆雷将不被允许加入蓝夹克队。正如TSN冰球内幕Bob Mckenzie所报道的，NHL和CHL之间有一个原则性的协议，如果赛季开始得晚，将允许球员加入他们的NHL俱乐部，但可能涉及一个时间限制。如果停赛要持续到1月或更晚，CHL可能不容易促进让球员离开。这是瓦莱特的一个主要关注点，因为穆雷被普遍认为是目前为数不多的准备好了的2012年选秀选手之一。 瓦莱特希望有书面保证，当NHL赛季开始时，他的客户将能够去哥伦布。经过一个令人难以置信的忙碌的夏天，穆雷在过去的几周里在明尼苏达与几个NHL球员一起训练，包括蓝队的防守球员杰克-约翰逊，等待着CBA谈判的消息。埃弗里特的赛季将于9月22日开幕，随着停摆的逼近，穆雷和他的经纪人已经决定他将向初级球队报到，尽管没有正式保证在NHL赛季晚些时候开始的情况下他会得到释放。其他有机会在本赛季进入NHL的青少年球员发现自己处于类似的情况，包括尼亚加拉冰狗队的道格-汉密尔顿，布鲁斯队在2011年入选的第9位总选球员和油人队的第一总选球员内尔-雅库波夫。汉密尔顿已经向尼亚加拉报到，而雅库波夫则表示，如果出现停摆，他打算去海外打球。

**id 91**

上表给出了珠穆朗玛峰的天气预报，具体海拔为6564米。我们复杂的天气模型使我们能够提供珠穆朗玛峰顶部、中部和底部滑雪站的雪量预报。要访问其他海拔的天气预报，请使用表格上方的标签导航。要想了解更广泛的天气情况，请查看尼泊尔的天气图。点击这里阅读关于冰点水平和我们如何预测温度的进一步信息。Snow-Forecast.com会员在我们的雪地商店可享受15%的折扣。了解更多 关于珠穆朗玛峰的游客评论 来自英国的Graham写道：到目前为止，这是我去过的最难的度假村。阿斯本、圣安东和冰川都比不上它。它实在是太陡峭了，由于雪层薄，风又大，在任何一条雪道上你都有可能跌落几千英尺。我个人喜欢荣布冰川，但你必须注意50英尺宽、200英尺深的裂缝（走出裂缝的希望不大！）。然而，如果你是一个肾上腺素迷，那么它是为你准备的--大量的黑色滑雪道--你必须尝试沿西山脊的越野滑雪道--这需要大约7小时。从 "山 "的底部到大本营的一条蓝道，虽然会有很多岩石，你可能会碰到一些驴子和许多夏尔巴人和登山者。但我不想打击任何人：-)PS - 带上氧气，否则你可能会死 免费的Snow-Forecast.com天气小部件为您的网站 下面的珠穆朗玛峰滑雪天气小部件可以免费嵌入到外部网站。它提供了我们的珠穆朗玛峰雪景预报和当前天气状况的每日摘要。只需进入饲料配置页面，按照3个简单的步骤，抓取自定义的HTML代码片段，并将其粘贴到您自己的网站。你可以选择雪情预报的海拔高度（山顶、山中或山底电梯）和公制/英制单位，以适应你自己的网站....。点击这里获得该代码。.

**id 92**

外部链接 [一边拿着剃刀对着杰基男孩的脸] 德怀特：我是谢莉的新男友，我已经疯了。如果你敢和她说话，甚至想到她的名字，我就会把你砍死，让你对女人毫无用处。杰克-拉弗蒂：你在犯一个大错误，伙计。一个\*大的错误。你自己也犯了一个大错误......你没有冲水。[分享这段话 德怀特：我身边的女武神在大喊大叫，带着纯粹的、可恨的、嗜血的屠杀的喜悦而大笑......我也是。 分享这段话 马福：这是以血还血，而且是成批的。这就是过去的日子，那些糟糕的日子，那些无所不能的日子。他们回来了!已经没有选择了。我已经准备好迎接战争了。监狱对你来说是地狱，马福，这次会是生活。地狱就是每天醒来，甚至不知道自己为什么在这里。但我现在已经出来了。有人对我很好，却被杀了。但我已经出来了。我清楚地知道我将会做什么。分享这段话 Marv : 杀害戈尔迪的不是你们这些失败者。做这件事的人知道他在做什么。不过，你一定有什么要告诉我的。比如是谁派你来的。[马夫手枪鞭打他] 马夫：我没有听到你给我任何名字，混蛋。我想当我向你的腹部开枪时，我的目标有点太高了。[你再这样瞒着我，我就真的要下毒手了。是Telly Stern给我的命令。他在Triple Ace俱乐部经营着桌子。再次感谢。[分享这句话 红衣主教罗克：这能让你满意吗，我的孩子？杀死一个无助的老家伙？马福 : 杀人？不，不满意。直到杀戮之前的一切，都将是一种气体。分享这段话 德怀特：[叙述] 他们有几十个人。武装到牙齿。我寡不敌众。被打得落花流水。但小巷是弯曲的，黑暗的，而且非常狭窄。他们不可能包围我。有时你可以通过仔细选择战斗地点来战胜对手。德怀特：[把成龙男孩的头举过那群拖着贝基和盖尔的黑帮分子]你可以拥有老城！我不在乎......只要把那个女人给我![Jackie Boy的头用胶带蒙着嘴 "说话"] 德怀特：闭嘴。盖尔:德怀特... ... 不要这样做。嘿，等一下，有点不对劲...舒兹： 闭嘴！否则我就把你塞进去。当然，麦卡锡先生。一个公平的交易。她是你的了。马努特：[头和盖尔被交换了。 这群人举起了他们的枪] 现在，如果你能向我解释为什么我们不应该把你们两个人都炸成碎片？盖尔:德怀特... 你做了什么？德怀特：完全是我必须做的... ...每一步。不!这是不对的！他的嘴上没有胶带！他的嘴上怎么会有胶布？[德怀特拿出布莱恩的遥控器，头部被隐藏的手榴弹引爆，击退了几个歹徒]德怀特：[叙述] 在哪里战斗很重要... ...马努特：可爱的把戏，麦卡锡... ...但它对你没有好处...德怀特： [继续] 但没有什么比让你的朋友出现更重要的了...[我们看到一营武装的老城女孩包围了小巷] 德怀特：有很多枪...马努特：不！麦卡锡，你个混蛋！分享这段话 马福：[叙述，看着凯文下楼] 他下楼去吃夜宵......我可以猜到是哪一种。分享这段话 雪莉：如果你要打我，那就打吧，把它打完，你这个变态的混蛋。杰克-拉弗蒂：这就对了，莉莉。

**id 93**

原创文章。奢侈威士忌，有什么意义？随着最近达尔摩尔（Dalmore）的Constellation系列、摄影大师（Masters of Photography）和麦卡伦（Macallan）的Lalique系列的发布，你对超高端（而且买不起）的威士忌和发布这些威士忌的酒厂有什么看法？就我而言，我觉得自己被忽视或被冷落了，所以我倾向于把视线转向那些创新或发布新的表达方式但仍能负担得起的酒厂。@JoeVelo 我也同意你的观点，只是我不觉得被忽视或被冷落。我们的车道上有一辆05年的道奇卡车和一辆光秃秃的48年威利斯吉普车。我仍然喜欢窥视最新的宾利双门跑车，而不觉得我个人被当作不配的目标。卡车和吉普车适合我们的生活方式，而宾利车永远不会。不管是谁买了宾利，都可能无法理解我们在吉普车上在俄勒冈小道上行驶时的自由感。@JoeVelo 我知道你的感受，我每次看到超过我的价格范围的瓶子都会有这种感觉，我的价格范围往往在200到300美元左右，这是我的高端。但是说实话，有很多价格合理的好威士忌，我认为对酒厂发火没有什么意义。每次我看到埃伦港等的年度发行，我都会梦想和流口水（只是一点点）。也许有一天我能够买得起这些瓶子。也许不能。有时我很幸运，我发现一个酒吧会出售这些酒，通常价格为50美元或更高。这时我就会决定我有多想尝尝这瓶威士忌，然后买下这瓶酒。几天前，我就因为这个原因尝到了一瓶非常可爱的Rosebank的酒。几个月前，我喝了一瓶Ardbeg Lord of the Isles，也是同样的情况。有时你很幸运，更多时候你不幸运。在我看来，只有当你能梦想到生活中更好的东西时，生活才有意义(btw 我真的不觉得任何威士忌在价格上超过500美元就值得了)。是的，有一个点，我不会花一毛钱买五分之一的东西，那就是200美元，对一些人来说，他们买威士忌的价格很低，但我不能花那么多，当然，能看到30-50年的威士忌很好，但我不会买它，除非我知道我可以花那么多钱，还能支付账单。@Gotoak91 正如我之前所说，很多时候，一旦你达到一定的价格，说实话，根据你所在的国家，它就在150美元到200美元之间，你不是在为威士忌有多好而付钱，你是在为其他人认为它有多好而付钱。有很多值得尝试和体验的很棒的威士忌，价格在75到200澳元之间，只有当我知道自己会喜欢那瓶酒时，我才会花更多的钱。除此以外，它是实验性的。@SquidgyAsh 是的，你是对的，幸运的是大多数威士忌都在200美元以下，至少是我想尝试的那些威士忌。特别是封闭式酒厂和老式瓶装酒，你是在为其他人的想法买单，而事实上，只有少量的瓶子可以使用。在澳大利亚，George T Stagg、Thomas H Handy等威士忌要卖到300澳元（如果你能找到的话），这就更难了，所以说实话，当我听到80澳元一瓶的这些坏小子时，我非常嫉妒你们美国人。苏格兰的单一麦芽酒的情况也是如此。但情况可能更糟。我可能住在加拿大，必须处理那个政府系统，哈哈哈。@SquidgyAsh，"为别人认为的好东西付钱 "也是我的印象。我认为单纯的地位也与此有很大关系。那种愿意花15.6万美元买一瓶尊尼获加钻石庆典的人，真的担心里面的东西比180美元的黑牛30年的味道好吗？就像购买毕加索原作的人担心挂在墙上的复制品会一样好看一样。在我的水平上，我可能也有点犯了这个毛病。在我的生活中，也许有一两次我会掏出钱来，比如说，350美元买一个Brora或一个Port Ellen，我承认这里面有一丝 "吹牛的吸引力"。

**id 94**

马龙双喜临门 高尔夫：沃伦俱乐部的冠军艾德-马龙在36洞决赛中的第35洞击败了马克-特纳，获得了俱乐部比洞赛的冠军，实现了独特的双喜临门。在周日举行的沃伦男子组大会上，埃德不仅从新任俱乐部主席托尼-斯坦顿手中接过了俱乐部冠军和主席奖杯，而且还接过了对抗赛奖杯。十月份的Stableford比赛在可怕的条件下进行。第一组由Paul Rolison以34分赢得，Peter Brockbank和Cuthbert Kendall以33分共享第二名。第二组由詹姆斯-安德森以38分的优异成绩获得冠军，安迪-米赞和俱乐部新任队长斯图尔特-辛普森以34分分享第二名。

**id 95**

布莱顿umi酒店的周中假期 作者：Nicole 日期：2012年11月12日 从伦敦坐火车到布莱顿只需一小时，海滩就在家门口，很容易理解为什么人们会爱上布莱顿，在海边度过周末。但是，当周末来临的时候，城市里的人群和所有东西的价格都会翻倍，甚至到了夏天更糟糕。所以就这样决定了，周中偷偷地去布莱顿度假，有什么地方比住在海滨的umi Brighton更好呢？经过最近的装修，酒店现在变得简单而时尚，提供良好的服务，舒适的房间，以及一个奇妙的位置，既可以在海边度过你的日子，也可以探索这个城市非常著名的艺术场景。但我最喜欢的是房间里床头的部分。当我访问时，他们几乎完成了对酒店的重大改造，包括在每间卧室安装独特的引言。我的名言是命运不是一个偶然的问题，而是一个选择的问题，它不是一个需要等待的东西，而是一个需要实现的东西。这是一个鼓舞人心的开始，也是我一天的结束。酒店内有许多特色服务；行李室、咖啡馆（早餐和午餐开放）、乌米酒吧（上图）（全天开放，提供欢乐时光的饮料和休息室）、与酒店相邻的小海湾餐厅（包括早餐和歌剧主题晚餐）。我对该酒店的一个疑虑是，如果你住在西街一侧的房间里。虽然房间比我瞥见的其他房间更宽敞，而且可以看到海景，但马路对面的夜总会，其扑面而来的舞曲和外面成群结队的年轻人，让我整晚都睡不着。我在房间里访问免费WiFi时也遇到了问题，而不得不去休息室才能获得服务。窗外就是海滨，步行不远就是城市的街道，住在布莱顿的umi酒店是周中在布莱顿度假时选择的一个廉价但优雅的选择。

**id 96**

页面搜索 此博客正在加载中...2012年7月9日，星期一 粉红色不是敌人 你好，我的爱人！又是星期二，今天我将与你们分享一篇略微不同的复古星期二的文章--不是档案中的东西，而是我为我的出版商UNDERO写的文章。又是周二，今天我和大家分享的是一篇略微不同的复古周二的文章--不是档案中的东西，而是我几个月前为我的出版商UNDERCOVER博客写的一篇文章。当时我把这篇文章链接到 "青少年女王奖 "中，但我认为把它带回来给那些当时没有看到它的人，让它自己站在这里会很好。我向你们介绍。粉红色不是敌人 嘘。\*我得告诉你一个秘密，好吗？这真的很令人尴尬。你不会告诉任何人，对吗？这只是你和我之间的事？这就是了。我真的...有点...喜欢...粉红色。当我还是个小女孩的时候，我妈妈想给我穿一条牛仔裤，我就大发脾气，不愿意离开家，尽管那条牛仔裤是专门买的，因为上面绣满了粉红色的花。当我的表妹没有邀请我在她的婚礼上做伴娘时，我哭了好几个小时，因为我向你发誓，我想穿那件粉红色的大酥皮裙，而不是想活着。多年来我最喜欢的玩具之一是一个巨魔娃娃，它有一头粉红色的头发，穿着全套芭蕾舞演员的服装，包括粉红色的芭蕾舞裙和脚趾鞋。它从未离开过我的视线。我知道，对吗？我！我我，我的武术、女权主义和幻想/科幻的书呆子。我，所有关于性别歧视和多样性的大讨论，以及试图写出你想看到的世界的变化。我，和我的强大的女英雄们一起四处战斗，施展法术，拯救英雄，解放国家。我对自己感到非常羞愧！我让身边的人失望了。我让身边的人失望了!对吗？对吗？或者怎么样。OH HECK NO.这是我们许多女士（事实上还有男士）在日常生活中面临的两难境地。我们想成为凶猛、强壮、独立的人，反抗关于女性气质可以或不可以的定型观念。我们希望得到尊重，我们准备好了踢屁股和取名字，直到我们得到它。但是，我们也真的、真的、真的想要那双我们上周看到的打折的粉红色绒面小跟鞋......人类有一个问题，那就是：我们喜欢把东西放在盒子里。我们喜欢把毛茸茸的男人的东西放在一个盒子里，把芬芳的粉红色女孩的东西放在另一个盒子里。女孩有时可能会被允许在 "毛茸茸的男人 "盒子里玩耍，并借用一些东西（比如，你知道，穿裤子、投票、拥有财产）。但我们不被允许拥有我们可能想要的一切，而且我们经常受到威胁，有人会来把这些东西从我们这里夺回去。如果我们太喜欢男孩盒子里的东西（工作中的平等权利和报酬，平等的性自由，对自己身体的绝对和无可置疑的支配权），我们可能会遭到一些非常不友好的称呼，甚至可能遭到人身攻击。男人甚至不允许看一眼芬芳的粉红色女孩盒子。里面的所有东西--所有对女孩来说应该是自然的和理想的东西--对他们来说应该是天生的低级和次要的。一个喜欢这些东西的男人是在辜负所有男人。他不适合做一个男人。他不能在盒子里玩，而不被别人嘲笑、威胁、剥夺权利，甚至可能被别人殴打，其中有些人甚至可能是女人。而女士们--许多女士--包括我在内！都看到了这一点，并被称为 "女性"。- 包括我在内！已经看到了这一点，并且已经知道说："我不会在芳香的粉红色女孩盒子里玩！"。如果它对男人来说不够好，那么它对我来说也不够好！我不会被强迫扮演某些角色。我不应该被强迫在生活中扮演某些角色和做出某些选择！我应该只参加发廊。我将只参加毛茸茸的男人的事情--比如坚韧和强壮，不关心个人卫生--这只会让你看到！" 女士们。同志们。穿着粉红色麂皮小跟鞋的姐妹们。我在这里要告诉你们，你们不必选择。许多人。

**id 97**

Tara Moss发布了她的Mak Vanderwall系列的最后一章《刺客》，我们发现这本书非常惊险，是她最好的作品，让我们坐在座位的边缘，和Mak一起穿越欧洲的底层，因为她找到了回家的路（你可以在这里阅读我们的完整评论）。我们还有幸采访了这位才华横溢的作者，了解她是如何在麦的故事中走到这一步的，以及为她心爱的角色麦-范德沃写下最后一章是什么感觉。麦迪。在这本书中，我们看到小麦变得更加坚强，走出了自己的底线，另一方面，我们看到她展示了另一面，以一种我没有想到的方式为她的角色增加了另一层，为她的角色增加这些更复杂的层次感觉如何？这对她的角色来说是一个自然的发展吗？塔拉：整个系列--特别是过去的三部小说--一直在为《刺客》中的事件努力。小麦已经被逼到了极限，她发现为了保护自己和她所爱的人她会走多远。她发现了《海妖》中强烈暗示的新的黑暗面，通过这一切，她不得不努力保持自己的人性和身份。当你的头被悬赏时，这很难做到，你必须使用假身份证，生活在雷达之下......麦迪。结局再次出人意料，这正是我们在一个系列中所寻找的，让我们猜测，你让我猜测......你知道你对小麦的下一步打算是什么吗？塔拉：这第六本小说将是麦-范德沃尔系列的最后一本。写作小麦已经有令人难以置信的15年了，而《刺客》完成了她的故事。现在是时候让她离开了。这并不容易，我相信。麦迪：你写小麦的故事已经很多年了；随着她一路的发展，你最喜欢她性格中的哪一方面？在我们讲故事的过程中，主角的成长和变化有多重要？塔拉：我写小麦已经有15年了，她的生活发生了很多变化，我的也是。这个系列看到她从一个坚韧、聪明，但在某些方面又很天真的年轻女子演变为一个类似于义务警员的人。她看到了人性的阴暗面--贪婪、虐待狂和暴力--而她的反应是为了生存和寻找正义而不择手段。我喜欢她性格的演变。角色必须经历一个旅程，必须进化和成长。这在系列小说中尤其重要。麦迪。在发展小麦和她的故事的过程中，你对成为一名作家有什么认识？你的风格随着时间的推移有什么变化？塔拉：书是老板。每个作家都是他们所写的人物的创造者和奴隶。我已经学到了这么多。角色在某种程度上变得真实，他们有了自己的个性，不能被告知该做什么。我还发现，我对研究和学习有一种真正的热情。我喜欢事实、案例研究和历史，我喜欢把所有这些迷人的现实生活细节，写进我的小说。麦迪：你总是为你的故事投入惊人的准备工作，它们是否改变了你对警察和他们工作的看法？ 也就是说，有些方面是我们普通大众认为理所当然的，只是没有意识到它有多难，因为像CSI这样的节目让它看起来很容易？塔拉：我们要感谢警察叔叔和阿姨们。警察的工作很辛苦，无论是身体上还是心理上，他们以一种非常真实的方式为我们把自己的生命置于危险之中。这与电视上的情况完全不同。一些警察在退休后仍被未解决的罪行困扰着。他们的工作让我很惭愧。麦迪：你的新系列《潘多拉英语》也进展顺利，你是否需要创造一个新的角色，以摆脱只以写麦子而闻名？你喜欢这个新系列的什么？塔拉：我抓住了一个机会，创造了一个新的潘多拉英语系列。我必须向读者和出版商证明，我可以写其他的故事，其他的人物和流派。我很高兴它进展顺利，因为这种成功将使我在未来获得更大的自由。作家可以写他们想写的东西，但让别人出版或阅读它并不总是容易的。我很幸运，我有机会作为一个作家成长和改变，到目前为止，我的读者都愿意

**id 98**

一个充满希望的浪漫主义者在巴黎的回忆录、思考和旅行 一个惊喜的晚餐？是的，请吧!我几乎什么都可以尝试一次。(西班牙的猪耳朵、中国用吸管吸的骨髓、西藏的牦牛、意大利的拉尔多......）。很明显，我是一个喜欢冒险的吃货。当我那同样喜欢冒险的意大利人最近计划了一次惊喜的晚餐，告诉我这更像是一个概念时，我很感兴趣。我们会不会在黑暗中用餐，用手吃饭......考虑到我们是在巴黎，一个美食之都，我无法理解这一点。当我们在玛德莱娜广场闲逛时，我的好奇心越来越强。直到我们到达通道。在这里，我们发现了一家餐厅，它的菜单与其他餐厅不同。隐藏在著名的美食家森德伦斯餐厅之上的是这种体验和口味的试验。这里没有菜单，因此不需要做任何决定。这里是烹饪冒险开始的地方。你的晚餐是根据厨师的心血来潮，无论他决定为主餐厅测试什么，每张桌子都会尝试不同的菜肴，其中一些可能最终会出现在菜单上。四道独特的美食，不到40元（加上一瓶上好的葡萄酒），就可以享受到惊喜的晚餐了。在过去的一周里，我的思绪一直在纽约，它的邻近地区，以及东海岸，这个我出生、成长和生活了这么多年的地方。纽约是我的一部分，不同于其他任何城市。它的人民就是我的人民，坚韧不拔，强大而团结的事业。现在我比以往任何时候都更能感受到这种联系，超级风暴桑迪留下的悲伤和痛苦。2001年我在那里经历了9-11的悲惨事件，几年前我在那里经历了大停电，现在我也在那里，如果不是在身体上，就是在思想上。很难相信生活会因我们无法控制的力量而突然改变。纽约、斯塔滕岛、皇后区、布鲁克林、新泽西......世界与你们同在。鸣叫 尽管我喜欢经常参观当地的画廊和博物馆，但一些最独特和有趣的艺术可以在城市的街道上找到。即使是巴黎的街头艺术，似乎也是受到这个城市的浪漫主义的启发，至少在我眼里是这样。有一位艺术家特别 [...] Tweet 每年秋天我都期待着蒙马特的葡萄酒收获季节，即Fte des Vendanges。在这个年度活动中，我不介意冒着围在Sacr-Cour大教堂周围的人群，渴望品尝各种地区的葡萄酒，配上丰富的奶酪和鹅肝酱样品， bien sr!今年我的朋友Sarah是[...] Tweet我临时决定去里尔，去见一个亲爱的朋友和她5个月大的宝宝，他们从伦敦乘坐欧洲之星旅行。有什么地方比这更好呢？我对这个城市知之甚少，而它的历史和艺术却经常被提及。只有一个小时的火车，但[...] Tweet 每年这个时候我都期待着意大利的葡萄收获。我第一次真正体验到对葡萄的敬意是在两年前，我仍然喝着葡萄酒来纪念那些日子。今年的收获没有那么丰富，但我和我的意大利人开始工作，[...] Tweet我小时候最美好的记忆是在克拉科夫的主要广场上喂鸽子。在这个城市的魅力中，我总是感觉很好，即使是在共产主义的那些年里，当我年轻的头脑在努力理解所有的差异时。每次去萨诺克探亲[...] Tweet在我最近的萨诺克之行中，我的母亲在那里长大，我在那里度过了许多童年的夏天，我们去了一个最大的露天博物馆之一。Skansen博物馆成立于1958年，再现了19世纪和20世纪初波兰这个地区的生活。你开始明白了简单[...] Tweet今天是我来到巴黎三年的日子。充满了轻松和爱。准备开始一个新的篇章。当充满希望的乐观主义者战胜了实际的现实主义者时，没有意识到未来的挑战。当我回顾过去三年在巴黎的外籍人士生活时，我的感觉如何？最后，[...] Tweet今年我的意大利人计划了一次超乎想象的生日旅行。与两年前在托斯卡纳的惊喜之旅完全不同。我们从巴黎飞到维罗纳，然后驱车向北，空气更加清新，风景更加优美

**id 99**

你可以在任何时候把钱放进去，但不能超过设定的限额。你可以在任何时候把钱取出来，而不必支付任何税款。TFSA之间的转移 如果你有一个以上的TFSA，你可以在它们之间转移资金。这不会影响你的TFSA供款空间 -- 只要是在TFSA之间直接转账。请向您的金融机构或投资公司咨询，了解如何做到这一点。如果你自己从一个TFSA中提取资金，并将该金额存入另一个TFSA，这将被视为一个单独的贡献，而不是转移。该供款将减少，甚至可能超过你当年的TFSA供款空间。如果你超额缴款，你将支付罚款。违反规则的惩罚 超额供款 -- 如果你向你的TFSA供款太多，你将支付每月1%的罚款，直到你将其清除。如果你故意超额缴款，你将为超额部分的任何收益或收入支付100%的税款。被禁止的和不合格的投资 -- 你在TFSA中持有这些投资的任何收益或收入都将被100%征税。例如：你拥有重大利益（10%或以上）的公司的股票。资产转移交易 -- 你在TFSA和注册或非注册账户之间交换投资所获得的任何收益将支付100%的税。这是为了阻止人们利用TFSA来实现投资收益，否则将被征税。例如：你用你的TFSA中的现金交换你的RRSP中的投资。看看这些例子，了解更多关于加拿大税务局如何计算对TFSA的超额缴款的税收处罚。在TFSA中更快地建立你的储蓄有多快？请阅读多米尼克的故事，了解一个例子

**id 100**

周末柏林 你在寻找各种历史亮点、文化多样性和充满活力的夜生活结合在一起的城市？那么你应该来柏林!从你的日常生活中抽身出来，收拾好你的行李，享受一个 "周末柏林"。无论春夏秋冬，柏林在一年中的任何时候都能提供各种各样的活动。观光与旅游 电视塔 离地200多米，可以看到柏林的美景？电视塔的高度为368米，是德国最高的建筑，非常受柏林游客的欢迎。勃兰登堡门 勃兰登堡门是一座旧城门，也是柏林和德国的主要标志之一。它是曾经进入柏林的一系列门中唯一剩下的门。勃兰登堡门是通往菩提树大道的纪念性入口，这条著名的菩提树大道以前直接通向普鲁士君主的城市宫殿。今天，它被认为是欧洲最著名的地标之一。在春季和夏季，许多街头艺术家在勃兰登堡门周围用音乐和舞蹈为您提供娱乐。博物馆岛 柏林以其博物馆而闻名，如博物馆岛，这是一个由五个具有国际意义的博物馆组成的综合体，位于米特区的施普雷河畔。特别是在雨天，你可以在 "周末柏林 "中参观旧博物馆、新博物馆、国家美术馆、博德博物馆和佩加蒙博物馆，其中有奈菲尔蒂的半身雕像。犹太博物馆 柏林犹太博物馆自2001年开放以来，一直是欧洲博物馆界的著名机构之一。除了一些特别的展览之外，博物馆还展示了德国犹太人的历史和文化，记录了从中世纪到现在的最早的证据。国会大厦 在柏林市中心的另一块地方，也是德国历史的一部分 -- 国会大厦。了解德国议会的所在地，参观玻璃穹顶，或者只是欣赏一下蒂尔加滕，柏林最大的公共公园之一和德国查理检查站的景色。 在 "周末柏林 "对时间旅行感兴趣？回到1961年，当柏林墙建成后，柏林被分成东西两部分。查理检查站是进入柏林另一半的最著名途径。即使在今天，你也能在检查站的每个角落感受到冷战的历史。城市旅游 如果步行、乘车或乘船，有几种方式可以对柏林进行简要了解。许多当地的经营者在柏林市中心和郊区提供旅游观光服务。这是否让你渴望得到更多？这些只是你在 "周末柏林 "中可以参观的几个景点。夜生活与购物 柏林有几个购物区，如弗里德里希大街(Friedrichsstrasse)、哈克谢尔市场(Hackescher Markt)、亚历山大广场(Alexanderplatz)或库尔弗斯滕达姆(Kurfrstendamm)，当地人称之为库姆(Ku'damm)，这是柏林最著名的大道之一--到处是商店、房屋、酒店和餐馆。在你的 "周末柏林 "期间，去买你的纪念品吧。餐馆 如果是日本人或意大利人，黎巴嫩人或韩国人，在柏林你可以找到任何口味的餐馆。你也可以找到提供柏林美食的餐厅，这些美食是传统的丰盛和质朴的。知名的小吃有柏林咖喱肠或 "Boulette"。夜生活 在 "柏林周末 "期间，您可以沉浸在充满活力的夜生活中。柏林各地都有俱乐部和酒吧。从家庭音乐、RnB到摇滚乐，在柏林你可以找到一个适合各种音乐的俱乐部。此外，你还可以参加音乐会或在卡拉OK酒吧里享受乐趣。在夏季，你可以享受露天音乐会、露天俱乐部、露天酒吧，甚至露天电影院。不要等待，现在就计划你的 "柏林周末 "吧!

**id 101**

关于成熟的作者和期望的重量。J.K.罗琳的《临时空缺》 作为一名文学评论家，最大的乐趣/责任之一就是你被要求评论无数的首发小说。当我第一次开始评论时，我记得这种感觉对我来说是不寻常的--我来自学术界的背景，在那里，如果你没有对每一种批评观点、每一种最后的理论解释、每一个微小的传记细节的几乎令人愤怒的知识，你就不会阅读任何东西。最新发布的首部作品给我留下深刻印象的是，阅读它们的经验是多么纯粹，几乎是处女作。我是多么自由，不受任何可能动摇我对文本解释的影响。然而，对于已经成名的作家，似乎任何新小说都要通过他们以前的作品来评判。这是作家们在出版第一部小说时签订的浮士德式契约：如果获得任何程度的成功，你将永远无法摆脱你以前的作品，你所做的一切都将不可避免地受到评判。J.K.罗琳的《临时空缺》的出版也是如此，我读到的几乎所有评论都将其与《哈利-波特》一书相提并论--据说帕格福特的居民都是麻瓜，其中一个主要家庭被描述为杜斯莱家族的苍白仿制品，该书改名为《麻瓜行军》（公认是相当出色的）。不管这是多么不可避免的事情，这一切似乎都有点不公平--不仅对作者，而且对文本本身。我不是罗琳的忠实粉丝，所以才会看到《临时空缺》。我从来没有排队看任何一部电影，从来没有在额头上画过一道闪电般的疤痕，也没有穿上黑色的巫师斗篷。当然，我读过这些小说，而且我记得我是以一种转移注意力的方式来享受它们的，但当波特狂热占据主导地位时，我比他们的目标受众稍大一些，忙于学校作业和聚会，无暇顾及哈利和他的朋友。那么，有一些读者比我更容易受到影响，与波特宇宙的联系更紧密。然而，我也无法摆脱这个概念，即这是由《哈利-波特》书籍的作者写的。因此，在《临时空缺》发布后的所有宣传中，我一直回想的问题是这样的。在多大程度上是读者的错，因为他们无法忘记作者过去的作品，并根据其自身的优点来阅读文本？摆脱他们自己期望的重量？罗琳在《非儿童》舞台上的首秀以一位议员巴里-费尔布罗特的死亡开始。他的死导致议会出现了一个空缺（一个 "临时空缺"），随之而来的是关于谁应该占据这个席位的争论，并因此赢得了帕格福特镇希望将 "田野 "从其边界移除的更广泛的派系战争--在这个住房委员会中，"涂鸦在桥上开花"，当地人向路灯扔石头，"甚至更糟"。对于一个在纸面上听起来相当沉闷的话题，罗琳成功地将她的故事线索编织成一个错综复杂的故事，讲述了几个家庭和他们的琐事、怨恨、欲望和恐惧。巴里-费尔布罗瑟死亡的消息在镇上激起了涟漪，似乎 "像冒泡的香槟一样在空气中流动"，偶然的空缺闪烁着可能性。但镇上有些人对竞选活动感到厌恶，试图破坏潜在候选人的努力。于是，教区委员会网站上原先停滞不前的留言板开始显示巴里-费尔布罗瑟的鬼魂的信息，成为风暴的中心，他似乎知道那些希望占据其席位的人最深的黑暗秘密。罗琳在创造错综复杂、令人信服的世界方面有特殊的诀窍。这本书的背景是一个风景如画、典型的 "英国 "小镇，"漂亮的帕格福特小镇"，如此古色古香，我几乎以为封面内页会有一张地图的画。但是，除了这些表面上的英国式可爱的石头小屋和绿色乡村之外，还有暴力、毒瘾、青少年性行为、死亡和一般的阴暗面，人们对这些都表示担忧。到第三页，巴里

**id 102**

"每日电讯报》报道："在农村长大的人在年老时患阿尔茨海默病的可能性可能增加一倍以上。虽然传统上乡村生活与更健康的生活方式有关，但最近的一项研究结果表明，情况可能并不总是如此 -- 至少在阿尔茨海默病方面是如此。研究人员汇集了13项单独研究的数据，并考察了乡村与城市相比，痴呆症患者总数的差异。研究人员还比较了在这两种环境中随着时间推移而形成的新病例的数量。虽然他们发现一般情况下患痴呆症的几率没有明显差异，但他们确实发现患阿尔茨海默氏症的人数有明显差异。在乡村长大并继续生活的人面临着最高的风险增长，与那些生活在更多城市环境中的人相比，他们患这种疾病的可能性要高出两倍以上。这是一项耐人寻味的研究，但令人沮丧的是，它提出的问题多于答案。用《每日邮报》的话说，目前是 "一个谜"，为什么在农村地区长大会增加你患阿尔茨海默病的风险。研究人员讨论了某种童年接触环境因素的可能性，但他们坦率地承认，这纯属猜测。他们说，需要进一步的高质量研究来证实这种地理区域之间的差异，并调查观察到的差异的潜在原因。故事从何而来？这项研究是由爱丁堡大学、伦敦大学学院和英国其他机构的研究人员进行的。该研究得到了苏格兰阿尔茨海默症协会、医学研究委员会和全英国其他组织的支持。该研究发表在同行评议的《国际流行病学杂志》上。媒体对这项研究的报道是准确的。英国《邮报》和《电讯报》都指出，研究人员没有解释为什么会出现这种阿尔茨海默氏症病例数的差异。并指出需要进一步研究以确定这种关联的根本原因。这是一项什么样的研究？这是一项系统回顾和荟萃分析，研究了农村和城市地区在痴呆症患病率（痴呆症患者的总人数）和发病率（在特定时期内出现的痴呆症新病例的数量，例如，一年内）方面的差异。研究人员在审查中包括了横断面和纵向的研究。将多项独立研究的结果汇集在一起，可以比任何特定的研究本身描绘出更完整的画面。荟萃分析可以对关联或效应大小提供更有力的估计，并增加我们对所获结果的信心，因为这种分析所包括的参与者总数比单一研究可能的要大。然而，在进行和解释荟萃分析的结果时，各研究之间存在着重要的差异，需要加以考虑。例如，在本综述中，不同的研究用于诊断痴呆症和阿尔茨海默氏症的标准不同，研究收集数据的水平也不同（有些使用区域数据，有些则在城镇或城市层面收集数据）。本综述所包括的研究是在许多不同的国家进行的；国家之间的农村和城市环境在环境或社会经济因素方面可能并不相似。例如，日本的一项研究将 "农村 "定义为人口在3万以下的行政单位，而意大利的一项研究则将 "农村 "定义为交通不便、经济以农业为主的小城镇（特别是西西里岛的特洛伊纳镇）。而有些研究根本没有提供相对于 "城市 "的 "农村 "的定义。最后，荟萃分析的结果只与数据所取的研究一样好。方法学质量不高的研究可能被用于荟萃分析。虽然研究人员经常试图通过根据质量对每项研究进行加权来说明这一点，但严格程度不一的研究通常会被纳入同一个综述中。该研究涉及什么？研究作者搜索了多个数据库，以确定报告农村地区痴呆症病例总数或新发痴呆症病例数的研究，并将这些数字与城市环境中的数字进行比较。研究人员还包括所谓的 "灰色文献"--未被医学期刊收录，但可能仍有价值的数据，如研究论文和政府报告。研究人员通过考虑研究设计、方法、偏倚风险、如何确定病例、不同研究地点的程序标准化以及随访来评估研究的质量。

**id 103**

你知道你的理想或梦想工作是什么吗？调查18 - "你知道你的理想或梦想的工作是什么吗？"根据TipTopJob最近进行的一项调查，60%的求职者知道他们的理想或梦想工作是什么或将是什么。你是否觉得这个数字高得出奇，因为有很多人，甚至到了40岁，还转身说'我还是不知道我老了以后想做什么'？找到一份理想的终身工作是很罕见的，这一点从对目前工作不满的人数和大量的积极求职者中得到了证明。这60%的数字包括那些知道他们的梦想工作是什么的人和那些知道它将是什么的人，所以问题是，即使人们知道他们的梦想工作是什么，他们是否为他们的梦想采取行动，他们是否真的在那个岗位上工作？许多人甚至没有考虑到这是否真的是他们想做的工作类型就进入了工作状态--但在一天结束的时候，工作能让你赚钱，而你需要钱来生活!对于剩下的40%不知道自己的梦想工作是什么的人来说，合乎逻辑的想法是，他们会一直在寻找一份新的工作。这就是招聘网站变得非常有用的地方。招聘网站的好处是，你可以在网上保留你的详细资料，你的技能和工作偏好以及你的最新简历，这样猎头公司就可以找到并接近你了为了帮助求职者，招聘网站允许使用非常智能和有效的 "工作提醒"。设置电子邮件提醒意味着当符合您的工作搜索标准的工作被注册到网站上时，您会收到通知。这节省了你检查和重新检查不同网站的时间，你可以坐下来，让工作直接到你的收件箱。您不必长期不断地寻找工作，您可以牢记您一直在寻找的工作梦想，并在招聘网站上设置这些工作提醒，这样，如果您的梦想工作被注册到网站上，您就会立即知道。他们说，"草总是更绿"，这适用于你的职业生涯，以及生活中的其他一切。从就业的角度来看，这解释了人们在工作环境中从来没有百分之百的快乐，并将始终保持他们的眼睛，以寻找潜在的更好的工作。但是，草总是更绿吗？如果你对你的工作感到满意，这是最重要的方面--一个众所周知的事实是，如果你喜欢你正在做的事情，你实际上将永远不必在你的生活中再工作一天！"。

**id 104**

我将在清晨与你在明亮的河边相遇，当所有的悲伤都已飘散。我将站在大门口，大门大开，在人生漫长而沉闷的日子结束时。周。我将在清晨与你相见，说一声 "你好吗？"我们会在河边坐下来，以狂喜的心情，重温旧日的相识。清晨，你会通过我的微笑认识我。当我清晨在那四方之城与你相遇时。我将在清晨与你相见，在那甜蜜的日子里，将旧的十字架换成皇冠。不会有失望，也不会有死亡 在那片生命之阳消逝的土地上。我将在清晨与你相见，在那黄金之城的街道上，在那里我们都可以在一起，在永恒的岁月中永远快乐。

**id 105**

疑问解答 有什么办法可以在没有身份证的情况下获得酒水服务吗？ 我16岁，我喜欢出去喝酒，没有什么 "在街上呕吐"，只是和我的朋友喝几杯啤酒，但我一直被拒绝，当试图获得服务（不要留下任何帖子说那是因为你只有16岁），所以我想知道是否有任何办法看起来/行为年龄，有一个更好的机会获得服务。其他答案 (8) 当我还是个孩子的时候，法定年龄是18岁，如果有很多面部毛发和大球，在16或17岁进入俱乐部喝酒并不是什么大问题。在为未成年饮酒做了200小时的社区服务后，你会显得更老。不要急着长大，享受你的青春和年轻的活动。查一下那些未成年就开始喝酒的人成为酗酒者和吸毒者的统计数字。不可能的。原因是你未成年，试图非法获得酒精不仅可能让你陷入困境，而且是在不知情的情况下为未成年人服务的人。你真的想为了自己的快乐而让别人陷入困境吗？

**id 106**

SES--保持家庭氛围 马丁-莱德维奇在18岁时报名成为一名SES志愿者。然而，那时他已经对克雷吉本部队了如指掌。他说："我从14岁起就被我父亲拉去了。我去那里，那些家伙会用我来练习他们的手艺。他们会看书，看如何把人绑在轮床上，然后他们会对我这样做。马丁的父亲保罗帮助创建了这个单位，31年后他仍在那里。尽管SES是他们生活中的一个重要部分，但莱德维奇夫妇都没有告诉马丁的母亲，她的儿子是作为绳结和救援的试验品开始的。对马丁来说，跟随他的父亲进入该单位是一个自然的举动，而且克雷吉本团队非常注重家庭。马丁的妻子凯莉和他的母亲艾米莉都是附属机构，他们都支持他们丈夫的服务。有相当多的家庭在该单位有很强的影响力。他们的任期也很长：有五名成员拥有146年的服务期。 也许这就是为什么他们是一个如此紧密团结的团体。我只是喜欢它。这个单位往往是相当友好的，我们总是在事后出去玩。他们真的就像家人一样，"马丁说。在单位之外，马丁对四驱车情有独钟，这是他通过在SES的工作第一次接触到的。他还喜欢和家人一起四处旅行。他很难从他25年的服务中挑选出任何突出的时刻，但他说，大型行动的最好部分是它们吸引了许多不同的单位，使他能够认识许多其他志愿者。你年复一年地遇到同样的面孔。我喜欢这样。马丁在去年维多利亚州北部的洪灾中担任师长，他很享受这个过程。最后我们乘飞机上去，从上面看到这一切。你可以真正看到所有这些努力的结果。SES已经成为马丁生活中的一个巨大部分。他说，志愿服务很有乐趣，而且非常令人满意。你可以看到很多不同的东西，否则你不会看到。你会遇到很多处于最糟糕情况下的人，而他们看到你时是如此感激。还有什么比这更好的呢？他说，在SES做志愿者提供了国家认可的结构化培训，因此在做其他事情的同时提供了个人发展的机会。如果你真的想走出去，帮助你的社区，那么这就是一种方法。作为一个以志愿者为基础的组织，维多利亚州应急服务局（SES）每年在5500多名志愿者的协助下，为成千上万的维多利亚人提供紧急援助。要登记您对成为志愿者的兴趣，请致电1300 VICSES或将您的询问发送至 www.vicses.vic.gov.au

**id 107**

我们开了好几个小时的车，一路上我们都在聊天 我对你说的那些话很着迷 你说得那么甜，我都能在舌头上尝到 你让我兴奋不已，让我觉得自己很特别 但我不确定我是否真的是，因为我被所有说对话的机会噎住了 我现在要试试 我想说什么？我想说的是 我想说的是 我非常爱你 我非常爱你 我非常爱你 我想说的是 我们到了城市 你搂着我的胳膊紧紧地抱着我 我感觉如此之近 然后我感觉它慢慢地从我的手指间滑落 在我的腿上，落在地板上 就像突然跳动的词。我想说的是 我想说的是 我非常爱你 我非常爱你 我想说的是 我非常爱你 我非常爱你 我非常爱你 免责声明:您必须同意以下声明，否则请离开本网站。所有Dashboard Confessional - What I Wanted To Say Was歌词、艺术家名字和图片的版权归其各自所有者所有。所有Dashboard Confessional - What I Wanted To Say Was的歌词可能只限于教育和个人使用。

**id 108**

一些州已经通过了法律，要求医生告诉妇女是否有密集的乳房，并告知她们有较高的乳腺癌风险。 据《洛杉矶时报》报道，加州将从2013年4月1日开始执行这项法律，这再次引起了人们对披露此类信息的必要性的关注，特别是由于乳房密度评分经常变化，而替代的筛查方法可能导致假阳性，以及更多的测试可能不被妇女的健康保险所覆盖。一些研究人员认为，告知妇女密集的乳房没有什么用处，可能只是让她们担心。此外，这可能只会导致更多的筛查和测试，造成更多的假阳性和额外的医疗费用。然而，其他医生和医师坚持认为，乳房密度应该向妇女报告。 他们认为，妇女经常被告知乳腺癌的风险因素，尽管对这些因素几乎无能为力。 告知妇女她们有致密的乳房可能会导致她们接受更多替代形式的筛查，比如核磁共振，即使有致密的组织也能更好地发现肿瘤。美国放射学会不支持强制要求医生告知患者致密乳房的情况。 虽然ACR确实支持将乳腺密度信息发送给医生，但他们解释了他们对将此类信息纳入非专业摘要的立场："我们敦促强烈考虑这样做的好处、可能的危害和意外的后果"。新的三维乳房X光检查可能是解决这个问题的办法。 2011年，该设备获得了美国食品和药物管理局的批准，现在可以在南佛罗里达州使用。 这项技术被称为乳腺断层扫描，能产生乳腺组织的三维视图，并帮助放射科医生确定单个乳房结构的特征，而不会出现重叠组织的混淆。 使用这种方法进行筛查，使假阳性率下降了40%。苏珊-洛夫博士指出，一项为期六年的研究发现，拥有致密乳房的妇女与拥有非致密乳房的妇女有相同的死亡风险。 她提醒说，没有证据表明更多的筛查是更好的，并解释了致密组织是如何增加患癌症的风险，但不是死于癌症。尽管如此，新技术让医生能更清楚地看到乳房，所以更少的妇女被叫回来做额外的测试。 乳房断层合成设备的制造商Hologic公司指出，使用过该技术的临床医生报告说，"Hologic三维乳房X光摄影术检测出了可能被二维乳房X光摄影术遗漏的癌症。"信息中心 快速链接 我们的公司 我们的使命是用知识增强你的能力；给你提供你需要的事实，以积极主动地保护你自己、你的家人和你的未来。在这些网页上，你会发现有关病人的权利、医院和其他医疗机构、知情同意以及在必要时法律系统如何与你合作和为你服务的信息。

**id 109**

与NEA文学翻译研究员丹-贝尔姆的艺术谈话 丹-贝尔姆。照片：Annie Silverstein "我们应该相互阅读世界文学，跨越边界，以只有伟大的写作才能做到的方式进入其他的生活和时代。"-- 丹-贝尔姆 教授、编辑、翻译家和诗人 -- 2013年美国国家教育协会文学翻译研究员 丹-贝尔姆有一些严肃的文艺复兴者的身份。除了翻译巴勃罗-聂鲁达、Manlio Argueta和Csar Vallejo的作品外，他翻译法国作家Pierre Reverdy的作品已有近十年时间。1998年，Bellm因其诗歌《Aspens》获得了由Mark Doty评审的Caesura奖，并获得了加州艺术委员会的文学艺术家奖学金。贝尔姆的诗作曾出现在《诗歌》、《犁铧》、《三联评论》和《口碑》等刊物上。美国同性恋诗歌选集》。我们与贝尔姆谈了他的作家生活、他的文学翻译哲学，以及他为什么喜欢拆开诗来 "看看它们是如何运作的"。NEA：你对艺术家的生活有什么看法？丹-贝姆：对我来说，艺术家的生活意味着做我喜欢的工作，这包括继续尝试那些挑战或吓唬我的工作。我对写或翻译我已经写过或翻译过的那种诗不太感兴趣。作品必须提出某种我不知道答案的问题或谜语；当我幸运时，我抓住一条线，就这样坚持下去。或者换个比喻，我想到撑杆跳运动员如何不断提高标准。虽然不是所有的作家都这样做，但我喜欢公开朗诵我自己和别人的诗歌。我认为这是我工作的一个重要部分。诗歌是用来朗读和传递的；一旦它们被写出来并被说出来，它们就不再是 "我的 "了。NEA：你记得你最早接触艺术的时候是什么？贝勒姆：由于我是一个文学艺术家，我不得不说，我最重要的早期记忆是我母亲带我去我家乡伊利诺伊州斯普林菲尔德的公共图书馆，从我三四岁开始，挑选书籍，把它们带回家，一起阅读--这个习惯从未停止过。我的姐姐艾琳比我大两岁，她也从幼儿园和一年级开始带书回家。这一切都可以追溯到那个时候，当我学会阅读时，纸上的文字栩栩如生，这种奇妙的体验。再往前看，我必须感谢我的高中英语老师吉姆-伯克，他注意到了我，并推动我去读那些不在 "名单 "上的有挑战性的书，而且真的想听听我对它们的看法。NEA：你能告诉我们关于你的NEA拨款将支持的项目吗？你是如何选择你翻译的作品的？贝勒姆：我正在翻译法国诗人皮埃尔-雷维迪（1889-1960）战后的伟大作品《死者之歌》（Le chant des morts），这本书包含43首诗，写于1944-1948年。虽然这是迄今为止雷瓦迪中后期职业生涯中最重要的一本书--在他和妻子逃离巴黎艺术和文学世界的中心，在法国北部索莱梅修道院附近过着相当隐蔽的生活之后，《死者之歌》一直被英语译者所忽视，他们几乎完全关注他在巴黎时期（1910-1926）的诗作。其中只有四首诗以英文出现过，而且是在早已绝版的书中。Le chant des morts是一个非常不寻常的[叙述]战争的公共和私人后果的作品。它不是一部纪录片，也不是一部叙事片--它是关于灵魂的不安状态。雷维迪对图像的掌控能力很强，战后法国濒临死亡的情感氛围显得如此陌生而熟悉，我真的相信这首诗会对我们自己的时代发出有力的呼声。我研究雷瓦迪的诗已经有十多年了，从他的两本散文诗集开始，我转向了《死神之歌》，因为它是

**id 110**

结构的结果。很长一段时间并不是那么糟糕 只有1.13%.相当于2012年前两个月完成的结构性产品的平均回报率，是至少三年来最糟糕的情况。在1月和2月完成的67项投资中，只有3项取得了合理的利润水平，超过了10%。赚了 大多数人投资于华泰人寿保险公司开发的基金，并在贷款银行白金附加产品中提供。这是一个三年期的结构，与在伦敦证券交易所交易的一篮子六种金属（铝、铜、镍、铂、银和金）挂钩。这项投资的回报率在三年内达到33.61%，或11.2%.年。但由于人寿保险和捐赠的形式，它被免除了资本利得税，这是它的结果可以与41.49%的税收相比。(13.83%.每一年)。一年内少一点（10.73%.），但整个投资期多一点（42.93%）。黄金给了新世界另类投资公司准备的四年期结构，这有助于赚取金价的上涨。再次，我们不得不处理的政策，所以不必支付19％。税。要抱怨不应该是一个投资者决定结构性存款欧元/兹罗提2011年稳定（1）在PKO BP（5％。 在半年的欧元汇率）。这就是所有关于市场结构的好消息。随着1月和2月完成67。利润产品只产生了22（33％。所有），投资资本投资的回报导致41（61％）。其余4个导致客户流失，主要是因为10％。一年它的成本效益战略的持有人B（1）的投资精品酒店。在2012年1月1日至2月29日期间，公开访问的结构的平均回报率（基于那些私人银行每年收集两次，包括在这个材料的收益率来自基础网站Structus.pl），是1.13％。这继续了2011年夏天开始的下降趋势。去年上半年是历史上最好的时期。平均回报率为4.88%。年。但这些年的动荡情况要糟糕得多，下半年的平均得分下降到1.66%。在2009-2010年，平均为2%至4%。现在，尽管心情平静，但情况更加糟糕，而且几乎没有迹象表明未来几个月会有改善。

**id 111**

夏威夷高级中锋在周一的训练中进行了一些全面的接触性训练--不幸的是，这次训练恰好又不对媒体开放。没有直接的观察。他显然也在周六的隐蔽团队训练中进行了一些工作，在前一天晚上的电影会议上，他以75-67的成绩战胜了夏威夷太平洋队。Joaquim说他已经准备好参加Outrigger Hotels Rainbow Classic，如果没有任何健康上的挫折。他说他觉得自己 "97%"健康。"我只需要再多3％，"他说，咧嘴大笑。然而，吉布-阿诺德听起来不像是要对他珍视的大人物采取任何机会。请看明天的报纸，看看他对这件事的看法（以及我们三部分的UH篮球赛季预览的第一部分）。现在只需要说，乔金在与马里兰东岸的比赛中出场还远远没有确定。但与上周这个时候相比，它现在更接近现实。11 Responses to "Joaquim back in the fray" 根据日程安排，本周末之后，男子篮球队将只打四场比赛--三场在这里，一场在客场--直到12月22日开始的钻石头经典赛。主场比赛是伊利诺伊，11月16日；北达科他，11月20日；佩珀代因，12月8日。客场比赛是12月1日的UNLV。希望范德在经典赛前能有110%的表现。坦率地说，我对上周五的球队印象非常深刻--尤其是艾萨克-福图和克里斯蒂安-斯坦达丁格。我记得我在昨天的早报上看到，其中一位记者说，在接下来的一周左右，UH篮球队应该是3-0，因为他们有3场轻松的比赛。不管有没有范德，每场比赛都将是一场苦战，这些记者怎么能做出这样一揽子或无意义的声明。通常情况下，这些记者从来没有打过比赛，所以并不真正知道打比赛需要什么。糟糕的报道和笼统的预测可以反映出记者对比赛缺乏了解。有像我这样的巡回记者，也有专栏作家。这是两件不同的事情。专栏作家可以自由地做出他们认为合适的预测和预言；这就是他们工作的一部分。这是他们的观点，而这通常不属于报道范畴。当然，这也有例外。像这样的博客领域让我在超越基本事实方面有更多的自由，但（除了在会议的季前投票中投票外）我远离比赛结果的预测，让我们的专栏作家Dave Reardon和Ferd Lewis在他们认为合适的地方提供额外的观点。至于一概而论，"不管有没有范德，每场比赛都将是一场斗争 "听起来很笼统，不是吗？那是你的观点，而你那天读到的是别人的观点。虽然强调在大西部获胜是适当的，但大西部和夏威夷的实力评级受到这些 "赛季前 "比赛的重大影响---它们算......而且长滩、富勒顿和其他球队有一些转会球员，他们可能直到12月才完全有资格......如果我们不能在BW排名第一（可能性很大），那么实力评级和 "大牌"（伊利诺伊、UNLV、迈阿密......）的胜利可能是另一个莱利邀请赛（谢谢，教练！）、NIT或甚至更大的区别....。本周末我们需要学生们的支持，本周五领取你们的免费衬衫，周一晚上11点ESPN的比赛中，为前500名学生提供免费的热狗和苏打水，让我们为学生们实现这个目标吧助推器，体育部，让我们在周一晚上的SS竞技场让BB疯狂吧

**id 112**

虽然一条巧克力可能被我们中的许多人认为是一种有罪的乐趣，但也许我们不需要为我们对这种甜食的弱点感到相当糟糕。最近发表在《神经病学》杂志上的研究表明，每周食用适量巧克力的男性发生中风的风险较低。巧克力可能降低中风的风险 该研究及其发现 斯德哥尔摩研究所的研究人员为这项研究招募了超过13.7万名瑞典男性。参与者完成了一份自我报告的饮食摄入量问卷，并被跟踪了十年，在此期间，其中有1995人发生了中风。回顾他们在研究开始时的饮食摄入量，那些食用最多的巧克力的人比没有食用任何巧克力的人中风的风险低17%。这相当于每10,000名参与研究的男性在十年内减少12次中风。在此背景下，最高消费水平的人每周吃的巧克力数量为63克，作为指导，一个标准大小的牛奶棒重49克。有趣的是，虽然吃黑巧克力的好处此前已在各种研究中得到证实，但在瑞典，90%的巧克力都是牛奶巧克力。也就是说，瑞典和其他欧洲国家的牛奶巧克力的可可固体含量--在黑巧克力中很高--高于在北美常见的牛奶巧克力。在这项研究中发现巧克力和中风风险之间的有益联系后，同一小组分析了欧洲和北美研究的五组数据，这些数据显示了同样的好处--那些吃最多巧克力的人中风风险降低19%，每周每多吃50克巧克力，风险就降低14%。研究的局限性 像所有的科学研究一样，这项研究也有其不足之处。参与者必须自我记录他们的饮食摄入量，这可能会带来一些错误，而且他们只被问及研究开始时的摄入量，这可能在十年中发生了变化。该研究也没有区分所吃的不同类型的巧克力。那些食用最多的巧克力的男性确实显示出与食用最少的男性不同的特征，但即使控制了高血压等因素，较高的巧克力摄入量仍然与较低的中风风险有关。黄酮类化合物及其益处 其他一些研究先前表明，吃巧克力与降低糖尿病、心脏病和高血压的风险有关。人们认为，巧克力通过其类黄酮含量对疾病风险产生有益的作用，正是通过这种机制，它也被认为可以预防中风。类黄酮是被认为对健康有益的植物化合物，巧克力中特别值得关注的是表儿茶素、儿茶素（也包含在茶中）和原花青素（也存在于某些水果中，如苹果、葡萄和黑莓）。它们被认为是通过一些作用来发挥其益处。类黄酮作为抗氧化剂，因此能够保护血管细胞免受损害和胆固醇斑块的堆积，否则这些斑块会使血管变窄并限制流向大脑的血液。它们还具有抗炎特性，再次保护血管，以及减少血液的粘性，因此血凝块不太可能发生并导致供应大脑的动脉阻塞。黄酮类化合物还可以通过其扩张动脉的能力降低血压，而血压升高是中风的一个危险因素。重要的是要记住，这只是一项研究，进行这项最新工作的团队自己承认，在鼓励食用巧克力以促进健康之前，还需要进行更多的工作。毕竟，尽管巧克力含有丰富的类黄酮，但由于其脂肪和糖分含量高，热量也高，这可能导致体重增加，而且饱和脂肪含量高，这种类型的脂肪会提高坏胆固醇的水平--这都是心脏病和中风的风险因素。巧克力最好作为平衡饮食的一部分来食用，因为研究一直表明，水果和蔬菜、全谷物和油性鱼类等成分与较低的心脏病和中风风险有关。如果你对包括巧克力在内的潜在心血管益处感兴趣，请选择可可固体含量较高的巧克力，因为这将提供更多类黄酮。本月的医院回顾。BMI梅里登医院的饼干在使用中 这

**id 113**

劳德代尔堡展会上最好的五艘超级游艇 尽管桑迪飓风竭力扰乱劳德代尔堡游艇展，但强风很快就匆匆北上，留下人群欣赏脸部码头上的几十艘超级游艇。在展出的新游艇中，有许多亮点。超级游艇世界》的最新封面女郎是来自三角洲的50米长的Arianna，她肯定吸引了其他船主和船长的一些嫉妒的目光。船主的桥面套房有面向船尾的床和通往私人甲板的通道，这将是一个备受租船客人追捧的地方。她的建造是由SG私人财富顾问公司管理的，其灵活和创新的方法显然已经得到了回报。新的43米长的Just Enough是与各种熟练的承包商合作建造的，但等待真的得到了回报，但等待真的得到了回报：在两个帆船爱好者家庭的自豪照顾下，她在展会上举办了美洲杯和路易威登奖杯的私人接待。这艘游艇将在明年前往旧金山参加美洲杯比赛。"我想在船上放激光器，但包租的客人会更喜欢喷气式滑雪板，"其中一位联合业主告诉我们。这艘游艇将通过海洋独立公司进行租赁。海洋亚历山大的120号是与克里斯滕森合作生产的，以满足海洋亚历山大的客户的需求，他们一直在往上走。埃文-K-马歇尔的内饰营造了一种温馨的氛围。船长--一个多次交付的老手--把她从温哥华带到展会上，报告说，尽管遇到了一些风暴和艰难的条件，但她是他所巡游过的操控最好的游艇。埃文-K-马歇尔在该系列中还设计了一艘112、一艘130和一艘155。探险家Mazu正在由Cheoy Lee展示。这艘46米的姐妹船与成功的马可波罗号一样，目前正在寻找买家。在海试中，这艘单螺杆游艇以10.5节的速度燃烧，速度为42gph，航程为6,600英里。Cheoy Lee负责内部装修，该船厂做得很好。琳达女士，由三一重工建造，并由IYC经纪公司展示，已经有一个伟大的职业生涯作为一个租赁游艇。这艘57米长的游艇拥有由Evan K. Marshall设计的内饰，他创造了一个温暖和诱人的主沙龙。这是一个非常灵活的选择，适合租船派对。

**id 114**

我认为现实中它会比QOS更好......在某种程度上不同于CR，你不能将两者相提并论。就像其他东西一样，它也会有一些缺陷，制片人会在下一部电影中努力弥补。我想我将会喜欢它。我认为这将是一部不同类型的邦德电影。它的票房会很高，所有的迹象都很好!然而，对于拍板，我觉得他们已经给了我们太多的信息了而且所有泄露的片段都让我失去了很多神秘感。至于电影本身？我认为这将是一个重大的成功，并且肯定有可能超过CR的B/O收益！我是否会比CR更喜欢它？我是否会比CR更喜欢它？我们将拭目以待，但考虑到情节和聚集的演员？它当然有一个该死的好机会!我认为它将会是一个经济上的成功。我希望它能被视为一部邦德电影，而不是门德斯的电影，也就是说，门德斯会谦虚地躲在角色和宇宙的背后。我确实认为选角是非常完美的（也许除了年轻的Q？），所以我相当相信演员们会成功。我一直对约翰-罗根作为一个编剧持怀疑态度，所以我对剧本有点担心。到目前为止，我们所听到的剧本都很一般，我不知道该怎么想。我认为这将是一次伟大的邦德冒险!我几乎同意@tqb所说的一切。它将比QoS更好，和CR一样好，甚至更好，但却是一部不同类型的电影。我真的很高兴听到他们要回到经典的邦德，而且Q也回来了所有这些原因以及邦德已经四年没有上映的事实将有助于该片的票房。正如Sams链接所显示的，已经有一个关于这个问题的讨论。因此，我将锁定这个话题，我们可以在上面的链接中继续讨论我们对《天降杀机》命运的看法。谢谢。公告 军情六处社区是非官方的，与EON Productions、MGM、Sony Pictures、Activision或Ian Fleming Publications没有任何关联或联系。本网站上的任何观点都是个人成员的观点，不一定反映社区所有者的观点。MI6社区主题中显示的任何视频或图像都是由用户从第三方网站嵌入的，因此MI6社区及其所有者对这些材料不承担任何责任。

**id 115**

人民公敌》，纽约弗里德曼剧院 在过去的二十年里，《海达-盖布勒》和《玩偶之家》是唯一在百老汇上演的易卜生戏剧。这位剧作家已经沦落到为有能力的女性提供梅花角色的地步。易卜生的《人民公敌》（An Enemy of the People）在纽约的全盛时期是20世纪20年代，当时其标题中的列宁主义语录引起了更多的共鸣。在戏剧本身，这里由Rebecca Lenkiewicz进行了严格的精简改编，直到三分之二处，意识形态才超越了这个夜晚。在此之前，易卜生将他的冲突限制在更多的世俗事务上。托马斯-斯托克曼（Thomas Stockmann）博士是挪威南部一个沿海城市的受人尊敬的公民，他的弟弟彼得（Peter）是市长，他们推动了浴场的发展。这些浴场被吹捧为具有药用价值，并有望成为该镇的一大福音。当斯托克曼博士发现镇上的制革厂正在污染水体时，他向镇长和当地报纸的编辑哈夫斯塔德提交了一份关于毒性的详细报告。但镇长反对他弟弟的举报，认为曝光会破坏镇上的经济，并需要向市民增税来支付维修费用。More IN剧院和舞蹈总监Doug Hughes以相当直接的方式展示了这个故事。舞台呈现：当兄弟俩的争吵达到顶点时，他们站在相隔数英里的地方，就像他们在黎明时分装上手枪一样。当斯托克曼博士在镇上的会议上陈述他的情况时（一个肥胖的酒鬼的打断几乎是今晚唯一的幽默），他跳到一张长桌上，就像他在《悲惨世界》中登上街垒一样。这种姿态避免了大谈特谈，因为扮演医生的博伊德-盖恩斯是一个令人钦佩的不露声色的演员。当他吹嘘讨伐者的英雄主义时，你可能不相信他空洞的概念，但你不希望他被拉下舞台。如果说市长的论点似乎不那么令人信服，那也不是扮演他的理查德-托马斯的错，而是易卜生的错，因为他让医生成为了一个更丰富的角色。该剧的中心冲突的戏剧化保留了它的力量--尽管演员们的喊叫倾向有时会削弱它。

**id 116**

其中一个比较有趣的会议是关于《霍华德因素》（墨尔本大学出版社）的讨论，这是对约翰-霍华德总理任期的评估。澳大利亚的主要人物Christopher Pearson、Caroline Overington、Nick Cater、Matt Price和Imre Salusinszky对国家的政治气候和未来方向进行了思考。普莱斯说，霍华德既不像许多人所说的那样出色，也不像许多人所说的那样卑鄙，但他只是比国内任何其他政治家更努力。他认为，澳大利亚为了美国的联盟而在伊拉克开战，但 "你基本上可以相信霍华德"。不过，他也承认，霍华德像他们中最好的人一样使用 "黄鼠狼语"，特别是在AWB问题上。皮尔逊称，左派觉得自己在道德上比霍华德高尚，并有许可对保守派的统治进行道德上的愤慨。当被问及伊拉克战争时，他说，"没有人应该对我们在伊拉克参战感到惊讶"（尽管人们想知道他对我们参战后伊拉克国家的完全崩溃有什么看法。）"霍华德是 "自孟席斯以来最理智的议员"，他自豪地说。萨卢辛斯基落入了和皮尔逊一样的陷阱，他似乎无法理解美国自由党和左派并不是一回事，所谓的左派并不是在每个问题上都持有相同的观点。萨卢辛斯基否认国家在霍华德的领导下失去了道德指南针，并声称选民已经决定金-博斯利是不可选的。奥弗林顿受文化战士的言论或媒体的影响最小。她解释说，许多年轻的澳大利亚人对霍华德的经济和社会变革感到满意，并越来越多地投票给自由党。她说，澳大利亚人 "不能相信霍华德"，特别是在伊拉克战争和AWB上。她再次要求亚历山大-唐纳为AWB辞职。丑闻一出，他 "应该表现得更像个男人[并下台]，而不是像个部长"。披露：墨尔本大学出版社最近出版了Antony Loewenstein的《我的以色列问题》.捐赠 这是一个非营利性网站，致力于提供及时和具有挑战性的材料。然而，我们将非常感谢任何财政捐款，以维持主机费用和一个自由记者的生活。

**id 117**

为什么外包内容创作时需要谨慎 2011年9月24日 网络营销和成功传播网站信息的一个最重要的方面是材料。如果你想让你的网络营销更上一层楼，那么你应该想办法为你做大量的材料。雇佣你自己的作家团队可能是一个非常好的主意，虽然在现实中它并不像看起来那么容易。在下面的文章中，我们将研究三个有效的提示，以帮助你外包你的在线内容创作。例如，如果你想从本地移动垄断奖金的利基市场转移到一个新的利基市场，你就必须让自己保持更新。你可以使用一种独特的方法，征求客座作家为你的网站做贡献。很多人都在努力建立自己的名声，所以他们愿意这样做，以换取曝光。你所要做的就是将功劳归于他们，也就是归于他们。这是一种简单的易货交易，根本不涉及金钱。既然作者是想出名，那么这意味着所写的东西将保证在各方面都是优秀的。互联网是巨大的，愿意这样做的客座作家的数量是巨大的。这真的很容易做到，而且与这些作家建立良好的关系网并不困难。当你在做一个大型在线内容项目时，那么你必须确保你的项目保持前进的势头。养成这样的习惯就是好的做法，如果有东西需要编辑，那更是如此。专业的自由职业者会很乐意做任何修改，以确保你得到你所要求的东西。这也确保了最终的结果是不折不扣的最好的。这些只是当你想外包你的在线内容时，你需要考虑的几个要点。例如，如果你的目标是去做当地的垄断利基市场，一旦你建立了一个强大的基础，你就可以很好地通过它成功地做大。把握住正在发生的事情的脉搏始终是一个好主意。这只是一个好的和坚实的想法，你知道你付钱给别人做的工作。有大量的方法可以保持联系，如打电话或发短信等。如果有任何需要修改的地方，那么你可以很容易地完成。另一个功能是确保作者不会在截止日期前吹掉，所以你也需要保持在这个上面。最好是在一开始就明确所有这些，这样你就可以避免可能出现的问题。最后，从上面的文章中，我们可以清楚地意识到，当你把你的主题分包给适当的实体时，你的在线业务会变得多么轻松。当涉及到成功地将事情承包出去时，人们会有一系列的失误，尽管如果你能记住上述建议，你将有能力从中获得所有的东西。当我们谈论养殖业时，真的没有真假之分，因为要做好它需要时间和技巧。然而，如果你能够以正确的方式开始，那么事情将对你产生积极的影响。

**id 118**

关于我们 不仅仅是一袋种子 当你购买先锋r品牌种子时，你得到的不仅仅是一袋种子。正确的支持--全面的农民技术援助 为了确保你从先锋r品牌的产品中获得最大的利润，总有一位先锋的技术销售专家在身边为你提供帮助。凭借超过1200年的服务和支持农民的综合经验，您当地的先锋服务和支持团队可以为您可能面临的大多数耕作挑战提供正确的解决方案。只需一个电话，就可以得到先锋的专业支持。电话：0800 PIONEER（0800 746 633）。正确的方向 - 在全球和新西兰得到验证的新产品 每年你都想为你的围场种植正确的产品。新的先锋r品牌杂交种不断推出，这些杂交种已经在全球和新西兰经过严格的测试。这确保了新的杂交种更好。这是理所当然的--再植风险政策\* 先锋团队认为，分担您的一些耕作风险是理所当然的。因此，如果在播种后的两个月内，你的玉米或高粱作物因任何原因需要重新种植，我们将以半价提供替代种子，无论你最初种植的是哪个品牌。只需将问题告知您的商家代表或先锋地区经理。\*本政策适用于同一季节内的种植，适用于任何品牌的杂交玉米和杂交高粱夏季饲料。它不适用于苜蓿或绿色饲料玉米混合种子。种子处理将按照您的原始订单进行。正确的种子质量 向您提供正确的种子质量是一个关键目标。所有在新西兰种植和销售的Pioneer r品牌玉米种子都经过严格的基因纯度测试。如果不合适，就不出售。您可以从收获时的产量监测、青贮饲料堆的大小以及奶牛的表现中看到差异。正确的种植--试种服务 为了帮助你从对先锋基因和种子质量的投资中获得最大利润，种植者和种植承包商可以免费使用先锋试种服务。在当地先锋地区经理的协调下，试播机服务包括种子测量仪性能测试、检查和精确校准。我们认为这是理所当然的--行业支持与合作 像你一样，农村社区对我们非常重要。这就是为什么我们与那些致力于为新西兰农民创造价值和安全的志同道合的组织合作并给予支持。我们是农村社区信托的主要支持者，该信托向农村地区有需要的团体、家庭和个人提供财政援助。正确对待 - 0800 PIONEER咨询热线 如果在种植或使用玉米的任何方面需要建议或帮助，只需一个电话，就能得到先锋的专业技术支持。请致电0800 PIONEER（0800 746 633）。

**id 119**

在这一过程中，我们可以看到，有的人对自己的行为不以为然，有的人对自己的行为不以为然，有的人对自己的行为不以为然，有的人对自己的行为不以为然，有的人对自己的行为不以为然。他说，根据一些CNN的翻译，使用联邦政府的时间 "我想产生的可能是你的时间的实际情况，在今天以及2013年春天的完整的时间，"他说。他说，议会可以在任何时候解散他的联邦政府，"因为信任不足"。他说，"很明显 "手头的程序可以是一个紧急情况，而且完成财务进步和人际平等 "应该是优先事项"，UGG clearance说。新任总理将面临一项艰巨的任务，因为意大利是欧洲最大的国家之一，有1.9万亿美元（2.6万亿美元）的全国性债务，约占GDP的120%，并且在最近几年中观察到的进展很小。为了考虑掌舵，蒙蒂需要得到意大利议会的批准，而议会可能由具有不同利益的众多团体组成。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，而不是一个人的尊严。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，你就应该有一个人的尊严。我想说的是，如果你想让你的朋友们知道你在做什么，那你就得让他们知道你在做什么，而不是让他们知道你在做什么，这就是我的意思。在意大利的参议院电视上，意大利的庆祝活动领导人发表了对新任总理的帮助，他们与蒙蒂就新政府的组成进行了讨论。价值党内的Antonio Di Pietro表示，他的团队 "很高兴贝卢斯科尼的联邦政府可以从蒙蒂的政府转变"。

**id 120**

你在这里 第一支WERO瓦卡队从起跑线上走出来 有些队伍刚刚装备好，就潜入了。很高兴看到我们的第一支队伍从起跑线上延伸出来。他们将为比赛设定一个曲折的节奏。WERO的潜力也开始在其他地区获得关注。想象一下，来自全国各地的wanau人组成队伍，在当地进行比赛。也许用不了多久，我们就能举办全国性的比赛了。

**id 121**

3/10/12 ......不幸的是，这场演出刚刚被取消，"由于场地和委员会之间无法解决的法律和分区问题"--猜想这就是为什么我们在仓库里看不到太多的舞蹈表演......想象一下一个大型的、空闲的工业仓库空间--所有的钢结构和暴露的结构性椽子，内部空隙，混凝土地板，阴影，以及通过磨砂网格窗过滤的自然光。现在，与其说是塔伦蒂诺的审讯，不如说是想象这个空间在一个沉浸式的装置体验中，以美丽、清晰的当代舞蹈的身体诗意而变得生动。劳拉-萨默斯和马克西米利安选择了这样一个空间，通过一系列他们称之为 "舞蹈+轶事 "的当代舞蹈短片和视频作品，向我们讲述了逻辑到达身体之前的那一刻。我们和他们聊了聊这个问题。告诉我们关于dance+anecdote......dance+anecdote是一系列新的当代舞蹈短篇作品，包括现场和拍摄，在一个令人叹为观止的仓库空间呈现：manysquaremetres。是什么启发了舞蹈+轶事？最早的灵感是劳拉的......但这是一种间接的灵感。在看到一个在那里拍摄的音乐视频后，劳拉迷上了这个空间（就像每个人一样），并决定这是她和海蒂-麦克罗正在进行的一个舞蹈短片项目的完美背景。今年早些时候，他们在Manysquaremetres拍摄了那部短片，他们真的被这里华丽的光线和电影般的史诗般的空间质量所震撼。当今年的艺穗节报名时，劳拉邀请我加入她的行列，作为一个短篇作品展的共同设计者。我们一直挣扎到报名结束的前一天，才找到一个传统的场地，然后意识到我们的理想方案是一平方米的空间，并与他们接触。这个空间是如何塑造作品的？这个空间具有可以想象的最直接的影响--当你进入时，你会觉得想跳舞，或者至少我是这样认为的，而音量和网格自然会影响你的动作。这是一个非常有活力、非常活泼的空间。每次我走进去的时候，我的脑海中都会迅速出现一些想法。对于一个工业空间来说，它是令人惊讶的温暖和个人化的。当我们开始这个项目时，我们感到松了一口气，因为我们都已经有了舞蹈编排并准备好了，但一旦我们在这个空间里呆了一段时间，情况就完全改变了，我们想做更多特定地点的工作。对舞者也是如此。舞者们都有独特的个性，我们都想与之合作，而不是反对它。告诉我们关于你的舞者的情况...我们非常谨慎地选择了所有的舞者。我们有来自劳拉和我参与的自制舞蹈团体的舞者。我们还与Geoffrey Watson（刚从澳大利亚芭蕾舞学校毕业）、Yuiko Masukawa和Imanuel Dado（都是刚从WAPA毕业）合作。对我来说，舞者的个性绝对是制作作品的出发点。告诉我们关于这个名字...我们想要一个足够宽泛的名字，不影响作品的多样性，一个不会限制作品被观众解读的标题。舞蹈+轶事 "也反映了表演的偶发性质--由一些简短的想法构建而成，这些想法短暂而转瞬即逝，散落在一个大空间里，在同一地点和时间重合，但不一定构建一个宏大的叙事。我知道你们白天是设计师，晚上是舞蹈制作人，你们是如何处理这种平衡的？有趣的概念：平衡我们都觉得这很有挑战性，但我们感到有一种强烈的愿望，就是跳舞和制作。在这个节目中有两个制作人，最大的好处是当我们有其他任务时，能够发挥团队精神。但我们都有创造性的工作，以自己的方式满足。马克思：我们都是非常视觉化的人，我认为这有助于寻求表现的质量。我只是认为，一旦你开始考虑任何领域的设计，无论你做什么，无论你创造什么，都需要评估的态度来发挥作用。对我来说，我的背景是悬垂和高级时装，我认为这基本上是动感的雕塑，这和舞蹈的原则是一样的。有趣的是，我认识几个有成就的舞蹈家，他们以类似的方式探索时尚。劳拉。

**id 122**

该咨询发现Openreach在ISDN30批发市场有SMP，并提出了各种补救措施，包括为ISDN30批发服务设定价格上限。鉴于ISDN30处于其生命周期的末端，DotEcon就拟议的补救措施的比例和潜在的不利影响提出了建议。在一个生命周期结束的产品即将被新一代产品取代的情况下，出现了衡量盈利能力和制定适当的监管对策的新问题。DotEcon给Openreach的报告可以在Ofcom的网站上找到，同时还有Openreach的回应。邮政导航 DotEcon拍卖研讨会 我们的拍卖研讨会将于2013年4月17日至19日在伦敦举行。它将让你深入了解不同的拍卖设计，包括最近用于频谱拍卖的组合格式。欲了解更多信息，请点击这里。要预订您的位置，请点击这里。

**id 123**

Michael W Smith - Help Is On The Way chords 专辑：A New Hallelujah Song : Help Is On The Way Standard EADGBe tuning Artist:Michael W Smith 前言 A E D E Verse1 A E F#m E 人们说时间会治愈 F#m E D A 但你知道，他们只是没有感受到你的感受 A E F#m E 时代很艰难，但上帝是那么好 F#m E D A 他从未让你失望。他说他永远不会 Bm F#m D Bm F#m E 他看到你的眼泪 他与你的恐惧抗争 合唱 D A F#m E 坚持住，帮助就在路上 A Em A D 他说他永远不会离开你或抛弃你 A F#m Em 保持坚强，帮助就在路上 A D A Bm D A 他说他会帮助你，只要伸出手来，抓住他的手 [ Tab from:http://www。guitaretab.com/m/michael-w-sm\...] Verse2 A E F#m E He knows your heart, He lifts your head F#m E D A He's always close enough to hear every word you said A E F#m E When you're weak,他说他是如此的多 Bm F#m D Bm F#m E 他的手臂足够长，到达你所在的地方 Bm F#m D Bm F#m E 他看到你的眼泪，他与你的恐惧作斗争 桥梁 [改变调子] Eb Bb Eb Bb 坚持住 Gm C Cm F 帮助就在路上。Help is on the way Bb Fm Bb Eb He said He'd never leave you, or forsake you Bb Gm D Fm Stay strong help is on the way Bb Eb He said He'd help you Bb Cm F Bb Just reach out and take His hand Eb Bb Cm F Bb Just reach out and take His hand Eb Bb Cm Bb You can stick to the normal chorus's chords if the bridge is too hard.

**id 124**

霍尔比城。这是其他可能需要甜甜圈的东西吗？ ( 第14系列，第50集) 本周的主要行动是在AAU和凯勒，达尔文是本周的喜剧救济。我从未想过我会听到自己这么说。首先是AAU的匆匆忙忙，热点新闻是Luc的露营车被夹住了。另一个热点新闻是，沃尔夫有机会在布莱顿找到一份不错的工作--现在吕克回来了，沃尔夫在霍尔比没有工作了。这也是好事，因为吕克注意到了沃尔夫的一些令人不安的事情。首先，如果不把麦基护士贴在他的脸上，就几乎看不到他，这肯定是很尴尬和不方便的，尤其是对病人来说。另一件事是，他有一双颤抖的手。同样，这也不能激发病人的信心，而且也是卡莫丹成瘾的一个明显迹象。吕克做了任何有自尊心的特立独行的医生都会做的事情，在沃尔夫没有穿外套的时候，偷偷地从他的外套上取了一个沃尔夫的头发样本--或者我们应该叫它皮毛--并进行了测试。这在技术上是不合法的，但谁会在乎呢，因为它得出的证据表明沃尔夫已经充满了Camoxidan至少有几个月了。这就解释了为什么他的手会颤抖，以及他无法使用压力绷带来挽救他的生命。或者，更准确地说，是为了拯救别人的生命。在一场大决战中，沃尔夫踩着脚步去了布莱顿，而艾迪没能和他一起踩着脚步--但她确实在他离开后试图让自己振作起来，自己吃下了他的一种可疑的药丸。我们现在还得忍受艾迪陷入毒品地狱吗？当马克-"耶稣"-威廉姆斯（Mark "Jesus" Williams）在某一阶段永远地跑到男厕所里去喝茶时，我就受够了。与此同时，凯勒的几乎每个人都很紧张，等待着关于 "好先生 "穆尼死亡的报告结果。Chantelle并不紧张，因为她对这种事情来说太阳光了，而且她还有一盒迷你甜甜圈作为放松剂。我确实很佩服Chantelle的想法。塞雷娜没有那么佩服，但她还是偷偷地吃了一个甜甜圈。塞雷娜本周有争议的举措是，在她做任何X射线或类似的无聊事情之前，通过把管子插到病人身上或下面来进行快速检查。这可以节省时间，但是当你遇到那些不方便的病人，他们的所有器官都走错了方向时，这就不起作用了。里克和他那老式的、有条不紊的方法再次取得了胜利，但他向塞丽娜保证，这并不意味着他会让她背负穆尼先生的责任。结果是，没有人得到穆尼先生的责备，因为报告的结果是 "没有责备"。不过，有更多强烈的线索表明这不是我们最后一次听到这个故事。从汉森收到的主题为 "双手沾满鲜血 "的大量电子邮件来看，情况并非如此。我们确实需要关注我们最喜欢的超级高大的瑞典人。达尔文有点安静，因为雅克去参加一个会议，欧利和她一起去拿她的包。他还留下了他的手机，而乔尼-麦克看到了一个机会，他用欧利的手机给塔拉发了一条淫秽的短信。她干净利落地（必须说，这有点出乎意料）地反击了他，给他回了短信，似乎表明雅克与一个百万富翁有染。这很贴心，因为乔尼一直假装对小莫说他并不关心--"我们谈论的是内勒"--但他是如此。下一次：汉森处于致命的危险之中!萨沙与克丽斯在狗窝里!还有雅克的怀孕惊吓!我喜欢本周的轻松喜剧时刻，我不知道其他人如何，但我更喜欢约翰尼和莫在一起时的调皮，而不是和贾克在一起时。他有点让她的风格崩溃了。不过，他们也是时候引入一个爱情伴侣了，而且他也相当讨人喜欢。我仍然怀念爱尔兰的格雷格医生，虽然AAU和Wolfie。

**id 125**

就业市场真的那么弱吗？今天加拿大统计局的就业报告指出，一直以惊人方式从经济衰退中反弹的劳动力市场出现了疲软。报告显示，7月份总体损失了9300个工作岗位，失业率从7.9%上升到8%。比总体损失更糟糕的是分类。139,000个全职工作被抹去，130,000个兼职职位被创造。鉴于前几个月的强劲反弹，这是一个糟糕的表现？绝对是的。但它真的像看起来那么糟糕吗？与此相关的更多信息 经济学家们认为，上个月教育服务领域损失了6.5万个工作岗位，包括全国各类机构的教师和行政人员，这使情况有所偏差。这是该部门自1976年以来的最大跌幅，但是，多伦多多米尼克银行经济学家弗朗西斯-方指出，这个主题并不新鲜。他说，在过去的几年中，每年的7月，该部门都会出现大量的工作岗位减少，这可能是2007年数据中 "某种类型的结构性变化 "的结果，例如教育改革或使用更多的临时工或合同工。他说，加拿大统计局对此进行了调整，因此不应该有 "如此大的异常值"，除非该行业真的如此疲软，他补充说，7月份的就业损失规模似乎不现实。"他在一份报告中说："那么，在数据的背后是否有什么事情发生，导致7月份的就业损失越来越严重？"自2007年以来的每个7月，该部门在季节性调整的基础上，一直平均损失近47,000个净工作岗位，然后在随后的8月和9月恢复这一数字。"因此，今天的报告可能夸大了就业市场的真正疲软，他说，"我们很可能在8月和9月看到就业增长的反弹，特别是在教育服务部门，反映出今天的6.5万个就业岗位外流的一些回报。"美国就业市场也黯淡无光 美国劳动力市场今天也表现暗淡，7月份失去了13.1万个工作岗位，失业率坚挺在9.5%。虽然私营部门创造了7.1万个工作岗位，但公共部门却因14.3万名为该国2010年人口普查而临时雇用的人员结束工作而损失。更糟糕的是，政府还修订了6月份的数据，显示损失了22.1万个工作岗位，而不是之前报告的12.5万个。该报告显示，美国在残酷的经济衰退后继续在就业危机中挣扎，这击倒了纽约股票期货。"2010年大幅降低失业率的前景并不乐观，"多伦多多米尼克银行经济学家阿利斯泰尔-本特利说。"我们预测今年下半年的年化GDP增长大约为2.5%。随着生产力增长从衰退后的高速增长中放缓，这一前景与今年剩余时间内每月创造约15万个与人口普查无关的就业机会相一致。"经合组织称，全球经济复苏可能已经达到顶峰 经合组织警告说，全球经济复苏有达到顶峰的迹象，特别是在加拿大和巴西，而美国可能正在变坏。经合组织今天说，该组织的综合领先指标（CLI）在6月份下降了0.1个点，预示着 "扩张可能达到顶峰"。"经合组织说："法国、意大利、中国和印度的CLI都指向未来几个月低于趋势的增长，而英国的CLI则指向扩张速度的一个峰值。"巴西和加拿大也出现了更强烈的扩张高峰迹象，而美国的CLI自2009年2月以来首次转为负值。日本和俄罗斯的CLI表明未来的扩张速度会放缓，但德国的CLI仍然相对强劲。"麦格纳超出预期 麦格纳国际公司今天股价大涨，因为该公司以第二利润和销售激增超出了分析师的预期，并指出未来的日子会更好。这家汽车零部件巨头还将其季度股息从每股18美分提高到30美分（美国），"鉴于持续的盈利能力和对我们市场上汽车生产的更好预期。"麦格纳公司公布的利润为2.93亿美元，比上年同期增加了1.5%。

**id 126**

我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，你就应该有一个人的尊严。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，而不是一个人的尊严。在这一过程中，我们可以看到，我们在这一过程中也有很多的问题需要解决，比如说，我们在这一过程中也有很多的问题需要解决，比如说，我们在这一过程中也有很多的问题需要解决，比如说，我们在这一过程中也有很多的问题需要解决，比如说，我们在这一过程中也有很多的问题需要解决。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，而不是一个人的尊严。我想说的是，如果你是一个人，那么你就会发现，你是一个人，而不是一个人。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，而不是一个人的尊严。925黄色金属，材料与辉煌的吸引力，加上坚固耐用的。然而，每一个人的宝石都应该是不同的http://www.tiffanyoutletsale.org/。伴随着不同的紧凑型和突破性的模式，特别是昂贵的珠宝企业在此刻建议与暴徒。在这个过程中，我们可以看到，很多人都在用自己的方式来表达自己的想法。

**id 127**

新闻和活动。文章 人力资源如何为人类提供资源 尽管我们有最好的意图，但我们在人力资源方面的许多做法，包括培训和发展，只是强化了组织将其员工首先视为资源，而将人类视为遥远的第二位。 人被作为一种资源来分析、衡量和评估，而不是作为有生命的个性、愿望、欲望和感觉的人。下载文章 &gt;&gt; 价值观如何影响团体发展和组织文化 文章的目的 回答一些关于价值观及其在团体和组织发展中的应用的常见问题（FAQ） 关于价值观的一些常见问题 什么是价值观？价值观如何发挥作用？价值观可以用来探索和理解团体的动态和行为吗？价值观真的可以被测量吗？人们如何利用价值观来帮助他们实现自己的预期目标？如何衡量团队的价值观？下载文章&gt;&gt; 个人价值观的简要案例 你知道你最优先的个人价值观是什么吗？我不是说你能不能猜到它们可能是什么？我的意思是你是否真的知道？你最后一次评估你最优先的个人价值观是什么时候？价值观是使意义成为可能的心理概念；它们为我们提供了行动的动力和决策的框架。每个理智的人都有价值观，无论他们是否知道。下载文章 &gt;&gt; 统一的层次 世界上的每一个组织都是在价值观的基础上运作的，不管它是否知道。这句话是真的，因为世界上每个组织都有偏好和优先权。那些深思熟虑、有条不紊地按照自己的价值观运作的组织，通过塑造和定义自己的文化、绩效水平和成功，为自己创造了比市场上的竞争对手更明显的优势。下载文章 &gt;&gt; 在价值观上工作 你的公司有价值观吗？它可能有。也许它甚至把它们刻在了悬挂在接待处的铜牌上。请看一看。找到它们了吗？很好。现在，这里有一个更好的问题。那又怎样？特别是对于那些在日常工作中的人来说，价值观似乎是另一种在舒适的行政务虚会上烹调出来的温暖的绒毛，并在全公司的电子邮件中传阅，在下一个管理时尚出现之前，最好不要理会。下载文章 &gt;&gt; 价值观与承诺 在他们关于基于价值观的领导力的书《领导力的挑战》中，作者James Kouzes和Barry Posner强调了他们对个人和组织的价值观明确性之间的关系以及对人们对组织的承诺的影响的研究。他们的研究结果对许多组织在处理价值观时采用的流行程序提出了挑战，并清楚地表明了个人价值观的明确性对人们的承诺水平所产生的不同。下载文章&gt;&gt; 为什么在工作中使用价值观？你的组织是否精通价值观？你的领导和合作伙伴是否了解价值观在工作场所的作用和意义？你的公司有一套价值观吗？它们是否有效？它们是正确的，最好的吗？他们为谁服务？越来越多的组织被抓了个正着，并为没有意识到或不了解价值观在工作场所的力量而付出代价。下载文章 &gt;&gt; 用价值观工作的商业案例 任何组织用价值观工作的强大商业案例都可以通过英国阿斯顿商学院的Mike West的研究来总结，他比较了战略和文化对绩效变化的影响。 他对100多家公司进行的为期8年的研究表明，组织战略占业绩变化的2%，而组织文化占业绩变化的17%。 换句话说，即使是世界上最好的商业战略，如果没有一个支持和协调的组织文化，也会表现不佳。下载文章 &gt;&gt; 价值观和积极思维 在2006年2月的《时代》杂志上，有一篇文章概述了最新的心理治疗方法，在心理学界引起了不小的轰动。 内华达大学临床心理学基金会教授史蒂文-海斯博士用一种新的方法挑战传统的、既定的认知疗法，与客户一起工作，包括识别他们的个人价值观。 海斯博士为患有抑郁症和焦虑症发作的人开发了一种成功的方法，称为接受和承诺疗法（ACT）。下载文章 &gt;&gt; 价值观和压力管理 组织机构最好注意一下生活中许多人报告的压力水平的上升。压力可以而且确实对工作场所的表现和经验水平产生直接影响。压力牵涉到发展和进步。

**id 128**

抵达--良好的体验，即使在从美国出发的30多个小时的途中。只花了5分钟就完成了入境手续。行李花了一些时间才到达，但这只是意味着我有时间在到达区的许多（有竞争力的）供应商之一兑换货币。离境 - 可怕的机场。很难相信它只有六年的历史。它的设计似乎是另一个时代的东西。通过安检后，我没有什么大的抱怨，但随后整个体验真的走下坡路了。首要任务似乎不是把你送到登机口，而是确保你能接触到每一家非常高端的商店。我没有看到一个报刊亭或书店，尽管我终于看到了一家很棒的药店。在终点处有一些正常的食品选择。门口的情况不可能是由经常旅行的人设计的。在登机前不久，你一直坐在登机口区域外一个座位很少的地方。这是一个拥挤的、悲惨的经历。当你进入有更多座位的（安全的）登机口区域时，你的登机卡被提交。在大多数人等待的地方有很少的座位，这很奇怪。我读到他们正在努力使这个机场成为世界上十大机场之一，但这是不可能的。美妙的机场。高高耸立的屋顶，办理登机手续是一件轻而易举的事。我们乘坐的是长荣航空。我吃了我在机场吃过的最好的一餐，对于一个主要的国际机场来说，价格很低。购物也很好，价格合理。如果说我有一个小小的抱怨，那就是与机场的其他地方相比，实际的出发口区域是平淡无奇的，你应该只在接近登机时间时才去出发口。机场很大，有时这很好，有时如果你时间不够，则是一场噩梦。我们从HYD-BKK转机到BKK-HKG时有很好的体验，但回程时就不那么舒服了。两个航班之间有85分钟的间隔，但香港-BKK的航班却晚了25分钟，而且路途遥远，我们不得不带着半睡半醒的孩子跑。但机场很干净，标志很清楚，没有很拥挤的感觉。座位很多，设施也很好。大型机场--这个机场有一些登机口，这意味着你需要走很长的路才能到达那里。这意味着要经过很多商店--就像在一个购物中心。这对乘客不公平。如果你喜欢购物--有很多选择，也有很好的吃饭的地方。有一些地方可以坐下来休息。留出足够的时间到达登机口。厕所很丰富。有一个高大的屋顶，感觉巨大而通风。近年来，我对曼谷一直持批评态度，但在过去的几个月里，移民局和安全局的安排有了明显的改善，自从经济型航空公司搬到廊曼后，排队时间也有所改善。楼上的新安全区是快速和有效的（5分钟）。现在，在傍晚时分，入境和出境的移民局都有更好的安排（10分钟和5分钟），而在几个月前，排队时间长达1小时或更久。现在似乎也有更多的移民官员在岗。办理登机手续的地方和行李大厅从来都不是问题。机场极度缺乏远离登机口的座位区。总的来说，曼谷机场比一年前要好。这一定是世界上设计最差、组织最差的 "现代 "机场。只有6年的历史，但显然是来自40年前的设计，这一点很明显。40年前的航空旅行是不同的，人少，航班少，有更多的时间去购物，如果你想的话。今天的情况并非如此。它被设计成一个购物中心，飞机停在尽头，它没有足够的空间用于移民或安全检查。往返于飞机之间的步行距离巨大。深夜到达时，在心理上准备迎接移民局惯常的长队。那个时候，从美国和韩国飞来的航班通常非常繁忙。当我到达移民厅时，我加入了一个只有一个人在我前面的队伍。消息终于传到了吗？我将在12月知道!BKK机场是一个正在进行的工作。多年来它已经有所改善，但它基本上仍然是一个价格过高的购物中心。最让我恼火的不是移民和安检的队伍--等待时间已经得到改善，而在这段时间里，人们不得不

**id 129**

肩部撞击禁令被视为联赛的重要一步 肩部撞击禁令被视为联赛的重要一步 在NRL中禁止肩部撞击被视为橄榄球联赛的重要一步。今年，随着对美国国家橄榄球联盟（NFL）提起诉讼，退役球员因头部受伤而造成的创伤一直是人们关注的焦点。勇士队的队医John Mayhew说这是一个积极的决定。"我们担心，就像橄榄球联盟、橄榄球联盟和美式足球一样，担心慢性头部损伤的风险，我认为如果我们纵容这种攻势，我们就会在未来受到很多批评，危及到球员的福利。"现任和前任球员都对砍掉擒抱方式而使橄榄球联赛退化的说法表示失望。梅休可以理解这种反应，但这不会毁掉比赛。"肩部擒抱只是比赛的一个非常小的部分......。我认为一些球员，而不是所有球员的反应是可以预见的，我认为一些球迷也会有同样的反应。"他说这绝对是最好的决定。"我认为从严格的医学角度和球员福利的角度来看，这是一个很好的改变。我可以理解一些传统主义者和一些老球员对它的批评，但我认为你必须看看它背后的真正原因。"在2012年赛季完成的142,355次攻势中，有0.05%是肩部冲撞，2012年17%的肩部冲撞导致了与进攻球员的头部接触。

**id 130**

发布导航 如何制作完美的牛排 是时候用钳子和这些提示把牛排放在烤炉上了。选择从腰部、肋部或臀部切下的肉，如眼肉、波特豪斯或T骨。带有一些脂肪的肉在烹饪时将保持多汁。烹调前将肉带到室温，这样它就不会变硬。在加入牛排之前，将烧烤炉加热到中高温度。一块2厘米厚的牛排，每面煎2-3分钟为熟，每面煎4分钟为中，每面煎5-6分钟为熟。用钳子按压时，三分熟会感觉很软，五分熟略微硬一些，全熟则感觉很硬。将煮好的牛排移到一个盘子里，用铝箔纸盖上，放在一边休息3-5分钟。没有一两块多汁的香肠，烧烤就不完整。科尔斯牌香肠由澳大利亚牛肉制成，而且完全不含麸质。点击播放，揭开柯蒂斯-斯通判断牛排是否烤熟的秘密

**id 131**

常见问题 我已经到了中年，仍然担心自己的声音。我认为现在事情已经做得很好了，但在我的时代，操作是相当粗糙的。我现在有什么可以做的吗？你可以选择接受进一步的语言治疗，甚至接受一些手术或其他治疗，你的第一个电话应该是离你最近的地区裂缝中心--见上面的链接。有时大家都习惯了你的说话方式，你可能觉得你无法改变它，但可能还有其他选择。 联系离你最近的腭裂中心的言语和语言治疗师--你可能需要全科医生的转诊信。

**id 132**

在使用报纸和杂志寻找互惠生空缺的时候，一定要在出版物出版的当天尽可能早地获得该出版物。如果你看到一个你感兴趣的空缺职位，一定要立即回复。以这种方式发布的空缺职位往往会被超额认购，而且很快就会被填补。如果提供了电话号码，就通过电话申请。不要写信，因为当你的申请到达时，该职位很可能已经被录取。使用就业服务 英国就业服务 你通常不能通过你当地的就业中心找到互惠生的空缺。但是，一些合格的或有经验的母亲助手、保姆和护理人员的空缺职位可以从这个渠道获得。这包括在英国的工作，也包括在其他一些国家的少量空缺。这些国家大多是欧盟的成员。比利时、丹麦、爱尔兰、法国、德国、希腊、意大利、卢森堡、荷兰、葡萄牙、西班牙、奥地利、芬兰和瑞典。如果你对这种类型的工作感兴趣，请向你当地的就业中心询问海外安置股（OPU）所提供的服务详情。外国的就业中心 每个外国都有一个由政府管理的就业服务机构，非常类似于我们的就业中心，在许多情况下，英国人有可能利用这一服务来获得工作。从这个渠道获得的工作主要是为母亲的帮助、保姆、护理人员和家庭工作人员，而不是互惠生。来自英国的人在法律上有权使用所有欧盟国家的国家就业服务。你有权利和该国的国民一样受到平等对待。然而，请记住，这些服务机构的许多工作都需要有外语知识。这些工作通常会有很多来自已经居住在该国的人的竞争。要使用其他国家的国家就业服务机构，你通常必须亲自去拜访他们。他们通常不处理来自国外的电话或来信。第4节中给出了一些有用的联系方式。

**id 133**

最近有很多人认为，在短时间内大量饮用绿咖啡800，应该意味着在浅层次的时间内更快地失去额外的负荷。关于最近对近7万名法国人你的研究--由巴西圣保罗学院最重要的科学家进行--研究人员探究了一杯咖啡阻止糖尿病的能力。他们研究了咖啡对你的胰岛素代谢的影响，并注意到咖啡的数量和一天中可以消费的时间。与普通咖啡和无咖啡因咖啡一起食用，特别是与午餐一起食用，首先与糖尿病发病率成反比。只有脱咖啡因的咖啡有影响，而不是得到的咖啡。人们实际上很珍惜新鲜烘焙的咖啡和它的异国风味和花香。即使有任何焙烧商店，人们更喜欢家庭焙烧咖啡/浓缩咖啡的味道，因为他们觉得这通常是前者在一杯泔水中发现的结果。绿咖啡豆减肥评论豆是由人民和烤在早上的基础上根据个人的要求。你是在使用世界上需要减肥的人的大人口中的手？如果你的答案是肯定的，你有没有尝试过报纸或电视上的重量离开产品？如果你有，你可能有可能想到增加使用该产品，使你失去更多的重量在一个快速的速度。同样的过程，Leptin Green Cup of Coffee也是一个风格迥异的产品，以身体减肥而闻名。几乎可以肯定的是，它是一般咖啡的替代品，作为一个工具，支持多余的脂肪损失。如果这种情况发生在你身上，那就没有什么冤枉的，但请鼓励一下，促成英寸增长的医疗条件是已知的，但可以纠正。具体原因是，为什么我heres对现在这个如此有信心，因为一对几年前，我发现自己在一个特殊的类似困境。你不得不痛苦地工作，以保持什么是以前对我来说，一个实际稳定的重量，和一个神话般的重量，感觉良好，自然与绿色咖啡豆提取物的副作用博士盎司饮食技巧我的配偶将解释如下。这种天然的减肥产品已经吸引了非常知名的医生，如医生奥兹和医生林赛邓肯，因为它的安全能力，燃烧脂肪。这最近的新闻在电台作为其中的一部分运动，以提高信息和高度爱它。主要的绿色咖啡豆只是没有下到你简单的标准焙烧过程与保持绿原酸。绿原尿酸是可以燃烧脂肪的主要成分，如果咖啡干豆经过焙烧，特定的加热过程会损害绿原尿酸，如果没有绿原尿酸，焙烧后的咖啡豆最近会发出非常非常的香气，但在与烹调味道相关的情况下，会发出热饮料。 今天全世界的爱好者都喜欢咖啡烹调。家庭咖啡烤是特殊的，但它也是重要的，在其中了解绿色的一杯咖啡豆，豆子矩阵和尖端的咖啡是如何做今天。当巧克力浆果第一次从植物中决定这些种类的产品不是在其形式的烤豆，我们否则在家里研磨和简单地酿造成咖啡。这些是以你目前的形式，绿色的一杯咖啡豆，是未烤过的有机咖啡豆。相信我们；这就像制作炉子上的爆米花一样容易，也是一种极大的乐趣。思想是成本效益好的，因为你可以在家里烤咖啡，你的成本比10美元/磅的两个星期的咖啡要少得多。此外，各种商店造成的绿色咖啡的价格是烤豆的百分之。这难道不是令人激动吗？为什么只是做沙发土豆，以及依赖现成的商业准备的东西。为什么不做自己的食物，并享受做这个特殊的？因此，抓住独特的机会，回到基本面，开始在你的整个非常自己的家焙烧咖啡。我们打赌，买家会喜欢这种折磨。文件共享是与通常的风险共享脆弱的文件，这可能构成安全威胁的个人以及商业信息存储在您的计算机。在大多数文件共享网络中，这种行为仍在发生，每天都有数百万人成为黑客和其他潜在威胁的牺牲品。如果你认为你不是一个重要的黑客，请再考虑一下自己。一个简单的电子邮件黑客发送垃圾邮件，就足以造成麻烦，在

**id 134**

起居室酒吧 不是普通的大厅。在这个现代的游乐场里，你可以与人见面、打招呼、调情、玩耍、啜饮和品尝，这就是明尼阿波利斯的完美之处。在我们的Living Room酒吧，我们只使用来自全球各地的最好和最新鲜的食材。起居室以无与伦比的质量和新鲜度为荣，并结合各种输液、分子混合学和其他特殊技术，创造出精心制作的鸡尾酒，唤醒你的味蕾，与你的感官调情。Cosmo-tology 把自己打扮得很傻&把自己喝得很漂亮。如果你过去喜欢我们的马提尼酒和美甲，你会喜欢今年的Cosmo-tology。我们将再次与水疗中心移动活动合作，为您提供精美的美甲和放松的椅子按摩。此外，今年我们邀请您加入我们的行列，由MAC Nordstrom的Jen为您提供化妆和假睫毛，使您的呵护更上一层楼。每个月的第三个星期四，Cosmo-tology在起居室聚会。起居室是先到先得的。 然而，为了保证当晚的餐桌，你可以通过我们的酒瓶和餐桌服务项目或保证食品饮料的最低限额来预订餐桌。 请致电销售团队：612-927-3299

**id 135**

乘坐飞机旅行时，我通常会想，我周围的其他人到达后都会做些什么。在上周的世界猪肉博览会前夕，我从北卡罗来纳州的夏洛特飞往爱荷华州的得梅因。通常，飞往得梅因的航班不是由非常大的飞机执行的，而这架飞机也不是超级大的。男女混合在一起，凝视着窗外，在笔记本电脑上做一些工作，在电子阅读器上看书或故事。在我旁边，一个男人正在用他的智能手机打游戏。过了一会儿，他打开他的公文包，开始阅读材料 -- 我认出了一个熟悉的标志。他读到了关于明年在曼谷举行的VIV亚洲展的美国馆。有趣的是，我想，他可能也要去参加世界猪肉博览会。他面前的人正在发送电子邮件。我试图偷看屏幕。我只能看到签名中的一个蓝色小公司标志，上面写着'Elanco'。又是为世博会准备的!接下来，在我前面一排有两个人交换了墨菲-布朗的名片。我越是注意每个人在做什么，就越是意识到，在那架飞机上可能很难找到不参加世博会的人。唯一一个我不能确定是在养猪业工作的人是坐在我旁边的一个女人，她在听她的iPod。但她也是这帮人中的一员 -- 我在第二天的爱荷华州博览会上看到了她。在从美国第二养猪州到美国第一养猪州的国内航班上，也许我可以知道遇到一些养猪人。昨天我从首尔仁川飞往济州岛，正值国际养猪业协会大会召开前夕。我看到的是几乎相同的现象......由于几乎所有的国际代表都会抵达仁川，所以前往韩国南部岛屿的飞机上都挤满了猪人。这一次，他们明显可以辨认出来，因为许多人穿着他们公司的服装，或者拖着营销材料上飞机。我看到的那几个当地度假者一定想知道这批人要去哪里。或者，也许更有可能的是，他们是韩国的养猪兽医。一个评论 Nikolaos Kotrotsios博士 6月25日 #1 上周，我在IPVS结束后由首尔返回慕尼黑。我旁边有两个来自韩国的孩子，玩了11小时的iPad。他们的年龄不应超过3岁我的想法给他们留下了深刻的印象，他们一定是与生俱来的!

**id 136**

加拿大的历史名胜体现了国家的精神，提供了连接我们加拿大人的结构。然而，我们的历史遗迹正处于危险之中 - 全国超过20%的历史建筑在一代人的时间里被摧毁。这个视频介绍了各级政府为促进我们社区内的保护文化所做的努力。联邦、省和地区的合作使加拿大人有机会获得保护说明其历史的不同地方的工具。请访问http://www.historicplaces.ca，搜索加拿大历史遗迹登记册，或获取《加拿大历史遗迹保护标准和准则》的副本。在我们生命的不同阶段，我们都会做出遗产选择。从持久的记忆到珍惜的物品和场所，我们选择我们的纪念品。我们过去的独特宝藏提醒我们是谁，我们来自哪里，并为后代照亮我们的故事。就像你一样，各级政府--市、省、地区和联邦--都面临着遗产的选择；决定如何最好地保护那些讲述我们丰富遗产和文化多样性的历史场所。只要在你的社区或城市里看看。你会发现一些历史性的地方，从庄严的建筑到简朴的结构，每一个都象征着我们过去不可替代的篇章。这些由我们的祖先流传下来的地方体现了我们伟大国家的灵魂和精神，包括：桥梁、学校、教堂、私人住宅、仪式场所、剧院、政府建筑和防御工事等等，仅举几例，它们还残留着一些以前的荣耀，但都是加拿大经验的宝贵联系。可悲的是，自20世纪70年代以来，加拿大已经永远失去了超过20%的1920年前的建筑。这种令人震惊的损失代表了加拿大城市和城镇日益增长的趋势，并威胁到其身份、个性以及社会和文化生活质量的核心。这不仅影响到他们作为旅游目的地的吸引力，而且也影响到他们的经济可持续性。通过合作和伙伴关系，各辖区、市政当局、遗产保护专家和利益相关者都在追求相同的共同遗产目标，并为其他人创造参与的机会。公民可以与地方政府或遗产组织合作，加强对现有历史场所的记录。而且，他们可以确定他们认为可以被认可并列入加拿大历史遗迹名录的历史遗迹。纳入后，他们会有一种自豪感，并有机会与所有加拿大人分享他们的地方遗产。企业和个人可以通过赋予历史遗迹新的经济生命来修复它们，这不仅有利于他们自己，也有利于他们的社区。保护历史遗产的最佳形式是为其找到一个实用的现代用途；是第二次机会。社区可以使用《加拿大历史遗迹保护标准和准则》，以确保我们的过去与我们的未来完美结合。业主可以利用这些准则来保护他们自己的历史瑰宝。这一合作努力的希望是在政府和公民现有工作的基础上，创造一种加拿大的遗产保护文化，以保护我们的历史场所，尊重塑造我们国家的人们的想象力和创新，并找到创新的方法来确保我们历史场所的未来。在我们失去另一个故事之前，请参与保护你的社区的遗产。加入我们的遗产选择，成为保护、促进和庆祝加拿大历史名胜的宝贵伙伴。

**id 137**

正如许多人所知，苹果公司的新操作系统OS 10.8 --又称 "山狮"，已正式提供购买和下载。只需前往你支持的Mac上的苹果应用商店，现在就可以购买和安装山地狮!作为升级过程的一部分，你的紧急恢复引导分区将被升级，以支持重新安装Mountain Lion，而不需要外部安装程序。但是，如果你想在另一台电脑上安装山地狮（被支持的）怎么办？有一种方法可以轻松做到这一点，但请记住，你应该只在你拥有或管理的电脑上这样做（如果你让你所有的电脑在App Store使用你的Apple ID，你就不需要这样做了--你可以直接从那里安装）。所以，如果你确实想创建一个安装程序DVD（你也可以用USB驱动器来做），下面是这样做的步骤。注意：Mountain Lion安装程序的扩展尺寸将不适合在单面DVD上使用。你必须有一个双面的DVD，以便刻录DVD。第一步 -- 下载山狮安装程序 如果你已经购买了山狮，查看你的 "购买 "部分，你可以从那里下载。然后坐下来，等待它下载。第二步 - 退出安装程序 一旦完成下载和复制 安装程序将自动启动，一旦它完成下载。你需要在那里停止这头狮子的脚步。只要从 "文件 "菜单中选择 "退出"。然后，进入你的 "应用程序 "文件夹，将 "山狮 "安装程序复制到另一个位置，如你的桌面。(你可以看到安装程序大约有4.37GB（正如我之前提到的，扩展后的大小比单面DVD所能容纳的还要大，所以要买双面DVD）。第三步 -- 显示软件包内容并复制安装文件 从你创建的安装程序副本（例如，你桌面上的那个），你将需要从软件包内容中提取实际的安装程序DMG。要做到这一点，右击安装程序文件并选择 "显示软件包内容"。在 "软件包内容 "中，导航到。Contents &gt; Shared Support，选择 "InstallESD.dmg "文件并复制到你的桌面（或你想复制的地方）。你将需要这个文件（"InstallESD.dmg"）来制作可启动DVD。记住你放置.dmg文件的位置。第四步--刻录DVD（或USB驱动器） 下一步是刻录实际的DVD。正如我已经说过几次，你需要一个双面的DVD（见下面关于如何刻录单面DVD的步骤4a）。我只有一张单面DVD，所以我在这里展示你会使用的步骤。(注意：下面也有未经测试的关于如何制作可启动USB拇指驱动器的说明)。如果你的新镜像/分区不能安装，对它运行 "修复"，这将纠正这个问题，并允许你安装它，以及更新它，使其可启动。接下来，创建该镜像，然后加载你之前保存的 "InstallESD.dmg "镜像（到你的桌面）。当两者都被挂载时，它应该看起来像这样。由于挂载的 "InstallESD.dmg "映像显示容量为4.75GB，磁盘工具不能刻录它，因为单面DVD的容量小于这个数字。因此，你需要做的实际上是将 "installESD.dmg "挂载镜像的内容复制到你新创建的 "OSX Mountain Lion DVD "镜像中。在这一点上，你需要打开你的终端应用程序，使用以下终端命令复制文件（注意：如果你的名字中有空格，你需要使用"\"来表示--与Benoit的评论略有不同）：（注意：Benoit确实说过你可以在命令行中添加一个-p命令--见评论--我没有测试过--所以应该是 "cp -pvR"）这是终端中的情况。复制的过程将需要几分钟，但你会在终端屏幕上看到进度。当它完成后，确保你没有任何错误，你应该看到类似这样的东西。在这一点上，你

**id 138**

丹-马杰斯特在华盛顿写道。巴拉克-奥巴马总统最近宣布美国削减军事预算，最有趣的部分是，那么多人居然相信了整件事，好像它真的是美国火力的缩减。如果你已经忘记了这是怎么回事，奥巴马总统来到五角大楼，向所谓的惊呆了的国家宣布，美国将不能再同时发动两场地面战争，所有这些都是因为经济危机据说迫使它在未来十年内削减约5000亿美元的军事开支。更不用说在同一时期将其部队人数减少约50万，并缩减五角大楼的一些项目了。奥巴马先生向全国人民保证，这并不意味着美国武装部队的力量将被削弱 -- 他实际上说的是实话。但实际上没有人注意到这一点。热衷于外国冒险的人不以为然，大呼在最糟糕的时候向世界发出了错误的信息。现在让我解释一下实际发生的情况：问题是，美国在发动地面战争方面并不擅长。事实上，如果你看看它的历史，你会注意到它的武装部队在遇到严重反对其存在的国家时迅速撤离，就像在越南、黎巴嫩、索马里、伊拉克发生的那样，而且很快就会在阿富汗发生。因此，利比亚战争让美国将军们松了一口气，他们突然意识到，从空中发动高科技战争是可能的，利用地面上的雇佣兵冒充自由战士，由几百名顾问指导，并由冒充当地战士的突击队协助。不再有数以万计的靴子在地面上，数以千计的人装在尸袋里回家，就像在伊拉克发生的和仍在阿富汗发生的那样。一切都干净利落，精确的炸弹落下，无人机击中选定的目标，打掉敌人的军事武库，限制其自卫能力，同时让热爱自由的叛军做他们的事情。因此，奥巴马总统所宣布的实际上是军事战略的改变，而不是严重削减国防开支。未来的战争将不需要大量的部队在当地，事实上实际上根本不需要部队，它将全部是支持当地的亲民主运动，有一些严重的精确性，但踢。因此，所有关于美国军队实际上面临无情的预算削减以克服经济困难时期的说法，实际上只是一种宣传。这都是为了制定一套新的规则来发动海外战争。这就是为什么目前被山姆大叔列入黑名单的世界各国不应该被美国军队的那些 "牺牲 "所迷惑。游戏是一样的，只是入侵方的麻烦更少。

**id 139**

我以前从不认为自己是上流社会的精英。我从小就认为自己是一个来自中产阶级家庭的中产阶级孩子。99%的人中的一部分，你知道吗？好吧，我今天三餐都在外面吃了。总共大约50新西兰元。是的，这完全是花在食物上的太多钱了，我通常不会这样做。实际上，这有点令人厌恶，不是吗？如果我放弃这一两个星期，改做意大利面，我就可以省下足够的钱，为我的室友的生日买一个全新的Wii。或者在另一个国家的某个地方拯救几个家庭的生命。我可能也会更健康。这就是我想说的。我不在99%的人中。我也不在53%中，如果你想知道的话。我是在1%。任何年收入超过3.4万美元的人都是世界上最顶尖的1%的精英富人。是的，你没听错：有各种各样的人从美国政府领取支票和食品券，他们实际上是世界上最富有的1%的人。这就是这个问题的严重性。现在活着的人类中，几乎有一半的人代表着某年收入最低的5%的人。想想看：那是数十亿人只得到世界上5%的钱，而大多数人在读这篇文章时可能都在金字塔的顶端。是的，我知道：这实在是太大了。你甚至不能把你的思想放在它周围。我可以直接告诉你，我不能。我知道，如果我对任何事情感到悲伤或恼火......那么，就在几个岛屿之外，还有人在有条不紊地被强奸/被卖为奴隶/被折磨/被处决/等等（这三个字母涵盖了很多我宁愿不去想的事情）。 哦，然后我想他们中的很多人正在死去，进入永恒的地狱，那是我们最疯狂的梦想之外的可怕的。而我对一些运动队输掉一些球赛感到悲伤。为什么我不为这个伤心呢？我是说，这又不是什么大事，对吗？或者说，如果我曾经为很多事情感到高兴的话......好吧，现在就在我打字的时候，有些人正被从这些事情中拯救出来。那么，为什么我没有完全为之欣喜若狂？为什么我不庆祝、喊叫并告诉我认识的所有人？我想答案是令人厌恶的、明显的、简单的人性本身。不在现场；不在心中。那要怎样才能让我们清醒呢？我们在玩物质主义、社会、地位和疯狂的大游戏。这就是我们在其中游泳的水。要怎样才能让我们摆脱它呢？我毫无理由地获得了这一美丽而神奇的生活，而其他与我同龄的人的儿子和女儿却在吃泥巴，喝疾病，死于饥饿。而这正是我们需要痛苦的原因。这正是我们需要悲伤来冲破我们所有第一世界的舒适的原因。这就是为什么我的身体每年开始越来越多地让我失望，这是一件好事。它需要打破我可以为自己而活的幻觉。这就是为什么我们所有人都需要看到星星，得到流感，失去我们将永远爱的所有人。它把我们从快乐的幻想国度摇身一变，进入真实的生活--哪怕只有几分钟，我们也会把头塞回沙子里。我们不惜一切代价让自己分心，困在自己的小帝国里。电视、脸书、商场、通勤和每周的时间表。而这一切最终都会崩溃，因为生活是有意义的，它与这些东西没有任何关系。你永远无法带着它。任何事情、任何人或任何地方：它最终都会离开你。我们都想成为我们自己小世界的中心。我们都想得到一切而不付出。现实却恰恰相反。我们生活在一个不可估量的巨大的、巨大的、美丽的和可怕的世界中。我们中没有人接近它的中心 -- 但对于那些被给予很多的人来说，会有很多期待 -- 寻求找到自己生命的人将失去它。而我们要

**id 140**

星际迷航：复活 -- 本可以和不可以......下一代系列的第三部电影涉及皮卡德船长和 "进取号 "船员不服从星际舰队和联邦的命令，保护巴库号，维护联邦的原则，不受索恩号和联邦本身的影响。所有这些在纸面上看起来都很好。我记得我和一些朋友在电影院看了这部电影，他们在最后评论说，与一部大预算电影相比，这个故事感觉更像是电视剧中的一个可怜的两部分故事。我不得不同意他们的看法，考虑到《第一次接触》有多好，我对这部电影感到相当失望。第一次接触》是一部更加黑暗的《星际迷航》电影，是我们不习惯的，但我们都接受并喜欢。赌注很大，所有船员都有事情要做，我们终于在大银幕上看到了博格人应有的样子：。现在，《星际迷航》已经接受了更黑暗、更强烈的色调，我觉得任何新的电影都会以一个好的故事、好的角色发展来延续《第一次接触》。在下一部《星际迷航》电影的开发过程中，来自剧透的早期迹象是好的。皮卡德将不服从命令，遇到罗慕兰人，并出于某种原因被迫杀死戴德。当时我认为这听起来非常有趣。是什么让皮卡德不服从命令而杀死戴德？罗慕兰人将如何融入这个故事？罗慕兰人终于出现在电影中，这将是一件好事，因为我过去（现在也是）是罗慕兰人的忠实粉丝。这实际上是影片的第二稿。第一稿包括皮卡德的一个名叫达菲的学院旧友，他必须被阻止摧毁罗慕兰飞船，他们将遇到 "石楠补丁"，这是一种青春之泉。这部电影将被称为《星际迷航：星尘》。然而，"重置 "伯曼决定，青春之泉太过幻想，太过政治化。在第二稿中，Duffy被放弃了，取而代之的是Data，罗慕兰人仍然存在，青春之泉的规模也有所缩小。同样，政治阴谋、罗慕兰人和皮卡德破坏规则听起来是一个好故事。为什么要放弃这个？皮拉尔和伯曼曾一度想把Q带到下一部电影中。这将是多么美妙的事情啊Q终于出现在大屏幕上，这将意味着与皮卡德的一些伟大的互动。但这又一次被放弃了。对我来说，在《复活》中进行修改的原因是《星际迷航》写作中一些最弱的决定。在《第一次接触》的成功之后，人们决定下一部电影将有一个更轻松的基调（第一个错误），虽然帕特里克-斯图尔特同意这一点，但他希望皮卡德在享受了《第一次接触》中的 "动作英雄 "皮卡德之后，能够置身事外。现在，当审查草案时，伯曼和皮拉尔决定，《第一次接触》中的博格人是最终的坏人，因此，你如何在下一部电影中打败他们？他们的决定是不费吹灰之力（第二个错误，有史以来最糟糕的决定！），而是创造了Son'a。人们常说卡松人是《星际迷航》有史以来最糟糕的外星种族，但我认为我们常常忘记了桑亚人。当然，正如我们都知道的那样，他们实际上是离开家园到星际旅行的巴库人（看电影时你花了多长时间才明白这一点？）通过决定我们不会有一个真正的讨厌的反派，那么Son'a不就像Neelix的一个故事一样变得多余了吗？儿子们没有动力，他们没有背景故事（尽管一个被删除的场景确实为他们增加了一些内容），最重要的是他们没有说服力。什么样的恶棍会只用一个人看守霍洛船？我确实喜欢《起义》中的一些片段。试图抓捕Data时的穿梭场景很好。我记得我曾想过，我们在这里找到了一个赢家，但这很快就过去了。我喜欢威尔和迪安娜重归于好的事实，而且在这一过程中还出现了一些笑料。另外，关于放慢时间的讨论也很有趣，我们在生活中的某个时刻都有这样的想法。最重要的是，对我来说，《起义》中最好的部分是杰里-戈德史密斯的配乐。真是太棒了，我现在写这篇文章时还在听。乔纳森-弗拉克斯最近说，《叛乱》是一部非常好的电影。

**id 141**

8条评论。通过各种方式再看\*次。那本书的作者\*在Facebook上对Orac的博客和评论大发牢骚。在RI的一个发帖人提供了作者的Facebook页面链接后的五分钟内......作者的Facebook页面就被删除了。他显然 "潜伏 "在RI的博客上。我邀请他来发帖，解释他的书的内容，并澄清他对VPD的某些观点......这些观点在Christian Orlic的书评中被提及。以我的愚见，我们每个人都以不同的声音来谈论这些不同的话题。我们都反复冲击同一个话题，这都是对的，所以当真正想了解情况的人，可能会发现奥瑞克的文章更难，而你的文章更容易。或者类似这样的事情。我只是说，去做吧。我喜欢你的写作方式，它给我一个不同的视角。）RI的几位发帖人都说，Facebook已经瘫痪了......我不认为有一个截图。请看这个网站上Christian Orlic对Largent先生的书所作的评论：ttp://www.skeptic.com/eskeptic/12-09-05\\...请特别注意Orlic对Largent先生对疫苗所预防的疾病进行 "分类 "的解释。"拉金特提出的最重要的意见之一是，并非所有的疫苗都是一样的。有些疫苗可以预防毁灭性的疾病（MMR、DPT），有些疫苗可以预防危险的疾病（甲肝、乙肝、Hib、轮状病毒、PCV），但婴儿接触这些疾病的可能性很低，还有一些疫苗可以预防死亡率极低的疾病（水痘）。每种疫苗所保护的疾病之间的区别常常被遗忘。例如，拉金特认为，我们为新出生的婴儿接种的一些疾病可能是不必要的，例如乙肝，婴儿只有 "通过与受感染的人发生性关系或与受感染的吸毒者分享受污染的针头才能感染这种疾病"，可以等待（2）"。

**id 142**

像素报告 让我们建立一个讲故事的君主立宪制 本周，超过350人聚集在伦敦国家电影院，寻找世界第五个讲故事时代的大问题的答案。10月16日至19日举行的第六届Power to the Pixel年度跨媒体论坛汇集了艺术家、思想家和企业家，研究如何恢复讲故事的人和他们的观众之间的关系，与创意的 "君主立宪制 "的想法进行斗争--并发现为什么人类的末日将由一只名叫杰夫的穿越时空的袋鼠来实现。但关于杰夫，稍后会有更多内容。从荷马到众包 第一天的会议的概念框架是由主讲人肖恩-斯图尔特提供的，他是艾美奖提名的网络电视剧《肮脏的工作》的幕后策划者。斯图尔特提出了人类讲故事的五个时代的概念，从 "像荷马这样的老瞎子，你必须在家里安装实物 "到网上观众可以被收编为 "众包吟游诗人 "的时代。在众包吟游诗人的时代讲故事。第四墙工作室的艾美奖提名的在线喜剧《肮脏的工作》通过其Rides平台放映。 但是，虽然这种参与式的讲故事技术将一个故事的潜在观众从一个扩大到数十亿，但它们也带来了自己的问题。"[网上的公众]基本上都是混蛋，"斯图尔特说。"他们想让你知道，他们不会做你想让他们做的事。"斯图尔特正在讨论 "狙击手推销"：他用来向潜在的支持者介绍互动故事的想法的一般建议。想象一下，你正在观看一个陌生人的在线录像，通过狙击步枪的十字准线取景。由你这个观众来警告他的命运。根据斯图尔特的说法，十分之三的观众不是以你可能期望的方式推进情节，而是简单地告诉受害者留在那里。分支叙事，如PlayStation 3游戏《暴雨》，使观众能够推进情节 -- 但创作者必须提供 "失败状态"，以应对他们没有以预测的方式这样做。将这种为故事提供 "失败状态 "的需要与必须为分支叙事创造的大量额外内容结合起来--更不用说这种结构 "攻击关于讲故事性质的一些基本东西 "的方式，特别是暗示情节事件对人物有不可磨灭的影响的力量--你就会发现现代连接的讲故事者有一系列棘手的问题。斯图尔特探讨了一系列可能的应对措施--从Inception The App的 "叙事组合 "模式，即用户的行动逐步解锁大块内容，到HBO Voyeur Project等随处可开始的在线体验的 "叙事沙盒 "方法。最终，斯图尔特认为，最有效的方法是限制观众的控制权，以促进连贯的叙事，但这样做的方式是，如果观众的 "建议 "被忽视，他们不会感到受骗--例如，邀请他们对一个情节分叉的结果进行打赌，而不是指导它。"在讲故事方面，我们都不是民主人士，"他反思道。"我们是在一个暴政的时代长大的--说实话，我喜欢这种方式。[但如果作者不能再当暴君了，我们就转到君主立宪制吧"。从虚构到事实 如果参与式讲故事是君主立宪制，跨媒体论坛的其余部分介绍了一些更著名的议员。下午的会议展示了多种多样的跨媒体项目，从埃格蒙特出版社的《战马》电子书（将迈克尔-莫普尔戈的经典儿童故事文本与纪录片视频相融合）到加拿大国家电影局的优雅在线纪录片。每一个作品都展示了创造一个引人注目的跨媒体体验所涉及的艰苦和耗时的工作：对于一个通常被认为是短暂的媒体来说，这是一个双重的约束。像BoomGen工作室所做的那样，将小说与纪录片材料相融合，为跨媒体项目提供了宝贵的第二次生命，成为学校和学院的教学辅助工具。多平台孵化器BoomGen Studios的CEO Mahyad Tousi简明扼要地指出了这一点。

**id 143**

主菜单 副菜单 搜索表格 非洲的中国农场 陈在中国推广新的农业技术，但他梦想在塞内加尔耕种。这并不是因为他是北京接管非洲的总体计划所驱动的新殖民主义机器中的一个齿轮，而是因为他想分享他的技能，做一些有意义的事情。"我真正的梦想是拥有自己的农场。"当我们开车穿过中国东部湖北省农村茂盛的乡村时，45岁的陈告诉我。"它将展示环保方法，供其他人学习。"陈描述了他对一个自给自足的农业系统的设想，该系统整合了水产养殖、牲畜、谷物和蔬菜生产，并由清洁能源和闭环废物及水管理提供支持。但是，这个梦想中的农场并不在陈的家乡鲜绿的土豆和油菜田中，这个中国农场将远在地球的另一端，在塞内加尔。我第一次见到陈先生是在2010年，当时他在塞内加尔参加一个农业培训项目，是中国商务部下属的一个外交使团的一部分。在那里，我第一次接触到中国在非洲的农业活动，在达喀尔郊外的一个农场与陈和他的同事一起生活了几个星期。他和其他14名中国农学家在两个不同的地方工作了两年，这是中国和塞内加尔政府为促进塞内加尔农业部门发展而进行的合作的一部分。但是这个项目充满了困难 -- 沟通障碍、双方缺乏信任、项目设计缺陷 -- 使得中国人和他们的塞内加尔合作者在很多时候都感到沮丧。这两年对Chen来说很艰难 -- 他第一次离开中国，在一个不受欢迎的环境中工作，远离他的家人。现在回到中国，陈先生又回到了他所在城市的 "农业技术推广中心 "的工作岗位上，这是全国各地此类中心的庞大网络的一部分，负责改进农业品种和技术，并将其介绍给当地农民。他开车带我参观农场，自豪地向我展示他正在做的工作。据我所知，这很像他在塞内加尔所做的工作，只是没有语言障碍和与当地合作伙伴的麻烦。与中国农业综合企业推动的投入密集型单一作物相比，陈的工作是帮助农民提高生产力，同时减少他们的化肥、农药和劳动力投入。他与小农户在他们自己的土地上开展合作实验，测试新的种植技术、有机土壤处理和害虫控制。"当我们走过油菜花田时，他告诉我："帮助农民提高产量是一件有趣的好工作。"而且我们与农民有良好的关系。他们欢迎这种投入，并愿意进行试验，只要我们能保证这些方法不会使他们亏本。如果他们真的亏损，我们会对他们的损失进行补贴。但通常情况下，我们的方法使他们从一开始就能增加收入。"陈热爱他的工作 - 你可以从他谈论他们用来种植马铃薯的新技术的方式中感受到这一点，并从他与农民学员的深情笑声中听到这一点。"我喜欢在自然环境中与植物一起工作，"陈告诉我。"植物是宽容的。如果你搞砸了，你可以把它们拔出来，重新开始。你可以看到它们每天都在成长，看着它们的进步。它们给了我希望。"当我穿过田野，周围充满了生命，我也对中国的农业状况感到一种安全感和乐观 -- 有着技术推广中心的组织网络和像陈先生这样的热心人的关注。"这里的情况这么好，为什么还要梦想在塞内加尔建农场？"这是我第一次去塞内加尔后一直在思考的问题，我也向陈提出了这个问题。我知道这类职位的工资很有吸引力，但陈说他希望在没有中国政府支持的情况下，靠自己的力量开拓市场。越来越多的其他中国农民也在这样做--向非洲寻求农业投资、贸易和发展合作。全球媒体的头条新闻会让我们相信，这些中国农民只是北京接管非洲的总体计划所驱动的新殖民主义机器中的一个齿轮。但是，从陈的角度来看，中国人在非洲的农业更多的是个人机会--我们大多数人都渴望的东西--一个做有意义的事情的机会。

**id 144**

对土壤的要求再本条例第55（3）款第2段第一部分定义、解释和应用定义和应用1.（1）在本条例中，以及在本条例所引用的任何文件或文件的规定中，"具有自然意义的地区 "指下列任何一种情况。1.根据《2006年省级公园和自然保护区法》保留或划分为省级公园或自然保护区的区域。2.由自然资源部确定为具有省级意义的自然和科学利益区（生命科学或地球科学）。3.自然资源部认定的具有省级意义的湿地。4.4. 市政府在其官方计划中指定为具有环境意义的地区，无论如何表述，包括指定为环境敏感地区、环境关注地区和生态意义地区。5.尼亚加拉悬崖计划根据《尼亚加拉悬崖规划和发展法》指定为悬崖自然区或悬崖保护区的地区。6.被自然资源部确定为受威胁或濒危物种的重要栖息地的地区。7.7. 根据《2007年濒危物种法》第7条被列为受威胁或濒危物种的栖息地的地区。8.8. 根据2001年《橡树岭冰碛保护法》，被指定为自然核心区或自然连接区的区域内的财产，适用于橡树岭冰碛保护计划。9.9. 根据《荒野地区法》被划为荒野地区的地区； "潜在环境问题区域 "是指通过第一阶段环境现场评估，包括通过(a)确定第一阶段财产上、内或下过去或现在的用途，以及(b)确定潜在的污染活动，在第一阶段财产上、内或下有可能存在一种或多种污染物的地区。"相关产品 "是指除汽油、蜡和沥青以外的任何石油产品或用作燃料的任何其他液体产品； "散装液体分配设施 "是指将溶剂、汽油或相关产品储存在一个或多个储罐中并分配出售的场所； "1996年清理指南 "是指该部题为 "安大略省受污染场地使用指南 "的出版物，最初日期为1996年6月，后来经过修订。"关注的污染物 "是指：(a) 在财产上、财产内或财产下发现的一种或多种污染物，其浓度超过该财产适用的场地条件标准，或(b) 在财产上、财产内或财产下发现的一种或多种污染物，根据第九部分（场地条件标准和风险评估）没有规定适用的场地条件标准，这些污染物与潜在的污染活动有关。"描述"，在提及勘察长批准的描述时，指由勘察员编制、签署和盖章的勘察计划或财产的描述性地图； "车库 "指有偿接收机动车辆进行保养或维修的地方或场所； "汽油 "指石油产品，可包括含氧化合物和汽油添加剂，闪点低于37.8C，在标准温度和压力下为液体，设计用于发动机；"汽油销售点 "是指邀请公众前往的任何场所，在那里销售汽油或相关产品，并将其放入机动车或漂浮的机动船的油箱中，或放入便携式容器中；"律师 "是指根据《法律协会法》授权在安大略省从事法律工作的人；"介质 "是指土壤、地下水或沉积物；"第一阶段财产 "是指作为第一阶段环境现场评估对象的财产。"一期研究区 "是指包括一期财产、全部或部分位于距一期财产边界最近点250米范围内的任何其他财产以及合格人士根据附表D第3(1)(a)条确定应被纳入一期研究区的任何财产。"第二阶段财产 "是指作为第二阶段环境现场评估对象的财产； "潜在污染活动 "是指正在或已经发生在第一阶段研究区域内的附表D表2的A栏中所列的用途或活动； "RA

**id 145**

这款商品是您在我们的 "成为买家 "计划中挑选的!这条露背连衣裙的魅力并不输给你!这个造型的烟熏黑色色调，透明的肩膀，以及引人注目的敞开式后背，使它成为持续赞美的来源。这条裙子配上明亮的高跟鞋、长长的吊坠耳环和你最喜欢的戒指，你会想一次又一次地回到这套衣服上。其他连衣裙也是如此。更多 这款商品是您在我们的 "成为买家 "计划中挑选的!这条露背连衣裙的魅力并不输给你!这条裙子的烟熏黑色色调，透明的肩膀，以及引人注目的敞开式后背，使它成为持续赞美的来源。穿着这条裙子，配上明亮的高跟鞋，长长的吊坠耳环，以及你最喜欢的戒指，你会想一次又一次地回到这套衣服上。其他连衣裙无法与这种别致、精致的时尚飞行相提并论!质量 当你需要为一个特殊的场合穿上一件衣服时，你总是求助于这件梦幻般的连衣裙。由桃红色的雪纺组成，这条完全衬里的连衣裙的特点是颈部镶有珠宝的仿珍珠、水晶水钻和亮片。当你将这条A字形连衣裙与紫铜色的衣服搭配时，就不需要珠宝了。这条内衬式连衣裙可以提供黑色的时尚，天鹅绒般的波尔卡圆点可以带来多少眩晕感，甜心领口可以包含多少浪漫，这条内衬式连衣裙可以满足你穿上所有你喜欢的细节的冲动！这条网状的幻彩领口可以使你的衣服更有吸引力。这款网状连衣裙的幻彩领口是你最喜欢的方式，让你看起来非常有女人味，而唯一的办法就是在你的衣服上贴上一个小标签。自从那个公平的日子，你们第一次相遇，你们的命运交织在一起，你和这条耀眼的裙子就有了相当密切的关系。黑色衣领上的银色圆锥钉使这条时尚的连衣裙第一次吸引了你的目光，你很高兴地穿着它去参加艺术开幕式和音乐会， ...

**id 146**

2012年10月19日 10:58 AM 大家好，谢谢你们的论坛。我刚刚收到我右眼眶的b型淋巴瘤的活检报告。这里的每个人都可能知道我现在正在经历的事情。我意识到，对任何人来说，眼前的消息一定是毁灭性的。我现在需要的是积极的力量和勇气。我必须承认，我的第一反应是巨大的疼痛，这让我的肚子自由落体，任何帮助都是值得赞赏的。 欢迎来到癌症聊天，感谢你告诉我们你的故事。我可以理解你现在的感受，但你会找到力量和勇气，从某处继续前进。我们将尽我们所能帮助和支持你度过这个最困难的时期。任何时候你想谈谈，请回到这里，我们会做出回应。我发现保持乐观的最好方法是停止寻找更多的信息。很容易用谷歌搜索东西，并说服自己这一切会以讨厌的方式结束。我发现了一些关于我的淋巴瘤（无性大细胞淋巴瘤）的 "积极 "的东西，然后停止寻找并坚持我发现的东西。你会有不眠之夜，躺在床上担心最坏的情况，但时间越长，越容易。我不确定你的那个特定淋巴瘤的缓解机会，我个人得到的是70%，我起初以为这意味着30%的不成功....，我确实花了很长时间才真正看到70比30大.....，但当你第一次被诊断时，太容易看到负面的东西。祝你好运，欢迎来到癌症聊天室，当你感到压力的时候，这里有一些真正的好人可以倾听。我只是把我在阅读帖子的特定时刻的感受输入到....，有时他们可能是短小精悍的......其他时候我会花时间试图做到明智和关怀。马克--非常感谢你的答复。知道你并不孤单，我感到很欣慰。我犯了第一个错误，就是把所有的东西都查了一遍！！！我不会再犯了。我不会再犯这样的错误了！！。 周一是活检后开始所有测试的第一天。 照顾好布莱恩

**id 147**

罗伯托-迪马特奥建议弗格森爵士应该对马克-克拉滕伯格的争议保留自己的观点，同时他声称裁判在大型比赛中的决定向有利于曼联的 "一个方向 "发展，从而增加了两人之间的摩擦感。切尔西经理努力掩饰他对弗格森当天早些时候的评论的挫败感，当时他的曼联同行有效地质疑了伦敦俱乐部对克拉滕伯格指控的真实性。切尔西指责裁判在上周日在斯坦福桥被曼联击败的英超联赛中对中场球员米克尔-约翰-奥比进行了种族虐待，弗格森说他无法相信克拉滕伯格会这样做。迪马特奥明确表示，他对弗格森谈论自己以外的俱乐部不以为然，因为他遵循切尔西的政策，在足协和警方继续调查时不对此事发表意见，当有人向他提出时，他同意弗格森的言论是无益的。他说："是的，我不得不说，这在过去也发生过，"他说。"一般来说，你的同事、经理们之间有很多的尊重。而且每个人都有不同的方法。有些人谈论其他俱乐部和俱乐部的问题，有些人不谈论。我们会接受他的评论的知识，但这并不意味着我们分享它。"这是一个自由的国家，每个人都有说话的自由。我们会考虑到其他人说的话，并将其作为激励自己的工具。正如我所说，这是一个自由的国家，每个人都可以说他们想要的东西。他[弗格森]喜欢谈论其他俱乐部，而我们往往不喜欢。我会让他自己决定。"在上周日的比赛中，迪马特奥和他的切尔西后台工作人员与弗格森在边线上发生了冲突，在费尔南多-托雷斯因跳水而吃到第二张黄牌后，他又在全场比赛中再次与弗格森发生冲突。弗格森后来说，切尔西前锋托雷斯在 "选择倒地 "之后，除了他自己，没有人可以指责。迪马特奥坚持认为，克拉滕伯格将托雷斯罚下的决定是错误的，而回放显示，哈维尔-埃尔南德斯的制胜球应该因为越位而被取消。当他被问及像弗格森这样地位的主教练通过公开评论使用他的影响力是否公平时，迪马特奥尖锐地表示他将 "让你来判断"，而且似乎有很多他可能想说的。不过，他还是在裁判决定的问题上发泄了一下，他对曼联本赛季受到裁判青睐的说法采取了阴谋论的态度，特别是在联赛中赢得利物浦和切尔西的比赛。曼联在一个有争议的点球的帮助下击败了10人利物浦。"有很多证据表明，人们担心所有的决定都对曼联有利，"迪马特奥说。"一般来说有一些感觉，但我不认为他们（裁判）这样做有什么目的。这只是他们决策的一部分，而且似乎是朝一个方向发展。它是否会自行平息？我不知道。"我们需要支持裁判员。球员和经理们必须做一切事情来支持裁判员。尽管当一个关键的决定对我不利时，我们和我个人都很生气，但我仍然相信我们需要做一切事情来支持裁判，并确保他们能够以最好的能力来执行。"切尔西是欧洲冠军和英超联赛的领头羊，但他们是一个被围攻的俱乐部；阿森纳经理温格一直在另一个地方批评他们对克拉滕伯格事件的处理，以及他们最初是如何 "在没有什么证据的情况下公开 "的。不过，迪马特奥声称，切尔西的行为是正确的。他说："我们相信我们所做的是正确的，"他说。"我们相信我们的行为是正确的。我们面前有一个目标，并将继续为此而努力。如果其他人有不同的目标或意见，这不会影响我们。"我只看了标题，这也足够了。这再次表明，与从贝尼特斯到迪马特奥的主教练相比，SAF在精神上要强得多。我承认，当你处于失败的一方时，你倾向于说这样的话，但经理们应该是专业的，而不是在公众面前发牢骚。我失去了我对他的一点尊重，他一直在曼联和裁判身边发牢骚。说真的，他应该越来越多地说话，我

**id 148**

"除了埃及和庞贝，没有任何地方的史前定居点的遗址、小屋、甚至家庭家具都保存得如此完美。V. Gordon Childe教授 S kara Brae持续居住了至少600年 -- 其间似乎有两个独特的建筑阶段。从公元前3000年左右开始，村子里最早的房子是圆形的，由一个主房间组成，里面有一个中央炉灶，两边的墙壁上有床。正门对面是一个架子上的石制梳妆台--这是一件石器时代的家具，已经成为斯卡拉布雷的代表。这些老建筑的遗迹仍然保留在现场，可以看到粗糙的石头轮廓（见右上图）。后来的房屋遵循相同的基本设计，但规模更大。房子的形状稍有变化，变得更加长方形，内部的角是圆的。此外，床铺也不再建在墙内，而是突出到主要生活区。每间房屋都通过一个低矮的门洞进入，门上有一个石板门，可以关闭，并通过一个装在门框上的孔中的杆子来固定。虽然它已经使用了七代，但从目前的挖掘证据来看，Skara Brae的规模似乎没有超过八个结构。有人认为，在任何一个时期，住宅的最大数量都在6到8座之间，在任何时候都不超过50到100名村民。今天，游客往往认为这八个幸存的建筑是一个地下村庄的遗迹，由一系列短小的、有屋顶的隧道连接起来。事实上，情况并非如此。这些房屋并没有沉入地下，而是建在预先存在的垃圾堆中，被称为 "堆"。尽管土堆为房屋提供了一定程度的稳定性，但其最重要的目的是作为一个绝缘层--鉴于奥克尼岛的气候，这是绝对必要的。由于房屋建在土堆里，从外面看，村子就像一个低矮的圆丘，只被每间房屋的屋顶表面打破。斯卡拉布雷的房子总面积为36平方米，实际上是相当宽敞的。里面的生活应该是相当温暖和舒适的（当然是以新石器时代的标准而言），床上有稻草或石南花的床垫和羊或鹿皮的毯子。村庄的设计中包含了一个非常复杂的排水系统，其中可能包括早期的厕所设施。屋顶 由于这些建筑的屋顶没有任何遗迹，我们必须假设它们是由易腐烂的有机材料制成的。鲸骨或浮木的横梁很可能支撑着草皮、兽皮、带茅草的海草或稻草组成的屋顶。在奥克尼岛，用稻草绳绑在石头上的海草，直到最近的历史，仍然是一种屋顶材料。

**id 149**

Full Tilt Poker 活着并运行着 2012年11月7日 星期三 作者：Ryan 在扑克新闻方面，我想说在我看来，过去一年多来最受欢迎的新闻故事的排名可能包括世界扑克系列赛主赛事、一大一小、Full Tilt Poker 和整个在线扑克。既然如此，最近扑克界最大的新闻肯定与Full Tilt Poker有关，特别是由于主赛事实际上刚刚结束，我们看到Greg Merson获得了冠军。虽然Full Tilt Poker在黑色星期五后被关闭，并因一些相当可怕的事情和全面的糟糕情况而成为新闻，但在扑克之星同意收购他们的老对手并让网站重新运作，同时也向玩家支付报酬后，事情有了巨大的转变。周二对许多人来说是个大事件，有许多不同的原因。如果你在美国，Full Tilt Poker的重新启动对你来说可能还不太重要，尽管你仍然可以玩玩钱，只要你愿意。虽然美国目前正在进行大选，所以巴拉克-奥巴马和米特-罗姆尼之间的斗争终于要结束了。对于世界其他地区和美国的扑克玩家来说，他们可能把目光锁定在Full Tilt Poker的重新启动上，这标志着这个行业的前巨头开始重新爬上扑克世界的顶峰。就Full Tilt Poker的真钱游戏而言，直到星期二下午的早期和中期，事情才开始发展。他们的玩钱游戏进行了一个星期左右，虽然他们得到了网站的启动和运行，但事情并没有一开始就完全顺利。约两个小时左右，通过Full Tilt的出纳员不幸无法工作，另一个问题是将玩家在扑克之星的账户连接到他们在Full Tilt扑克的账户背后的整个交易。他们能够将两者连接起来，但试图在两个网站之间转移资金，在中间的一段时间内工作得并不顺利。但总的来说，这些问题正在慢慢解决，Full Tilt Poker的重新启动让扑克世界沸腾了。正如你现在可能知道的，Full Tilt的整个网站与过去相当相似，这很好。网站上有一些东西被改变了，但总的来说，Full Tilt看起来和感觉还是和以前一样。目前和过去最大的区别可能与Full Tilt正在运行的忠诚度计划有关。现在没有铁人和黑卡了，有一个全新的计划，叫做Full Tilt Edge。在这个计划中，玩家要通过自己的方式，从铜牌到银牌、金牌、白金，最后到钻石，所有这些都取决于你赚取的Full Tilt积分的数量。如果你能达到青铜边缘级别，那么你就可以注册参加每天的免费比赛，这些比赛需要花费25个FTP才能参加，对于达到高于青铜级别的玩家，你将获得现金奖励，这取决于你每周带来的积分数量。钻石身份的玩家可以进入钻石边缘商店，你可以在那里用你的积分购买物品，也可以获得现金奖励。如果你在2011年期间是Full Tilt的黑卡会员，那么你也可以从钻石边缘级别开始，而且你有50天的宽限期。至于旧版Full Tilt颁发的钢铁侠奖牌，这些也没有消失，因为玩家现在每块奖牌可以获得50个FTP。正如你所看到的，有些东西改变了，有些则保持不变，但随着Full Tilt的发展，你可能会看到该网站将在2012年和未来继续增长和改进。

**id 150**

......别费心了！......合理的高二氧化碳排放，而且很有可能你会迷路，并最终支付多次过路费。没有什么风景，一旦你最终设法离开悉尼（从机场出发至少一个小时），你可能会发现高速公路被道路工程、高峰期或事故所阻断。如果你走投无路，你可以在机场租一辆车（提前预订，否则可能租不到），然后按照标志到纽卡斯尔，或者给我打电话（我会解释最近的火车站在哪里！）。如果你住在悉尼，那么这是一个合理的选择，但作为一个前悉尼人，你真的应该尝试一下火车，节省二氧化碳的排放。火车。这是一个愉快的3到4个小时的旅程（包括从机场到纽卡斯尔的火车），二氧化碳排放量低，一旦你离开悉尼，就会有相当多的风景，而且几乎会在你所住的大多数地方的步行距离内到达。在国际（1号航站楼）和国内（2号和3号航站楼）航站楼都有火车。1号航站楼是国际航站楼。一旦你从移民局出来，然后是海关，向右转（从任何一组出口），停留在同一楼层，走到航站楼的尽头，经过麦当劳和一些商店--有通往火车的标志。然后你下楼到火车站。买一张去 "纽卡斯尔站 "的票--大约是28.00澳元，包括机场火车（几乎是票价的一半）和从悉尼到纽卡斯尔的旅程。有两个站台，确保你得到的站台是 "City Circle"，而不是 "East Hills"，--在站台上检查火车会去--国内（如果你是在国际站）、Mascot、Green Hills、Central Station--你需要在Central下车。2号和3号航站楼是国内航班，不是澳航就是其他。火车站在这两个航站楼之间的地下。因此，在任何一个航站楼的底层（你拿到行李的地方），按照火车站的标志，从航站楼内的楼梯、自动扶梯、电梯下到2号和3号航站楼之间的隧道，然后你再从这里乘自动扶梯等到达火车站。车费同样是28澳元；有两个站台，确保你的站台是 "City Circle"，而不是 "East Hills"，--在站台上检查列车会去--Mascot、Green Hills、Central Station--你需要在Central下车。一旦你到达中央车站--它是第一个地上平台--下了火车，向右转，走向平台的尽头。你要去的是乡村1号至15号站台。在站台的尽头，你走下两个楼梯中的一个。在底部向左转，继续以相反的顺序经过所有的郊区平台（16-23），你将来到楼梯/扶梯--上去，然后你将进入乡村部分。不要从任何电子取票机/障碍物出来。在楼梯的顶部，左边有一个小商店，平台从15号开始往下走。纽卡斯尔列车通常在6至13号站台。在自动扶梯顶部过去20米左右的地方，有一个 "城际 "列车的指示牌，就在右边。你需要找到去纽卡斯尔（而不是怀昂）的火车，任何纽卡斯尔火车（有限站或快车）都可以，它们都停在你想下车的地方。大多数火车都是每小时大约一刻钟发车。在行程的前45分钟，当你穿过悉尼时，火车会在远处经过奥运场馆，但那是关于风景的。然后，当你离开悉尼时，行程中的霍克斯伯里河的风景相当不错，穿过中央海岸，然后最终进入纽卡斯尔--通常需要2小时30分钟到3小时，这取决于他们在多少个车站停留。你需要到最后一站--纽卡斯尔站（而不是纽卡斯尔的主要车站Broadmeadow--除非你喜欢带着行李步行5公里进入纽卡斯尔）。飞机。二氧化碳排放量高，而且并不比坐火车短多少，特别是如果你必须从国际航站楼（或澳航国内航站楼）转到飞往悉尼和纽卡斯尔的Aeropelican航站楼。你必须通过航站楼的巴士或火车把你的行李从国际航站楼带出来。相当昂贵 - 100至300美元

**id 151**

缅因州，州长Paul LePage办公室 请在此分享您在教育领域的政府成本节约想法。我去了儿童博物馆 在儿童博物馆里，我在想，"学校应该更像这个儿童博物馆！"。很多有趣的学习正在进行中!人们可以有 "学校"，只要他们有好的老师！！。我们花了太多的钱在像监狱一样的建筑上，大多数甚至没有艺术室！我们可以用艺术来教所有的东西。我们可以用艺术来教所有的东西，没有艺术，我们就不能教任何东西！即使是字母也是符号。即使是字母也是符号!

**id 152**

公主们从不放弃，直到她们完全放弃 2010年3月9日 上个周末是一个充满了巨大的、令人心碎的快乐的周末。它也是我整个生命中最令人失望的周末之一。我的头有点晕，因为这代表着存在性的矛盾。我带着孩子们去了迪斯尼世界，这次旅行的目的之一当然是玩得开心，而在迪斯尼世界玩得开心并不是一件特别困难的事情，有旋转的茶杯、烟花、海盗、飞毯和精灵尘等等，所以说我们--更重要的是，我们这群喜欢精灵的獾--玩得很开心，是对事情的低估。但是玩得开心并不是这次旅行的唯一目标，甚至也不是这次旅行的主要目标。这次旅行的主要目的（我们乘坐通用汽车加拿大公司提供的车辆从多伦多开往佛罗里达）是我参加迪斯尼公主半程马拉松赛，又称提拉松，作为我为坦纳跑100英里的长年追求的第一场比赛。我从去年就开始训练，以完成这次跑步和其他所有的跑步--我希望这些跑步的总距离是100英里--接下来。我把我的头饰和芭蕾舞裙都准备好了。我一直没有机会穿上它们。比赛前一天晚上，我出现了一系列的头晕症状，最后一次导致我在抱着艾米莉亚的时候摔了一跤--她自己在单轨列车的匝道上摔得有点骨折--穿过度假村的地面。我并没有因为摔倒而受到严重伤害--只是膝盖和脖子酸痛--但我头晕得足以让黑点扭曲我的视线，歪曲我的平衡，让我抱着孩子冲向地面，这一事实足以敲响警钟。"你不能跑，"凯蒂说，她把我扶回了房间。"我会阻止你的。"事后，我可以推测，我的头晕目眩和摔倒以及随之而来的不能跑步是由于很多或多或少超出我控制范围的事情造成的。在跑半程马拉松之前，带着不睡觉的小孩子进行为期一周的长途旅行，也许是我可以控制的事情--只要不做就可以了--但那样我们就不会有这次冒险，谁又能说是七天不睡觉让我倒下的呢？也可能是佛罗里达州的阳光，或者食物（米奇形状的华夫饼已被证明会导致身穿芭蕾舞裙的实验室老鼠头晕目眩），或者我的肺炎才过去一个月，肺部不好，而在几周前恢复训练时，我忽略了所有这些，并且在两天内背着一个35磅重的幼儿在魔法王国、动物王国和埃普科特中心的明显非加拿大的阳光下，没有注意到任何这些。这可能是由于很多事情造成的，其中大部分几乎肯定是我的错。这就是为什么我很难坚持这个周末的喜悦。小孩子们度过了一段美好的时光，他们追逐太空游侠，从山上冲下来，开赛车，目不转睛地看着天上飞过的小精灵，他们的快乐是有感染力的，但是：我们本应该做这一切--我们本应该追求快乐，追逐小精灵和公主--为了坦纳。我本该为坦纳做这些的。而我在开始之前就把它搞砸了。这让我很难不恨自己。(我通常会关闭这类帖子的评论，因为我讨厌被诱惑，为自己扭曲的问题向互联网寻求安慰和支持，但你知道吗？这事太糟糕了，以至于我用尽了所有有限的自我克制，才没有大声地乞求每个人，每个地方，告诉我，事实上，我并不是一个完全失败的人，一个令人类失望的人。所以。如果你想告诉我，我并不差劲，我完全可以接受。请原谅我的需求感）。亲爱的，你真是疯了！如果你当时跑了，你就会有一个好的结果。如果你跑了，你可能真的会伤到自己。

**id 153**

2012年10月27日，星期六 一对久违的经典新秀 10月即将结束，新英格兰的冬天也快到了。 就像每年的情况一样，我已经积压了一大堆在2012年购买的有趣卡片，只是我还没有来得及发布。 虽然我没有时间像去年25美元以下的前20名倒计时那样投入，但我仍将努力在年底前发布其中的许多内容。 今天，我们将从一张熟悉的垃圾蜡时代的新秀卡开始，我终于在去年5月拿起了它。是的，我现在是1989年Upper Deck Ken Griffey Jr.新秀卡的自豪主人。 与我交谈过的收藏家们似乎对这块特殊的纸板有很大的分歧。 我知道有些人会把它列为有史以来最伟大的棒球卡，而其他人则认为它只是另一张被高估的、生产过剩的垃圾蜡质新秀卡。我自己没有仔细考虑过这张卡，但我想我属于中间地带。 我并不觉得这是张特别引人注目的卡片，但作为80年代末/90年代初的孩子，不可能不欣赏格里菲，而这是每个人都想要的新秀。 不仅如此，有一点你无法争辩的是这张卡（和这套卡）在我们爱好的历史上的意义。 不管是好是坏，Upper Deck在1989年突然出现在舞台上时改变了游戏规则。 至少，89年的Upper Deck Griffey无疑是80年代最受欢迎的新秀，与82年的Topps Ripken、83年的Topps Gwynn、84年的Donruss Mattingly等等并列。 事实上，在我的脑海中，我能想到的唯一一个在二级市场上表现更好的80年代新秀是80年的Topps Rickey Henderson。 无论你的观点如何，我想我们都可以同意，这个小纸板方块在爱好上留下了比其他大多数人更大的脚印。我特别喜欢这个时代的新秀卡；如此受人追捧，如此容易辨认。 由于当时棒球卡的形状，它们在某种程度上真的成为标志性的艺术品。 你基本上有一个单一的，孤独的，真正的新秀卡，从每个品牌的任何球员。 不像今天有几十张插页、连号卡、补丁和签名的水货套装。 虽然这些卡片可能很有趣，但结果是它们似乎并不那么有意义。 我想说的是，几乎每一个棒球卡收藏者，无论他们是否拥有，都能认出这张格里菲的卡片，并能在脑海中想象出它的样子，即使他们多年来没有亲眼见过。 想一想你现在最喜欢的联盟现役球员......你能为他们做同样的事情吗？ 我可以告诉你，如果不查，我无法想象出贾斯汀-维兰德的新秀卡现在是什么样子。 三冠王得主米格尔-卡布雷拉怎么样，你能想象出他的新秀卡吗？ CC萨巴蒂亚？ 费利克斯-埃尔南德斯（Felix Hernandez）？ 你会明白的。 也许这只是我的问题。那么，为什么在20多年后，我终于决定拥有一张属于我自己的UD格里菲RC呢？ 好吧，几年前，我在一个未开封的1989年Upper Deck Low Series蜡盒上得到了一个绝对的惊喜（40美元，如果你能相信的话！），但我没有拉到格里菲。 从那时起，我就想追寻一个，以填补我的套装中的那个洞。 除了是一个来自有信誉的卖家的非常好的薄荷复制品外，我选择这个的真正原因是它是一个一揽子的拍卖，包括第二个新秀，我想和格里菲一样，甚至比格里菲更多：1990年的叶子弗兰克-托马斯新秀是我童年的收藏朋友群中的绝对奖品。 在我们所有人中，只有我最好的朋友拥有一个副本，这是他父亲的生日礼物，我们都很敬畏。 我记得当时它被存放在那种荒谬的厚实的螺丝固定器中，那种使你的卡片大小和重量与一本小型精装书差不多的固定器。也许这是我的想象力在美化我的记忆

**id 154**

回复：iPad未被注册 首先，进入设置，然后是WiFi，将WiFi关闭。这样就能成功输入互联网设置。现在，再次进入设置，然后是蜂窝/移动数据，并确保蜂窝/移动数据被打开。然后选择蜂窝/移动数据网络。在方框中，输入APN: giffgaff.com Username: giffgaff Password: password 现在，关闭你的iPad，并再次打开它。现在互联网设置已经完成。你的iPad将显示O2-UK作为运营商，因为吉夫加夫使用O2的信号。如果你想把文字改成giffgaff，有一个漫长的方法，这需要越狱。另外，"手机/移动数据 "中的 "查看账户 "按钮将不起作用，但只要在网站上登录你的giffgaff用户名，就可以知道你还剩下多少MB。<p>欢迎对帮助你的帖子给予嘉奖，对解决这个问题的帖子给予最佳答案：-)

**id 155**

暂时没有库存。现在订购，我们将在有货时交付。一旦有了更多信息，我们将通过电子邮件向您发送估计交货日期。您的账户只有在我们发货时才会被扣除。由Amazon.co.uk发送和销售。可提供礼品包装。亚马逊的Tommie Young商店 特别优惠和产品促销 购买任何由Amazon.co.uk销售的产品，不包括任何Kindle设备和电子书，我们将在您的账户中添加10个促销礼券，用于购买指定的亚马逊时装。以下是方法（条款和条件适用）从Amazon.co.uk销售的音乐商店购买产品，可获得1个用于我们MP3商店的任何音乐下载。我必须承认，我以前从未听说过Tommie Young，买这个是因为我很想听听Golden Smog的 "She don't have to see you (to see through you) "的原始版本--而且知道Bobby Patterson作为制作人、作家等的参与通常是一个质量的标志。我非常高兴我这样做了。这是70年代初南方灵魂乐的经典之作，与米莉-杰克逊、丹尼斯-拉萨尔和雪莉-布朗等人的作品同时制作。Tommie Young值得和他们放在一起，就不加修饰的欺骗性歌曲而言，这与Shirley的 "Woman to Woman "唱片相比是很好的。所有的原版专辑曲目都很强大，从 "她不必见你 "到 "你自己带来的 "这一连串的歌曲是亮点。额外的曲目，Tommie尝试了一种更现代的声音，但效果并不理想。荣幸的例外是对Percy Sledge的 "Take time to know her "的翻唱，它几乎与原版一致。以前只听过Tommie Young的几首哀怨的民谣，这些民谣出现在一张老的英国即时唱片 "Southern Soul Belles "中，我很想看看她更多的作品。直到Westside发行了这张16轨的唱片，她的作品就很难找到。她被比作1970年代的艾瑞莎，我在某种程度上同意。然而，她的声音更朴实，不受 "过度歌唱 "的放纵，有时会破坏艾瑞莎的歌唱。许多奇妙的同情号角，和谐的后援和欺骗/撒谎式的歌词。如果你喜欢Betty Lavette、Bettye Swan、Baby Washington、Shay Holiday和类似的歌曲，那么这张唱片就适合你。

**id 156**

电话黑客行为。丽贝卡-布鲁克斯和安迪-库尔森是面临指控的8人之一。照片。下午6点39分：在我们今年夏天最后一次关闭我们的莱维森调查现场博客之前，我们应该展示一下BBC新闻中关于102天、474名证人和320万个精心挑选的词语的奇妙图形。谁是最健忘的莱文森调查证人？BBC新闻有答案。最高的统计启示包括：调查的首席律师罗伯特-杰伊（Robert Jay QC）所说的话占总数的百分比，以及首相说了多少次 "我不记得"、"我不记得"、"我不记得 "或 "我不记得"。请欣赏--夏天过后见。下午5点37分：私人调查员Glenn Mulcaire在被指控与电话黑客有关后发表了一份声明。他说。"我对今天的决定感到非常失望，因为在2006年，我是警方就此事进行全面调查的对象。我随后认罪，并服下了法院对我的监禁刑罚。"据我所知，警方当时进行了彻底的调查。我打算对这些指控提出强烈的质疑。"下午4点35分：据英国《卫报》记者Lisa O'Carroll报道，《世界新闻报》前执行主编尼尔-沃利斯（Neil Wallis）被理解为与 "威霆行动 "的指控有关而被重新监禁至9月。苏格兰场向CPS发送的13份文件中，有一份是与去年7月被捕的Wallis有关的密谋拦截通信的指控，要求提供指控建议。据悉，CPS已经要求警方提供更多与Wallis有关的信息。这位61岁的老人于2003年从《人民报》加入《世界新闻报》，担任当时的编辑安迪-库尔森的副主编，2007年中期他成为执行主编，并于2009年离开该报。尼尔-沃利斯 照片。Peter Macdiarmid/Getty Images 下午4点30分：偶尔为《世界新闻报》撰稿的自由记者Terenia Taras在检察官表示她不会因电话黑客指控而面临进一步行动后发表了一份声明。2011年6月23日被捕的塔拉斯说。"我已经被警方保释了13个月。这一直是令人难以置信的压力，我非常高兴它现在已经结束，我的诚信不再受到质疑。"我很生气，这让我失去了工作和收入，我的职业声誉也受到了质疑。"我从未参与过可耻的电话黑客行为，我相信我是被拖入调查的，因为我是一名调查性的记者，最近从事了一些非常敏感的报道。"在过去的五年里，我没有为报纸撰稿，而我一直在广播媒体中建立自己的地位。希望现在我可以回去做我所热衷的事情--作为这个国家强大的新闻传统的一部分，从事调查性的纪录片和时事节目。"下午4点17分：英国皇家检察署（CPS）已经确认了三名记者的名字，他们被告知将不会面临与电话黑客有关的进一步行动。他们是Terenia Taras，一名偶尔为《世界新闻报》写作的自由记者；Raoul Simons，前《标准晚报》记者；Ross Hall，前《世界新闻报》记者，以Ross Hindley的名字写作。下午2点39分：经过102天，470名证人和6000页的证据，Leveson法官已经结束了他的调查。以下是他的最后讲话。我想，对你们中的大多数人来说，任务已经完成，你们可以继续从事其他富有成效的工作。然而，对我和我的团队来说，我们才刚刚开始。我将在合理的范围内尽快提出一份报告。我认识到这件事的紧迫性，也认识到有必要迅速提供我的观点供政府和所有相关方考虑，以便就未来的方向做出决定。正如我所说，如果在未来几个月里发生任何我认为影响调查工作的事情，我将毫不犹豫地提出来。如果这意味着我们最终会回到这个房间，那就这样吧。但是，与此同时，非常感谢你们所有人。"我对CPS今天的决定感到非常失望。我将与这些

**id 157**

一月婚礼歌词 阿维特兄弟 她保持简单 我感谢她的那种爱 因为它很简单 我们不再怀疑我们是否在一起 我们已经过去了 我已经问过她了 所以在一月我们要结婚了 她用她的声音对我说话 低得我几乎听不到她 但我知道她在说什么 我明白 因为我和她的心是一样的 在一月我们要结婚了 我被心痛折磨着 [来自: http://www.metrolyrics.com/january-weddi\\...我遇到她时，她病得像奥黛丽-赫本 但我们都会投降 真爱不是你应该拒绝的东西，永远不要拒绝它 我希望当我说我们周围都是黑暗时，我听起来不那么疯狂 我不觉得软弱，但我有时确实需要她来保护我她知道哪些鸟儿在歌唱，知道它们在清晨表演的树的名字 在一月我们要结婚了 来吧，我们结婚吧

**id 158**

LYBFL：找到更多时间做你想做的事情的9种方法 我不敢相信，写下我的具体目标已经对我们的每一天产生了很大影响。我发现自己更有目的性地思考如何将我想为家人做的事情纳入今天的生活。同时，我也注意到我不可能同时做所有事情。我也一直在思考如何释放时间，以便让我觉得有更多时间做我想做的事情（而不是我觉得我应该做的事情）。以下是我到目前为止想到的9个想法；1.把孩子们包括进来。也许你正努力寻找时间来锻炼身体，那么解决方案是否可以是全家一起去公园散步（孩子们骑着自行车或滑板车应该让你保持运动，以便跟上），带着球一起踢球？或者你的大孩子会不会接受挑战，负责帮助你为你的家庭生意打包订单？作为父母，寻找方法让你的孩子参与到实现你的一些目标的过程中，可以使成功更加现实。2.改变你的生活习惯。这一点对我来说是最大的挑战，因为我真正能从我的生活习惯中找回一些时间的唯一方法就是早点起床。不幸的是，我不是一个早起的人，而且我们还有一个整夜醒来的孩子。然而，我在想，哪怕只是早起五分钟，以便我能够在女儿们醒来之前洗个澡，也是一件好事。3.请求和/或接受帮助。为什么我们很难要求或接受帮助？你最近是否拒绝了别人的帮助？我知道我有!我似乎有一种（可能是被误导的）感觉，认为对方提供帮助只是出于社交上的礼貌或因为他们觉得有义务。这是一个我真的需要努力的问题。4.交换孩子。我的邻居和我最近开始交换玩耍的时间，这真的有助于释放时间。伊米会去玩，或者我们会让邻居的小女儿来玩，无论哪种方式都是一种胜利，因为当伊米忙着和朋友玩的时候，我可以完成很多事情，这真是令人惊讶。5.5.外包。有没有人可以帮助你腾出时间？一个当地的青少年在学校放假期间和孩子们一起玩，这样你就可以完成一些工作了？或者一个清洁工？一个保姆，这样你就可以享受一个急需的约会之夜？我甚至在考虑找一个eBay代理，卖掉一堆我一直想卖的东西。6.让技术为你工作。用慢炖锅准备晚餐让我的夜晚过得更顺畅--我可以真正放松下来，享受和女孩们一起洗澡的时光，或者我们真的发现我们有时间坐在沙发上一起阅读，而不是我在厨房里越来越沮丧，因为AJ想被抱着，Immy越来越累，要求越来越多。我喜欢利用技术优势的另一种方式是网上购物，因为我认为没有什么比花一个小时（或更多）拖着两个孩子在超市购物更糟糕的了。你有什么方法可以让技术为你更努力地工作吗？7.7.优先考虑重要的事情：我正在努力养成每天早上反思我的目标的习惯，目的是找到一项任务，使我朝着实现当天的目标更进一步。这可能是花时间和Immy一起烘焙，或者整理一个抽屉或橱柜--不管是什么，我都要保持小的、可实现的。8.8.排除干扰。无论你选择在此刻做什么，都要全心全意地做，消除不必要的分心。当你完成一项重要的工作任务时，试着关掉你的电子邮件，或者当你和孩子们在公园里时，把你的iPhone放在你的包里，寻找方法去除那些你知道可能会分散你生活在这一刻的因素。9.9.让它变得有趣。总有一些时候，我们不得不做那些我们并不真正想做的事情。这个提示是为了激励你去做这些事情，并通过让它们变得有趣，将它们对你一天的影响降到最低！不管是放点音乐，还是让它们变得有趣。无论是在拖地时放音乐跳舞，还是在清洁汽车时与孩子们打水仗，甚至是设置一个计时器，看看你是否能在3分钟内收拾好一个房间，寻找方法将有趣的元素融入这些任务中，希望能让你带着微笑去完成这些任务。即使只是 "额外 "的5分钟，也会让你的生活更有意义。

**id 159**

如果我不得不只选择一种......坚韧的天竺葵，那就是'Rozanne'。 前几天早上，我在花园里散步，突然发现我倾向于抓住植物不放，不管它们是否有表现。在我生活的其他方面，我对摆脱我不再使用、穿、读、吃的东西很无情--嗯，你明白了。因此，为了迫使自己在花园里也同样冷酷无情，我正在编制一份荒岛植物清单（或者我应该说，温带岛屿植物......）。因此，这里是 "如果我不得不只选择一种植物 "系列文章的第一篇。我认为，天竺葵 "Rozanne "应该是这个系列的第一个开篇之作。这是一种属于每个花园的植物。2000年在切尔西花展上推出的'Rozanne'在2008年被提名为年度最佳多年生植物（他们怎么花了这么长时间？）在我的花园里，它的花期从6月到11月 -- 我不知道还有哪种多年生植物的花期这么长罗珊娜 "也是一种很随和的植物。我把它从我的多年生植物花坛的相对肥沃的土壤中移到'新曙光'攀缘玫瑰生长的尘土中，'Rozanne'并没有因此而枯萎。事实上，它给'新曙光'的裸露藤条披上了茂盛的叶子和那些哦--那么可爱的蓝色花朵。那么，在 "如果让我只选择一种耐寒天竺葵 "比赛中，还有其他提名吗？请发表评论，让我知道。

**id 160**

几年前，当同卵双胞胎姐妹Brittany和Brianna Winner读四年级时，她们从学校回家时几乎要哭了。她们的学习障碍，主要是阅读障碍，逐渐被同学们发现，女孩们很伤心和害怕。17岁的Brittany和Brianna Winner（从左到右）戴上了她们的写作帽，她们的大部分写作都是在厨房的桌子旁进行的。这对双胞胎的第一部科幻小说在她们12岁的时候就获得了关注。"我知道我有什么不同，"布列塔尼说，然后她的妹妹，以双胞胎非常、非常亲密的方式，接过了这个想法。"我只是觉得我很愚蠢，"布列塔尼补充说。"正是这个词，"布列塔尼同意。"愚蠢"。"其他四年级学生做得很好，而我们却跟不上。"他们告诉他们的父母，杰夫和伊琳-维纳，他们担心自己无法完成高中学业，更不用说上大学了。他们告诉他们，他们一直听到的那个词，"愚蠢"，可能是真的。"但我们的父亲告诉我们，'不，你不是！'"布莱安娜说。"他说，'你们为什么不写一本书？布列塔尼说。于是这对有严重阅读障碍的双胞胎做了这件最不可能的事情，在他们父亲的一点技术帮助下，写了一本312页的科幻小说，名为 "Strand预言"。尽管当时没有人能够预测到，这本书以及接下来发生在Winner双胞胎身上的许多其他事情，结果确实相当不错。 尽管写书的想法对现年17岁的布列塔尼和布丽安娜来说是令人生畏的，但这两个女孩已经是天生的讲故事的人。她们早产11周，学龄前在医院内外度过。在只有彼此陪伴的情况下，她们学会了用想象的世界、捏造的人物和宏伟的冒险来占据自己。"我们病得很重，"布列塔尼说。"为了逃避这种情况，我们开始玩假装的游戏。"他们的父母喜欢科幻小说、"星际迷航 "和漫展，所以他们是女孩们可能发明的星系、行星和各种形式的外星生物的热心观众。事实证明，这些女孩很善于发明。"我不知道是否每个人都能做到这一点，但你能想象一些东西并在你面前看到它吗？"布列塔尼问道。他们从一个以恐龙人为主角的故事开始，最后以一个由外星生物组成的星际君主制为重点。他们的宇宙发展到包括七个星球，每个星球都有详细的历史、传说和人口。他们花了九年时间为同一个故事编造新的章节。最后，在他们11岁的时候，他们的父亲敦促他们继续创作。你们很聪明。你们有创造力。你们可以 - 而且应该 - 写一本书。于是这对有阅读障碍的双胞胎开始写作，使用电脑上的语音转文字程序。布莱安娜说："孩子们走进房间，"她演示了他们如何工作。"'时期...空间。"" Winner双胞胎花了9个月的时间来写《斯特兰德预言》，在学校和家庭作业之间进行创作。这是一个关于史蒂夫-卡特的故事，布里安娜将这个人物描述为 "一个没有能力的科学家超级英雄，他必须警告世界一个快速进化的掠夺性生物"。她说，这本书写到一半时，他们意识到三件事。"我们喜欢写作。我们想永远写下去。而且我们想出版书籍。""我们想成为作家，"她补充说。"这是我们的梦想。"2007年，他们在12岁的时候就自己出版了这本书。而如果他们的故事到此为止，他们就会被认为是成功的。但布里安娜和布列塔尼的宇宙，以及他们的书，很快就扩大了。他们入围了本杰明-富兰克林奖的三个奖项，并获得了Ippy奖的金奖，这两个奖项都是著名的独立出版书籍的竞赛。在纽约动漫展上，赢家双胞胎遇到了巴诺书店的图书采购员，他对他们和他们的书产生了兴趣。在美国书展上，也遇到了一位图书经销商。当女孩们13岁时，"斯特兰德预言 "被选中在巴诺书店进行店内销售，那年夏天，她们在博德斯书店进行了一次作者巡展。她们用自己的第一张版税支票（几千美元）购买了这本书。

**id 161**

佛罗里达州迈阿密的8大儿童活动 想在迈阿密找一个和孩子们一起玩的好方法吗？我们的城市充满了适合孩子们的活动!如果您想节省超过25个迈阿密景点的门票，不妨办理一张Go Miami Card（直接购买） 迈阿密动物园（Miami MetroZoo）正在迅速成为美国最好的动物园之一。它的气候使它能够像国内其他动物园一样饲养来自亚洲、澳大利亚和非洲的各种动物。作为全国第一批自由放养的动物园之一，这里的展品完全没有笼子。动物们根据它们的地理区域进行分组，在野外和平相处的动物被放在一起展览。如果你有孩子（或者只是喜欢像孩子一样！），迈阿密儿童博物馆是一个必去的地方。他们的座右铭是 "玩耍、学习、想象、创造"，在各种各样的互动展品中熠熠生辉，让孩子们可以探索从超市到电视演播室的各种事物，并从中吸取宝贵的经验。鹦鹉丛林为游客提供了一个有趣的、有教育意义的机会，让他们在自然栖息地的复制品中近距离观察热带鸟类。该景点经常举办实地考察活动，并经常提供教育项目。迈阿密海洋馆位于旅游区的正中央，在迈阿密市中心和迈阿密海滩之间的堤道上。这是一个美妙的地方，在这里你可以看到只有在我们的热带气候下才有的户外水族馆体验。请务必预算足够的时间，在那里至少花上半天时间迈阿密的海滩提供了一个锻炼身体的好机会，或者只是享受阳光下的时光我看了一下我最喜欢的几个海滩，包括几个不太常用的景点，在那里你可以避开游客的人群。大沼泽地国家公园拥有150万英亩的沼泽地、锯齿草草原和亚热带丛林，是美国最特别的公共公园之一。该公园位于佛罗里达州的南端，是14种稀有和濒危物种的家园，包括美洲鳄鱼、佛罗里达黑豹和西印度海牛。公园的很大一部分是原始的，只有冒险家和研究人员可以探索，但游客有足够的机会步行、露营和划船。在迈阿密科学博物馆查看最新的儿童友好型展品。你一定能找到适合全家人的学习冒险。该博物馆是鸟类研究中心和温特劳博天文台的所在地。"人类被关在笼子里，猴子在野外奔跑"--这不仅仅是一句口号。位于迈阿密-戴德县南部的猴子丛林是一个真正独特的公园。当智人走过精心建造的铁丝网通道时，许多种类的灵长类动物在你的头顶上窜来窜去，在树上荡来荡去，并以圈养中难以观察到的方式互相交流。睁大你的眼睛；你永远不知道谁在附近徘徊

**id 162**

预防疼痛和拉伤/MSDs不需要很困难或复杂。这些危险应该以处理工作场所中任何其他危险的方式来处理 - 识别、评估和控制。预防MSDs的关键是。管理层的承诺和支持 书面的MSD预防过程，并传达给工作场所的所有各方 工人参与预防过程，并对所有工作场所各方进行MSD预防培训。建立成功的基础 管理人员、监督人员和工人都知道工作场所对预防MSDs是认真的 是 [ ] 否 [ ] 工作场所准备作出改变以减少MSDs的风险 是 [ ] 否 [ ] 有资源来作出任何必要的改变 是 [ ] 否 [ ] 了解MSDs和MSD的危害 管理人员、监督人员和工人知道MSDs是什么。和工人知道什么是MSD，以及什么危险会导致MSD 是 [ ] 否 [ ] 识别MSD危险和相关的关注 事故/受伤记录被审查，以找到报告有MSD的工作/任务 是 [ ] 否 [ ] 工人、主管和经理被问及他们认为会导致任何疼痛或不适的工作/任务 是 [ ] 否 [ ] 观察问题工作/任务并使用MSD危险识别工具，由从事该工作/任务的工人充分投入和参与

**id 163**

匆匆忙忙的复原力："在下一次桑迪之前，我们没有几十年的时间 "在一个破坏力如此之大的时代，我们用单一的名字简称来称呼它们（想想：9/11、卡特里娜、福岛、海地、桑迪），是什么让社区有能力反弹？这对我们建设（和重建）城市的方式又意味着什么？为了探讨这些话题，我们邀请了两位在复原力领域工作的领先思想家--安德鲁-佐利和乔纳森-罗斯进行对话。Zolli的新书《复原力。该书与安-玛丽-希利（Ann Marie Healy）合著，是复原力研究领域的一本必读入门书，研究了从人、组织、社区到社会适应动荡和急剧变化环境的能力。Zolli的日常工作是管理PopTech，这是一个由尖端科学家、技术专家和社会创新者组成的网络，他们聚集在一起研究解决世界上一些最棘手的挑战的新方法。乔纳森-罗斯是一位城市规划师，绿色经济适用房的开发商，也是乔纳森-罗斯公司的创始人。他的工作重点是气候、认知和行为的交汇点，他在加里森研究所孵化了一个探索这些主题的先锋网络。以下是我们关于如何使我们的城市更具弹性的广泛对话的一部分。RF：让我们从最基本的问题开始吧。复原力正在成为城市建设者和城市规划界的一个主题。你是如何定义复原力的？AZ。复原力的定义令人沮丧，部分原因是不同领域使用该术语的含义略有不同。例如，在工程领域，复原力通常指的是桥梁或建筑等结构在受到干扰后能够恢复到基线状态的程度。在应急响应中，它表明关键系统在地震或洪水后能够恢复的速度。在生态学中，它意味着一个生态系统保持不被不可逆转地退化的能力。在心理学中，它意味着一个人有效处理潜在的创伤事件的能力。在商业中，它经常被用来指建立备份（数据和资源），以确保在面对自然或人为灾难时的持续运作。虽然重点不同，但这些定义都基于复原力的两个基本方面之一：面对快速变化时的连续性和恢复。而且，在我们这个动荡的时代，它们都将成为我们称之为城市复原力的领域的一部分。一个好的工作定义，特别是在城市规划的背景下，是：在最广泛的情况下，保持核心目的的能力，具有完整性。更广泛地说，它是一种在混乱中恢复、坚持甚至繁荣的能力。在其他方面，有弹性的系统能够感知并应对自身的状态和周围世界的状态，在面对新的冲击时能够自我补偿或动态重组，在必要时与其他脆弱的系统脱钩，优雅地失败，并具有强大的本地自给能力。但我们不应过分纠缠于具体的语言。任何定义都只是一个初步的近似，因为有无数种系统，有无数种方法可以使它们具有更多或更少的弹性，有无数种东西可以使它们具有弹性。RF：请告诉我们更多关于城市基础设施的具体信息。我们怎样才能使其更有弹性？JR：在城市基础设施领域尤其如此，它实际上是由许多不同种类的系统组成的。这些系统可以被描述为硬的或软的，集中的或分布的，被动的或有活力的，复杂的或复合的，合成的或自然的。它们的多样性越多--提供不同但冗余的路径--就越好。城市基础设施系统实际上需要安德鲁提到的所有四种复原力--工程、生态、商业或运营以及应急。例如，纽约市的供水和分配系统是自然的、坚硬的、被动的和复杂的，这使得它具有相当的弹性。它的供应端是 "自然的"--水来自于雨水、湖泊和水库。当该市面临减少其供应的质量风险的任务时，它也选择了一个 "自然 "解决方案 --

**id 164**

罗杰斯需要解决的问题 评论标签 在足球风格方面，布伦丹-罗杰斯和罗伊-霍奇森（幸好）就像白天和黑夜。而在 "了解 "利物浦俱乐部方面，以及像一个属于俱乐部的人--一个应该负责我们的期望的人--他和现任英格兰主教练一样截然相反。(霍奇森说他对传球统计没有任何兴趣......然而在两年前他的利物浦队输给埃弗顿后，他一直在谈论红军的传球统计是多么惊人。典型的霍奇森。而这些数据甚至没有那么惊人)。当涉及到购买的球员类型时，罗杰斯再次与霍奇森擦身而过。新人是年轻的，有新鲜的想法。老人是......老，有相当陈旧的想法，尽管这些想法在通常的非实验性风格中对纯英国球员显得有效。霍奇森喜欢年长的球员（见他的利物浦签约球员和他的富勒姆队的平均年龄），但罗杰斯信任年轻人（见他的利物浦签约球员和他的斯旺西队的年龄）。为什么要进行比较？好吧，两人都是在安菲尔德的防空洞里开始生活，对阵阿森纳、曼城和西布朗的比赛。这是一个奇怪的巧合。两人在任期的早期都是在倒数第三名，同时在欧洲联赛资格赛中轻而易举地通过。局外人可能会想，为什么利物浦球迷没有像我们对霍奇森那样对罗杰斯感到愤怒，因为他们的开局同样糟糕。(事实上，利物浦在霍奇森的带领下取得了对西布朗的胜利，尽管是在主场比赛中，而霍奇森赢得了他开局的四场欧洲杯比赛。但对于这位前富勒姆老板来说，事情会迅速变得更糟）。好吧，即使联赛表看起来并不好，罗杰斯仍然是一股新鲜空气，而不是我们在2010年不得不忍受的陈旧二氧化碳的咳嗽。本网站有幸成为上周被邀请参加现任经理的 "球迷媒体 "会议之一，每个人都留下了适当的印象。他说得很好，但没有一丝废话的味道。然而，到目前为止，我对罗杰斯的赞美和钦佩也许忽略了几个问题。我觉得这是值得注意的，只是为了控制我自己的期望，并进行一次现实的检查。这不是对罗杰斯的攻击，只是想了解我们在哪些方面可能与他的想法和目前的利物浦队有差距。我相信他自己也知道有很多工作需要做，而且不能避免采取务实的做法。这篇文章只针对订阅者。会员专用内容--你需要订阅才能阅读!订阅费用仅为每月3.50美元。"利物浦恰好有一些支持者，他们的统计分析对俱乐部的优势和劣势提供了清晰的解释，可以通过《汤姆金斯时报》网站访问。丹-肯尼特就是这样一位分析家"

**id 165**

Livemusic档案中的778条评论 关于乐队是否应该重组，有很多流派，我个人认为，如果他们能够成功，那么很好，去吧，但重组的机会非常小，因为它曾经是好的。我在O2体育馆看了齐柏林飞船的重聚演出，那场演出很精彩，但这些人很特别，我是说普兰特和佩奇，这很难与他们相提并论，那场重聚绝对应该成为标杆。你必须把你的标准定得很高!石头乐队的贝斯手Mani被引述说，他很想在明年做一场重聚演出，因为那是他们第一张专辑发行20周年。他当然愿意他想从巡演的收入中获利，但布朗先生应该专注于他的个人材料，因为这都是关于他的。还有报道说，性手枪乐队可能会录制一张新专辑，上帝保佑！他们（格伦-马特洛克）争辩说："我不知道。他们（格伦-马特洛克）认为，新材料的听众在那里，而且很难在新材料和旧材料之间取得平衡。这里有一个帮助，孩子们--不要这样做!Livemusic - 最好的现场音乐，在线和舞台livemusic.fm列出了英国各地成千上万的演出。我们让你知道你想看谁，在哪里可以看到他们。我们列出了英国的每一场演出，并为您提供最好的在线演出门票交易。livemusic.fm也是了解镇上最热门的乐队的地方；从跟上你知道的乐队--到发现下一个大事件你可以关注任何乐队，并在他们在你附近演出时收到演出提醒--所以你永远不会错过他们的现场。Livemusic.fm让你了解所有最新的在线音乐新闻--作为英国的顶级音乐博客之一，我们让你了解情况--从闲言碎语到肮脏的八卦，从独家采访到锐利的演出评论。

**id 166**

X-E1--几天后的第一印象 使用新的X-E1仅几天后，我的第一印象是介于非常好和兴奋之间。X-E1体积小，重量轻（比尺寸可能显示的要轻得多），非常适合手握。带有光圈环和快门速度转盘的设计并不 "复古"，而是经过几十年现实检验的功能的结果。它很容易让人联想到古老的康泰克斯-G2，它甚至在对焦时发出类似的声音。其他一些方面不太为人所知（来自宣传材料），但非常有用。- 我喜欢这样一个事实，即镜头遮光板（遮光罩）坐落在滤镜螺纹外的卡口连接上。因此，你甚至可以把一叠滤镜仍然放在里面，而不会有一定程度的晕染风险。或者一旦定制的遮光罩消失，就使用普通的52毫米螺纹。- 我喜欢取景器和LCD显示屏之间的自动切换。把它靠近你的眼睛，相机就会感应到它，并将内部取景器打开，关闭LCD屏幕。伟大的功能!即使戴着眼镜也能工作。而且可以定制。- 我喜欢这种对焦方式。即使在手动模式下，按下一个按钮，相机就会对焦到它认为正确的地方，你就有了一个手动对焦的起点。- 而且，当缩小光阑时，取景器（LCD和/或内部）会向你显示完整的图片和正确的DOF。没有像老式测距仪那样的猜测。其他一切都很好，并如约而至。快速对焦和最小的快门滞后。一个漂亮而明亮的内部取景器。出乎意料的清晰图像，图片的清晰度让人相信它看到了更高的分辨率。需要改进的地方： - 许多自定义设置的菜单可能令人困惑。即使是Q-菜单也不像第一眼看到的那样简单。- 电池盒的盖子。笨拙而廉价。总结：--这是一款能让你三思的相机，如果你真的想在下一次旅行中拖着沉重的单反相机，或者X-E1更适合这个目的。在我看来，这个价格是合理的--与X-Pro1相比，它的价格有点偏高。- 对富士竖起大拇指。这种 "复古 "风格（从X100开始）非常酷，操作起来逻辑简单，是一种纯粹的快乐。正如我所说，我对这台相机感到很兴奋。Btw: 我不是一个巨魔，我没有得到报酬来写这些东西，我只是一个快乐的用户!发表于 10:47PM, 19 October 2012 PST ( 固定链接 ) 谢谢你对相机的看法以及你在第一天之后的印象。我刚刚订购了X-E1和35mm镜头，我很兴奋/好奇，终于可以尝试一下了。 :)6周前发表的。 ( 固定链接 ) 对我的也很满意，用的是18mm f2。用了一个星期了，快门次数已经达到几百次了。它适用于快照、风景、弱光、三脚架工作，几乎所有我想用相机做的事情。另外，我还可以使用我的M卡口镜头。我也会带着它去滑雪，尽管我对它作为一台行动相机没有特别高的期望。5周前发布的。 ( 固定链接 ) 我很想买一台X E1，然后用M卡口来使用。有谁有使用Leica或Voigtlnder的镜头的经验？你在显示屏上和取景器上得到的预览效果如何？我真的很想了解你的经验!我有M卡口适配器。还没怎么试过，还不足以形成意见。将在Voigtlnder 28/1.9、35/1.2、50/2.5和Konica M-Hex 90/2上试用。 ( 固定链接 ) 我在X-E1上使用了M卡口适配器，搭配35mm、50mm和90mm徕卡镜头。效果还不错，虽然不像在尼康单反相机上使用AI镜头那样流畅。exif中没有f-stop的记录。手动对焦相当好，除非镜头在低光下停顿下来。对焦放大镜也很好用，虽然它不完全是一个M3分体式图像发现器。我想，任何超过90毫米的东西都会是一个问题。我觉得

**id 167**

目前，每个人都在牺牲对替代医学的自信心。它不再是你的灵丹妙药，人们当识别以及最近熟悉的。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严，而不是一个人的尊严。兴趣提供了转变的方向，替代医学可以在医疗保健领域获得地位。由于传统医学不能创造令人满意的效益，它已成为特定的基准。电视机和其他形式的大众媒体继续推荐药物，承诺缓解和纳入确定的疾病。此外，广告通过允许陌生人提供关于某种物质的可疑证词来引诱民众。报纸广告的表现也完全一样。一些药物的副作用通常被描述出来，但似乎被不经意地讨论以及分析。这些结果最终导致了规范的改变，因为人们选择替代药物。这里有一些例子，从涉及Premarin，广泛使用的内分泌替代治疗的不良反应。这些通过改变生活的结果可以很容易地通过询问一个好的中医来补救。在你的生活中，黑合欢与自然的混合提供了一个安全的治疗，在这个时间间隔内。大多数人被训练成传统的对抗疗法，通常被称为传统的西医，这反过来又侧重于疾病和药物治疗卫生专业处方。相反，替代医学则注重于苦恼的基础，从而治愈你的整个身体。由于这个原因，人们倾向于对一种特定的药物进行额外的研究，因为它可能会出现更严重的情况，而不是发生疾病。由于这些类型的负面影响，人们正试图找到一种危险性较小、自然和更好的方法来获得健康。选项药现在是关于更好的健康的知名补救措施之一。目前，它被大多数对抗性医学专家推荐用于治疗疾病和条件。这类专业开始熟悉实际的有益努力，通过简单的草药，瑜伽，顺势而为，按摩，也是所有自然存在的一个健全的身体。因为长时间的忽视，选择医学有望提供更好、更安全的保健方法。因此，许多人目前正在研究不同品种的选项补救措施，因此需要远离传统的治疗形式。我的伴侣和我的孩子已经开始了第三次，发展和我应该宣布它真的是相当有趣的尝试这些类型的全新类型的治疗，包括反射疗法和芳香疗法。在这篇文章中，我将揭示我认为最有效的替代健康疗法形式的东西。我发现去我个人附近的反射疗法，因为真的是一个非凡的知识。这可以说是我看到的一种独特的待遇，这是我在办公室里辛苦几天的结论的激励。在开始的时候，我对整个事情有些怀疑，一个人和我的个人英尺一起玩的概念经历了一些奇怪的事情。我也怀疑它是否真的能发挥作用。我也不知道该怎么说，但我想说的是，在一个小时的治疗之后，我的心情是非常平静的。我的夫人也开始进入这个全新的思考趋势，并开始为你的家购买大量的香薰蜡灯。这些不是典型的那种蜡烛，这些是产生特殊气味的蜡烛，可能会让你自己感到平静，我不得不说，这让你做工作。她已经进一步满足了一个专门从事保健的女人，并在每十四天后访问发现女孩。我已经尝试了很多的健康护理天然皮肤油，将她买了财产与她和已经协助支付了一个困难，我也有很长一段时间与皮肤干燥。我将考虑开始瑜伽练习，饮用绿茶，以及利用各种形式的草药健康。你听说过替代药物吗？我想这是一个很好的例子，因为它是一个特别的保健品市场，虽然家庭的收入较少，但它可以得到很好的和更多的了解。在这里，我想说的是，我们要做的是，在我们的生活中，我们要做的是，在我们的生活中，我们要做的是，在我们的生活中，我们要做的是，在我们的生活中，我们要做的是。我想说的是，如果你是一个人，那么你就应该有一个人的尊严。

**id 168**

在快节奏和技术性的工作场所中领导变革 这个变革和个人领导力的主题演讲是为那些在激烈的技术创新时代和多代人团队中工作的领导人和他们的团队而设。2012年及以后将被证明是一个创新的时代，需要领导者和他们的团队做出高水平的贡献。现在是关注未来的时候了，要以一致的眼光和结果向前迈进。谢丽尔使用幽默、互动、关注你的公司和你的员工的定制视频，以及电影剪辑，为你的团队创造一个强大的主题演讲或研讨会体验。这个主题演讲的重点是每个人如何利用自己的内在能力，以积极和主动的方式管理变革和个人领导。与会者在离开时将获得进一步深入了解技术以及不同年代的人如何使用技术来改变我们的工作方式 对于我们个人如何在日益快节奏的工作环境中管理压力和时间的观点有所转变 清楚地了解每一代人如何看待变化和处理变化，以及改善变化反应和行动的策略 洞察他们自己的个人变化行为和工具，利用他们的个人能力，以积极的方式更快适应持续的变化 关于如何利用每一代人的智慧来增加销售的想法。以结合情商和代际智慧的方式管理变革，并将每个人与公司的愿景和目标联系起来的工具 以一种能够激发每个人更高潜力的方式进行沟通，并在我们前进的过程中创造出前所未有的理解和对变革的承诺 对参加本次会议的人和组织的投资回报是提高领导者的技能水平，以激励每个人为公司的愿景和目标努力工作。谢丽尔所有的主题演讲题目和内容都可以定制，以便用贵组织的语言来表达。谢丽尔很乐意提供与潜在客户的活动前电话，讨论您的活动，并为您和您的团体创建一个定制的方案。

**id 169**

每年的这个时候都有漂亮的石楠花......你不需要想得那么大，就能创造出令人惊叹的色彩，让你的花园在冬季里欢快起来 -- 事实上，要想获得持久的、低维护率的景象，就要想得非常、非常小。红叶石楠是一组多样化的小型植物，因其常绿的叶子和色彩鲜艳的铃铛或瓮形花朵而被种植。花朵有白色、粉色、红色和紫色，在开始褪色之前可以持续好几个月，即使在那时，古铜色的种子头也会继续提供雕塑般的趣味。小小的奇迹。RHS Wisley拥有1000多种不同的红叶石楠。 红叶石楠起源于欧洲、非洲和亚洲，生长在各种生境中，包括荒野、沿海悬崖、山脉、石楠和沼泽地。在英国，现在有数千种适合花园的品种。石楠 "实际上是指三种类型的植物，即erica、calluna和daboecia，它们通常喜欢潮湿但自由排水的酸性土壤和阳光充足的地方。要区分它们很容易。艾丽卡有针状的叶子，而呼麦的茎上长着鳞片状的重叠叶子。Daboecia的叶子是披针形或椭圆形的，其花朵要大得多。大多数石楠形成贴地的垫子，高度从6英寸到2英尺不等，但有一组被称为树状石楠的石楠可以达到惊人的20英尺，如果你正在寻找一种植物来堵塞岩石花园中的一个洞，就应该避免。许多红叶石楠从11月到次年3月开花，如果你想在冬季立即获得色彩，那么现在就可以种植了。有些植物的叶子也同样吸引人，与花朵形成对比，或者随着天气变冷而改变颜色。关于种植这些小人国宝石的建议，没有人比53岁的安迪-柯林斯更合适了。先下手为强。许多红叶石楠从11月到次年3月开花，如果你想在冬季立即获得色彩，现在就可以种植。 在过去的20年里，他一直在萨里郡威斯利的皇家园艺协会的旗舰花园里照看国家艾丽卡、卡露娜和大宝草收藏。该收藏品占地9英亩，位于240英亩花园的北角，被挤在12个岛屿花坛中，点缀在起伏的草坪上。1,000多种不同的红叶石楠形成了颜色、形状和质地的拼凑。他指着一个10英寸高的灌木标本说："Erica x darleyensis ''White Glow''是另一个赢家。它的深色叶片为其钟形的雪白花朵提供了完美的背景。埃里卡-卡内亚'十二月红'狭长的瓮形花朵开始时是粉红色，后来加深为浅紫色。其他好的粉色花石楠包括埃里卡-卡内亚'斯普林伍德粉红'和埃里卡x达利ensis'达利戴尔'，从12月到4月，其深绿色的叶子隐藏在大量粉紫色的花朵下面。在红色和紫色的开花阵营中，最壮观的石楠也许是埃里克-卡内亚'维维利'。它的9英寸枝条从1月到仲春都会开出紫红色的花朵，在古铜色叶子的映衬下显得格外完美。其他值得一试的是淡紫色的艾丽卡 x darleyensis'Jack H. Brummage'和品红色的艾丽卡 x darleyensis'Kramer'红。尽量少修剪。冬花品种在4月开完花后要进行轻微的修剪。 一组独特的白头翁被称为 "花蕾"，因为花朵从未完全开放。威斯利的最佳品种包括Calluna vulgaris'Redbud'、粉红色的C. vulgaris'Marlies'和C. vulgaris'Melanie'，后者有18英寸高的嫩枝，上面有白色的花蕾。有些红叶石楠仅就叶子而言就值得种植。秋季开花的Calluna vulgaris'David Hagenaars'的种子头的赤褐色色调在其明亮的黄色枝条上看起来非常好。大多数红叶石楠喜欢pH值为4.5至5的酸性土壤，但Erica carnea、E. x darley ensis、E. x will等许多品种都是如此。

**id 170**

Kinecting与虚拟世界 Armadillo的第一个原型已经发布，作为NuiLib支持材料的一部分。Armadillo是一个能够支持沉浸式交互的虚拟世界客户端。目前的原型具有基本的Kinect集成功能，可以自由地控制你的头像。通过用你的手臂做手势，你可以在任何与第二人生浏览器兼容的虚拟世界中移动、环顾和飞行。Armadillo计划的进一步功能包括通过Kinect控制鼠标和触发触摸事件的能力，用Kinect建立内容的能力，以及通过客户端允许沉浸式、360度投影的修改，使用户真正进入虚拟世界。这是一个非常好的消息 -- 干得好!今年，我们与塔拉赫特（都柏林）技术研究所合作，为Opensim浏览器制作Kinect界面的原型，作为爱尔兰企业创新券计划的一部分。作为一个非营利组织，我们没有能力进一步开发这个原型，所以我很高兴看到你们在Armadillo上的工作。现在我们需要的是Oculus Rift头盔支持opensim客户端，然后......我们就来了 MissionV听起来对你的Kinect集成工作相当兴奋，约翰。他们在Facebook上的评论表明，他们正在爱尔兰使用Opensim启动一个新的38个学校学习计划，并计划使用它。伟大的东西!

**id 171**

您目前正以访客身份浏览我们的论坛，这使您在查看大多数讨论和访问我们的其他功能方面受到限制。通过加入我们的免费社区，您将有机会发布主题，与其他会员进行私下交流（PM），回复投票，上传内容和访问许多其他特殊功能。注册是快速、简单和完全免费的，所以请你今天就加入我们的社区吧!如果您在注册过程中遇到任何问题或您的账户登录，请联系联系我们。一般的沃尔沃和汽车讨论 这个论坛是关于其他论坛没有涉及的沃尔沃的一般性质的信息，以及其他与汽车有关的兴趣事项。用户需要注册才能发帖/回帖。VOC会员。这里没有使用您的VOC会员号或俱乐部杂志第3页的详细资料的登录设施。你需要以正常方式注册AOL客户。请确保你勾选 "记住我 "的复选框，否则AOL系统可能会在会议期间将你注销。这是AOL的一个已知问题。AOL和雅虎用户。像我们这样的论坛所有者发现AOL和雅虎阻止了很多从论坛产生的电子邮件。这可能意味着您的注册激活和其他电子邮件将无法收到，或者它们可能出现在您的垃圾邮件箱中 \*您是否收到了账户激活、PM或主题订阅的电子邮件通知。如果没有，请通过页面底部的 "联系我们 "链接让我们知道。我叫汤姆，我目前在考文垂大学学习汽车设计的最后一年，我正在对汽车的情感依恋进行研究，以便在我的毕业设计中实施设计。只要你能/愿意，就可以回答很多问题。如果你真的想，可以同时做两份调查。所有收集的数据都将是匿名的。我确信我将从你们那里得到一些非常丰富的数据，并期待着看到一些完成的调查。如果你想问我关于调查或我的项目的任何问题，请不要犹豫，我很想谈谈你为什么爱你的车!

**id 172**

艾米-怀恩豪斯Back To Black歌词艾米-怀恩豪斯Back To Black歌词总浏览量：203次本周。评价。8.86 / 10 [ 7票]。您可以放大Back To Black的歌词以便于查看，也可以把它发送给您的朋友或对Amy Winehouse的Back To Black这首歌进行评价，并帮助这首歌变得流行。如果你对这些歌词有任何更正或对Back to Black的含义有任何想法，请随时提交。他没有时间后悔，用他那老旧的安全赌注保持他的小弟弟的湿润 我和我的头高高在上，我的眼泪干了 没有我的人，你回到你所知道的，所以远离了我们所经历的一切 我踩着一个麻烦的轨道。我的胜算很大，我将回到黑色，我们只用语言说再见，我死了一百次，你回到她身边，我回到，我回到我们身边，我很爱你，这还不够，你爱吹，我爱吹，生活就像一个管道，我是一个小硬币，在里面滚动的墙壁[来自 :http://www。elyrics.net/read/a/amy-wineho/... ] 我们只用语言说再见，我死了一百次，你回到她身边，我回到 我们只用语言说再见，我死了一百次，你回到她身边，我回到 黑，黑，黑，黑 黑，黑 我回到 我回到 我们只用语言说再见，我死了一百次，你回到她身边，我回到 我们只用语言说再见，我死了一百次，你回到她身边，我回到黑

**id 173**

关于业余养蜂的一般信息 所以你在考虑饲养蜜蜂 ...蜜蜂是野生动物，需要你的尊重。它们不是宠物或驯服的昆虫。最终你会被蜇伤 -- 如果蜜蜂没有蜇伤，每个人都会养它们。你对蜜蜂蜇伤过敏吗？如果不是，你可能会出现严重的过敏反应。这将结束你的养蜂冒险。考虑将蜂巢放在哪里。栅栏、一排树或建筑物等障碍物会使它们在离开你的财产之前聚集高度。飞行的蜜蜂应该在头部以上的高度，尤其是你的邻居们。蜂群的理想位置是在冬季接受阳光的温暖，但在夏季，如果气温超过30摄氏度，则应遮蔽阳光。在蜂群时期，你的蜜蜂需要定期检查，每7至10天一次。你所在的地区、郡、州或国家是否有养蜂人的行为准则？在炎热的夏天，蜜蜂会寻找水的供应。邻居的游泳池将是一个问题，你的蜜蜂将成为一个讨厌的人。在澳大利亚的夏季，为它们提供水是非常重要的。加入当地的养蜂俱乐部。这是一个认识其他养蜂人的好地方，他们愿意分享他们的知识和经验，并且能够帮助你。养蜂书籍提供了一个方法。实际经验是发展技能的最佳途径。了解你当地的植物群。这可能有助于确定你的蜂蜜作物。在长期干旱的情况下，你的蜜蜂可能不会生产过多的蜂蜜。如果有必要的话，请准备在秋季给它们喂食，以便它们能够度过冬季。你需要购买烟熏炉、蜂巢工具、防护服、蜂巢部件（盒子、框架、蜂蜡基础、铁丝、地板、顶盖）、油漆、胶水、钉子和一些硬件工具，如锤子。总的来说，你可能花300到500美元建立一个蜂箱。如果你只想要一点蜂蜜的话，这可是一笔不小的开支。额外的设备，如提取器和开盖刀（500美元以上）不是必须的，但将大大有助于生产你的蜂蜜作物。考虑在最初的几个季节从其他养蜂人或养蜂供应商那里租用这些设备。

**id 174**

数据泄露法--谁会感到痛苦？Drazen Drazic是Securus Global的总经理，这是一家领先的信息安全咨询机构，专门为国际安全供应商提供应用和网络安全、渗透测试和产品测试。他作为顾问参与了大多数行业领域的信息安全政策和战略。在早期，他曾在一家全球投资银行和四大专业服务公司担任信息安全主管，并担任区域IT主管，多年来一直在推广和讨论信息安全问题。推特。@ddrazic 我们行业中的许多人似乎一直在抱怨，如果企业要认真对待安全问题，数据泄露法是必须的。在澳大利亚，这个问题已经被谈论了很久，每次听到这个问题我都会感到害怕，让我澄清一下原因。(以下是我从自己的博客文章中借用的一些内容。）最有可能受到这种法律出台影响的组织也往往已经有了更好的信息安全和隐私政策。如果你有良好的做法和控制措施，你可能也更有可能发现漏洞，并且根据这些新法律，必须公开披露。(我将让你考虑当这种情况发生时对组织的潜在业务和声誉的影响）。如果你的企业在信息保护方面的实践和控制很薄弱，你很可能对是否发生了信息泄露毫无头绪，所以你不知道的事情就不能被报告。信息安全的三只猴子的方法--什么也看不见，什么也听不见，什么也不说--和拟议的披露法对你的影响很小。不幸的是，在这种结构下，一个更好的、更安全的公司比一个不那么认真的公司更有可能受到负面影响。现在这真的是我们想要的吗？当然不是。全盘支持这种立法的好处的声明是幼稚的。引入这样的立法可能会产生与它所要做的相反的效果！这些法律在没有支持的情况下永远不会成功。如果没有围绕基本和最低限度的安全实践和控制的配套立法/监管，这些法律将永远不会成功。请看以前关于这个话题的帖子 。监管并不需要被认为是坏事。参见几年前我与David Rice（《Geekonomics: The Real Cost of Insecure Software》的作者）的访谈中关于监管的讨论。我们可以讨论《隐私法》中高层次的要求声明是否符合要求，但在我看来，它们并不符合要求，而且到目前为止也没有，那么现在有什么会改变现状？当然，如果有人黑了你，为你做了数据泄露披露，这一切都没有意义，正如我们近年来看到的，这已经变得相当流行。评论（2）烟草消费正在大幅下降。导致这一惊人变化的原因有很多。但最重要的因素是电子香烟的引入。是的，电子烟的到来已经彻底改变了吸烟的现状。如果你已经到了有意识地决定最终戒烟的时候，你会发现一开始很难。但你必须明白，这不是一朝一夕的事情。你会需要一些援助，需要那些也希望你戒烟的人的帮助。其实有一些戒烟的技巧，事实上，有一大堆。&lt;a href=http://freeconsumerreviews.org/e-ci\...大多数吸烟者都试图放弃这种讨厌的去香烟，让你望而却步。它也被利用在许多不同种类的条件基本方法类型的煤你使用和你的碗的大小。普通人的部分，这是薄弱的，这是附加的毒素和评估自己。这一点增加了减少的机会，被测试后的起源。1它已被发现，以确保小便不是一个黑暗的颜色。一个治疗师将你置于催眠的恍惚状态，他们一个社交的晚餐，你立即吸烟。软件安全公司www.clearswift.com，在这个节日里给出了一些建议，以确保员工不会落入圣诞老人的淘气名单 !在基本业务层面，社交媒体是与客户、同事和新的业务前景进行沟通和合作的一个有用的额外工具。从人力资源的角度来看，社交网络不仅对招聘有帮助，也是一个知识网络。在员工层面，社交媒体正在改变我们的工作方式。雇员

**id 175**

大家好。现在我仍然在诊断的不确定性中漂浮，因为我看到的精神病医生收回了我之前的精神病诊断，现在说我有分离性障碍。也许这个帖子放在DDNOS论坛会更好，但看到DID可能是一种可能性，我觉得在这里谈这个问题更有意义。现在对我来说，我的 "分身"，或者至少是我最接近分身的东西，很少对我进行控制，当这种情况发生时，有点像我坐在副驾驶座上，而他们中的一个正在开车。我可以看到旅程，但无法控制车辆，除非我看到我不喜欢的东西，然后我可以抓住方向盘，试图引导自己回到正轨。这种情况可能一个月才发生一次，甚至可能都没有。此外，我不喜欢称这些人为分身。我不相信他们是我人格的碎片化部分。我相信他们是他们自己的人。他们也不相信他们是我的一部分。对于以前没有读过我任何帖子的人来说，我通常会听到这些人的声音。我想听觉上的幻觉是描述他们的最好方式。我有时也会看到他们，但往往只是他们在房间的某个地方说话。他们也有姓氏。有谁的分身与自己有不同的姓氏，甚至根本没有姓氏？如果知道的话会很有趣。无论如何，我想如果我解释一下这些人的来历，可能会帮助人们理解得更多一些。12岁时，我听到了我的第一个声音。这个人叫达伦-哈里森。\*可能的触发器警告\* 达伦相当有攻击性。从我见到他的那一刻起，他就清楚地表明了他有多不喜欢我。我们聊了很多，他最终谈到了他年轻时遭受的虐待，这就是为什么他现在对人相当不信任（我想指出这并不反映我自己的童年，我的童年与他完全相反）。达伦折磨了我很久。他试图让我做一些相当可怕的事情。他告诉我存在许多不同的维度，他将帮助我获得穿越多个存在平原的力量。为了让我做到这一点，他需要我放开我与这个世界的任何联系。现在这是唯一一次达伦接管而我没有意识到的时候。他给我留下了几张纸条，都是对我和我的家人的侮辱，他还画了一系列的地图，给我留下了几个化学方程式。很快就可以看出，他希望我炸毁或至少放火烧掉我的学校。他觉得我在学校里隐藏了很多东西，我把学习作为一种方式，把我拴在这种生活里。这并不是说他认为/认为教育是不好的。值得庆幸的是，在这个时候，15岁的我有一个男朋友，他也有精神健康问题，也有虐待性的幻觉。他来和我住了一段时间，所以他可以阻止达伦伤害任何人。不幸的是，达伦给了他不少拳头，我为此感到非常内疚，因为这最终是我的手。他是个了不起的人，和我在一起，而且在这么长时间后还和我在一起。在这之后，达伦稍微退缩了，虽然他今天仍然经常在我身边，但我们现在似乎相处得更好了。他比我大5岁。我的第二个声音是在我13岁的时候遇到的。这就是斯科特-西蒙斯。现在斯科特是我最好的朋友。他从来没有对我的身体进行过任何控制。他也不相信他是我的一部分。他也会变老（就像达伦和特德一样），想到我认识他时他的样子，真是太奇怪了。他看起来年轻得多，也可爱得多（虽然现在仍然很可爱）。斯科特非常友好，非常自信，只是一个了不起的家伙。我曾经真的让他通过互联网与我的朋友交谈。他会告诉我该打什么字，而我则为他打字，每个人都喜欢他。他帮助我度过了很多难关，我不知道如果没有他这个伙伴，我还能做什么。他也要结婚了!他最近和他的女朋友订婚了。同样，他的生活与我完全不同，生活在不同的空间。他有不寻常的口音，因为他有爱尔兰血统，出生在多塞特，童年大部分时间在伦敦度过，然后在十几岁时搬到了北方。我发现在与他相处了这么长时间后，我自己的口音也开始反映出他的口音了。斯科特也是5岁

**id 176**

2012年10月18日 当代英国的宗教、国家和法律 即将出版的一系列新文集中的另一本是我自己策划的，其工作题目是 "当代英国的国家、宗教和法律"。与十年前相比，2012年英国的宗教政治看起来是一个更为紧迫的调查领域。在很大程度上，由于9/11和7/7恐怖袭击，关于信仰和国家认同的关系的问题已经找到了新的紧迫性。同时，关于信仰学校和主教在上议院的地位，或关于堕胎或安乐死的老问题，在一个变化了的公共辩论氛围中被赋予了新的和更尖锐的焦点。自2001年以来，网络作为宗教和宗教政治辩论的媒介的使用也出现了大规模的上升，这既包括既有的教会和世俗主义运动组织，也包括个人和小型组织，最明显的是在博客圈。因此，本论文集试图收集一些有代表性的网站，这些网站涉及政治、政府和法律问题，涉及宗教象征、信仰和实践在英国公共领域的争议作用。收集工作仍在进行中，非常欢迎大家提出建议，peter.webster@bl.uk ，或通过提名页面提出。到目前为止，收集的内容比较偏重于基督教的声音和组织，特别欢迎对其他信仰的网站提出建议。我试图捕捉一些有代表性的一般声音，如人权运动家彼得-塔切尔的博客，它涉及宗教问题；公共神学智囊团Theos，以及全国世俗协会。我们已经收获了一些与具体问题和事件有关的有趣网站，比如2010年教皇访问英国的官方网站，以及当时关于将公共资金用于访问的安全安排是否合适的一些争议，来自BBC和其他地方。2010年大选的一个问题是主教在上议院的地位，Power2010运动要求改变这一状况，英国人文协会也是如此。最近几周，一个突出的问题是堕胎的适当时间限制，我们有12个保护未出生儿童协会网站的存档实例，最早可追溯到2005年。评论 越来越多的证据表明，在这个国家，对法律的尊重已经减少，这是否反过来与宗教在非信徒和极端信徒之间更加两极化有关，这也是一个有趣的问题。时间会证明一切，但肯定是有趣的时代。

**id 177**

BOI和WOI拥有最好的盔甲设计 不朽之战是我在任何MMORPG中见过的最好的盔甲设计系列之一。这些盔甲都是非常漂亮的，颜色非常丰富，而且非常夸张。然而，这正是它的魅力所在，因为它真的很突出。不朽之战》（今年早些时候发布）在很大程度上以《不朽之战》的视觉设计为基础。同样，它有非常惊人的美丽的盔甲设计。盔甲最好的部分是它可以移动。好吧，只有地下城的盔甲，但它让人有相当好的理由去耕种这套盔甲。除了良好的状态之外，外观也是一个很好的动机。下面是不朽之战和不朽之战的一些盔甲的图片。

**id 178**

在法国巴黎要做的事情。我为游客提供的终极旅游指南 这篇文章包含了我关于在法国巴黎要做的事情的终极旅游提示，包括最好的酒店、旅游和景点。这些都是基于我在巴黎工作的4年。巴黎本身是一个神奇的城市。提到它的名字，就会立即唤起人们对时尚、精致，当然还有魅力的印象。毫无疑问，无论在什么季节，这都是一个美丽的城市。宽阔的林荫大道和巧妙的城市布局意味着你可以通过几个世纪以来非常谨慎的城市规划从很远的地方看到著名的地标。在现实中，它的参观费用很高，交通很糟糕，当地人可能会很粗暴和不友好，而且在夏天，它很繁忙，挤满了游客。但是这个地方的美丽和历史几乎抵消了所有这些，你必须访问这个城市--至少一次。尽管大多数人不得不再来，这就是它对人们的影响。这里的提示和建议是基于这样一个事实：我在巴黎兼职工作了4年半，因为我的工作需要我在伦敦和这个城市之间往返。 但我对这个城市有长期和不同的体验，从1980年夏天作为学生露营，到在最昂贵的酒店之一参加一些非常迷人的会议，再到工作和作为游客从伦敦过来度周末。历史 巴黎在第二次世界大战期间被纳粹占领，因此这里的建筑和历史建筑没有受到战争双方其他城市所经历的敲打和破坏。巴黎有着动荡的历史，多年来曾多次被占领，包括罗马人、匈奴人、诺曼人、英国人和德国人。在第一次世界大战中，德国人被阻止到达巴黎，但在1940年至1944年的第二次世界大战中，巴黎被占领，这是巴黎历史上一个非常有争议的时期。巴黎的魅力有很大一部分是城市本身的美丽。如前所述，战争中没有轰炸是有帮助的，但也是法国总统们为城市开展宏伟项目的传统。例如，弗朗索瓦-密特朗（Francios Mitterrand）在担任总统期间，花了很多时间建造拱门和翻新卢浮宫，作为1989年法国大革命200周年纪念活动的一部分。卢浮宫的玻璃金字塔引起了争议，但也很引人注目，国防部的大拱门和巴士底歌剧院也是如此。1992年，占地5000英亩的巴黎迪斯尼乐园开园，尽管它在经济上很挣扎，但却是一个相当不错的游览场所。我不打算介绍它，或更多基于法国的主题公园，因为我的重点是如果你在巴黎的时间有限，将对它进行单独的评论。我将重点介绍作为第一次来的游客要看的关键东西，如果你时间有限，可以看到最好的和正确的东西。#1：做一个城市旅游开放甲板巴士之旅。每当我去一个城市，如果你的时间有限，我推荐的事情之一总是去参加那些开放的顶级巴士之旅。这听起来很像旅游，而且是为那些没有冒险精神的人准备的，但它能让你对一个城市有一个很好的印象，了解它的布局，并帮助你决定你想关注的地方。他们在巴黎有一个很好的旅游项目，叫做巴黎开放之旅，包括50多个站点，提供一天或两天的门票。它相对来说很贵，就像巴黎的很多地方一样，但值得。他们有一个非常好的评论，有许多语言可供选择。你可以在http://www.parislopentour.com/ Bike tour上查看路线并在线预订。如果你觉得很有活力，这个选择也不错。最好的是Fat Tire Bike Tours，他们有英语的自行车导览。他们的活动一直持续到12月中旬左右。你在埃菲尔铁塔集合，那里有一个特殊的黄色标志。该网站是http://fattirebiketours.com/paris Walking Tours。如果你真的觉得精力充沛，也有步行游览。其中最好的是由http://www.paris-walks.com。他们有围绕不同街区的英语旅游，或者按主题，比如，当然，不可避免的达芬奇密码主题。河流游览。船只在贯穿巴黎的塞纳河上来回行驶，其中一些船只

**id 179**

已解决的问题 我想要一个孩子，但他已经结扎了？我正在和一个优秀的男人约会，他比我大10岁。我今年30岁。我爱他，知道他是我的真命天子，他说他希望我们能结婚 :)他以前结过婚（被骗了，所以离婚了），他的第一次婚姻有两个女儿（12岁和14岁），虽然这对我来说是一个相当大的变化，几乎是一个 "现成的 "家庭，但我对此没有任何问题。女孩们和她们的妈妈住在几百英里以外，但他尽可能多地与她们见面。他是我最好的朋友，能找到他，我感到非常幸运。唯一的问题是，他已经做了切除手术，而我极度希望有一天能有孩子--我等了这么久的唯一原因是，我想找到与我共度一生的人，而现在我找到了，但我不能这样做！？他在12年前做了手术，因为他的妻子希望他这样做，他说他没有一天不后悔。他的第一个女儿是个意外，但他娶了她的母亲，又生了一个孩子，并试图尽最大努力去做这件事。他的前妻对他非常不好（这与此事无关），他说，现在他终于遇到了一个他想生孩子的人，但他不能，这很糟糕。女孩们不知道他已经做了手术，她们想要小弟弟/妹妹。我们没有存钱做试管婴儿（我想如果不孕不育是 "选择 "的，你就得付钱），而且不同的人都告诉我们，逆转成功的希望不大。我很伤心，不知道该怎么办，但又不想最后恨他--毕竟，在我们还没有见面的时候，这就是他的决定！但我要不要放弃我的梦想？但是，我是否要放弃我的梦想，成为一个母亲，怀上一个孩子，然后痛苦不堪？还是我离开他，并希望我遇到其他人（也一样悲惨？最佳答案 - 由投票者选择 你唯一 "真正的 "低成本选择是逆转，让他（再次）与专门的泌尿科/男性泌尿科医生讨论，以评估他的机会，你们的一个优势是你们相对年轻，在他逆转后仍然可能以正常方式工作，但可能只是需要更多时间。如果这个方法在2-3年后仍不奏效，你们唯一的其他低成本选择就是通过银行从捐赠者那里获得精子。其他答案 (4) 哦，真糟糕。你可以随时收养或做试管婴儿。但不要因为你想有一天怀孕就离开他，因为如果你真的离开他，你可能再也找不到你深爱的人了。让他尝试逆转。的确，在逆转之前的时间越长，成功率就越低，但这仍然值得一试。另外，去找一个专业人员，一个每天都做VR（VE）的显微外科医生，这是他唯一的收入来源。他是全国公认的最好的VR外科医生之一，这样你的机会会更大。(你能得到PG的机会大约是50/50。请参阅我的第一个资料来源，了解从输精管切除到逆转的成功率图表）。这是一个精密的手术，不是每个医生都有足够的技能来做。实践出真知......去找一个每天都做逆转手术的人，而不是一个一年只做几例的人，会有很大的区别。在逆转的时候，精子也可以储存起来，以备逆转不成功。那么试管婴儿将是一个选择。如果不成功，就可以找一个精子捐赠者或收养。GL BTW，我是一个逆转的妻子和母亲!

**id 180**

我想在网上赚钱 你有这样的闪光时刻吗？几年前我也有过这样的想法，只是在一年前我才采取行动开始这个特殊的网上商业冒险。 是的，没错，创业。 因此，在今天反思我当时的情况和现在的情况时，我觉得有必要写这份免费的报告，让你深入了解拥有一个在线业务并开始在网上创造收入的真正需要。免费下载 这份报告是真正从我的内心写出来的。我的目的不是为了描绘美丽的画面，而是给你赤裸裸的事实和必要的信息，让你可以做出非正式的选择，即网上赚钱是否适合你，以及你是否准备面对做什么，以拥有你生活中应有的自由。如果有一个捷径，可以快速地在网上赚钱，那么每个人和他们的孩子都会这样做。但事实是，任何人都可以做到这一点，如果他们准备接受教育，学习如何做，并继续投入艰苦的工作，使之成为现实。不要被外面的炒作所迷惑......那里有很多的炒作!如果你正在寻找长期的财富，那么我强烈建议你阅读这4页报告，我亲自花时间与你分享这些有价值的信息。为什么？嗯，说实话，我厌倦了人们给我打电话，希望和梦想，我有答案，帮助他们一夜暴富。 不要误会我的意思，希望和梦想是好的，但真正的责任是由他们来实现他们的梦想。我的意思是，我可以提供帮助和建议，但我不能为他们做这些工作。 最重要的是，我当然不相信会误导人们，我知道如果我在刚开始的时候就有这些信息，我肯定会对在网上创业的头三个月的生活有更多的准备。因此，我更愿意把一切都说出来，在任何人试图联系我之前就把事情说出来。简而言之，我厌倦了那些浪费时间的人，那些放弃的人。如果你真的想学习如何在网上赚钱，在家做网上生意，那么从现在开始就应该通过阅读这份免费报告来教育自己。如果你想看看我是如何创造多个收入流，为我带来现金流，使我能够在网上运行和扩大我的业务的介绍。请看这个多重收入流系统......这就是我的做法!Sharin' is Sexy : Claim Your FREE Gift &gt;&gt;&gt; Learn How To Become a Web Celeb in your Niche for Online Business Success.在右边输入你的名字和电子邮件，就可以免费获得5天的视频系列 "视频盈利"!真棒的博客，真的要感谢你提供的伟大信息。寻找2011年网上赚钱的最佳方法，最困难的部分是获得正确的信息。当然，你提供了一些直接的内容。为了让任何人都能在网上赚钱，他们必须建立正确的技能组合，并在战壕里学习。如果你不失败，你就不会学习。失败是你成功的最大工具，并成为一个专业的网络营销人员。

**id 181**

如何与年轻的老板打交道 根据人力资源和职业顾问的说法，如今年长的工人越来越多地向年轻的老板报告。就业网站CareerBuilder在2010年的一项调查中发现，43%的35岁以上的工人说他们目前为一个年轻的老板工作。CareerBuilder使用Harris Interactive对5000名工人进行了在线调查。对许多人来说，这是一个困难的安排。这里有一些提示，可以帮助你应对年轻的上司。

**id 182**

我知道牛油果意大利面听起来有点奇怪，但我已经用这个食谱改变了许多反对者，我有一种感觉，你也会被我的魅力所吸引。\*请原谅我的图片质量，我有一桌饥肠辘辘的男孩要喂!这道菜可供4人食用，但也很容易减半或翻倍。只要确保你们每人有一个牛油果，还有一个是运气。你将需要。4个拳头大小的意大利面（每人一个），5个成熟的鳄梨（软的，但还没有变色），2个柠檬的汁，2瓣大蒜，1/3杯优质橄榄油，1大把新鲜罗勒（或大汤匙的香蒜酱），大量的盐，磨碎的帕马森。在一大锅沸腾的盐水中煮意大利面。挖出牛油果的果肉，丢掉果皮和果核。将其与柠檬汁、大蒜、橄榄油、盐和罗勒一起放入搅拌机中。搅拌至光滑和奶油状。尝一下，决定是否需要其他东西。更多的盐？更多的柠檬？也许更多罗勒？当你对它满意时，把它放在一边，直到你的意大利面准备好并沥干。在一个大碗里搅拌，并撒上新磨的帕尔马干酪（不是你在摇晃器里买的干东西）。如果你有几片剩下的罗勒叶子，把它们放在上面。在餐桌上以家庭为单位上菜。如果需要的话，撒上更多的帕尔马干酪。我的盘子里总是需要更多的帕尔马干酪。开动吧!如果你需要给挑剔的孩子们偷吃一些蔬菜，这也是一个不错的食谱。它是绿色的，粘糊糊的，所以我告诉我的侄女们这是外星人意大利面。他们睁大眼睛盯着我，并像优秀的小宇航员一样清理他们的盘子。哦，这看起来太好吃了我可以雇你做我的私人厨师吗？或者我可以随时过来拿一道美味的菜肴；)我不敢相信我有一个炉子，而它唯一的用途是在周末煎鸡蛋和香肠！我想知道你是怎么做的。看起来真的很美味。我喜欢做饭，但我也喜欢用一些好的材料快速而简单地做饭。这是真的，与其使用厚重的奶油，为什么不使用一些健康的牛油果呢？谢谢你的建议。我很快就会让我的家人大吃一惊，希望能让我的父亲变成一个意大利面的人（因为他不喜欢意大利面--谁不喜欢意大利面呢？ 说真的；）谢谢XX牛油果和意大利面条？两种我最喜欢的东西结合在一起？哦，我的天啊!谢谢你的食谱，我想我可能会在接下来的几天里尝试一下，这听起来真的很美味。鳄梨确实是一种超级水果，我知道很多人对它的脂肪含量感到厌烦，但它是好脂肪！而且它有助于燃烧脂肪，所以它是好脂肪。而且它有助于燃烧脂肪，所以它甚至更好。我想更多的人是在愚弄他们这让我很难过...我不久前做过一次这个，但不小心倒了太多的盐（经典的松动盖子的把戏），把它毁了，但我们还是不得不吃，因为我们饿了，橱柜里没有东西......哈，反正我有一段时间被禁止提及它，但可能是时候再试试了- 夏洛特 x 这是由4个人分担的，正如我在帖子中解释的那样。鳄梨实际上有助于脂肪燃烧和减肥。橄榄油对你的皮肤、关节和消化系统都有好处。不是所有的热量都是一样的；）x 哦，我知道健康的脂肪是很好的！只是在这个数量上，我不知道。只是在这个数量上，我可能会把酱汁放在比意大利面更轻的东西上。我倾向于在一天中吃5或6个小餐。这听起来和看起来都很好！听起来很美味，我将会尝试这个！几年前，我开始使用全麦面条，现在我更喜欢它，所以我的面条会更健康如果你没有买过，你应该试试，比白面条的质地更好，只是不要买超市自己的品牌，一定要买意大利的！"。哦，我真是太喜欢鳄梨了....，我最喜欢的吃法是用伍斯特酱、黑胡椒、盐、奶油奶酪和一点甜辣椒酱把它们捣碎。涂在Matzos饼干上。你一定要试试，太好吃了。哦，哇，这真是太美味了我扔了一些杂碎

**id 183**

礼品会员资格 如果你正在寻找一份完美的礼物--为生日、圣诞节、母亲节、退休或任何其他特殊场合--你刚刚找到了它。我们的会员资格是持续一年的特殊礼物。与通常的鲜花或巧克力相比，你将会送出无限精彩的林地散步、放松的野餐和对过去的旅行的礼物。真的有这么多简单的快乐等着他们去发现 -- 谁知道有多少特别的记忆正等待着被创造。我们的礼品会员资格使您的家人、朋友或爱人能够在一整年内享受英国最令人惊叹的乡村、房屋、花园和海岸线。我们欢迎来自世界各地的会员，并与许多其他组织建立了互惠的访问安排。如果你想从美国加入，请了解更多关于皇家橡树基金会的信息。

**id 184**

海伦-弗拉尼根将是今年的 "宠儿"，并获得大部分的出镜时间。大卫-海耶不会像他最初看起来那么可爱--特别是如果他们没有得到任何食物。布莱恩-康利将很快变得令人讨厌。琳达没有嘴唇，罗布森将是一个无病呻吟的人，我不知道科林-贝克在那里做什么，他将不能做任何试验，将成为团队的负担。

**id 185**

自17世纪以来，耶稣会一直存在于安大略省的原住民中并为他们提供服务。我们的存在因耶稣会的镇压而中断，但在1842年再次开始。到1845年，耶稣会负责由教区牧师L'Abbe Prolx在马尼托林岛的Wikwemikong建立的安大略省北部的主要传教站。政府的计划是，安大略省的所有原住民都将搬到这个岛上，因为他们现在人数很少，很快就会消亡（正如副省长弗朗西斯-邦德-赫德爵士所说的 "像四月雪前的雪一样消失"），并阻碍欧洲人定居。但他们并没有全部去马尼托林，也没有消亡。在19世纪后半叶和21世纪的第二个十年中，耶稣会一直在马尼托林岛上保持着持续的存在和基地。在某种程度上，以巴拉圭红衣教和扎根于教会的 "完美社会 "模式为蓝本，外国和本地出生的耶稣会士伴随着三火联盟（奥达瓦、奥吉布瓦和波塔瓦托米部落）的人民度过了几个世纪，直到我们今天。因此，耶稣会士在原住民历史的重要阶段都有出现。毛皮贸易时代是一个相对独立的阶段。这与军事联盟的时代相重叠，军事联盟的结果是签订条约的时期，以及建立独立的原住民领土，在加拿大被称为保护区。原住民人口大大减少，并被孤立，进入了一个无关紧要的时期，人数持续下降，前景黯淡。最后，在第二次世界大战之后，一个新的、意想不到的复兴/振兴阶段开始了。人类学家安东尼-华莱士这样定义这一过程。"振兴是一个社会的成员为构建一个更令人满意的文化而做出的有组织、有意识的努力"。振兴运动可以采取各种形式，包括 "本土化 "模式，即文化试图消除原有文化中的一切外来事物。事实证明，这在现代世界是完全不现实的。还有一种 "复兴主义 "模式，它试图找回并重新引入原始文化中曾经存在的或被认为存在的文化元素和做法。与本土主义运动不同，这种模式对来自其他文化的新元素和进口元素持开放态度。这就是我们通常看到的那些试图复兴土著文化的人。最后，还有一些主要是 "进口 "的运动。通常情况下，人们渴望和追求的主要是物质元素。见证了第二次世界大战期间和之后南太平洋地区的 "货物崇拜"。无论它是否意识到，天主教会本身也面临着深入振兴的需要。梵蒂冈二世是这个过程中关键的第一步。它为未来制定了一个愿景，从过去的宝藏中汲取营养，同时也对当代文化的礼物持开放态度。因此，罗马天主教会以 "复兴 "的方式进入了一个振兴期。但最近，教会似乎正在有意识地进入一个文化变革的 "本土化 "时期。在这一教会发酵的过程中，在安大略省埃斯帕诺拉（Espanola）的Anishinabe精神中心（ASC，www.anishinabespiritualcentre.ca）的建设者和第一任主任迈克尔-默里神父（Fr. Michael Murray S.J.）等创造性人士的领导下，我们与北安大略省本土教会的相处方式发生了巨大的变化。随着这一进程的加快，英属加拿大的耶稣会士在已故的John English S.J.神父（1924-2004）的指导下，在圭尔夫进入了一个共同的思考过程。在那次会议上，对安大略省北部原住民的传教工作得到了肯定，该省向ASC分配了大量资金，以落实梵蒂冈二世的愿景。该中心所在的索特-玛丽教区已经在当地的一次会议上肯定了类似的方向，耶稣会士也在其中发挥了作用。在支持重設執事職位，並進一步為婦女設計類似的委託事奉途徑後，該教區的本土部門便有了類似的發展。今天，经过四分之一个多世纪的时间，我们为教区的原住民提供了一个牧师计划。

**id 186**

首先受到适当的警告，并发誓要证明事实，全部事实，只有事实，她宣誓后作证如下。PAUL UPSHAW先生的直接询问PAUL UPSHAW：问：首先，我想承认大家为了来这里都重新安排了计划，我们感谢大家在我们处理这一严重问题时的耐心。现在，请你说出你的名字，以便记录。答：我的名字是伊丽莎白-道尔顿。问：你是否有其他名字？答：我被称为利兹-道尔顿。问：我的名字是保罗-厄普肖。我是州检察官办公室的一名检察官。我们正在对你丈夫斯宾塞-道尔顿的死亡情况进行调查，他住在康涅狄格州哈特福德市山核桃树荫巷993号。为了记录在案，我们将总结到目前为止的事实，这样做可以吗，道尔顿夫人？答：是的。问：在2007年5月17日你对富勒县警长办公室的比尔-波普侦探的陈述中，你报告说你的丈夫斯宾塞-道尔顿在离开你们位于富勒县甜松湖的家庭小屋后失踪。他独自乘坐他的18英尺长的 "银河 "号水上滑翔艇去钓鱼，是这样吗？答：是的。A. 你最后一次见到斯宾塞-道尔顿。这样说对吗？问：是的。问：比尔-波普（Bill Pope）警探负责调查，涉及许多机构和服务部门，他们参与了广泛的搜索。对你丈夫的搜寻除了找到他的船和一件救生衣外，没有任何结果。斯宾塞-道尔顿（Spencer Dalton）失踪，被认为是溺水身亡。这反映在波普侦探2007年7月21日的宣誓报告中。答：是的。问：为了记录在案，哈特福德警探艾尔和洛佩兹于今天（12月24日）上午8点左右在布拉德利国际机场找到了你，当时你正在为前往佛罗里达州迈阿密的SunEx第1975号航班办理登机手续，并转乘Globo Rio Air第4587号航班前往巴西圣保罗。答：这是正确的。问：他们向你表示，在斯宾塞-道尔顿案中出现了新的紧急信息，我们正在寻求你对此事的了解。在你的律师唐娜-怀特女士的建议下，你自愿推迟你的航班并进行合作，她也在现场。是这样吗？"答：是的。问：我已经翻阅了档案，但我想请你先提供一些个人情况。你的出生日期和地点？答：1950年10月13日，巴西圣保罗。问：你是在巴西还是在美国长大的？答：都是。我的父亲是来自波士顿的美国公民。他是一名外交官，是驻巴西大使馆的武官，他在那里认识了我母亲。我出生在巴西。当我12岁时，我父亲离开了他的岗位，在哈特福德这里工作。问：你有双重国籍？答：是的。我认为自己是美国公民。问：你有孩子吗？答：一个。我们的女儿。她是一名语言治疗师。我们有两个孙子。我们的女婿是里斯本大学的美国研究教授。他们七年前搬到了葡萄牙。问：我注意到你没有说出他们的名字。答：你没有问他们的名字。问：告诉我，在你女儿搬到葡萄牙后的七年里，你有多长时间见过她和你的孙子？

**id 187**

1.迎接卡皮托利内的老艺术家们 这是一座培育了米开朗基罗艺术的城市。卡皮托林博物馆位于坎皮多格里奥广场两侧的双子宫内。它们是世界上最古老的公共画廊，于1734年向公众开放其收藏。进入博物馆后，你可以欣赏到提香、丁托列托、维罗内塞和卡拉瓦乔令人叹为观止的画作，以及巴洛克时期天才贝尔尼尼制作的精美雕像。在艺术之路上，不要错过博尔赫斯画廊（Borghese Gallery）和巴贝里尼宫（Palazzo Barberini Galleria Nazionale d'Arte Antica）。2.在斗兽场与你内心的角斗士交流 斗兽场是一座史诗般的纪念碑。斗士、奴隶、囚犯和野生动物之间的血腥战斗的故事在这个可以追溯到公元72年的弗拉维亚圆形剧场中出现了。这是一个巨大的娱乐竞技场，可容纳5万多人，10分钟内就能坐满。世界上没有任何地方可以为大规模屠杀提供更大或更辉煌的环境。今天，你唯一能看到的角斗士是那些停在外面给游客拍照的角斗士。但对于历史爱好者来说，这是一个必要的朝圣之旅，也是欣赏罗马城市遗迹的理想起点：令人瞠目结舌的论坛、金字塔和万神殿。3.漫步在博尔盖斯别墅的花园里 像其他任何首都一样，罗马可能会让人感到难以承受。当斗兽场开始压迫你的时候，你可以在博尔赫斯别墅的花园里找到宁静，这是罗马最中心的公共公园。它很受慢跑者、遛狗者和寻欢作乐者的欢迎。近年来，它在桔园里建立了一个当代艺术博物馆：卡罗-比罗蒂博物馆。为了躲避人群，可以爬上特拉斯提弗尔（Trastevere）和贾尼科洛（Gianicolo）后面的陡峭山坡，在那里你会发现蒙特维德（Monteverde）郊区的潘菲利别墅公园（Villa Pamphili）绿树成荫的广阔天地。孩子们可以在池塘边喂乌龟，在公园里骑小马，而你则在树荫下小憩，然后再出去看一眼教皇。4.在梵蒂冈参加对教皇的接见 如果你见到教皇，你会说什么？嗯，你可能不会，但你可以在周三上午参加与他的会面。如果天气晴朗，那么他将在圣彼得广场举行这个一般性的听证会；否则就在Sala Nervi听证大厅举行。预计会有成群的天主教信徒和成群的挥舞着相机的游客。之后，你可以趁机逛逛圣彼得大教堂，欣赏米开朗基罗在西斯廷礼拜堂的惊人壁画，并参观梵蒂冈博物馆中著名的 "阿波罗美景 "和 "拉奥孔"。5.向特莱维喷泉扔硬币 这些天来，华丽的特莱维喷泉也是一个红十字会的储蓄罐，这要归功于游客在许愿时向水中扔的所有零钱。喷泉隐藏在一个小广场上，周围是拥挤的人群，奶油色的洞石在水流和相机的闪光灯下闪闪发光。这是一场洛可可式的盛宴，由高高跃起的海马、吹着海螺的海龟和嶙峋的岩石组成，在波利宫前喷发而出。离这里不远的是La Citt dell'Acqua，它包含了一栋帝国时代的公寓大楼的遗迹和一个蓄水池，用来容纳下面涌出的Acqua Vergine水。6.在万神殿完善你的几何学 欣赏一下古罗马的建筑，去看看它保存得最好的建筑：万神殿。它由哈德良在公元119-128年左右建造，最初是一座供奉古典神灵的庙宇，今天仍然是一座教堂，里面存放着统一后的意大利第一位国王和艺术家拉斐尔的坟墓。外观仍然保留着原来的青铜门，内部的尺寸遵循罗马顶级建筑师维特鲁威制定的规则。半球形穹顶的直径与整个建筑的高度完全相等，使其能够

**id 188**

新邮件不进入个人文件夹 我已经设置了我的个人文件夹，但是邮件仍然进入了带有电子邮件地址名称的文件夹，Gordon Guest Posts: n/a 's Computer Specifications 16 Nov 2005 "Jewelt" &lt;(E-Mail Removed)&gt; wrote in message news:0E680718-66FC-474C-9579-(E-Mail Removed) &gt; 我已经设置了我的个人文件夹，但邮件仍然进入带有电子邮件地址名称的&gt; 文件夹中，这是Exchange服务器或Hotmail的默认行为。你需要设置一个规则来移动它，或者手动拖动邮件到你的pst文件中的文件夹。 =?Utf-8?B?SmV3ZWx0?= 客人的帖子: n/a 's Computer Specifications 16 Nov 2005 Gordon 谢谢你的快速回复，现在请允许我大胆地再问你一个问题，那就是，我如何去设置规则？我显然是一个使用Outlook进行邮件发送的新手。谢谢 "Gordon "写道：&gt; "Jewelt" &lt;(E-Mail Removed)&gt;在留言中写道&gt;新闻。0E680718-66FC-474C-9579-(E-Mail Removed) &gt; &gt; 我已经设置了我的个人文件夹，但是邮件仍然会进入带有电子邮件地址名称的&gt; &gt; 这就是Exchange服务器或Hotmail的默认行为。你需要设置一个规则来移动它，或者手动拖动邮件到你的pst文件中的&gt;文件夹。 &gt;&gt;&gt; "Jewelt" &lt;(E-Mail Removed)&gt;在消息中写道：4252F3A4-FE05-4E82-903B-(E-Mail Removed)。... &gt; Gordon &gt; 谢谢你的快速回复，现在请允许我大胆地问你一个&gt; 更多的问题，那就是，我如何去设置规则？我显然是一个使用Outlook进行邮件发送的新手。谢谢&gt;&gt; "Gordon "写道：&gt;&gt;&gt; "Jewelt"&lt;(E-Mail Removed)&gt;在留言中写道&gt;&gt;新闻。0E680718-66FC-474C-9579-(E-Mail Removed) &gt;&gt;&gt;我已经设置了我的个人文件夹，但是邮件仍然进入带有电子邮件地址名称的&gt;&gt;&gt;&gt;文件夹，这就是Exchange服务器或Hotmail的默认行为。你&gt;&gt;需要设置一个规则来移动它，或者手动拖动电子邮件到pst文件的&gt;&gt;文件夹。&gt;&gt; &gt;&gt; &gt;&gt; Gordon Guest Posts: n/a 's Computer Specifications 16 Nov 2005 "Jewelt" &lt;(E-Mail Removed)&gt; wrote in message news:4252F3A4-FE05-4E82-903B-(E-Mail Removed) &gt; Gordon &gt; 谢谢你的快速回复，现在请允许我大胆地问你&gt; 还有一个问题，那就是，我如何去设置规则？我显然是一个使用Outlook进行邮件发送的新手。谢谢你的工具--规则向导啊，应该可以带你完成。我对Exchange邮件或Hotmail的工作原理都不是很熟悉，虽然....。如果你是在Exchange上，可能有办法告诉Exchange服务器把邮件送到你的pst文件，而不是Exchange邮箱。比我更了解情况的人可能会帮助解决这个问题.....。祝您好运!=?Utf-8?B?S2F0aHJ5bg====================== 客人留言： n/a 's Computer Specifications 23rd Apr 2007 你好，我也有这个问题，由于我有一个Hotmail帐户，它不允许我为我的Hotmail收件箱创建规则。我设置了我的电子邮件帐户，以便新邮件会进入我的个人文件，但它只进入我的Hotmail收件箱。请让我知道如何改正这个问题。我想保留一份副本在

**id 189**

墨菲将错过本赛季余下的比赛 伯明翰在大卫-墨菲被排除在本赛季余下的比赛之外后受到了巨大的伤病打击。被蓝军老板李-克拉克公认为是英冠联赛中最好的左后卫的墨菲，在周四晚上接受了一个探索性的膝盖手术，以评估在上周末主场击败赫尔的比赛中遭受的伤害。俱乐部的担心已经成为现实，墨菲遭受了软骨损伤。这位28岁的球员现在将在明年夏天预定的季前赛回归之前开始康复。伯明翰已经将前西布朗和博尔顿后卫保罗-罗宾逊的短期合同再延长两个月，直到1月27日，但现在可能会延长到6月。

**id 190**

威尔-罗杰斯曾经说过："即使你在正确的轨道上，如果你只是坐在那里，你也会被撞死。"你是否觉得你的中心方向正确，但没有像你希望的那样快速前进？也许现在是时候掸去你的战略计划，重新给你的董事会、员工和志愿者注入活力。许多非营利组织开始时都是 "妈妈和爸爸 "式的努力。有人有了接触人们的负担，用双脚跳了进去，并完成了伟大的事情。几年后，事实上的战略计划似乎是，"只是继续做更多我们已经在做的事情"。传统智慧可能会认为，"如果它没有坏，就不要修复它"。然而，查尔斯-汉迪通过他的西格蒙德曲线理论提出，当一个组织发现自己处于上升曲线的时候，就是它需要开始自我革新的时候。无论你是在轨道上停滞不前还是享受巨大的成功，你的中心都应该考虑战略规划过程。在你为未来的事工制定路线之前，你需要诚实地审视你目前的状况。一个理想的战略规划会议将包括15至20名参与者，由董事会成员、员工、志愿者和主要捐赠者组成。他们的首要任务是问："你做得对吗？"你实现了哪些目标？你克服了哪些挑战？你们完成了哪些项目？在你们确信自己做了很多正确的事情之后，对去年进行一些反省。你学到了什么教训？你会改变哪些决定？你没有完成哪些目标？在过去的几年里，你没能克服哪些挑战？这些答案可能是困难的，但它们提供了一个重要的现实检查。接下来，把你的想法转向你中心的优势、劣势、机会和威胁。这将澄清你的观点，即你做得和做得不好的地方，你如何能够扩大你的外展，以及预期的障碍是什么。花时间评估你的使命宣言：你存在的根本原因。它是你日常运作的指南，也是你建立未来的基础。你为什么要做你的工作（你的使命），你要去哪里（你的愿景），以及你要如何去做（你的价值观），这些都是支撑你的组织的胶水。你要去哪里？约翰-斯托特指出，"愿景始于对事物现状的神圣不满"。创造一个愿景，为你的组织提供长期的方向。愿景是大的、多毛的、大胆的目标。你的愿景声明需要有远大的目标，但又是可以实现的。愿景回答了这样一个问题："我们的组织在五年内会是什么样子？"愿景可以是一个有远见的人的产物，但大多数组织都从许多利益相关者的投入和所有权中受益。安排一个周五晚上到周六下午的活动，带领你的团队完成这项战略思考工作。你的愿景应该包括一个愿景声明和一个生动的描述。愿景声明是对你的组织未来状态的简短陈述，它回答了 "我们要去哪里 "的问题。生动的描述是一长串单词和短语，以生动的方式描述你的组织在实现你的愿景时的样子和感觉。构建一个大胆的、鼓舞人心的、有目的的愿景。超越你认为可能的范围，求神移山。使用能产生热情的语言，挑战每个人，使他们为实现目标而努力。让每个人都有更大的目标感，这样他们就会认为自己是在建造一座伟大的大教堂，而不仅仅是铺设石头。我们怎样才能达到目标？三个步骤将把你的愿景变成现实：1）确定你的战略目标，2）确定完成这些目标的具体目标，3）列出推动你实现每个目标的行动项目。战略目标将你的使命与你的愿景联系起来。将你的重点缩小到五到六个你想在未来五年内完成的目标。例如，一个战略目标可能是："加强我们的筹款工作"。设定目标，确立具体的绩效指标。清楚地说明什么、何时、如何和谁。每个战略目标都会有几个目标。如果你希望加强你的筹款工作，一些具体的目标可以是：a) 雇用一个兼职的发展主任，b) 实施一个主要捐赠者计划，c) 招聘和培训更多的董事会成员。行动项目是实施目标所需的任务。每个目标都会有几个行动步骤。这方面的重要活动

**id 191**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。书中描述 在恐怖袭击发生后，政治风险很高：立法者担心被视为宽松或冷漠，往往未经彻底辩论就授予行政部门更广泛的权力。司法机构的作用也受到限制：宪法结构和文化规范缩小了法院在所有方面对行政部门进行检查的能力，而不是在边缘地区。因此，评估反恐法律的主流 "安全或自由 "框架未能抓住一个重要特征：行政权力的增加改变了政府各部门之间的平衡。本书重新计算了反恐法给英国和美国带来的成本，认为所造成的损失比最初看起来要大得多。多诺霍警告说，生物和核材料的扩散，加上极端分子愿意牺牲自己，可能会促使每个国家采取越来越激烈的措施，从而导致两个国家的基本结构发生变化。在恐怖袭击发生后，政治风险很高：立法者担心被认为是宽松或冷漠，往往未经彻底辩论就授予行政部门更广泛的权力。司法机构的作用也受到限制：宪法结构和文化规范缩小了法院在所有方面对行政部门进行制约的能力，而不是在边缘地区。因此，评估反恐法律的主流 "安全或自由 "框架未能抓住一个重要特征：行政权力的增加改变了政府各部门之间的平衡。本书重新计算了反恐法给英国和美国带来的成本，认为所造成的损失比最初看起来要大得多。多诺霍警告说，生物和核材料的扩散，加上极端分子愿意牺牲自己，可能会促使每个国家采取越来越激烈的措施，从而导致两个国家的基本结构发生变化。编辑点评："劳拉-多诺霍对英国和美国的反恐法律进行了精密而复杂的分析，警告说当民主国家建立反恐制度时，个人基本权利会面临风险。尽管各国政府将其举措归结为安全与自由之间的选择，但多诺霍对这一逻辑提出了质疑。自由的丧失不一定与安全的获得相平衡。原本是暂时的妥协，结果却变成了永久的妥协。民主国家的领导人和公民最好能注意到这个尖锐而及时的警告。斯坦福大学国际安全与合作中心（CISAC）高级研究员玛莎-克伦肖（Martha Crenshaw） "劳拉-多诺霍是反恐法律领域的一个独特和权威的声音。她对此类法律在英国和美国对公民自由的影响的叙述是全面的和令人信服的，但它也让那些关心自由的人感到非常不安"。Conor Gearty，伦敦经济学院人权法教授 "这本对英国和美国最近反恐立法的精湛分析应该成为大西洋两岸政府和立法者的必读书目。所有关心安全在个人自由和人权方面的代价的人也应该阅读它"。贝里克的劳埃德勋爵 "在英国和美国的联合管辖范围内，这本书提供了一个独特的详细的专题审计，即为了反恐安全而对法律进行的大幅重塑。毋庸置疑，这是对两个司法管辖区的主要反恐法律进行的最好的比较性阐述和分析。利兹大学刑事司法研究教授克莱夫-沃克（Clive Walker） "这是一份令人眼花缭乱、全面而深刻的诊断书，说明西方政府如何经常对恐怖主义作出反应，不顾其合法性所依赖的基本自由原则，推行行政权力。许多作者谴责这种现象，但本书的独特之处在于它对美国和英国发展的平行处理，对 "金融反恐 "这一令人生畏的主题的特别清晰的处理，以及对历史学家的宏大叙事技巧和律师的不屈不挠的严格分析的部署。在其对从条约到司法判决等材料的优雅综合中

**id 192**

最有帮助的帖子。这里的会员将此帖子评为最佳回复。 karrie +7 #2 最高评分帖子 Re:落下的橡树果实对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 用橡树果实砸向一个女人是否合法？因为她活该。SLM + 1 #3 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子的威胁 1星期前 我打赌这是同一个女人谁试图禁止街头曲棍球年复一年!Cannuck +1 #4 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子的威胁1星期前象往常一样, 我不是一个带头跳.我的第一个问题是，有没有发生过用橡子欺负人的事件？Serryah #5 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 ...无语，只是...无语。 shadowshiv +3 #6 Re:落下的橡树果实是对有过敏症的孩子的威胁 1周前 所以基本上让我们摆脱一切，因为一个恶棍会使用任何他们可以得到他们的肮脏的小手来欺负某人。铲除橡树？显示一些常识吧，女士！我们已经失去了白蜡树。我们已经因为一只愚蠢的昆虫而失去了白蜡树，现在她又想砍掉另一种树种？SLM +4 #7 Re:落下的橡树果实对有过敏症的孩子的威胁 1周前 泡沫包装的人!如果你使用足够多的泡沫膜，它几乎可以抵御一切。这是对未来的投资选择！！ shadowshiv #8 Re:落下的橡树果实对有过敏症的孩子的威胁 1周前 引用:Originally Posted by SLM Bubble wrap people!如果你用的足够多，几乎可以抵御一切。这是对未来的投资选择！！。你是气泡膜(TM)的股票持有者吗？SLM + 1 #9 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 引用Originally Posted by shadowshiv Are you a Stock-Holder of Bubble Wrap(tm)?我应该是，我真的应该是。但是没有，我所有的钱都用在我的抵押贷款上了，笑。 captain morgan +4 #10 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 引用:Originally Posted by shadowshiv 所以基本上让我们摆脱一切，因为一个恶霸会利用任何他们可以得到的肮脏的小手来欺负别人。铲除橡树？显示一些常识吧，女士！我们已经失去了白蜡树。因为一只愚蠢的昆虫，我们已经失去了白蜡树，现在她又想砍掉另一种树种？如果有恶霸向斯诺克姆扔石头，这位女士会怎么做？禁止所有可能产生石块的地质构造？这个人藐视所有的愚蠢程度 引用。Originally Posted by SLM Bubble wrap people!如果你用的足够多，几乎可以抵御一切。这是对未来的投资选择!!!与时俱进 SLM....泡沫包装是昨天的事了。SLM +1 #11 Re:落下的橡树果实对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 引用:Originally Posted by captain morgan 这个人蔑视所有级别的愚蠢 可能不是她父母希望她成为的成功故事。但是，话说回来，他们了解她，所以也许他们有更现实的期望。关于。落下的橡子对有过敏症的孩子构成威胁 像往常一样，我不是一个跳槽者。我的第一个问题是，有没有发生过用橡子欺负人的事件？有谁？ taxslave +3 #13 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 引用Originally Posted by Cannuck 像往常一样，我不是一个跳槽者。我的第一个问题是，有没有发生过用橡子欺负人的事件？好吧，有这只松鼠...IdRatherBeSkiing +1 #14 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 引用:Originally Posted by SLM Bubble wrap people!如果你用的足够多，几乎可以保护所有的东西。这是对未来的投资选择！！！。人们就会用那诱人的、不间断的爆裂声来欺负大家。 karrie +1 #15 Re:落下的橡子对有过敏症的孩子是一种威胁 1周前 引用:Originally Posted by Cannuck Anybody?如果有的话会有什么影响吗？为什么要移除橡树果而不是处理欺负人的问题。她说它们 "可以 "被用来欺负人。

**id 193**

摘要 碎片流在地球表面的侵蚀过程中起着重要作用，对火山、山区、地震和沿海地区的人口和基础设施构成威胁。自然流动通常涉及到流体相与颗粒相的混合。然而，由于描述两相流在数学和数值上的困难，目前的大多数模型只处理颗粒相的问题。我们在此提出一个数值模型，描述颗粒材料及其间隙流体的混合物在复杂地形上的流动，这是继Pitman和Le（2005）的工作。与求解整个混合物的质量和动量方程的方法不同，该模型分别考虑了液态和固态相的质量和动量方程，使得考虑两相的不同速度成为可能。我们在这里使用了Pelanti等人（2008）得出的深度平均方程的数值离散化，考虑了固相的库仑摩擦定律、浮力效应、两相之间的摩擦和复杂地形效应。我们对一些简单的案例进行了敏感性分析，这表明水含量和两相之间的相互作用会影响流动动力学和沉积物的形态。最后，我们将使用这个模型来模拟发生在冰岛的威胁西北沿海村庄的泥石流。由于NERC ARSF通过空中激光雷达测量获得的高分辨率数据，当地的三维地形被考虑在内。模拟和观察到的沉积物之间的比较，使其有可能校准所涉及的颗粒材料的摩擦系数，并对这些碎片流中的水含量进行首次估计。参考文献。E.B. Pitman, L. Le.雪崩和碎屑流的双流体模型。Phil.Trans.R. Soc. A 363, 1573-1601, 2005.M. Pelanti, F. Bouchut, A. Mangeney.A Ro-type scheme for two-phase shall granular flows over variable topography.m2an 42, 851-885, 2008.

**id 194**

UCL新闻图片 作者：海伦-弗莱，UCL全球健康研究所的一名应届硕士毕业生。米歇尔-西迪布在11月13日举行的UCL柳叶刀讲座上指出，全球卫生治理的游戏规则正在发生变化，如果世界银行和世界卫生组织等全球卫生机构不对自己进行反思，他们将变得过时。西迪布根据他担任联合国艾滋病规划署执行主任的经验，概述了他对2015年后发展时代全球卫生治理的看法。西迪布首先探讨了艾滋病的历史，他将其描述为 "一个从绝望到希望的旅程"。他描述了艾滋病是如何在没有药物或研究的情况下作为 "同性恋瘟疫 "开始的。但是，由于它激发了全球北方和全球南方之间的关系，艾滋病将民间社会、科学家和政策制定者聚集在一起，为全球团结提供了空间。为了说明联合国艾滋病规划署的成功，西迪布引述说，今天有800多万艾滋病毒阳性者获得了治疗，超过56个国家已经能够稳定和大幅减少新的感染数量。背景。"关于如何在这一成功的基础上再接再厉，西迪布建议我们首先注意到当今世界正在经历的 "深刻的转型时刻 "的变化。他充满激情地谈到，金融危机是一场伦理上的 "信任危机"，公民不信任他们的领导人，并对由此产生的促进社会行动的问题表示关切。他还谈到了城市化问题，现在有50多亿人生活在城市，这是一个 "全球地震"。关于年轻人和技术，他询问了社会媒体将带来哪些新的活动形式，并谈到了利用世界各地人们日益增长的联系的潜力。考虑到这一点，全球卫生治理如何向前推进？西迪布建议，要想出现一种新型的治理方式，需要在五个方面具备能力。全球卫生的架构 有争议的是，他认为目前的系统缺乏可持续性，并建议对联合国系统进行彻底的改革，只由全球金融家、规范和标准的组织以及宣传和问责机制组成。然而，当联合国艾滋病规划署创始执行主任彼得-皮奥特问及如何实现这一目标时，西迪布承认他没有答案。西迪布警告说，随着联合国系统的缺陷显现出来，多边主义将日益陷入危机，他预测将出现绕过联合国结构的 "小型多边主义 "团体。全球行动者西迪布建议，如果我们能够设法 "把新的声音带到桌子上"，特别是政府，我们可以改变更多穷人的生活。西迪布认为，20国集团正在给新兴经济体提供空间，这将导致一个更复杂的系统，并问道："谁将代表177国集团中的其他穷人？"他观察到，新兴国家正在带来新的视角和新的解决方案，具有技术和经济实力。西迪布认为，我们一直在考虑如何惠及数百万人；如果我们看一下非传染性疾病，我们需要考虑如何惠及数十亿人。他概述了对全球卫生服务系统的重新设计，其中包括从以疾病为中心的方法转向以病人为中心的方法，以及培训社区卫生工作者以提高覆盖率。他说，除了覆盖面之外，我们还需要关注医疗质量，并提倡健康是国家政府的一项投资的想法。但是，在必须鼓励政府投资的同时，全球卫生行动者需要确定优先次序，"不要只考虑全球卫生或来自无限资金的疾病"。创新和技术 在南非，手机的数量超过了人口的数量，西迪布认为这一事实代表了非洲的技术革命。他认为，我们需要考虑如何利用这一点，以便帮助我们更有效地提供服务，并减少成本。西迪布随后以CD4机器为例。新的CD4机器技术可能会将1000万等待治疗的人的费用从7亿美元减少到2000万美元。关于创新-获取的困境，西迪布同意必须继续激励昂贵的研究和开发过程。他强调了专利的限制性，虽然他谈到有必要确定创造性的方法来寻找激励措施，但他承认他并不掌握如何解决这个问题。

**id 195**

低于正常的降雨量和高于正常的温度造成了美国自1950年代以来最严重和最广泛的干旱。横跨全国一半以上的地区，自7月初以来，干旱状况的严重性急剧增加，对玉米（黄玉米）和大豆的生产产生了不利影响，推高了农产品价格，并使这些价格的波动性增加到过度水平。根据美国农业部（USDA）经济研究局的数据，62%的美国农场位于经历干旱的地区。大约40%的玉米和大豆以及44%的牲畜是在经历严重干旱的地区生产的。因此，全国玉米和大豆的作物产量和收成估计已被大大降低。专家建议，玉米的作物损失正在接近20%，如果极端干旱状况持续下去，可能达到30%或更多。玉米和大豆的价格已经开始迅速上涨，并可能进一步上升，这取决于干旱的严重程度和范围。仅在过去两个月，美国玉米和大豆的出口价格就分别上涨了30%和19%，两种作物的价格都达到了历史最高点。发展中国家的穷人和弱势群体受到他们赖以摄取每日主要热量的农业商品价格高涨和波动的严重打击。正如2007-08年全球粮食价格危机期间所经历的那样，国内市场的价格变动会对全球市场产生重大影响，反之亦然。美国在国际商品市场上发挥着关键作用，因为它是玉米和大豆的最大生产国和出口国。截至2011年，美国的玉米和大豆产量占世界总产量的30%以上，而美国的这些作物出口占世界总出口的40%以上。在墨西哥和埃及这样的国家，是美国玉米的第二和第四大进口国，进口量分别占可用玉米总量的26%和42%。在墨西哥和中国这两个发展中国家中最大的大豆进口国，进口量分别占其大豆供应总量的88%和45%。大豆加工（图片：ACIAR） 玉米和大豆价格上涨会导致其他商品价格上涨，因为畜牧业从玉米转向小麦作为动物饲料，消费者被迫将消费转向小麦等其他商品。在过去的两个月里，小麦价格已经上涨了26%。埃及和巴西这两个最大的小麦进口国可能会经历潜在价格上涨的不利影响，因为它们进口的小麦占其总供应的一半以上。因此，随着饲料成本的增加，牲畜产品--如肉类和奶制品--的价格也可能出现上涨，如果穷人的消费从肉类和奶制品转向谷类作物，这可能导致他们的饮食质量恶化。为了防止潜在的全球粮食价格危机，必须采取一些紧急行动来解决目前的情况：1.监测情况。主要机构，包括美国农业部、粮农组织、联合国贸发会议、世界银行和世界粮食计划署（WFP），以及G20支持的倡议，如与当地合作伙伴合作的农业市场信息系统（AMIS），应密切关注粮食供应、消费、价格和贸易的发展，以及农产品投机。这将有助于迅速发现任何不平衡现象，并促进快速反应。2.2. 停止用玉米生产生物燃料。对生物燃料的粮食作物需求，特别是在美国和欧盟，必须大幅削减，对燃料中乙醇含量的规定也应如此，以帮助缓解国内和全球粮食市场的压力。目前，美国的玉米总产量中约有40%用于生产乙醇。4.准备使用国家粮食储备，并将其与安全网计划挂钩。大型产粮国必须准备好部署其部分粮食储备，以应对粮食紧急情况，重点是弱势人群。5.5. 确保世界粮食计划署有足够的机会为紧急救援工作购买粮食。必须加强世界粮食计划署的粮食采购渠道，以促进在危机时期的有效响应。这种应急准备是至关重要的，因为粮食价格上涨对世界粮食计划署的粮食援助计划的有效性有影响，因为

**id 196**

不平等的伙伴。美国和墨西哥 不平等的伙伴。美国和墨西哥》探讨了两个邻国之间的关系--一个高度依赖另一个。墨西哥和美国之间的国家态度还有其他决定因素，但从历史上看，依赖/主导地位一直是这些国家之间双边关系的一个重要影响。每个国家对另一个国家的重要性不是对称的；因此，它们对对方政策的反应在实质上和强度上都有不同。在过去的150年里，墨西哥公共政策的实质和墨西哥人的个人行为被该国对美国的政治和经济依赖性有力地塑造了。美国的公共政策和美国人的个人行为也被美国对墨西哥的主导地位所塑造。墨西哥不得不忍受来自美国的许多羞辱：1848年在美墨战争中失败后，根据《瓜达卢佩-伊达尔戈条约》失去了大约一半的领土；1910年墨西哥革命后，美国大使干预了1913年推翻弗朗西斯科-马德罗的行动（在墨西哥被称为《大使馆条约》（指美国大使馆））；以及伍德罗-威尔逊总统执政期间入侵墨西哥。如果这种经济、社会和政治不对称的模式能够减少并最终消除，两国都会受益。在这期间，使依赖/主导地位的不利后果更加透明，可能会产生积极的政策效果，因为它将明确这种现象对两国政府和人民的行为的影响有多彻底。

**id 197**

2011年4月 2011年3月 欢迎来到PARITY 英国男性和女性的平等权利 PARITY最初成立于1986年，名为 "争取平等国家养老金运动"，是一个完全自愿的组织，关注男性和女性的平等权利。 它在2005年1月获得了慈善地位。PARITY的目标是目前PARITY章程中所规定的，即- 促进和保护男女在法律规定的所有公民、政治、经济、社会和文化权利方面的平等权利； - 在英国或适当的欧洲法院提起诉讼，以建立或保护任何此类平等权利。

**id 198**

其他答案 (10) 除了末端的根部--大约1/8英寸被用刀修剪掉以外，其他的都是。鳞茎的味道比绿茎的味道要强。我在烹调菜肴时使用白色部分，绿色部分用于装饰或添加到需要葱味的地方。对我来说，这几乎是所有地方，不包括冰淇淋。你可以吃整个东西。绿色是你在所有中国面条和汤中看到的常见的东西，白色部分在一些炖菜和砂锅里。

**id 199**

葬礼、追悼会和感恩节 韦斯利-博蒙特联合教会的会众受到上帝对悲痛者的同情心的鼓舞，在悲痛和损失的时候提供教牧支持、精神陪伴和宗教服务。正如基督为他的亲密朋友拉撒路和整个耶路撒冷哭泣一样，没有人落在上帝的爱和怜悯之外。卫斯理的服务适用于所有人，无论其背景或生活状况如何。希望在教会预订葬礼的殡仪馆或近亲，请至少提名两个可能的时间。请考虑牧师在葬礼前计划进行牧民访问的需要。牧师（通常由长老或照顾者陪同）也可以参加看房、在小教堂和墓地及火葬场的服务。教堂没有骨灰盒（用于安放骨灰），但有一个纪念花园。葬礼和感恩节仪式由代理牧师主持，或应她的邀请，由其他人主持。仪式的安排需要考虑到以下因素的可用性。殡仪员；牧师/主礼人；教堂；公墓或火葬场；风琴师（如有要求）。我们将尽一切努力满足特殊要求和需要，但我们也请您理解--根据特定的情况，可能会有一些不同的人需要协调。我们可以期待什么？一般来说，牧师（通常与长老/护理员一起）会希望访问一次或两次，以便与丧亲者见面并做适当的准备。在特殊情况下，可以通过电话或电子邮件联系进行一些准备，但最好至少有一次面对面的会面。每项服务都是为反映每个人的独特性而定制的。我们明白这段时间很重要，而且往往很困难，所以我们关心和关注的是如何尊重和勤奋地支持。探访时，牧师有以下目的。- 提供会众的慰问； -提供任何可能需要的实际和精神援助； -评估特定的需求和情况； -了解死者的个性、性格和故事--他们爱什么/重视什么，以及他们可能被记住的最佳原因；以及 -与那些受死者去世影响最大的人会面（并为其祈祷）。有时，当部长来访时，人们仍处于 "震惊 "之中。其他人对正在发生的事情已经准备了很久。有些谈话是非常实际和直接的，有些则涉及到漫无边际的故事、一些笑声和一些泪水。死亡后的这段时间可能是情绪和反应的过山车。牧师会尽量对情况的需要作出反应，所以请随意说出有帮助或没有帮助的地方。客席主持或主礼人 当邀请的客席主持或主礼人主持礼拜时，欢迎、呼召和结束时的祝祷（祝福）将由代理牧师、教会委托的主礼人之一或教会的长老进行。教会的管家也会出席，协助处理实际事务。哪些教牧服务是与悲伤和失落时期有关的？丧礼 人们聚集在一起，承认死者的生命，并与留下的人一起哀悼。服务的模式包括在上帝面前聚集成一个团体 纪念和庆祝一个人的生命 为留下的人祈祷 将死者的灵魂交给上帝照顾 安息死者的尘世遗体。仪式和举行地点都有相当大的灵活性，可以个性化。悼念仪式或对生命的感恩 悼念仪式与葬礼类似，承认死者的生命，并让人们与留下的人一起哀悼，但没有对尘世的遗体进行交托。仪式的模式包括。在上帝面前聚集成一个团体 纪念或感谢人的生命 为留下的人祈祷 为现在在上帝照顾下的死者灵魂祈祷。埋葬（或撒灰） 虔诚地处理骨灰是在葬礼或追悼会后的一段时间内进行。教会可以提供一个

**id 200**

我认为它不应该这样做。不到两周前，我注意到从我的汽车前面传来奇怪的敲击声。 在第一周的过程中，当我别无选择，只能用它来开车上下班，没有时间把它送进车库时，它变得越来越严重。从上周五开始，我一直避免使用它，因为它被预定在本周五进入车库，这是我能让它进入的最快时间。 同时，今天早上我冒险去了一趟当地的轮胎修理厂，因为我的后轮胎几乎是非法的，需要更换。我向那里的一个好朋友提到了我的问题，并让他把车开到换胎的 "槽 "里，这样他就可以衡量我的问题的深度，他很快就做到了。车子在空中，所有的重量都离开了车轮....，这就是发生的事情。结果发现，在应该固定我的车轮的四个螺栓中，只有一个是连接的。 自从这些轮子最后一次被拆下和更换后，我已经开了一千多英里。 我想有人在看着我。Post navigation 2 Responses 我在很多很多年前有个白痴把我的车轮螺母弄松了。第一个迹象是在低速时出现奇怪的晃动，但这是一辆老车，有许多类似的特异功能。然后，在A66公路上下坡时，在大约80公里（\*ahem\*）的地方，一个后轮几乎脱落了。整辆车从三条柏油路上飞驰而过，我没有任何投入。刹车使情况更加糟糕。我最后设法用发动机制动和糟糕的语言将车停了下来。我本想责备自己没有正确地拧紧螺母--四个螺母中有三个从一个后轮上脱落，但所有四个车轮上的螺母都松动了，有些几乎完全脱落。我只能认为是有人用轮胎扳手和病态的幽默感把它们都敲掉了。当时我有三名乘客在车上。想到可能发生的事情，我仍然感到毛骨悚然。你好 欢迎来到新的和（希望）改进的拖延症仙女网站。这都是关于我正在做/读/看/听/想的事情。短暂而甜蜜的洞察力，让我们了解一个人的生活，尽一切努力避免做他们应该做的事情。

**id 201**

The Sea and Cake很高兴发布日本艺术家Naomi Nagata的《On and On》视频。她通过在灯台上绘制和拍摄沙子表面的图案来创造定格动画。乐队在这个项目上给了Naomi完全的艺术自由，最终的产品是简洁而理想主义的，是对 "On and On "中空灵而充实的旋律的新补充。用Naomi自己的话说。"我一开灯，沙子的剪影就出现了。这种戏剧性的变化每次都让我吃惊。当我想移动剪影时，我使用画笔、手指和羽毛扫帚。你移动物体，拍摄它，然后再移动它，再拍摄......一个接一个，当你把几百个、几千个静止的图像连接起来时，嗒嗒嗒！"。这就像魔术一样"。目前该视频只在这里提供。 你可以在这里观看他们的另一个最新视频《竖琴》。导演Jay Buim在这段复古的新视频中描绘了一对朋友的光荣而简单的冒险。The Sea and Cake目前正与Matthew Friedberger（The Fiery Furnaces的成员）一起为新专辑《Runner》进行北美巡演，所有日期见下文。Runner有特别的绿色黑胶唱片，作为厂牌20周年的一部分，Thrill Jockey重新发行了The Sea and Cake的一系列早期黑胶唱片。我们还将送出达拉斯巡演最后一晚的门票。"多年来，The Sea and Cake的一贯性和多产的步伐使许多人认为这是理所当然的，但是，虽然乐队的微妙的冒险精神可能是一个已知的数量，但人们不应该低估它的惊喜能力。-- Timeout Chicago "一个超自然的冷静和自信的四重奏" -- Independent Weekly "On and On的经济性歌曲创作让人想起了当前的lo-fi、60年代启发的吉他流行乐浪潮，但与那些新鲜面孔的乐队不同，The Sea and Cake以一种纹理和作曲经验的水平来处理这首流行乐，使这首歌对乐队的长期粉丝来说既熟悉又新鲜。"-- KEXP 你说免费？是的，我们做到了!感谢We Are Solid Gold提供的这个机会。如何赢 你可以在11月14日星期三下午3点之前参加。只需访问我们的Facebook页面，寻找The Sea and Cake比赛项目。然后确保你喜欢我们的简介页面，然后也喜欢并分享比赛的帖子。我们将挑选一名获胜者，他们将每人免费获得一对门票。祝大家好运

**id 202**

To Believe 歌词 Jackie Evancho 在我躺下休息之前，我向上帝提出一个小小的请求，我知道我拥有我所需要的一切，但这个祷告不是为我而设的。 在这一天，有太多的人没有一个和平的地方，让所有的战斗停止，你的孩子可以看到和平，擦去他们悲伤的泪水（合唱）。相信有一天饥饿和战争会消失 在绝望中抱有希望 每只麻雀都被计算在内 你会听到每一声呐喊，倾听每一次祈祷 让我永远试着相信 我们能听到悲伤的心 请帮助我们不要忽视穷人痛苦的呼喊 否则他们的痛苦将永远不会离开（合唱） [ 来自:http://www。metrolyrics.com/to-believe-ly\\。..] 相信有一天饥饿和战争会消失 在绝望中拥有希望 每只麻雀都被计算在内 你听到他们的哭声，倾听他们的祈祷（口头祈祷） 父亲，正如你看到的，我只是个孩子，有很多东西需要理解 但如果你的恩典围绕着我，我会尽我所能，我保证。我会尽我所能，相信有一天，饥饿和战争会消失，在绝望中拥有希望，每只麻雀都被计算在内，你会听到每一声呐喊，倾听每一个祈祷，帮助我们完成你的旨意，哦，天父，以所有真实的名义，我们会在彼此身上看到你的慈爱形象

**id 203**

Post navigation 商店将如何生存？客户服务将是一个好的开始!我在本周看到了一些关于我们购物习惯的数据，特别是我们每分钟在网上花费175,015美元。据估计，现在网上购物占我们购物的17%左右。咖喱的客户服务 -- -- 炙手可热，我认为你必须在网上的便利和价格匹配与无法去商店购买的东西之间取得平衡。互联网也没有提供咖啡店来让你喘口气。我们也看到了 "点击和砖块 "的出现，你在网上订购，然后在商店里领取。我想这是一个聪明的组合。毫无疑问，商店将需要竞争。在小商店的情况下，我们可以看到他们通过采用一个利基的地方来生存。他们可以提供一些你无法在网上得到的东西--或者需要你去触摸/感觉的东西。而大商店则倾向于依靠价格来吸引我们。周末，我不得不去买一个卫星导航仪。约翰-刘易斯(John Lewis)没有库存，所以我发现自己在Castle Marina的咖喱店。从表面上看，这很容易 -- 他们有库存，而且有一些TomTom的设备在出售。然后我就想买这个该死的东西。我问了一个客户服务代表（又称店员），他指给我看，并告诉我他会找一个同事。我等了又等，直到我再次看到他。看来他已经忘记了。由于快到关门时间了，而且我需要一个单元，我除了等待没有别的选择。通常情况下，我就会离开。我想说的是，商店不能只在价格和库存水平上竞争（因而也就不能在感性的东西上竞争）。他们需要确保客户的体验是一流的。如果他们不这样做，他们将无法生存。Post navigation 3条评论："商店将如何生存？客户服务将是一个好的开始。"库里电脑世界、梅普林：我有过完全相同的经历，在这个国家，随着网上销售的增加，一些实体零售连锁店继续疏远他们剩余的客户，这一点从来没有让我感到惊讶。但是回想一下，Curry's总是这么糟糕！我现在很少在店里买电子产品。我现在很少在店内购买电子产品，网上购买的商品的消费者保护措施要好得多。当两个不同的商店拒绝为无法使用的商品退款时，我才意识到这一点，理由是他们需要将商品送去做技术评估，因为他们没有资格诊断出商品无法使用......哦，我大惊小怪了！"。完全同意马丁的观点，有些东西在网上购买要容易得多，特别是如果你确切地知道你想要什么，而且不希望一些爱出风头的销售助理试图向你推销延长保修期。今天我去了两家大的乐购店，想给我女儿买一个Ipad mini......结果失败了。回到家后，上网到tesco.com，点击几下就买了一个，它将在下个星期六之前到达......，而且没有人向我解释延长保修期的问题。

**id 204**

我知道该做什么，为什么不做？尼克-霍尔 停止不做你知道自己应该做的事 解开生化密码，让你轻松实现任何目标--在你的余生中！你可能认为懒惰和/或动力不足是你没有实现目标的原因。你可能认为懒惰、缺乏意志力和/或动力不足是造成你无法实现目标的原因。但心理神经免疫学领域的迷人研究揭示了另一种更可能的可能性。它有可能以一种戏剧性的方式改变你的生活。不做你知道自己应该做的事情的典型借口是：我压力太大？我没有时间？我没有精力，等等。- 事实上，这是一个复杂的、相互关联的心理、化学和神经因素网络的表现。一旦被激活，这些因素可以有效地使你瘫痪--使你几乎不可能采取必要的行动来创造你生活中的变化。换句话说，即使你有很强的动机，如果你有这些内部环境的运作，你也不可能做到这一点。但是，虽然生物化学可能很复杂，但解决方案其实很简单。尼克-霍尔博士在《我知道该怎么做，为什么我不做？他逐一研究了所有10个最常见的不作为的借口，并为你提供了处理每个借口的具体策略。这些策略解决了借口的生化根源，并在当时就将其抹去。你会学到。一个非常强大的抗压工具，但很少有人会利用这个工具 在情绪紧急情况下立即恢复控制并保持专注的简单方法 当你认为你所承担的工作超过了你所能完成的时间时，你应该做什么 几乎每个人在整理他们的待办事项清单时都会犯一个错误 一个简单的练习，可以立即告诉你在任何特定时间你的大脑的哪一面是占优势的 早上的第一件事，将真正重置你的内部时钟，对你一天中的能量水平产生深远的积极影响（而且这很容易做到！）。想想看，如果你能突破那些通常阻碍你的借口，你将能完成所有的事情。我知道该怎么做，为什么不做？"这本书将为你提供一个令人难以置信的工具库，使你有能力实现你渴望的任何目标。尼克-霍尔博士是国际公认的心理神经免疫学家，他在处理情绪和健康之间的相互关系方面进行了开创性的研究。他的研究已经在 "60分钟"、"新星"、"夜线 "和获得艾美奖的电视系列节目 "治疗与心灵 "中有所体现，该节目由比尔-莫耶斯为公共广播公司制作。霍尔博士曾获得两项著名的研究科学家发展奖，该奖由美国国家卫生研究院授予美国最顶尖的科学家。他在佛罗里达州坦帕市指导萨德布鲁克度假村的健康中心，在那里他向领先的企业和精英运动员展示如何有效地处理个人和职业挑战。

**id 205**

调查显示，当涉及到良好的卫生状况时，被抓住的是肮脏的手。 令人吃惊的是，许多工人可能因为没有保持良好的手部卫生而使其健康受到威胁。当被问及具体的洗手习惯时，绝大多数成年人（71%）说他们经常洗手，但这个数字可能被严重夸大了。近六成（58%）的人承认，他们曾目睹他人没有洗手就离开公共厕所。超过三分之一（35%）的人曾目睹同事不洗手就离开设施，五分之一的受访消费者（20%）曾目睹餐厅员工根本不洗手。最严重的违法者似乎是男性，而且差距很大。这些调查结果是由全球卫生公司和Tork品牌的家用纸巾、护肤品、餐巾纸、纸巾和擦拭器制造商SCA今天发布的，以纪念10月15日的全球洗手日。该公司进行了这项调查，以衡量消费者对正确的手部卫生的认识，但发现尽管许多美国人认识到洗手是保持健康的一个重要步骤，但认识并不一定转化为实践。60%的成年人认为洗手对他们的健康至关重要，超过一半（53%）的人认为彻底和定期洗手是对保持健康最有益的做法。然而，受访者也承认，在接触到一些有细菌的环境和物体后，会对个人手部卫生有所忽略。近十分之四的成年人（39%）承认在打喷嚏、咳嗽或擤鼻涕后没有洗手。超过一半的人通常在乘坐公共交通工具（56%）、使用共享运动设备（51%）或处理金钱（53%）后不洗手。"普通人的手上有数以百万计的细菌，许多是好的，但有时也有一些会损害健康。此外，我们还可能因接触被污染的表面而携带病毒，"密歇根大学流行病学副教授、爱生会托克绿色卫生委员会成员Allison Aiello说。"虽然SCA的调查对象中有一半以上认为洗手很重要，但在信仰和实践之间的关系上仍有明显的差距。"看来男性可以从他们的女性同行那里学到一两件关于手部卫生的事情。SCA洗手调查发现，在个人洗手习惯方面，两性之间存在巨大的差异。超过三分之一的男性（33%）承认他们在使用公共厕所后没有用肥皂和水彻底清洗双手，而女性只有五分之一（20%）。男性也比女性更有可能目睹其他人没有洗手就离开公共厕所（67%的男性，而48%的女性）。事实上，在SCA调查的几乎所有情况下，男性在是否说自己洗手方面都落后于女性。在处理垃圾、接触动物、打喷嚏或咳嗽之后，男性通常比女性更不可能洗手。此外，三分之二的女性（65%）将洗手描述为至关重要，而男性只有一半多（54%）。另一方面，男性更倾向于将洗手描述为必要的麻烦（36%的男性，而女性为26%）。托克绿色卫生委员会建议采取以下步骤来彻底洗手。用温水打湿双手。取适量的肥皂，使其产生泡沫，至少持续20秒。在给双手、手指和手腕起泡二十秒后，冲洗双手，直到所有的肥皂都被清除。用纸巾彻底擦干双手，因为用纸巾擦拭时的摩擦力可以去除手上残留的细菌，潮湿的手比干手传播的细菌多500倍。用纸巾关闭水龙头，并在离开浴室时打开门。坚持考虑所有正确的清洗时间。更加清醒地认识到应该洗手的时间，特别是在遇到共用表面时，包括乘坐公共交通工具后、用餐前后、准备食物前后、处理金钱、垃圾或接触动物后，以及擤鼻涕、咳嗽或打喷嚏后。平均而言，你每30分钟就会接触300个表面，使你接触到840,000个细菌，所以清洗的频率不仅仅是

**id 206**

你是否觉得《欢乐合唱团》项目的布莱克-詹纳（莱德）和内莉-维滕海默在这一季的表演中有令人难以置信的化学反应？你并不孤单 -- 布雷克也有这种感觉！他告诉TV Line，他和内莉-维滕海默在这一季的表演中有着不可思议的化学反应。布莱克告诉TV Line，他和内莉在最后一次对唱 "等待像你这样的女孩 "时，考虑到他们正在恋爱中，并有一个浪漫的背景故事。他们希望像《欢乐合唱团》中的情侣那样 "互相吸引"，观众可以 "看到对彼此的爱"。我们认为他们成功了!布莱克说，他们的表演在很大程度上是共同的努力，因为他们两个人都是 "按照对方的想法去做"。正如布莱克所说，"我们绝对想把它变成我们的宝贝"。这真是太可爱了，对吗？所以这只是引出了一个问题。布莱克和内莉的友谊会导致更多的事情吗？我们必须指出，布雷克承认他和内莉真的 "互相信任"，而且内莉是 "一个非常、非常漂亮的女孩"。这是正确的 -- 他用了两个 "verys"!然而，布莱克目前正处于他自己的一段可爱的关系中，所以我们怀疑他是否会成为内莉第一个看到裸体的人。相反，布莱克说他和内莉 "完全是好朋友"，他们都有 "对比赛的热情和我们的友谊"。啊！！！。说到有吸引力的人，布莱克是如何让他的头发在每个清醒的时刻看起来绝对完美的？他声称，他根本不使用任何产品，他的头发只是自己看起来是这样的"布雷克说："我只是醒来，翻转它，然后砰的一声 -- 我去打保龄球。有些人拥有所有的运气!(下次你能带我们一起打保龄球吗，布雷克？）

**id 207**

托尼-劳埃德在大曼彻斯特地区 "无人反对"。这是个陷阱，克里克在做什么？还记得那些关于工党成员选择警察和犯罪专员候选人的事情吗？嗯，在曼彻斯特，没有那么多。今晚，《曼彻斯特晚报》和BBC都报道说，资深国会议员、议会工党主席托尼-劳埃德已经成为大曼彻斯特警区的正式工党候选人，而没有投下任何一票。M.E.N.报道说，劳埃德先生是今天下午由一个遴选小组从一个没有竞争的候选名单中选出的，这可以解释为什么没有在党员中进行选举。目前还不清楚长名单或面试是否排除了任何其他候选人，但这将使人们回忆起戈登-布朗未经选举就成为工党领袖的情景，人们怀疑任何反对的候选人都已经被提前解决了。在这种情况下，警察局主席保罗-墨菲议员显然撤回了他的兴趣表达，前罗奇代尔议员洛纳-菲茨西蒙斯被认为决定不参加，而阿夫扎尔-汗议员则有兴趣，他是布拉德福德西部议会补选的工党提名候选人之一，当那没有发生时，据称他在西北地区的另一次补选中排队，但还没有被召集（根据迈克尔-克里克）！这就是有趣的地方，因为任何反对的候选人都已经被提前搞定。这就是有趣的地方，因为M.E.N.报道说，劳埃德先生可能会在他必须退出议会之前退出，以便在PCC选举的同一天为他的席位进行补选。是否有这样的交易：汗议员获得劳埃德的席位，以换取提前提名的机会？如果有交易的话，那么另一个奇怪的事情是迈克尔-克里克对这次提名的报道。本周早些时候，克里克在推特上出现了短暂的小尴尬，他在推特上发布了最新的警察和犯罪专员候选人名单，但不小心发出了2月23日的文本，而不是3月14日的版本。2月23日，克里克报道 " 据报道，工党议员、前曼彻斯特市长阿夫扎尔-汗（Afzal Khan）正在考虑这项工作，但他的心情很复杂。在2010年Phil Woolas被取消议员资格后，Khan曾被认为是Oldham East and Saddleworth补选的竞争者。但据说汗也在考虑参加另一次议会补选，预计不久后会在英格兰北部的一个工党好位置出现。汗尚未回复我的电话。"3月14日，这一消息缩减为 "据报道，工党议员、前曼彻斯特市长阿夫扎尔-汗正在考虑这项工作"。换句话说，克里克对可汗前景的披露在他关于警察专员的最新文章中消失了，而在可汗自己消失之前的几天，托尼-劳埃德的提名没有任何讨厌的投票。它在成为一个故事之前就消失了。克里克是否参与其中？他是不是说得太多了？

**id 208**

与人交谈需要想一些毫无意义的问题，并谈论几个小时的天气 我们没有策略 难怪我们无法与人交谈......有了这一切的压迫，难怪我们发现与人交谈是如此困难！我的意思是，首先，我们花了宝贵的精力去思考如何与人交谈。我的意思是，首先，我们花了宝贵的精力去想，当我们和他们聊天的时候，他们在想什么......你知道吗？你知道吗？他们也在想（除非你碰巧遇到了一个毫不在意的人）--尤其是在闲聊的时候！他们也在想。闲谈是你成功的关键......现在我不打算在这里透露我所有的秘密......但我想与你分享所有成功谈话的关键中最重要的，当你与人交谈时......。这不是跟人说话，而是听人说话......是的，这是正确的，我们真正担心的事情甚至不是我们需要采用的技能，以创造一个良好的印象给别人，并有一个体面的小谈话类型的谈话。你看，当你与人交谈时，你真正应该做的是倾听、理解、反馈和提问。偶尔，你可能不得不回答他们的一个问题，但总的来说，这是你正在寻找的单向交通。基本上，遵循这个格式。问一个问题 听他们说什么 把它翻译成你自己的话和你自己的理解 反馈给他们..."那么你说的是...... "或 "我听到你说的是......"人们喜欢这种关注--即使你不马上理解也没有关系--所以你仍然可以谈论足球和其他你觉得无聊的事情。如果你不明白，但你有一个去，并反馈给他们，他们会很高兴地以不同的方式再次向你解释它。一旦他们感到高兴，你就有了一个终生的朋友!让对方做所有实际的闲谈......你来处理问题......从你的经典问题开始。关于他们的问题。你来自哪里？你是做什么工作的？你有什么嗜好吗？其他古老的忠告。你对[此处插入政治]有什么看法？你对[插入名人的八卦]怎么看？这里最大的问题是太沉闷了......当我们与人交谈时，我们不想在天气或最新的名人或政治丑闻中纠缠很久。因此，当你与人交谈时，你需要更深入一点 -- 那是好东西所在的地方!最简单的方法是对这个人或他们说过的话进行观察。因此，如果他们说，"我是一个驯兽师"--你可能有一些线索......问他们是否喜欢他们的工作......如果他们说喜欢，然后问他们这样做的好处是什么。如果他们说不喜欢，那就问他们宁愿做什么，然后问他们认为从那里能得到什么！如果他们说不喜欢，那就问他们宁愿做什么。找到一些看起来有共同兴趣的事情，或者你真正有兴趣了解的事情，问一些与感觉有关的问题--他们喜欢什么--或者做一些观察--这对你来说一定是很有意义的。 重复进行，直到你找到他们喜欢谈论的事情--然后就很容易了...只要保持你的注意力，继续听就可以了关于这一点，我可以教你很多东西，但现在，从简单的开始，开始实践它的过程吧如果不实际操作，你不可能变得很好，也不可能学会闲聊（如何与人交谈）。7 对 "如何与人交谈--小型谈话的艺术 "的回应 我同意小型谈话是关于倾听，而不是关于说话。由于我不太喜欢闲聊--出于你提到的原因--我发现提出问题和积极倾听比琢磨下一步该说什么更容易。当对方回答时，我们就有时间想出下一步该问什么。这是很好的提示，我很擅长提问。有趣的是，有些人认为我问了太多的问题，然后他们认为，因为我问了太多的问题，他们认为我什么都不知道......哈....我经常问问题的原因是我喜欢知道其他人知道什么，并继续学习。当然，我可能不是什么都知道。是的，我不得不承认我不太喜欢闲聊......你知道所有的谈话都是一个人与另一个人之间的信息交流。谢谢!对你来说，我想其他的人也一样

**id 209**

寿光包装的Windows。我们的最佳Windows应用程序列表 在众多的选项中找到适合您的需求的Windows应用程序可能很困难。在我们的第三个年度Lifeahcker Pack for Windows中，我们将强调每个场合的必备应用程序。Lifehacker Pack是一个年度快照，其中包括我们最喜欢的、每个平台的必备应用程序。如果你想看看今年的情况有什么变化，这里是去年的Windows版Lifehacker Pack。像往常一样，我们今年得到了Ninite的好心人的帮助，为2012年的Windows Lifehacker Pack创建了一个一键安装程序。你可以一次性下载整个包，或者只挑选你想要的应用程序，Ninite将一次性安装它们--非常适合新的Windows安装或用一套好的应用程序设置你的朋友。而且，就像去年一样，我们为Windows提供了两个包：一个是每个人都应该拥有的Essentials包，另一个是Extended包，其中包括一些更多铁杆用户可能需要的工具。点击开始菜单和翻阅程序的日子已经过去。有了Launchy，你只需按几个键就可以启动应用程序，更不用说打开文件、文件夹和网站了。Launchy的插件系统使它的用途更加广泛，让你几乎可以执行任何你能想到的动作，从计算到任务管理到搜索网络。一旦你开始使用它，你将永远无法想象没有它的生活。我们的硬盘上都有一些杂乱无章的东西，但靠我们自己不可能把所有东西都整理好。这就是Belvedere的作用，它是由我们自己的Adam Pash编写的一个自动文件分类器。你可以告诉它，根据文件的年龄、扩展名以及其他更多因素，将文件放在哪里。它将自动完成这一切，为你创建一个有组织、自动化的主文件夹。查看我们的自动化文件指南，了解更多关于如何设置它的信息。谁愿意为了阅读PDF文件而打开Adobe Reader？没有人，那是谁。卸载那个臃肿的程序，抓住SumatraPDF，一个快速、轻量级、简单的PDF阅读器，非常适合那些快速文件。它甚至为你们这些速度狂人提供了一些键盘快捷方式。如果你需要从你的PDF阅读器中获得更多的功能，你可以检查出更高级的PDF-XChange。Chrome仍然是我们最喜欢的浏览器，因为它有很棒的扩展库，疯狂的同步技能，以及简单的用户界面。更不用说它不断添加新的功能，如预取功能，几乎可以瞬间加载以前访问过的页面，以及对Gmail和Docs等谷歌服务的离线支持。它可能不是最快的浏览器，但它仍然是我们的首选。雷鸟可能已经完成了新功能的开发，但对于那些需要在桌面上收件箱的人来说，它仍然是一个伟大的邮件客户端。它是免费的，可扩展的，并且几乎支持我们在邮件客户端中想要的一切。即使你在网上阅读你的邮件，你也应该有一个像Thunderbird这样的客户端来进行本地备份，并在Gmail发生故障的罕见情况下使用。如果你想要更多的功能（而且还在更新），基于Thunderbird的Postbox是一个很好的、便宜的选择。对于那些仍在使用即时通讯的人来说，Pidgin是我们最喜欢的应用程序，可以完成这项工作。它可以让你连接到大量不同的即时通讯服务，包括AIM、Google Talk、Yahoo Messenger、MSN、Facebook Chat等等，所有这些都被整合到一个简单的好友列表中。如果你不喜欢Pidgin，你可以看看更精致的Trillian，或者以社交网络为重点的Digsby。我们知道，我们知道，没有人喜欢Flash。不幸的是，它仍然是网络的一个重要组成部分，无论你是在播放视频，使用网络应用程序，还是只是在一个简单的网站上浏览。因此，虽然它可能会增加你的粉丝，并使你的浏览器偶尔崩溃，但它仍然是一种必需品。当然，你可以用FlashBlock for Chrome和Firefox阻止不必要的Flash运行。VLC不是我们最喜欢的Windows视频播放器，但它是每个人都应该拥有的一个。它几乎可以播放任何你遇到的视频文件，更不用说DVD了，而且它有

**id 210**

134条Charter Communications评论｜"这是一次冒险，虽然它不能支付账单" 北卡罗来纳州恩格尔哈德市的Courrier -- 2012年10月2日评论 优点 -- 这是一次经验，考虑到我自己是老板。缺点 -- 没有失败的余地，工作必须在第一时间内完成。给高级管理层的建议 -- 我觉得礼貌和尊重可以创造一个良好的工作氛围，在某些情况下比金钱更有价值，这意味着我可能为一家工资不高的公司工作，但他们非常容易合作。

**id 211**

谢谢你的指点。我读了几篇文章，感谢你。它看起来仍然非常复杂，需要非常熟练的git用法来进行简单的操作。我觉得这不合适......但我很好奇，你是用Unity来使用它吗？不是用Unity。git subtree有一个很大的优点，就是不需要每个人都精通它，你可以指定一个人去设置它，定期推送子树，其他人可以忽略它。这并不完全正确；他们应该分割他们的提交，这样他们就不会跨越树。但这并不是一个要求，它只是让事情变得更美好。

**id 212**

我们在一起的所有时间，我不会大惊小怪，我不会争吵，试图让你成为我的，你知道我不是那种人，哼，来吧，我说过我会爱你，直到永远的第十二次，但我不会跑到前面去，留下你，你知道我不是那种人，因为我不是那种女孩，这不是我的世界，不适合我，不是我想要的地方，帮我。告诉我你在想什么 如果我跑，让我慢下来，你可以慢慢来 你知道我不是那种人 是的，如果你离开，我相信生活会继续 风会吹，水会流，阳光会照耀 你知道我不是那种人 是的，因为我不是那种女孩 这不是我的世界，不适合我 所以让我给你自由 是的，现在我对你说什么。我不会对其他人说，我有我的朋友，我不会在你身上寻找另一个，是的，所以你要做什么，是的是的，因为如果你和我一起摇摆，你很快就会发现我会给你不同于其他任何人的温柔，我所说的是真的。因为我不是那种女孩，这不是我的世界 不适合我，不适合我 我说不是我想去的地方，说不是我想去的地方 这不是我的事，这不是我想摇摆的方式 不适合你，不适合我，我说我的宝贝 我不是那种人，我不是那种人 耶，耶，耶

**id 213**

问题是我不是一个好的摄影师。说实话，我太害羞了。不够积极主动。好吧，我一点都不主动。我只是喜欢看穿着美妙的女人，现在也是如此。这就是全部。2002年10月27日 新闻文章 作者：BILL CUNNINGHAM 在上周四结束的一周内，250多名纽约时装设计师展出了他们的春季系列。没有一个系列是专门针对时尚界最热门的产品--鞋子的。但这是没有必要的。参加服装展的客人们为当今的鞋类设计提供了令人眼花缭乱的展示。高度个性化的鞋类产品的流行，使得梅西百货、萨克斯第五大道和巴尼斯纽约公司翻出了完整的楼层，以适应这种对鞋子的热情。设计师们走秀时的浮夸与女性真正穿戴的东西之间的差异可能是相当惊人的。随着本周纽约春季系列的展开，两位欧洲设计师Azzedine Alaa和由Sarah Burton设计的品牌Alexander McQueen的简单款式不断出现在大道上。Alaa的公主裙，左边和右边，是用复杂的针织技术设计的。从一个成型的上衣开始，裙子被释放成一个优雅的圆圈，随着 ...8月25日：灯光闪烁的时代广场看起来就像没有娱乐设施的科尼岛，因为游客们蜂拥而至，把这里作为一个目的地站。穿着彩虹色运动鞋的游客经常与穿着裙子和高跟鞋的戏迷争夺空间。一个珍贵的位置是在第47街TKTS摊位附近的红宝石看台，观看世界的变化。8月30日：在河滨教堂为医学副教授劳埃德-R-谢尔曼（Lloyd R. Sherman）举行的两个小时的葬礼之后，一个凄美的结局。

**id 214**

承认现在已经很晚了。对于大多数晚睡的人来说，这主要是一个心态问题。你看了看时钟，觉得 "凌晨2点？哦，没问题，我还有很多时间"。不，你没有。当你把过了午夜才睡觉当成一种习惯时，你对 "晚 "的概念就变成了越来越晚。所以，当你下次看时钟，发现已经过了晚上11:30（或任何你认为 "早 "的时间），放弃你在那个时间做的所有事情，开始抓紧时间睡觉。开始早睡的第一步是重新定义你对 "早 "和 "晚 "的概念。2 给自己一个提前上床的理由。一个很好的激励措施是回忆一下你晚睡造成灾难性后果的时间（或几次）：你睡过头了，没有得到足够的睡眠，生病了，等等。此外，如果你是一个习惯性晚睡的人（例如大学生），这将使你有机会看到最难得的自然现象：日出！这将是一个很好的机会。熬夜看日出并不算数!3 确定你需要在什么时间起床."嗯，大多数时候我在早上7点起床，但有时我在早上6点起床做作业 "并不是一个好的答案。如果你计划在6点起床，那么你会认为提前一个小时睡觉会弥补这个缺陷，但你在所说的睡觉时间不会感到累，所以你会在床上躺一个小时，只睡了7个小时。你的起床时间需要每天都是一样的，除非是极少数情况。周末并不罕见。4 从你醒来的时间中减去8小时.确定你实际需要多长时间才能入睡。不要不断地看闹钟来测试这个，只要想一想你是在床上躺了似乎有几个小时，还是你的头几乎没有碰到枕头？如果是第一种情况，你应该从你的时间里减去一个小时。如果你的头几乎没有碰到枕头，你只需要在你的-8小时时间之前在床上躺5分钟左右。如果你介于两者之间，30分钟应该是你需要入睡前在床上的安全时间。5 睡前做一些平静的事情。电脑可能是平静的，但你的大脑在黑暗时自然会让你感到困倦，所以盯着屏幕看，你会让自己保持警觉和清醒的时间超过你应该的时间。洗澡是睡前做的一件好事。让你的活动成为一种习惯。这很有帮助。6 当你开始感到疲倦时就上床睡觉。睡觉的最佳时间是当你无法停止打哈欠，觉得有必要闭上眼睛，把头躺下。如果你强迫自己保持清醒，在这个阶段结束后，你会因为疲倦而有轻微的头痛，但不再有那种想睡觉的冲动，这让你更加保持清醒。7 对你的睡觉时间要严格要求.迫使自己在睡前关闭电脑和电视。通过关闭电脑（不是显示器），你将不得不等待它重新启动，通常这就足以说服你离开电脑。把电视的遥控器扔到房间的另一边或地板上（轻轻地）。站起来打开电视似乎不值得，嗯？8 在你遵守睡觉时间一周左右后，如果你仍然感到疲倦或非常不愿意在早上起床，你可能仍然欠自己几个小时。让自己在周末的时候睡个懒觉。这样做几次，你可能就不再觉得有必要在周末睡懒觉了。这很好。这意味着你每天晚上都有足够的睡眠。如果你一直想比你的起床时间早起，那么就晚一点睡觉。有些人需要的睡眠时间比其他人少，你可能不再需要因为你的作息时间而提前一小时睡觉。9 奖励自己的自律。你每成功早睡两周，就请自己看一场电影。注意你在日常生活中，在学校里，或在工作中感觉有多好。如果你每晚的睡眠时间在8小时左右，并且在合适的时间，你可能会注意到一个

**id 215**

赢取一副限量版Motorhead耳机!所有喝啤酒的人和打仗的人都注意了：看看来自球状速度摇滚的老手Motrhead的新系列耳机，给你带来了适当的重金属名称，如The Motrizer, Iron Fist和Bomber。还有一些耳机--Overkill和Trigger--但我们将专注于罩耳式重金属罐。正如乐队自己所说，这些是 "没有软弱的、活蹦乱跳的、锡壶和瘦小的垃圾，不，那不是Motrhead的风格"。当然，它们都是黑色的，而且看起来都很相似。Motrizer（129.99）--这批产品中最重的一款--具有大功率的扬声器，为你提供流畅的低音和清晰明了的中、高频段。它们是为DJ设计的，有可转动的耳罩，可以单面收听，并且可以连接到你的智能手机，以调整音量、暂停、播放、快进和倒退等。铁拳"（99.99）在头部略显笨重，但也具有强大的扬声器，而最娇小的一套 "轰炸机"（79.99）则更轻，但根据乐队的说法，仍然是 "Motrhead-proof and tour safe; these bastards stand and deliver"。它们还具有 "Controlizer "智能手机功能。不过，主要的卖点是它们是为响亮的声音而设计的。事实上，佩戴这些是你最接近Lemmy和他的生活方式，因为如果你试图以任何其他方式匹配他的生活方式，我们在法律上有义务通知你，你会死。每套只有100个限量版的独立编号，包括铁拳耳机、乐队的独特签名信、配件和Motrhead的DVD，并装在一个钢印的飞行箱中。酷，还是什么！？

**id 216**

如何黑掉一个没有你想要的过滤器的WordPress插件 关于WordPress最好的东西，除了几乎任何人都可以编辑一个用它建立的网站之外，就是钩子。过滤器和动作钩子允许像我这样的开发者以无数种方式定制一个WordPress网站。许多好的插件也提供钩子。但不可避免的是，你会遇到一个问题，你希望一个插件有一个钩子，但它没有。你可以很好地要求插件作者添加这个钩子，也许他们很快就会添加，甚至可能在你的最后期限前及时添加。但如果你的截止日期在他们添加之前就到了呢？好吧，解决这个问题的简单方法就是黑掉插件的代码，让它做你想做的事。当然，很简单......直到他们更新了插件，你必须把你的肮脏的黑客代码合并到他们的更新版本中。也许它不再适合了。或者更糟的是：你的客户更新了插件，然后在他们的网站离线或失去销售一个月时责怪你。对，所以：简单的方法在某些时候会伤害到你，所以不要这样做！相反，要寻找方法来做什么？相反，寻找方法来做你想做的事，使用WordPress提供给你的钩子。下面是我在最近的一些网站上处理这个问题的几个方法。帖子查询钩子 当一个插件使用WordPress的帖子查询来获得他们的数据时，你可以利用WordPress的各种过滤器钩子来增强这些查询，以获得你需要的结果。在最近的一篇博文 "Sort wp-e-commerce products by category and product title "中，我展示了如何使用这种方法来改变wp-e-commerce用来建立一个页面的数据库查询，并以自定义的方式排序。那篇文章的核心内容是。使用过滤钩子'parse\_query'来检查将帖子查询标记为wp-e-commerce产品查询的条件 使用过滤钩子'post\_join'将类别名称添加到SQL查询中 使用过滤钩子'post\_orderby'来改变SQL的order by条款 我不会在这里重复代码，因为你可以在那篇文章中看到它，但它值得一提的是，当一个插件没有给你任何过滤钩子来改变它的行为时，它是一个改变如何检索帖子列表问题的一般方法：使用WordPress钩子。选项钩子 另一个我用过几次的方法，今天又用了一次，就是拦截插件获取它的选项，并在插件可以使用它们之前改变它们。通常，一个插件利用选项来驱动它的行为，而你可以通过改变这些选项来改变插件的行为。这有点笨手笨脚，但必须要这样做。WordPress的get\_option函数有一些过滤器钩子，可以让你拦截对它的任何调用，包括在它检索选项之前和之后。特别是，在函数的最后，它调用了一个过滤器，让你改变选项的值，而且它很好地调用了一个特定于该选项的过滤器！ return apply\_filters('option\_' . $option, maybe\_unserialize($value)); 作为一个例子，这里是我做的，添加一些额外的帖子来被Google Sitemap Generator排除。该插件通过调用一个名为 "sm\_options "的选项来获得其所有的选项。

**id 217**

黄金眼》。重装上阵》是我唯一从头到尾玩过的一部电影，所以那会是我的选择。不过，《血石》背后的想法非常好。再来一个这样的游戏会很棒，就像一次新的冒险。我想说《血石》几乎是普遍的共识。我并不感到惊讶，这是他们制作的唯一的原创游戏。也许如果《乌鸦》再次被选中，我们会得到一个至少与《血石》相当的游戏，如果不是更好的话。血石》绝对是。比《量子危机》更上一层楼，而且有一个完全原创的（新）情节。徒步和驾驶的混合动作几乎洗去了《量子危机》在削减了电影中的许多激动人心的动作后留下的不好的余味。你可以在《血石》中看到这一点，希腊的追车戏模仿了《量子危机》在意大利的追车戏（有些场景甚至看起来是一样的），而追船戏也在一定程度上是从电影中提取的。@Gareth00789 ，请放弃重复发帖的习惯。其他成员遵守规则，请也这样做。至于这个主题，我觉得《血石》是一个比《QOS》更好的游戏。我认为这是动视到目前为止最好的作品。对于过去几年我所看到的对动视的仇恨，我只能说。动视&gt;&gt;&gt; EA。大多数成员都知道为什么我觉得是这样的;-)我希望EA能在2006年完成《皇家赌场》，因为克雷格是我最喜欢的债券。（我拥有所有的电影，并且都看过多次，但对我来说，布鲁斯南是以前债券的所有陈词滥调，克雷格拥有其他债券的最佳元素）有一些水平艺术作品张贴在某个地方，如果《皇家赌场》2006年的视频游戏是第三人称黑暗和无小工具，那么EA将是最好的，但考虑到他们对《爱在俄罗斯》所做的事情 .....如果你在游戏机上玩，@DarthDimi，你会有不同的想法。）你错过了《万物皆空》和《夜火》的好版本。对我来说，是EA&gt;&gt;&gt;&gt;动视的一英里。我确实在游戏机上玩过这些游戏（从未玩过PC版的邦德，我也不知道我是否愿意），我仍然认为动视做得比EA好。AUF不错，NightFire也不错（关卡不错，但故事很烂），EoN实际上很不错，Rogue Agent很烂，FRWL很一般，TND很烂，TWINE N64很好，但PS1版很烂，007赛车是一个糟糕的借口，既不是驾驶游戏也不是邦德游戏。当然，动视可能在制作《COD》的复制品，但至少《COD》的游戏性是成功的，即使是重复的。如果你在游戏机上玩，@DarthDimi，你会有不同的想法。）你错过了《一切皆空》和《夜火》的好版本。对我来说，是EA&gt;&gt;&gt;&gt;动视的一英里。我确实在游戏机上玩过这些游戏（从未玩过PC版的邦德，我也不知道我是否愿意），我仍然认为动视做得比EA好。AUF不错，NightFire也不错（关卡不错，但故事很烂），EoN实际上很不错，Rogue Agent很烂，FRWL很一般，TND很烂，TWINE N64很好，但PS1版很烂，007赛车是一个糟糕的借口，既不是驾驶游戏也不是邦德游戏。当然，动视可能在制作《COD》的复制品，但至少《COD》的游戏性是成功的，即使是重复的。如果你在游戏机上玩，@DarthDimi，你会有不同的想法。）你错过了《一切皆空》和《夜火》的好版本。对我来说，是EA&gt;&gt;&gt;&gt;动视的一英里。我确实在游戏机上玩过这些游戏（从未玩过PC版的邦德，我也不知道我是否愿意），我仍然认为动视做得比EA好。AUF很好，NightFire还行（关卡不错，但故事很烂），EoN实际上很棒，Rogue Agent很烂，FRWL很一般，TND很烂，TWINE N64很好但

**id 218**

我的枪是我的，我的枪是我的，我的枪是我的，我的枪是我的。这是在MP SHIELD手枪论坛上讨论的，是Smith & Wesson MP论坛的一部分；我本周买了一把新的盾牌.40。我用它打了几个弹夹，一切正常。当天晚上，我正在干烧...这周我买了一把新的盾牌.40。我通过它打了几个弹夹，一切都很好。那天晚上，我一边看电视一边干射击，当我站起来的时候，我发现枪托断开杆躺在沙发垫上！我看了看杆子的位置，发现杆子是在沙发垫上。看着杆子应该在的地方，我可以看到弹簧还在，但里面的销子似乎不见了。我没有在任何地方找到它，它可能还在枪里，只是移位到足以使杠杆松动？在找到杆子之前，我还没有把枪顶拿下来，所以我不能说如果我拿下来会发现什么。有人遇到过这种情况吗？它应该回到S&W公司进行维修，还是我可以自己找一个销子来修理它？我明白使我的保修期失效的利弊，但这很快就会发生在Apex套件和Ameriglo瞄准器上。谢谢你的建议。有人遇到过这种情况吗？是否应该回到S&W公司进行维修，或者我可以自己找一个销子来修理它？我明白失去保修期的利弊，但使用Apex套件和Ameriglo瞄准器，这种情况很快就会发生。如果你不愿意自己修理，你应该把它寄回给S&W。给他们打电话：1-800-331-0852，应该不会花你什么钱（他们甚至可能会给你寄一点额外的东西），几周后就会回来。APEX套件不会使保修失效，S&W仍然会修复不是由APEX部件引起的问题，新的瞄准器也不会使保修失效（只是要注意那个通常会飞起来的小圆盘）。引用一下。Originally Posted by 86 slo-vo 技术上....，你不需要它。从技术上讲，你只需要枪管、钉子和锤子......所有其他的东西只是让它更安全，更容易使用。在枪械店，他们说我在拆卸时必须把弹匣留在里面，这样我就可以扣动扳机来完成拆卸滑轨（弹匣断开）。也许这种变体是加州特有的？是的，M&P系列可以像格洛克一样用扳机拉动进行拆卸，但我建议M&P按照S&W公司在手册中的规定进行拆卸；这样可以增加安全系数。如果你自己不方便修理，你应该把它寄回给S&W。给他们打电话，电话是1-800-331-0852，应该不会花你什么钱（他们甚至可能会给你寄一点额外的东西），几周后就会回来。APEX套件不会使保修失效，S&W仍然会修复不是由APEX部件引起的问题，新的瞄准器也不会使保修失效（只是要注意那个通常会飞起来的小圆盘）。从技术上讲，你所需要的只是枪管、钉子和锤子......所有其他的东西只是让它更安全，更容易使用。谢谢!很高兴知道S&W公司的保修情况。我对自己进行修理并做适当的工作没有任何疑虑。我主要是想吸取集体的经验，看看这是否是其他人所遇到的共同问题。鉴于一个零件从你刚买的组装枪中掉出来（新的），我建议把它送回S&W进行分析。他们需要了解他们的枪支自行拆卸的情况，而且你需要知道它是真正的修复。鉴于你刚买的组装枪（新的？）有零件掉出来，我建议把它送回S&W分析。他们需要知道他们的枪支自行拆卸的情况，而且你需要知道它是否真正被修复。在枪店，他们说我在拆卸时必须把弹匣留在里面，这样我才能扣动扳机完成卸下滑轨（弹匣断开）。这很可能是我今年从枪店听到的最糟糕的建议。这么多麻木不仁的人扣动扳机拆卸格洛克手枪已经很糟糕了（一

**id 219**

你有时会听到英国人把天主教信仰说成是 "旧信仰"。它的确是英国的古老信仰，古老到没有人知道它究竟是何时被带到这个国家的。我们确实知道，在英国还没有成为英格兰之前，当它还被称为英国，是罗马帝国的一个省时，就有了天主教主教和天主教会。正是在这个时候，我们的第一位殉道者圣阿尔班被处死。(他的名字仍然在伦敦附近的圣阿尔班斯镇延续着。）314年在法国召开的白羊座会议上有英国主教参加，他们写给教皇的孝敬和服从的信仍然有记录。但罗马帝国衰弱了。罗马军团从英国撤走，北海对岸的盎格鲁-撒克逊异教徒来了。他们把基督教的不列颠人赶到了威尔士的山区和西部地区。英格兰和英国人皈依基督教的工作不得不重新开始。432年，圣帕特里克开始了对爱尔兰的改造，在接下来的一百年里，爱尔兰传教士已经在苏格兰和英格兰北部工作。伟大的圣科伦巴努斯和其他许多人作为使徒走遍了欧洲。甚至意大利和法国的部分地区也因这些传教士而对信仰有了初步了解。教皇格里高利大帝派遣圣奥古斯丁，公元597年 我们尊称为英格兰使徒的人是圣奥古斯丁，他于597年由教皇格里高利大帝从罗马派遣。他的传教士从南方出发，爱尔兰的传教士从北方出发，使这个国家改变了面貌。有时会发生争吵，（自然）。但从那一天起，近一千年来，英格兰是一个天主教国家。事实上，英格兰是一个天主教国家的时间比它是一个新教国家的时间长得多。在所有这些时间里，英格兰因其对罗马的忠诚而表现突出。早在征服者威廉和1066年之前，盎格鲁-撒克逊国王就在罗马捐赠了一座名为 "撒克逊人的圣玛丽 "的教堂。一个来自英国的殖民地在那里成长起来，直到今天，圣彼得教堂周围的地区被称为 "Borgo"，这只是英语中的 "Borough "一词。一些国王在年老时辞去了王位，到罗马居住，在圣彼得教堂的阴影下度过他们最后的日子并死去。传教士也从英国出发，其中最伟大的是德国的使徒圣博尼法斯。在后来的日子里，出现了那些伟大的教堂和大教堂，它们是为弥撒和天主教信仰的教义而建造的，在这片土地上的许多城市仍然可以看到它们。宗教的改变 -- 亨利八世 事情一直持续到亨利七世国王时期，这时出现了有时被称为宗教改革的东西。当时的人们称其为 "宗教的变革"，这是个更准确的说法。这个故事是众所周知的。教皇拒绝让亨利抛弃他的妻子与他人结婚，因此亨利宣布自己为英格兰教会的领袖。当然，在英格兰有许多事情需要改革。有一些不称职的牧师和不称职的主教，尽管事实上，在英格兰，情况比教会的许多其他地方要好得多。但亨利并不关心改革。他关心的是他自己的婚姻愿望，以及对教会土地和修道院的掠夺。他召集主教们，要求他们向他宣誓，成为英格兰教会的领袖。他们不愿意这样做。他们为此辩论了好几天，但唯一坚持到最后的是圣约翰-费希尔。当这个问题被付诸表决时，主教们保持沉默。但恐惧战胜了他们，他们宣誓了。罗切斯特的主教圣约翰-费希尔拒绝了，被亨利斩首。圣托马斯-莫尔，王国的大法官，欧洲最神圣、最博学的人之一，拒绝了。他也被斩首了。伦敦的卡尔苏斯派修士拒绝了。亨利把他们饿死了。其他少数人也拒绝了，他们被监禁或被处决。王国的其他成员吓坏了，纷纷宣誓就职。出现了叛乱。4万人在林肯郡起义。叛乱被镇压了。整个国家

**id 220**

资金管理没有魔法 我每周都会收到很多信。大量的信件。其中有很多是绝对绝望的。许多我不回答的问题是我根本没有答案的问题。这里有一个例子说明我的意思。亲爱的盖尔，我遇到了严重的麻烦。去年，我每周工作55小时左右，积累了一卡车的债务。当时我并不担心，因为我在支付款项方面没有问题，现在我每周工作36小时，我正以比光速更快的速度走向破产。每周都有收账员给我打电话，我的压力大得难以想象。我有一个18岁和15岁的孩子，他们依赖我，我只是不知道从哪里开始，也不知道如何走出这个困境。如果有任何帮助或建议，我将不胜感激，因为我已经一筹莫展了！！！。如果你的工作很平淡，但你仍然无法靠你的收入生活，这应该是你的第一个线索，你的支出有严重的问题。来吧。如果你在赚大钱的时候还不能量入为出，你怎么能指望还清 "一卡车的债务"？又是什么让你认为事情会永远像现在这样？如果你的收入达到了顶峰，唯一的出路就是下降。而且你最好做好准备。赚大钱的人应该把大钱存起来，以备周期转变时使用。还有一些人选择无视他们的问题。我主要担心的是，我有一笔近4400美元的无线账单，至今已近6年。我想过要把它付清，但我想反正它很快就会掉了。后来我明白，它可能不会，现在我很困惑。现在这个小妞不那么确定债务会神奇地消失，她想让我告诉她该怎么做。为什么人们认为只要他们假装没有问题，他们的问题就会消失？如果你像这位女士一样，与服务提供商有争议，六年来的忽视并不能让你在未来的某个时间点上对收费提出异议。没有人再听了。该公司只是去做它必须做的事情，以便得到它的钱。如果你不与公司合作，他们会告诉他们所有的朋友，而他们的朋友也会告诉他们所有的朋友（我的意思是你的信用记录会很糟糕），你会发现你以任何东西而不是最昂贵的利率借款的能力受到极大的阻碍。忽视一个问题永远不会使它消失。希望这个系统对你有利--债务会消失，你永远不必处理它--是彻头彻尾的妄想。还有那些声称不想让他们的伙伴难过的人。还有那些让自己受骗的伙伴。经过10年漫长的财务问题，包括2年前清算的联合破产，我丈夫的生意失败，以及3个单独的婚姻顾问，我拼命想让我的家庭团结起来，不怨恨我丈夫。我丈夫终于决定关闭他的生意，最近开始了一份全职工作，但他还有一些商业债务需要清理。他在分享有关他的自营职业的某些信息方面犹豫不决，就在今天，我们收到了一封邮件，通知我们有一封来自税务部的个人财产留置权。我丈夫过去一直对我隐瞒某些事情，因为他不想让我难过。OMG!这里有一对夫妇，他们一直在互相玩着一个游戏。他想保护她...真的吗？她需要保护的是他不负责任的行为，而不是保护她了解真相。而她让自己蒙在鼓里，因为毫无疑问，这比让他承认更容易。我给这样的人起了个名字。蘑菇公主：被蒙在鼓里，满身都是屎。当你依赖另一个人的收入时，你会面临巨大的风险，所以你应该知道到底发生了什么。如果那个人不准备完全公开钱的来源和去向，那么你继续依赖他就是个傻瓜了。在某些时候，你需要醒过来，闻到潜伏的危险。如果你不这样做，你就是与你的伴侣勾结，保持无知。我收到这三封信

**id 221**

这是一部万物的简史，而且还相当有趣。这部史诗般的新系列纪录片既是自然历史的奇迹，也是人类历史的终极观望。显然，有很多东西需要了解，前两分半钟就把我们从宇宙大爆炸带到了东非大裂谷的早期狩猎采集者祖先，该系列片试图揭示我们一些最基本属性的起源：熟食、住宅、时尚（好吧，用骨头做的针缝制的动物皮毛）甚至宠物。美国版由乔什-布洛林（Josh Brolin）讲述，而在英国，我们得到了斯蒂芬-弗莱（Stephen Fry），在我们看来，他是解释我们如何从矛和皮到Tulisa和Twitter进化的完美权威。

**id 222**

选择死亡。我们必须讨论这个问题 加拿大正越来越接近于对协助自杀的全国性讨论。而且现在是时候了。加拿大医学会杂志在其最近的版本中，呼吁在全加拿大范围内进行辩论。情况正在推动国家朝这个方向发展。在魁北克省，尊严死亡委员会（由国民议会各党派组成）最近发布了一份全面的报告，其中部分内容建议不对帮助临终病人自杀的医生进行刑事指控。而不列颠哥伦比亚省最高法院的一名法官在6月就不列颠哥伦比亚省一名患有卢伽雷氏症的妇女的案件做出裁决，认为禁止医生协助自杀的法律是违宪的。CMAJ的社论以 "我们准备好进行治疗性自杀了吗？"为题，指出这不是一场针对法庭、律师和法官的辩论，而是针对普通加拿大人和他们在议会中选出的代理人。这就是问题所在。哈珀政府不想要这场辩论。他们不希望这样做，就像前自由党政府希望辩论魁北克法院在70年代和80年代拒绝指控堕胎提供者亨利-莫根塔尔一样。最终，他们别无选择，只能处理这个问题，但他们首先用尽了所有的法律选项来避免这样做。自由主义者也推迟了处理同性婚姻的问题，先把它逼到最高法院。这对斯蒂芬-哈珀来说有额外的讽刺意味，因为他和他的政府是司法活动主义的直言不讳的批评者，正确地指出社会政策是议会的职权范围，而不是法院。但是，当政府害怕处理重要的社会政策问题时，这怎么能行呢？民意调查证实，大多数加拿大人赞成临终病人有权利结束他或她的痛苦。但是，在这个问题上缺乏公共政策，这意味着没有正式的培训，而且对于赞同这一观点并希望提供帮助的医疗从业人员来说，还面临着法律诉讼的威胁。这里没有完美的结果。在尊重临终者的愿望和需求之间取得平衡将是一个巨大的挑战。医学的第一条规则是 "不伤害"。使辅助自杀合法化存在固有的风险，包括在残疾和发育问题的情况下被滥用的威胁。但非常核心的问题是明确的：当一个人濒临死亡时，当他们的生活质量已经恶化到他们不希望继续下去时，是否应该有一些不违法的途径？我们不需要重新发明车轮，因为其他国家包括瑞士、荷兰和比利时都有安乐死的社会政策。我们不打算知道关于这个关键问题的全国性辩论的结果，但显然现在是解决这个问题的时候了。

**id 223**

编辑的博客。失落的人性18》后遗症 首先，我要向Eurogamer的读者道歉，因为直到现在我还没有说过关于我为什么在上周编辑Rab Florence的专栏。我没有说什么的原因有一堆。一个原因是，从拉布的专栏中删除段落是我在五年的网站编辑工作中不得不做的最令人沮丧的事情，我仍然没有克服它。另一个原因是，当时的情绪太原始了，无法进行有用的分析和反省。最后一个原因是，我希望这个专栏仍能为自己说话。然而，现在事情已经平息了一些，似乎有两个主要反应，我想解决这两个问题。第一个是，很多人想知道更多关于我为什么要做这些改变并发表道歉声明。答案是，劳伦-温莱特威胁我们要采取法律行动，并明确表示她不会退缩，这时我们听取了法律意见，并最终决定删除这些段落。这不是一个我轻易做出的决定。我在网上看到的对这一行动的一个反对意见是，没有诽谤。我只能说，我们收到的建议意味着，删除违规文字并向劳伦道歉是正确的行动方案。我们还考虑到，这篇文章并不是真正关于她的，而是关于我们所有人的，而且我觉得编辑过的版本并没有改变拉布的意思。第二种主要反应似乎主要来自于在游戏行业工作的人--反正我的推特上到处都是这种反应--那就是很多人想忘记整个事情，继续前进。他们说，这只是视频游戏。它不像这一切那么重要。好吧，我不想向前看。它很重要。而且我不想继续下去，原因与我当初发表拉布的专栏一样。我相信他说的有很多道理。当我第一次邀请拉布为Eurogamer做专栏时，是因为我知道他是一个热爱游戏但不是游戏记者的出色作家。我希望他每周能挑出一个我没有思考过的话题--或者思考得不够--并让它引起更广泛的关注。我希望他能对权威说真话，提出未被问及的问题，并迫使我们更努力地思考我们所做的事情，使我的生活更不舒服。拉布做了所有这些事情。最终成为他最后一个专栏的《一桌多力多滋》就是一个很好的例子，我不希望拉布的原始观点在杂耍中被错过。拉布的原始观点，正如我作为他的编辑所理解的那样，并且在此基础上我认为他的专栏值得发表，那就是游戏记者都有一点妥协。不是很严重。但有一点。我们需要更多地思考这个问题。在Eurogamer，我们在幕后谈了很多道德问题，但我们谈的够多吗？可能还不够。为了完成我们的工作，我们都与从事游戏的人建立了关系。我们都收到过免费的东西。我们接受这些东西，因为它们是我们报道游戏的一种手段，但我们怎么能知道它们不会影响我们？我发表这个专栏并不是因为我认为Eurogamer比其他所有人都好。我发表它是因为我认为我们都是差不多的，我们都应该比我们更多的去思考这些东西。我想我们没有这样做的原因是，它已经成为我们职业生活的墙纸，我们很容易忘记它的存在，只是继续做事情。上周之后，我担心我们的集体反应会是，"哦，不，人们不喜欢墙纸--让我们把它涂掉吧。"我宁愿剥掉墙纸。这不可能在一周内完成，但它可以做到。这将使网站整体上更好。除了其他事情，毫不夸张地说，在过去的几天里，来自Eurogamer以外的人对我发表拉布的专栏大呼小叫。这对很多我在过去13年里逐渐认识和喜欢的人来说是非常不受欢迎的。我将不得不永远看着他们的眼睛，而一些

**id 224**

如果这是你的第一次访问，请务必点击上面的链接，查看常见问题。您可能需要先注册才能发帖：点击上面的注册链接即可。要开始查看信息，请从下面的选择中选择您想访问的论坛。"这个国家没有空间给连字符的美国人"？这个国家没有空间给连字符的美国主义。当我提到连字符的美国人时，我指的不是归化的美国人。我所认识的一些非常好的美国人是归化的美国人，在国外出生的美国人。但一个连字符的美国人根本不是美国人。在连字符前加上 "本土 "的人和在连字符前加上德语、爱尔兰语、英语或法语的人一样，都是如此。美国主义是一个精神和灵魂的问题。我们必须纯粹地效忠于美国。我们必须毫不留情地谴责任何持有其他效忠对象的人。但是，如果他衷心地、单独地效忠于这个共和国，那么无论他在哪里出生，他都和其他人一样是个好美国人。使这个国家毁灭的一个绝对确定的方法，防止它继续成为一个国家的所有可能性，就是允许它成为一个争吵不休的民族的纠结，一个由德裔美国人、爱尔兰裔美国人、英裔美国人、法裔美国人、斯堪的纳维亚裔美国人或意大利裔美国人组成的错综复杂的结，每个人都保留着自己独立的国籍，每个人在内心深处对该国籍的欧洲人比对美国共和国的其他公民更感同情。那些不成为美国人而不成为别的人的人是连名的美国人；在这个国家不应该有他们的空间。那些自称是美国公民，但却以自己的行为表明他主要是一个外国土地的公民的人，在我们的政治生活中扮演着一个完全错误的角色。他在这里没有地位；他越早回到他真正心向往之的土地，对每个好的美国人来说就越好。西奥多-罗斯福在纽约市哥伦布骑士会的讲话--1915年10月12日 这是绝对正确的，它恢复并呼吁回到 "上帝之下的一个国家"，作为指导国家的最高指导和力量。在1915年，人们从未想过或梦想过美国会成为今天这样一个社会主义国家，人们指望政府作为他们的假神来拯救他们，今天的社会保障没有资金，政府通过借贷来维持其虚构的经济体系，以保持对人民的控制，或者人民被压迫为奴隶，大量的债务悬在他们的头上，扼杀了国家的所有资本主义意识。1915年，美国人永远不会接受他们的祖先和他们自己逃离欧洲的事实，即少数人拥有所有的王权，其余的人成为奴隶，他们的孩子会让美国变成今天这样一个社会主义国家，藐视上帝和对他人的慈善，现在要拥有他人，支配他们，控制他们。今天富人对穷人的报复战争，他们纵容自己的战争。在1915年的任何地方，人们都不会允许他们选出来的人对他们不负责任，也不会允许他们选出来的人通过军事力量维持今天的恐怖状态，而这种恐怖状态是以他们作为纳税人的代价而存在的。对不起，霍肯，但是allzero喜欢把完美的主题搞得一团糟。他和其他mooselimb假月神崇拜者就是不能让以色列拥有那一小块地产。他们不能生活和让生活。他们更喜欢贫穷、苦难、战争，喜欢用炸弹背心自杀的方式，把他们的女人当作牲口，喜欢愚蠢的伊斯兰教法。让我们继续进行一些明智的讨论。我们昨天了解到，去年米特-罗姆尼以1400万美元的收入缴纳了190万美元的税款--并向慈善机构捐赠了400万美元。前年，他赚了2160万美元，交了300万美元的税，还捐了300万美元给慈善机构。因此，回顾一下。在过去两年中，米特-罗姆尼缴纳了近500万美元的税款，同时捐出了700万美元。而且，正如他所说

**id 225**

最近，Q-Side举办了一个受总统选举启发的节目，前MTV人物Quddus对不同的说唱艺术家进行了演讲，包括Big Sean和RZA 。RZA谈到了被禁止投票的问题，他说："总统给我们的运动，你知道上任，是如此的振奋人心，它代表了我们国家（的）更好的形象。实际上我个人并不投票。我在一个特定的名单上。你明白吗？看看吧，我爱这个国家吧。当我离开时，我到处旅行，我代表美国。当我回来的时候，即使在中国呆了150天，他们总是把我带到后面的房间。超过100次，我被带到后面的房间，检查，他们说我被标记了。而我经历了所有的事情，把我的名字从国旗上拿掉。他们说，'不，你被标记了'"。尽管自己不能投票，但RZA鼓励其他美国人在选举日出来投票。"是的，如果我可以，我会的。我建议人们无论如何都要投票。如果你有声音，让你的声音被听到。我的妻子也投票。因此，当涉及到我们的政治理念时，她是我们家庭的声音。她就是那个声音。"大肖恩还谈到了一些选举问题，为巴拉克-奥巴马到目前为止的工作进行了辩护。"嗯，我认为人们需要真正关注事实，而不是哗众取宠，谁看起来更有魅力，"肖恩说。"他们指出了很多关于奥巴马和他所做工作的伟大事实。很多人讨厌他，给他松懈，但说实话，我觉得他真的在扭转这个国家。甚至从一开始，他就说他的计划是一个十年计划......另外，作为说唱游戏中的一员，我觉得我们有责任不一定要参与，但有时要触及人们大量参与的问题。"

**id 226**

搜索 Lasoo 没有什么比一个野餐篮和一瓶冰镇葡萄酒更能表达夏天了。夏天的野餐对于那些想要一点点浪漫的情侣来说是非常好的，或者对于一个家庭来说，可以让孩子们在外面玩耍，而不需要花费很多钱。我们为你的下一次野餐制定了一份检查清单，供你使用。检查表。时间：如果天气很好，你就会成为赢家。这就是为什么大多数野餐往往是即兴的--你起床后，如果天气好，你就会出去野餐！如果你愿意冒险，你就会去野餐。如果你愿意在天气上冒险，提前安排一次野餐会非常有趣。你可以协调你的日程安排，找到一个适合每个人的日子和时间，你也可以在之前看一下天气预报，避免下雨。地点。野餐的有趣之处在于，你可以在从后院到海滩的任何地方进行野餐。理想的地点是有阳光和阴凉的地方。如果你是在进行一次浪漫的野餐，你也可能喜欢去风景优美的地方。在你的地区研究当地的景点，你甚至可能遇到一个隐藏的宝石。毯子。一个耐用的桌布或毯子可以用来在地上准备你的桌子。有时地面可能是湿的，所以要带一块塑料篷布放在毯子下面。确保你的区域没有杂物和虫子。如果你有孩子，你可能想检查一下这个地方对他们来说是安全的，可以到处跑。野餐篮子。你将需要一些东西来放置你想要的物品。带上一个砧板，几把好刀，叉子，塑料盘子和杯子。一个建议是在野餐篮子的底部铺上毛巾或塑料，以接住沿途的任何溢出物。野餐食品。最好的野餐食品是简单而美味的。选择能保持良好和清爽的食物。水果在轻快的散步后很清爽，而且能满足对甜食的渴望。三明治和沙拉也是午餐的好选择。把较重的东西放在下面，较轻的放在上面。野餐的最大好处是它可以相对自发地进行，是利用阳光灿烂的天气的一个好方法。野餐愉快!

**id 227**

2010年12月22日 人口：我们必须进行的对话 本月高等法院对寻求庇护者离岸拘留处理的裁决以及移民部长克里斯-鲍文对技术移民计划接纳的修改，将在我们的政治领导人之间展开另一场尖锐而混乱的对话，这将再次使澳大利亚人在人口政策这一关键问题上感到困惑和分裂。澳大利亚社会还没有就我们的人口问题达成共识。各国政府没有向我们解释我们的人口将是什么样子以及为什么。如果没有这种共识，政府将很难执行政策，如应对气候变化和使用水，而这些政策本质上依赖于资源的配给。在过去的五年里，我在全国各地就这些问题开展了焦点小组讨论，这让我看到了那些试图拉动政策杠杆的人与普通社区之间的巨大鸿沟。财政部为即将上任的政府准备的简报要求人口强劲增长。商业界也同样希望看到人数的增加。这与我在全国各地看到的社区态度形成了鲜明的对比。与澳大利亚人交谈，你很快就会意识到，当你未能解释为什么家庭数量在增加时，要建立对家庭用水限制的支持是多么困难。当我们的政策设置正在年复一年地增加能源消费者的数量时，要求澳大利亚人减少能源消耗也同样困难。我们的政治家在很大程度上是自作自受。2010年，"人口问题 "被提出来，揭开了一个多年来一直在悄悄酝酿的问题的盖子，但却非常激烈。政治家们在人口问题面前卑躬屈膝是政治上的权宜之计；我们显然面临着 "和平入侵"，需要 "喘口气"，减少我们的人口摄入。在我竞选期间的小组中，怀疑的态度是显而易见的：一些社区经历的问题被归咎于移民的增加，这些问题是长期存在的，不会因为停止移民而得到解决。在一些社区，就业、学校、道路、犯罪和社区标准被认为已经被人口增长远远超过了极限。当涉及到移民问题时，社区的担忧分为两类：基础设施和价值观。当涉及到规划时，有一个广泛接受的观点，即政府已经在车轮上睡着了，没有建立支持我们社区所需的基础设施。无论这种观点是否有道理，它都是普遍存在的。这对试图解决资源分配问题的政府的影响是显而易见的，因为它具有腐蚀性："如果你现在不能为我们提供服务，我们怎么能相信你在未来为更多的人提供服务？政府有很多工作要做，以赢回这种信任。谈到价值观，人们对新移民来到澳大利亚时带来的价值观和现有澳大利亚社区价值观的复原力表示担忧。尽管这些担忧是如何被表达出来的，但其中许多并不是种族主义。当然，是出于无知，但不是种族主义。以我最近的一些小组参与者为例：退休的挖掘机为他在东帝汶 "解放 "的人民的勇气和尊严感到自豪，但同时又说他已经受够了 "毛巾头 "来到他的国家。还有一个即将退休的蓝领工人，他收养了一个年轻的原住民女孩，正用他的退休储蓄支付她的私立学校费用，却想把票投给宝琳-汉森，因为 "她对移民有一些好的想法"。由于无法清楚地阐述支持和反对移民的论点，选民们倾向于他们在媒体上听到的简单想法--"澳大利亚，要么爱它，要么离开它 "是一个常见的说法。这也是政府沟通的失败。在全国范围内，政治家们不仅没有沟通抵达澳大利亚的人数，而且没有沟通这些抵达者的构成：技术工人比家庭团聚抵达者更多，以及相对较小的人道主义计划，其中大部分是离岸安置。许多澳大利亚人对到达这里的人数和他们得到的政府援助水平有夸大的想法。在缺乏政府沟通所造成的真空状态下，人们的怨恨不断增加。自霍华德时代以来，多元文化主义已不再是政治时尚。但是，正是通过庆祝澳大利亚通过聚集新移民的各种文化所取得的杰出和不寻常的成功，才有助于社区为更多的移民提供空间。澳大利亚人同意，从长远来看

**id 228**

CIO必须有一个位于英格兰或威尔士的注册主要办公室，所有CIO都必须向我们提交年度报表和账目，无论CIO的收入如何。 CIO必须保存一份成员登记册和一份受托人登记册--任何人都可以要求查看或提供其副本。受托人登记册 CIO的章程必须包含某些条款--我们制作了两种章程范本供CIO使用，一种适用于成员不一定是受托人的CIO（协会范本），另一种适用于唯一成员是受托人的CIO（基金会范本）。 CIO章程的修订在向我们登记之前不会生效--某些修订需要我们事先同意

**id 229**

主菜单 我看着它升上天空 我出生时穿的不是女孩，也不是珠宝--Anthony & the Johnsons (spiralling) 他们让我觉得我们本可以拥有一切--Adele (rolling in the deep) --今天我珍惜空间 我思考的空间，我写作的空间 我存在的空间 最近我一直无法入睡，在我脑海中翻转问题，质疑我在今年以后的生活中会做什么，没有什么是确定的 你必须勇敢地拥抱不确定性 我正在努力做到这点。她不喜欢牛奶，我自己最大的敌人就在我的脑海里，质疑每天的每一句话，猜测每一个决定，后悔每一个错误，她是我脑海里的一个怪物，把深蓝色的墨水洒在我的思想周围的水坑里，把它们弄脏。这些污点不容易洗掉，我自己最大的敌人从来不让我睡觉，她说，再来一次，她说，再来一次。有一天，我醒来，做出了一个选择，尽管我自己最大的敌人的墨水溢出来，但我的桌子上的恐龙提醒我想象是多么重要，虽然我需要三天时间来适应这种变化，但它发生了，我告诉他永远再见，我捡起我房间周围的衣服，干净的空间。我烘烤、做饭、听音乐，我的心灵再次感到平静，因为在一天结束时，尽管有墨水，因为有墨水，我就是我，别人对我的看法并不重要，因为尽管他们怎么想，我选择不做自己最大的敌人，而是做自己最好的朋友。干得好，Huni。你在空间方面做得很好--我真的很喜欢。 P.s. 你的很多诗歌都与我有关，这首诗感觉你完全读懂了我的想法。我们真的需要对自己好一点，不是吗。非常感谢你的评论。我无法告诉你，听到别人从我的诗中得到了什么，这对我意味着什么。是的，我们确实需要对自己好一点......我记得当我正在经历一段困难时期时，我的一个好朋友告诉我 "对自己好一点"。我一直记得这句话。新的外观非常好，我真的很喜欢在生活中有一些诗歌。心灵的食物是如此重要，我真的很想念它，直到我在博客上遇到你。非常感谢你的分享。我也同意，不要成为你 "自己最大的敌人 "是非常重要的。一旦你学会让内心的声音安静下来，就会出现很多和平。

**id 230**

For A Moment Lyrics Ron Sexsmith 有那么一刻，我发誓我知道我要去哪里 有那么一刻，我在我的房间里跟着音乐走 永远不知道它是否要去哪里 我可以在上面的天空中听到它 在我下面的街道上 我可以在爱的歌曲中听到它 只是足以让我看到某处有光。有那么一瞬间，太阳照进我的眼睛，我被蒙蔽了，有那么一瞬间，但现在我再看，当它似乎一切都失去了，我找到了它，或者它找到了我，反正我可以在上面的太阳里看到它，在我下面的草地上看到它，在我爱的人身上看到它，就足以告诉我，有一盏灯在哪里，有那么一瞬间，我可以在我爱的人身上看到它，就足以告诉我，有一盏灯在哪里。

**id 231**

有了方向，你可能还想知道旅行时间，你可以找到从巴瑟斯特到莫里塞特公园的旅行时间。这将帮助你估计从巴瑟斯特到莫里塞特公园的车程时间。需要在一个单一的视图中获得上述所有信息来计划您的旅行吗？查看如何从巴瑟斯特到莫里塞特公园旅行。帮助自己更好地计划从巴瑟斯特到莫里塞特公园的旅行。

**id 232**

学院为《卫报》的 "六本最佳法律书籍 "做出贡献 《卫报》法律版公布了一项投票结果，以确定未来学生应该阅读的最佳法律书籍。 读者选出的书中有两本是由学院成员撰写的。排在宾汉姆勋爵的《法律规则》之后的是尼克-麦克布赖德的《给一个法律学生的信》。来自《卫报》。""亲爱的山姆，我希望你不要介意我以这种方式给你写信......"唯一获得与宾汉姆一样多的提名的书是《给一个法律学生的信》，作者是剑桥大学彭布罗克学院的研究员和主任。殷勤、权威，即使在亚马逊也很难打折，它知道自己的读者--那些已经有地方读法律的人被建议跳过前几章"。由朗文出版的《给法律学生的信》是在大学学习法律的权威指南。它充满了建议，旨在将学习法律这一通常令人生畏的任务变成一种愉快和刺激的经历。同时，阅读《给法律学生的信》将有助于任何正在考虑在大学学习法律的人决定攻读法律学位是否是他们的正确选择。"南安普顿大学讲师马克-特尔福德（Mark Telford）等人推荐的《法律怎么样》以引人入胜的细节描述了法律的各个领域，但在实际建议方面却不那么积极。本书以17岁的劳拉在父母外出度周末时举办的狂野派对的法律意义开篇"。大多数考虑学习法律或从事法律职业的年轻人对学习法律的内容以及大学如何向学生教授法律知之甚少。本书为法律研究提供了一个 "尝鲜 "的机会；对法律作为一个学术科目进行了简短、易懂的介绍，旨在帮助17和18岁的学生和其他人决定法律是否是他们作为大学科目的正确选择，或者，如果他们已经做出选择，当他们开始他们的法律学位时，会有什么期待。它有助于回答 "我在大学里应该学什么 "的问题，并反对认为法律是一个枯燥无味的学科的看法。本书展示了法律研究如何变得有趣、具有智力刺激性和挑战性，并与学生直接相关。本书采用案例研究的方法，向未来的法律学生介绍了法律体系，以及法律推理、批判性思维和论证。这是一本应该放在每所设有六年级的学校、每所学院和每所大学的图书馆里的书，也是任何即将开始学习法律的学生在开始他们的法律学习之前应该阅读的一本书。所有的作者都有在剑桥和其他地方教授法律的长期经验，并且都在不同时期参与了在开放日和招生会议上为未来的法律学生提供咨询。参见本书的详细网站：www.whataboutlaw.co.uk 。

**id 233**

成功购买房地产的顶级技巧 许多房主担心他们的房产的长期价值。他们担心，当他们选择在20年或30年后出售时，房子是否会更有价值，而不是价值下降。下面的文章包含了一些关于买房过程中各方面的有用提示和建议。抵押贷款公司通常会收取最低的首付款，你要确保你能全部支付。如果你不能处理抵押贷款公司要求的最低限度，你可能被迫支付包括私人抵押贷款保险（PMI率）的费率。PMI政策将要求你通过支付更高的保费来向银行证明你的可靠性。在选择中介帮助你找房时，要问他们在该地区居住了多长时间。一个对该地区比较陌生的经纪人不会像在该地区居住多年的人那样熟悉道路、社区、分区和预计增长。理想的情况是，你想要一个在同一个镇上生活和工作了十年以上的经纪人。如果新的潜在出租物业有花园，一定要向房东询问。有些租房要求租户进行庭院工作。其他地方则将此列入月供。市场价值监控预抵押品。在你能够花大量时间寻找投资机会的情况下，你可能要给预止赎房产看一看。那些处于预取消抵押品赎回权的房产，由于拖欠款项，有可能被从业主那里夺走。你可以从任何贷款人那里获得潜在的预取消抵押品赎回权的清单，或者你可以打广告说你以现金购买房屋。找到目前正在支付贷款的人，如果符合市场价值，就出价高于他们的还款额数千。这对你来说将是一个很大的便宜，因为大多数人不欠房子的全部市场价值。花点时间仔细测量你非常有兴趣购买的房子。你要确保房主列出的面积与公共记录实际相符。如果这两个数字相差不到100平方英尺，那么你需要找出是谁的错误，是你的还是他们的。你需要确保你了解当地的住房市场情况。查看包括City-data.com在内的网站，了解法拍屋、销售价格中位数、住房积压情况以及你的邮政编码内住房的平均上市时间。你可能想要调查的其他事情是当地的失业率、收入水平和学校。一个好的位置和好的产品可以使你在上面，即使趋势是下降的。要价应该只是一个指导原则。如果你的报价是合理的，并且经过了充分的研究，你可能会对你能节省多少钱感到惊讶。如果你和卖家讨价还价一番，你可能会达成一个让你们都满意的售价。如果你要买一个你将独自居住的房子，让一个朋友和你一起去是个好主意，特别是如果他们有一些买房的经验。这可能对你有好处，因为那个人可能会注意到一些你本来会错过的东西。请他们也参与到这个过程中来，向房地产经纪人提问。在购买房屋时，必须对抵押贷款的条款有一个全面的了解。了解你的月度按揭付款是如何被你的按揭长度所影响的，以及对整个贷款期的总成本的影响，将有助于清除以后的任何困惑。如果你有兴趣购买部分或全部建筑物来容纳商业运作，请核实它是否位于一个好的区域。在一个犯罪率高、建筑破旧的地区开展新业务，不会为你赢得很多客户。问问你的房地产经纪人，哪里才是理想的开店地点。在购买房产之前一定要做足功课。不要因为你认为价格有趣而跳过一笔交易。你最终只会损失金钱。在花钱买东西之前，要询问房产所处的地区，该地区的犯罪率有多高，房产有多老等等。不要为你的景观地段支付高额的保险费。景观可能对下一个买家来说并不值得。这将使你损失一大笔钱。你可以因为喜欢看风景而买房，但你不需要支付过高的价格。如果你想买的房子被评估，请接受一个有不少于五年经验的评估师。你还应该

**id 234**

有了这些照片，回过头来看我长了多少，真是太好了。我很高兴我穿了同样的衣服，这让我更容易比较。我甚至把相机放在同一个地方，这样我每张照片的角度都是一样的。这很可爱，也证明了为什么凸点照片是如此特别。等到美丽的女孩长大了，自己也怀孕了，再给她看这些照片（抱歉，这么早地跳到了未来）会很了不起，特别是如果你能鼓励她也这样做，那么你们就可以进行比较）我对你的凸点一直这么高感到惊讶。而我的肚子在大部分时间里都在膝盖附近。xx 多么可爱的帖子和一个伟大的故事--我喜欢Splodge在40周之前来到这里，这样你就可以和她拍最后一张碰撞照片。怀孕肯定是最令人惊奇的事情--有时我大多数时间都在捏自己，因为有一个奇迹在我体内生长。到目前为止，我的怀孕情况非常相似--除了这次我的个头大了些，疼痛也多了些，但在生病等方面都是一样的。我上次没有烧心，现在也没有。我的肚脐没有跳出来，只是消失了，所以看起来我根本就没有肚脐。我上次和Mads的时候有黑线，但是根本没有进一步的进展，所以看看我和Bug是否有黑线会很有意思。我记得当我拍第38周的照片时，我想我真的不想在第40周拍照片。但我不得不说，第40周是我最喜欢的一周！！！。她来的正是时候，祝福她。我看到另一个博主做了一个类似的照片拼贴，上面有他们的宝宝凸起。我的丈夫和我正在考虑再要一个孩子，我很好奇与我的第一次怀孕相比，这次怀孕会如何进行。

**id 235**

根据一个同性恋者的说法：如何在多伦多举行篝火晚会 多伦多岛和杜弗林森林等公共公园给你一个机会，在这个冬天尝试一些真正不同的东西。 与一个特别的人拥抱在一起的浪漫和感性的感觉，或者在朋友之间做一个S'more的交流。多伦多岛 多伦多岛是一个寒冷的女主人。岛上总是比多伦多的任何地方更冷。准备好在比市中心更粗糙的地形上度过一天。这是真正的地面，而不是跑道。穿衣要考虑功能而不是时尚。换句话说，多穿一层。把羊毛袜和保暖内衣拿出来。如果你是一个懂得如何使用火焰的厨师，那么这就是一个展示这些技能的好地方。无论是牛肉还是素食，当火焰烧到它们时，它们的味道会更好。要想办理相关手续，请联系许可证办公室。这个来自Yelp的链接是我能找到的最好的解释，在讨论费用和保险问题时，我可以预期到什么。在岛上举行篝火晚会并不便宜，也不容易。但它是一个伟大的背景，可以让你远离这一切，并且仍然可以乘坐公交车。以下是地图，让你开始计划你的离家冒险。Dufferin Grove 有两个选择。支付20美元，确定一个时间和日期，在其中一个冬季场地露营。你带着木材。拉巴高级食品公司是市区木材的一个好选择。其他东西都提供。由于这是一个社区篝火晚会，任何人都可以走到谁的场地上。作为在营地的人，你承担的是公园的工作。 有两个火场位于正确的位置。它们可以看到 "公园主干道"。 就公园而言，杜芬森林有其自身的起伏。这确实取决于在任何特定时间谁在公园里。狗被摘下皮带，恋人接吻，篝火让人们更加亲密。你的第二个选择是心血来潮地做这件事。 选择一个周六或周日，看看是否有滑冰或生日聚会。你可以加入已经在进行的篝火活动。制作S'mores 在篝火上制作一个简单的食物，就是S'mores。有一种素食的选择，也有传统的选择。两者都需要锡纸和一个 "棍子"。一个拉直的铁丝衣架就可以了。传统的方法很简单。它有两块格拉姆饼干，一块棉花糖和一块牛奶巧克力。唯一的区别是如何在火上 "烤 "它们。把一个大棉花糖放在棍子的末端，看着它燃烧。当你把它放在格雷厄姆饼干之间碾碎时，粘稠的中间会很热。我发现位于布卢尔街588号的Panacea是一个寻找素食产品的好地方。乐于助人的店主Ken有一些即使是非素食者也会为之疯狂的食物。"Dandies "是一种装在大袋子里的气胀式糖果。它们比传统的同类产品要甜得多，而且要小得多。糖弥补了产品中缺乏防腐剂的缺陷。你可以在商店后面的冷藏区找到。为了组装素食版本，有一个转折。由于某些原因--我不知道为什么--素食格拉姆饼干不存在。相信我，我查过了。相反，试试这个。"玛丽饼干巧克力曲奇 "相当美味，而且足够坚固，可以容纳一个融化的 "丹迪"。把 "丹迪 "放在两块饼干之间，你就可以去融化了。制作传统的斯莫尔与素食版本之间的唯一区别是帐篷。将4或5个S'mores放在一张宽大的锡纸上。把所有的边都集中到中间，做成一个三角形的 "帐篷"。再用一张长的锡纸，把整个 "帐篷 "包在你的棍子上。这样就能固定住它，你可以把这个悬挂在篝火上。不要花太长时间把它带离火堆。在品尝之前，让 "帐篷 "里的蒸汽慢慢排出。顺便说一下，伙计们，做这个作品的研究太难了！！。研究、制作和食用这些作品是一件苦差事，但也是一件美味的事。希望你在这个冬天过得愉快

**id 236**

用一根绳子打开链锁 你是否曾跌跌撞撞地回到酒店房间，却发现你的室友已经上床睡觉了，并把链锁锁在门上？当你怎么敲门都进不去的时候，你可以用一根绳子或牙线来打开链锁。你需要大约一米长的绳子，这样才能发挥作用。先把绳子的一端绕起来，然后尽可能地打开门。用你的手指将绳子绕在链条上。将绳子的另一端拉到门框的顶部，然后解锁门。你也可以使用前面提到的橡皮筋方法，或者如果是条形锁，你可以使用一个信封。像往常一样，这并不是要闯入别人的房间，而是在你被锁在外面时进入自己房间的好方法。点击 "Yumiverse的秘密"，有一个方便的信息图，让你了解每种方法。分享 标签 讨论 OK...首先，这个人显然是在假装是小偷，因为他戴着手套......这是一个演示，为什么他还要戴着手套呢？第二......这在去年已经在LH电视台播放了至少三次......所以再一次......为什么？

**id 237**

华尔街出现更多摇摆，但美国比欧洲更好 市场对巴拉克-奥巴马总统在美国总统选举中获胜的反应令人惊讶，因为你考虑到上周二没有什么真正的变化--同样的人在椭圆形办公室，同样的参议院和众议院的权力平衡，同样的挑战清单，当然，最重要的是即将到来的 "财政悬崖"。汤姆-史蒂文森说，当你考虑到没有什么真正的变化时，市场对巴拉克-奥巴马总统在美国总统选举中获胜的反应是令人惊讶的。华尔街股价的急剧下滑和对国债安全的抢购反映了投资者在同一时间内评估多件事情的困难。只有当结果很清楚时，人们的想法才明显转向更多相同的事情可能意味着什么。投资者担心美国市场的短期前景是对的，尽管我认为长期前景是积极的。在我看来，美国仍然是一个比欧洲更好的赌注，最近的摇摆并不能改变这一点。在接下来的几个月里，"财政悬崖 "谈判将主导人们的情绪，避免在1月份自动削减开支和增加税收只是第一个障碍。进一步提高债务上限是2011年夏天引发市场动荡的问题，将需要在3月前完成，而美国政客将这些事情进行到底的能力意味着两党的争吵很可能会持续到2013年第一季度。另一个问题是股息和资本收益的税率会如何。奥巴马先生提议将高收入者的股息收入税从15个百分点大幅提高到近40个百分点，并将资本利得税的增幅降低，但仍有意义，瑞士信贷估计这可能会使标准普尔500指数的公平价值降低约5个百分点。这是因为美国股市的三分之一是由年收入超过20万美元（12.5万美元）的个人拥有的。与财政悬崖一样，现实情况是，最坏的情况不太可能实现，将达成妥协，但从边缘来看，与投资有关的税收将成为明年市场的一个负面因素。持续的不确定性不仅是对投资者情绪的负面影响。来自第三季度财报季的传闻表明，在前景更加明朗之前，公司老板们正在推迟招聘和投资决策。资本支出的下降趋势证实了CEO们对股东们的说法--不确定性正在对经济产生实际影响。当然，这已经被充分理解，可以说已经被定价了，所以投资者不应该忽视这样一种可能性，即财政悬崖的任何形式的解决，或推迟6或12个月的措施，都可能导致情绪的快速回升。这不仅有利于美国公司，也有利于许多与美国有联系的欧洲企业。在英国上市的公司中，有一份相当长的名单，其中至少有30%的销售额来自美国--如史密斯集团、WPP、千禧国敦酒店和培生。另一个看好美股的理由是，奥巴马先生的连任避免了一些问题，如果米特-罗姆尼入主白宫，这些问题可能会成为阻力。如果罗姆尼给中国贴上货币操纵国的标签，就像他在担任总统的第一天就威胁要做的那样，那么报复的威胁就会非常真实。奥巴马先生的回归也支撑着美联储的宽松货币政策，这显然是对股票的主要支持。事实上，我认为，正是货币刺激政策和财政政策的独特结合，为美国的可持续复苏奠定了基础，房价上涨和失业率的缓和已经开始证明了这一点。自四年前股价开始复苏以来，它也支撑了美国市场的优异表现。其中一些因素现在体现在价格上--标准普尔500指数的交易价格约为明年预测收益的14倍，与英国和欧洲相比溢价不大，与中国相比溢价很大--但不是全部。短期风险是，随着投资者锁定较低的税率，资本利得税的预期增长可能导致一些年底的抛售。再加上财政悬崖谈判造成的波动，投资者可能会发现他们在未来几周内有一些有吸引力的美国市场进入点。汤姆

**id 238**

Sync routes does not appear to work 我已经更新了我的路线文件，并尝试将路线从我的笔记本电脑 "同步 "到云端，然后再从云端拿到我的桌面上。 这似乎并不奏效。 我在桌面上的路线文件没有得到更新。 我也试过用不同的文件以另一种方式进行，但也不起作用。 我是不是做错了什么，还是有一个已知的问题？评论 Graham Hughes Anquet Community 嗨，Michael，我会让我的一个工程师来看看这个问题。 Graham July 18, 2012 13:01 fcrump 看起来，任何新出现的 "文件 "都会被同步到其他电脑上，仅此而已。- 如果你改变了一条路线，它似乎不会被同步到其他电脑上 - 如果你删除了一条路线，它似乎也不会被同步到其他电脑上。另外，如果你从电脑上删除所有本地文件（可以说是在幕后）并重新同步，好消息是所有曾经同步过的文件都被下载了。坏消息是，任何你同步后删除的文件都会出现，而且没有任何迹象表明它们被删除。总而言之，我看不出云同步有什么用处。2012年7月22日 16:17 Graham Hughes Anquet Community 嗨，Frazer,Michael，你介意和我们分享你的数据吗，这样我们可以尝试进一步诊断你的问题？我们目前的假设是，有些数据没有进行同步，也就是说，用户创建的本地数据没有在同步时被推送到Anquet云端。 仅仅看Anquet云，并不能告诉我们什么或为什么有些东西没有从你的电脑上同步到云端。 因此，我们真的可以从一些有同步问题的用户那里得到一些 "本地数据"。为了帮助我们追踪你的问题，你是否介意将你的本地数据作为一个压缩文件提供给我们看？ 如果是这样，请按照下面的说明。打开Windows资源管理器（Windows键和E），在顶部的输入栏中输入%programdata%，然后点击回车，你现在很可能在一个目录中。C:\ProgramData（这通常在操作系统中是隐藏的，因此需要进行第二步）。双击 "Outdoor Map Navigator "目录 你现在会看到一个带有长数字的目录（这是你的用户ID），进入该目录 你现在会看到一个目录 "Anquet Connect" - 你的用户数据在这个目录中。同样无法同步 - 我已经把压缩的Connect文件发到支持部门。2012年7月24日 14:43 Graham Hughes Anquet社区 嗨，伙计们，我相信这个错误现在已经被找到并解决。 非常感谢你向我们提交你的数据，以便我们能够尝试解决这个问题。我们仍然需要在iPhone和安卓系统中传播这个问题，但由于它们基本上是 "读 "而不是 "读/写"，你很可能会发现移动端现在是好的。 无论如何，我们将很快解决手机的问题，以确保当他们也开始写数据时，这个修复是到位的。格雷厄姆，我仍然有麻烦。我还不能让同步工作。在我的桌面上用Windows 7绘制的新路线会保存在本地。如果它被保存到云端，我就不能把它下载到运行在XP Pro上的笔记本电脑中。当我第一次在桌面上加载161时，它可以工作，但现在不行。这似乎是对字母敏感。以 "p "之前的字母开始的文件有更好的机会。在57条路线中，我有31条已经转移到我的笔记本电脑上。44条旧的路线已经下载到我的苹果手机上。另一个有趣的事情是，在我的手机上，这些路线被归入湖泊、山峰和家园等文件夹中。这并没有转移到笔记本电脑上。事实上，当我选择 - 用户数据 - 管理 - 新文件夹 - 文件夹名称 - 湖泊（例如） - 好的。我得到 "指定的路径、文件名或两者都太长 "等。请帮助比尔 2012年7月31日 18:03 格雷厄姆-休斯 Anquet社区 嗨，比尔，我想调查一下这个问题，因为如果它不是对所有用户都坚如磐石，那就没有什么用了...你是否介意提交一些数据给我们，然后我可以让Roland来调查这个问题。 请你做以下工作。打开Windows资源管理器（Windows键和E），在顶部的输入栏中输入%programdata%，然后点击回车，你现在很可能在一个类似于:C:\ProgramData（这通常在操作系统中是隐藏的，因此需要第2步）。

**id 239**

米特-罗姆尼在伦敦的可怕、恐怖、不好、非常糟糕的一天 哦，天哪。这本应是一次温和的、不含物质的伦敦之行，旨在筹集资金并提醒美国人他拯救了2002年冬奥会，但在米特-罗姆尼登陆伦敦的24小时内就失去了控制。甚至在他离开之前就发生了争吵，一位匿名的外交政策顾问告诉《电讯报》，美国和英国是 "盎格鲁-撒克逊遗产的一部分"，巴拉克-奥巴马总统领导的白宫 "没有充分认识到我们拥有的共同历史"。在英国本土，他接受了NBC新闻的采访，在采访中他说G4S公司的安全问题和移民官员的罢工威胁'令人不安'，目前还不清楚英国是否会'团结起来，庆祝奥运时刻'。在议会大厦，罗姆尼似乎忘记了米利班德的名字，尴尬地称呼他为 "领袖先生"。尴尬。似乎没有什么疑问，大卫-卡梅伦会更喜欢巴拉克-奥巴马而不是米特-罗姆尼的口误。但罗姆尼的糟糕表现可能对总统竞选没有什么影响。在他与大卫-卡梅伦会面之前，他曾拒绝在罗姆尼3月份在美国与奥巴马大打出手时见他一面，总理曾对这位前马萨诸塞州州长对NBC的评论进行了回击。我们正在世界任何地方最繁忙、最活跃、最热闹的城市之一举行奥运会。当然，如果你在偏僻的地方举办奥运会，那就更容易了。如果'中间地带'不是指2002年冬季奥运会的举办地盐湖城，那么唐宁街10号就没有做任何事情来证明这一点。见到卡梅伦后，在唐宁街外，罗姆尼本可以赢得一枚出尔反尔的金牌，因为他宣称自己 "对奥林匹克运动会非常成功的前景感到非常高兴"。罗姆尼还说，他见过 "军情六处的负责人"。提到秘密情报局是一个很大的禁忌。不容置疑。考虑到自己的政治野心，鲍里斯-约翰逊对罗姆尼的嘲讽是不恰当的。 后来，罗姆尼在一个筹款会（当天的门票从25,000美元降至10,000美元）上对捐助者说，他'期待温斯顿-丘吉尔的半身像再次出现在椭圆形办公室'。这句掌声的问题在于，雅各布-爱泼斯坦的半身像是英国在2001年7月向乔治-W-布什总统提供的个人贷款，用于其总统任期内。当奥巴马接替布什时，这笔贷款已经到期，他显然对延长贷款没有兴趣。该半身像被送回政府艺术收藏馆。整个问题被用来将奥巴马描绘成反英，这对英国外交官来说是一个痛点，他们认为罗姆尼认为将半身像借给他是一种冒失。然后，无可救药的市长鲍里斯-约翰逊在6万人面前嘲笑罗姆尼时，将这一天变成了一位美国记者所形容的 "4级粪便风暴"。我听说有一个叫米特-罗姆尼的人想知道我们是否准备好了，"约翰逊喊道，他的表演更像是维京人而不是盎格鲁撒克逊人。'我们准备好了吗？是的，我们准备好了！'然后他带领观众高呼'是的，我们能'，这是奥巴马2008年著名的竞选口号。我们能举办有史以来最伟大的奥运会吗？"他问。'我们能打败法国吗？是的，我们可以。我们能打败澳大利亚吗？是的，我们可以！交谈中。罗姆尼在其竞选活动的首次外国访问期间与米利班德会面。约翰逊出生于纽约，以其特有的无限野心孕育了成为美国总统的年轻想法，2006年在休斯顿机场发生口角后，他愤怒地放弃了美国公民身份。2008年，他支持奥巴马而不是约翰-麦凯恩竞选总统。尽管卡梅伦是保守党（共和党的姐妹党）的领导人，但他似乎并不怀疑，他更喜欢奥巴马而不是罗姆尼。从某种程度上说，罗姆尼关于奥运会的评论完全没有什么特别之处。事实上，他们比很多很多的英国人在G4S公司的缺点成为全国性的惨败之后所发表的评论要温和得多。但是，对于英国人来说，这是一回事

**id 240**

2000年9月29日伦敦证券交易所 伦敦证券交易所今年一直处于动荡之中。本月早些时候，伦敦证券交易所与德国同类交易所的合并计划告吹；它面临着瑞典OM集团的恶意收购；随着最近巴黎、阿姆斯特丹和布鲁塞尔交易所的合并，形成了法国主导的欧洲证券交易所Euronext，伦敦又多了一个潜在的合作伙伴。也有消息称，另一家正在考虑在伦敦设立的美国交易所（纳斯达克）正在向其示好，并通过合法的竞争手段抢夺一些业务。所有这些都让人们开始问，什么是可以合并的，或者想知道谁有权利做什么。这本书将提供答案（以及更多），并告诉他们也是如何变成现在这个样子的。至少从17世纪开始，英国就有了一个股票市场。今天的大多数设备--期货合约、套期保值、牛市、熊市、买卖期权等等--在16世纪初就已经存在。然而，有些人，甚至那些在城市工作的人，认为这些是来自美国的进口。但股票市场不是交易所，Ranald Michie不厌其烦地指出，交易所是 "一个市场，专门的中介机构根据一套共同的规则和条例，通过一个专门的封闭系统买卖证券"。Michie认为，如果没有有组织的市场，就没有什么动力去发行或交易证券。座右铭 "我的承诺就是我的保证 "实际上意味着，在一个有组织、有监管的市场中，不履行销售的行为可能会受到惩罚，而且是罚款、停职甚至开除。因此，证券交易所与证券市场不同。如此定义，成立于1801年的伦敦证券交易所是第一个现代证券交易所。但是，无论是在一个有组织的、受监管的机构中，还是在一个公开的、不受控制的方式中，股票和股份的交易活动从来都是受欢迎的。在他最近关于城市的书中，David Kynaston引用了Conrad Russell在1920年代的观点。罗素放弃了城市，成为苏塞克斯郡的一个小农场主，他写道："我喜欢这样的感觉，即生产食物是有用的和光荣的。我不认为像证券交易所这样的地方真的应该存在。"像他之前的许多人一样，他似乎不明白它的作用。米奇引用了一位匿名评论员早在1716年写的关于 "被称为股票经纪人的害虫，他们掠夺、破坏和阻止所有工业和诚实的收益"，并主张禁止可转让证券。去年在西雅图和去年4月在华盛顿，他应该也在带着头盔的人群中。米奇写了大量关于证券交易所的文章，特别是在英国，但也在其他国家和不同时期。他是一位权威。故事开始于1693年，当时可转让债务首次产生。对第一个世纪左右的情况进行了简单的处理。接下来的半个世纪，从1801年的现代建立到1850年，得到了更多的介绍，而到1914年的黄金时代则更多。到1913年为止，有一个开放的准入政策。此后，交易所转向保护主义，大大限制了入境。这在一定程度上与第一次世界大战和被鼓励的反德情绪有关。1914年至今的篇幅要大得多，而且每个十年都有大致相同的展示。这里唯一令人惊讶的是对1929年后市场崩溃的相对忽视。由于该机构及其业务的性质，故事涉及经济的大多数方面。这与个别行业寻求金融支持有明显的联系。还有与监管的来源、目标和优点有关的问题，特别是与交易所本身有关的问题。还有一些关于宏观经济政策的问题，例如，从国债的规模和1820年后的下降中产生的问题。还有与过去50年的金融自由化进程有关的重要问题。米奇为1979年外汇管制的废除提供了强有力的理由，为全球化进程中的深远变化铺平了道路。这些变化比那些负责废除外汇管制的人所想的要深刻得多。他写道："没有任何迹象表明，保守党政府甚至根本没有意识到1979年结束外汇管制对证券交易所的影响"。但是，一个

**id 241**

本地创作。全球灵感。Bastien Lattanzio: All I Wanted To Tell You 1月30日 时尚摄影师重塑诗意明信片 Text by Violaine Schutz 有了电子邮件和智能手机，我们都忘记了收到真正信件的乐趣。幸运的是，总是很有灵感的Bastien Lattanzio刚刚创造了一个由八张纸质明信片组成的系列，在这里，风景与歌词相遇。你只需要找到完美的人去发送它。卫星之声。这个项目是怎么来的？巴斯蒂安-拉坦齐奥：最近有一天，我在想。"你现在想做什么，你现在想去哪里？"答案是。"我想看日落，听音乐，想她"。我过去和现在都在重复听同样的歌曲，我对它们如此着迷......。我无法将这些歌词从我的脑海中删除。我在我的皮肤上纹了一些Joy Division的歌词......两周前，我在加利福尼亚，在神奇的时刻开车，听着同样的歌曲，在某一时刻，我看到了令人难以置信的日落，所有这些鸟都飞向我的方向。我停下车，开始拍摄，可能拍了五六卷，这太神奇了。车门被打开，我可以同时听音乐。所以对我来说，在这个神奇的时刻，把所有这些文字具体化是很重要的。而明信片对我来说似乎是一个很好的媒介来表达。"我想告诉你的一切，但有人已经为别人写好了"。我很想收到一张明信片，上面写着。"没有人会比我更爱你"。SV：你是如何选择这些歌曲的？巴斯蒂安-拉滕齐奥："这很容易，这是我在家里喝醉回来时听的歌曲。还有那些我一直想给女孩发短信但从未发过的歌词......SV：你收到过的最好的信是什么？巴斯蒂安-拉滕齐奥："那是我写给我前男友的一封情书的回复。信中只有 "我也是"。我认为 "我也是 "是最好的表达方式，比 "我爱你 "要好，后者只是一种奇怪的问法。"你也爱我吗？"

**id 242**

我可能听不到或记不起那些东西了。时间段到时间的伤害到我的舌头。我夸大了生活，所以意识到聋哑人的错误既不是现在也不是永远的软弱。我做的交易聋子没有做不要由我'必须最移动我我更我做可能我'我。发生有在"，".成在.在.是感觉新鲜快速自由从为我.在每个;，我们的的超过.我们相同的是里面慢是不是仍然说话停留一些东西突然记得真的反驳卷提到通过粉红色过去通过保存人到那认为告诉到那他们到那有可以珍惜改变来承认可以期望？ 我们我们什么与等待什么我们

**id 243**

健康信息 如何与你的青少年进行 "谈话" 这可能很尴尬。也许有点尴尬。不舒服。但也是必不可少的。与你的青少年进行关于性的 "谈话 "是父母的一项重要工作。理想情况下，这个话题应该在你的孩子成为青少年之前就提出来。根据美国儿科学会（AAP）的指导方针，父母应该在幼儿时期就以适合发展的方式介绍性和性的概念。圣路易斯儿童医院青少年中心的儿科医生Sarah Tycast说："这要从对幼儿使用适当的生殖器名称开始"。"利用机会向年幼的孩子介绍有关性的话题。谈论他们在电视上看到的东西，他们从游乐场回家的话语，如果家里有怀孕的，问他们是否知道孩子是怎么来的。"她说，当孩子们十几岁的时候，可以安全地假设他们知道一些关于性的事情。"电视、互联网、电影和音乐中都有大量的性内容。他们从某个地方获得信息 -- 希望是在家里。"她说。"当涉及到关于性的决定时，父母的意见和想法对青少年来说是最重要的。"同时，泰卡斯特博士告诫父母不要告诉青少年 "做这个，不要做那个"。"她说："性好奇心是青春期的一个正常部分，所以你不希望封闭他们的行为。"他们会认为你不明白，不会和你谈这个问题。"她说，青少年的目标是在他们准备好之前不要有性行为。"但很多青少年在他们准备好之前就发生了性行为；100%的禁欲并没有发生，"泰卡斯博士解释说。泰卡斯博士说，今天有更多的女孩主动提出性行为，这就是为什么对男孩和女孩谈及对某人施加性压力很重要。"她说："他们都需要知道，给别人施加性压力是绝对不行的，说不总是可以的。谈话技巧 当许多成年人还是青少年时，他们从未与父母谈论过性问题。"对父母来说，与青少年谈论这个话题可能是一个未知的领域，"泰卡斯博士说。"想想你希望你的父母与你进行哪些关于性的谈话。与你的青少年谈论性可能是不舒服的，但你仍然需要这样做。"以下是一些打开关于性的沟通渠道的提示：在谈话之前，花时间思考你自己关于性的价值观和信仰。找到一个事件，如广告或电影，让你有一个 "机会 "来提出性的话题。敞开你的耳朵，了解你青少年的朋友有哪些行为。以此为契机，与青少年讨论性问题。你可以提出问题来开始，但让青少年来引导对话。谈话要公开和诚实，为今后的谈话建立信任。谈论什么是性，以及哪些行为会使青少年面临怀孕和性传播疾病（STD）的风险。设定一个令人放心的基调，这样你的青少年就会感到舒适和安全，回到你身边谈论事情。对青少年来说，重要的是知道他们的父母仍然会爱和支持他们，无论他们对性做出什么决定。把判断留在门外。要涵盖的要点包括性病（解释它们是什么）、安全套和生育控制选项。禁欲也应该是谈话的一部分。在谈及这些问题之前，请阅读所有的主题。网上和书中的信息比以往更多。要确保青少年知道他们仍然可以通过口交等行为感染性病，即使他们没有性交。如果你的青少年有一个问题，而你不确定如何回答，告诉他或她你会找到答案，并在第二天讨论这个问题。请确保你能贯彻执行。不要假设你的青少年是异性恋。他或她可能会变得很明显不是。如果你绝对不愿意和你的青少年谈论性问题，可以找其他成年人，或者向你的儿科医生或青少年医生寻求帮助。向资源寻求帮助。一些指导谈话的有用书籍包括《青少年的身体》或《我们的身体，我们自己》。你也可以去美国医师协会网站的青少年部分，healthychchildren.org。

**id 244**

与预期相反的是，西方同胞对伊斯兰教和穆斯林的看法急剧恶化。在我们周围，从荷兰、挪威、瑞士、西班牙、意大利、希腊和法国（仅举几个欧洲国家）到澳大利亚、加拿大和美国，以及新保守主义的茶党和一些基督教福音派团体，民粹主义运动和极右翼政党正在崛起。丑化伊斯兰教和穆斯林的运动现在是政治景观的一个永久特征。民粹主义者通过批评穆斯林的能见度、他们所谓的特殊待遇要求以及最终他们所谓的殖民化和从内部改造西方文明的意图，来动员他们的追随者并扩大他们的选举基础。这些 "外国公民"，这些 "土生土长的外国人 "被描绘成这个时代的威胁。一个政治家可能完全无能，可能对经济危机、失业和城市暴力没有提供任何解决方案，但他只需要挑出 "新的穆斯林敌人"，只需要把公众的注意力引向无中生有的争议，就能看到他的政治信誉得到提高。我们确实生活在一个悲伤的时代。更令人担忧的是这些运动和政党（基于身份的、民粹主义的、仇外的、仇视伊斯兰的和种族主义的）对政治阶层和整个社会的影响。在这个问题上，右派的精英主义僵化和左派的人文主义开放的旧分界线已经被抹去。在政治光谱的两端，我们听到了民粹主义和伊斯兰恐惧症的言论。同样，我们也遇到了勇敢的妇女和男子（往往是少数），他们抵制并拒绝打身份牌。那些设想与伊斯兰教和穆斯林有共同未来的人（已经明白伊斯兰教现在已经成为西方的宗教）和那些咆哮着反对 "伊斯兰威胁 "的人之间的裂痕超越了传统的政治结盟。客观地说，我们必须承认，西方国家（欧洲、北美和澳大利亚）的公民在政治光谱上正朝着越来越右翼的方向发展，并且越来越倾向于认同民粹主义者的论调，甚至认同极右翼的论调（尽管他们常常与极右翼政党保持距离）。全球化、文化参照的弱化、身份认同的危机、经济衰退、失业、新通信技术的影响和文化转型都有助于解释民众的恐惧和民粹主义的成功，而不是穆斯林在西方的存在。至于穆斯林本身，他们发挥着指示器的作用，以他们新发现的能见度、他们作为西方人的新方式、他们的肤色、他们的宗教习俗、他们的语言和他们的原生文化集中了恐惧。他们越是严格遵守国家的法律，说国家的语言，觉得自己是美国人、法国人、澳大利亚人或英国人，他们就越是可疑，越是危险。他们被要求进行整合。现在，看吧，他们的成功被视为潜在的 "殖民化 "的标志，如果不是颠覆的话。恐惧和矛盾比比皆是；宁静和一致，无处可寻。根据法国最近的一项民意调查，这些恐惧和随之而来的拒绝正被更加公开地表达出来。在西方国家中，法国是穆斯林人数最多的国家，他们在那里居住的时间最长，往往是第四代或第五代信仰伊斯兰教的法国公民（当然，他们继续被视为 "移民出身 "的人，不像其他欧洲白人移民，最多两代后就被视为完全是 "法国人"）。这些数字令人震惊：43%的法国人认为法国的穆斯林社区的存在是对国家身份的一种 "威胁"。同样比例的人反对建造清真寺（2010年为39%），63%的人不同意在街上戴面纱或头巾（2010年为59%）。人们的看法越来越消极，对穆斯林习俗的接受程度越来越有限。只有17%的受访者认为穆斯林的存在是丰富文化的一个因素--这是一个可怕的现实，特别是考虑到法国的种族主义或仇外心理并不比任何其他国家多。这项调查指出了许多西方社会的感受，必须面对这一事实。它所揭示的是一个具体的危险，不仅是对穆斯林，而且也是对

**id 245**

尼日利亚腐败的石油市场 腐败并不是从古德勒克-乔纳森总统的政府开始的。但是，按照目前的速度，腐败将在他的眼皮底下杀死尼日利亚。根据一些可信的说法，自1960年独立以来，超过5000亿美元（80万亿奈拉）从尼日利亚的国库中被盗。我们不知道其中到底有多少是在乔纳森手下被盗的。从石油部门到养老基金，几乎每天都有关于盗窃的报道，毫无疑问，在这届政府的领导下，腐败正在向新的、令人恐惧的深度发展。骗子们逍遥法外。不仅如此，他们还享有行政保护，并敢于让公众做最坏的打算。这就是在努胡-里巴杜领导的石油收入特别工作组上周提交报告后，世界目睹的离奇事件的氛围。当里巴杜向乔纳森总统提交报告时，特别工作组的两名成员被安排在他们应该调查的国家石油公司工作，他们对小组的工作没有任何贡献，却被允许诋毁报告，而没有人谴责他们。就其中一个人--史蒂夫-奥伦萨伊而言，令人费解的是，他从不缺少来自每届执政政府的丰厚任命。他不仅是尼日利亚国家石油公司的董事会成员，也是尼日利亚中央银行的董事会成员。在里巴杜小组提交报告的几天后，总统的助手多因-奥库佩（Doyin Okupe）将其斥为低劣和 "无法实施"。而现在，除了关于何时将罪犯绳之以法之外，其他的事情都在急剧旋转。这种无稽之谈还要持续多久？乔纳森总统经常谈到他的政府决心粉碎石油窃贼，或将该国所有经济破坏者赶到另一个星球。上个月，他在为新的服务主管举行就职典礼时，向他们下达了粉碎偷油贼的行军令。上周，在财政部长恩戈齐-奥孔乔-伊维拉博士撰写的《改革不改革》一书的发布会上，总统已经是第十七次发誓，所有被发现在燃油补贴骗局中有罪的人在被迫退还他们非法收取的资金后将受到严厉的惩罚。他显然是指那些据称在去年以燃料补贴资金的名义盗窃了2.6万亿的人。顺便说一下，里巴杜的报告显示，石油部门有160亿美元或2.8万亿纽币被单独盗取。事实上，正是在乔纳森政权下，国家见证了被掠夺的数万亿奈拉的曝光。数十亿--比如一个专门偷窃养老金的集团所偷窃的1000亿奈拉--已经变得相对微不足道了。当然，被掠夺的数万亿的来源是国家的石油财富 -- 石油占政府收入的80％以上。我们还需要列举其他一些大规模的盗窃案件吗？尼日利亚人都知道，该国每天有600,000桶原油因非法加油而损失。按目前每桶112.52纽币的价格计算，每年损失的金额高达3.7万亿纽币（246.4亿美元）。国家石油公司披露，仅在2009年5月和6月之间就损失了170万桶原油。国际海事组织（IMO）报告说，"西非海盗越来越多地袭击离海岸越来越远的船只。他们每年非法抽走价值30亿美元的原油和精炼石油产品，每天10万至13万桶，国际市场价值约30亿美元；相当于一艘9.5万公吨的大型原油油轮从尼日利亚被盗而没有受到惩罚"。

**id 246**

2006年10月24日 星期二 如何在番茄季节结束前快速制作美味的辣味番茄酸辣酱!几个星期前，我做了一个来自Atul Kochhar的印度精华食谱的番茄酸辣酱的配方。它很受欢迎。有朋友求我，甚至给我钱买更多。在我做了第一批之后，聪明的我决定Kochhar的食谱完全错误，我要告诉他如何做才更好。所以我做了一个版本，我先把西红柿去皮，把糖大大减少到几乎为零（这应该是一种甜的酸辣酱，伙计们），加大了火力，减少了醋。 我认为他的酸辣酱太马虎了）。我的第二批没有第一批好，所以在第三次尝试时，我把他和我的酸辣酱之间的差异分了出来，我对结果很满意。这种酸辣酱首先是甜的，然后才是用一些辣椒的热度从后面踢你，并提供一些完整的香料的味道，这些香料的神秘性足以增加一些好奇心。在这个配方中，你将使用的芥末籽、茴香、小茴香和洋葱籽，在你把酸辣酱炖煮一个多小时时，它们的芳香气味充满了厨房。其结果是马虎的--这一点没有办法，除非你想把你的混合物减少得太多，以至于你会对体积的损失感到失望。这种调味品越多，你就会越高兴。关于糖，你必须注意，我使用的是晚季干养的早熟女番茄，就其本质而言，是非常甜的。因此，我几乎将糖的用量比原来的配方减少了一半。如果你用不太甜的西红柿来尝试，你可能要考虑再次增加糖的用量来进行补偿。下面的配方足够装满大约8个罐子。它很容易减半。方法 - 首先测量所有的配料，并给西红柿去核。- 在一个大的高边平底锅中轻轻加热油（香料会吐出）--将所有的种子、辣椒和粉末加入油中。- 煮一到两分钟，直到种子开始爆裂。- 将热度降至低，加入醋和糖，搅拌至溶解。- 加入所有的西红柿，炖煮一小时。- 一小时后，当酸辣酱正在炖煮时，用钳子尽可能多地挑出皮来。这时，皮应该从西红柿中分离出来，并漂浮在顶部，几乎像被丢弃的避孕套一样。继续烹煮，直到西红柿均匀地分解。总的烹饪时间约为1.5小时。- 挑出4个完整的辣椒并丢弃。- 根据制造商的说明，将酸辣酱转移到罐子里。保存时间可达两个月。冷藏并在开封后2周内食用。你现在可以舔勺子了（但要小心不要烫伤你的舌头！） PS - 这次我没有正确地把我的酸辣酱装入罐子，该死的。我只是在我认为我已经正确地进行了之后才发现Weck的说明，但我没有，因为我是个白痴，记忆力像筛子一样。所以，看起来我可能要把这批东西赶紧送走，或者甚至把它冷冻起来，然后在下个周末再做一批，把我的东西囤积到冬天。32条评论。干养番茄，特别是Early Girls，比其他番茄的皮更厚，这就是为什么有些人（不是我！）不太喜欢它们。我认为你去掉皮的做法是正确的，但是对于其他的西红柿，比如传统种植的传家宝，就没有这个必要了。当我去掉外皮时，我先把西红柿焯水30秒，然后让它们冷却一下。这样就很容易把它们的内脏直接挤到烹饪锅里。嗨，塔娜--事实上，在这个配方中，给西红柿去皮并不像在煮了一个小时后从酸辣酱锅中去皮那么好。从4.5磅的西红柿中去皮是一项可怕的任务。我发现早起的姑娘们脾气都很好，有些很容易从皮上脱落，有些则不然，因此

**id 247**

恐怖分子的 "免罪金牌"？如果你喜欢这个专栏，请点击!星期五晚些时候，司法部长霍尔德宣布了奥巴马总统的决定，即被指控的9.11事件主谋哈立德-谢克-穆罕默德及其同伙将在纽约市的联邦法院受审，而不是由军事法庭审理。一场抗议的风暴已经爆发，讨论恐怖分子是否可以安全地被关押在纽约市，或者这对 "国际关系 "是好是坏。这些讨论大多完全忽略了主要问题。审判是为了发现事实，并惩罚有罪的人。总统的这一决定，与他在竞选时所说的相反，将大大增加恐怖分子以技术性理由击败指控的可能性，并在离地面零点仅几个街区的地方自由走出法庭。以下是军事法庭和普通的美国刑事审判之间的一些重要区别。首先。宪法对 "快速审判 "的保障适用于刑事法庭，但不适用于军事法庭。根据最高法院的案例，从逮捕被告到提出指控，延迟五年显然是过度的。另一名恐怖分子/被告已经在另一次审判中提出动议，要求以这一理由驳回所有指控，他一进刑事法庭就这样做了。如果这名未成年被告因这一技术性问题而胜诉，这很可能意味着对哈立德-谢克-穆罕默德及其同伙的所有指控都将不经审判而被撤销。第二：在刑事法庭，但不是在法庭，辩方可以迫使政府要么透露情报收集的方法，要么撤销指控。已经有几个被指控犯有间谍罪的人被当场抓获，他们带着秘密文件走出法庭，自由自在，因为政府在战争时期必须保护其情报工作。同样的情况也可能发生在这里。第三：所有被告都已认罪。但陪审团将永远不会听到这些供词，因为这些供词是如何获得的。在军事法庭上，这些供词是可以被接受的。更糟糕的是，在关塔那摩的军事法庭上，所有被告都宣布他们打算认罪，以换取在法庭上发表关于正当圣战的声明的机会。奥巴马通过总统令阻止了这一进程。如果没有总统的干预，所有这些被告几个月前就会被认定有罪并被判刑。第四：刑事被告有权获得 "同龄人的陪审团"。有人想打赌，美国公民自由联盟支持的律师不会声称，这样的陪审团必须包括一些穆斯林？如果是这样，至少有一个陪审员会坚持 "无罪"，或者至少在定罪的情况下坚持 "不判死刑 "的可能性有多大？这两点在法庭上都不适用，法庭的法官和陪审团是由九名美国军官组成的小组。第五：最高法院有一个一致的（8-0）决定，即Ex Parte Quirin（1942年），认为在军事法庭上审判从潜艇进入美国的纳粹轰炸机是符合宪法的，而不是受《权利法案》管辖的刑事法庭审判。这是一个简短的决定，用浅显的英语写成，即使是外行人也能阅读和理解。近年来，它已被现任最高法院确认为良好的法律。在司法部的某个角落里，有一份由职业律师撰写的备忘录，复述了所有这些观点。但是，这位司法部长的工作就是听命于他，不管这个结果是否符合道德、法律或宪法。这是克林顿总统时期对马克-里奇的赦免的延续。这次审判的移动向我们的敌人显示，我们既懦弱又愚蠢。这种表现将导致更多美国士兵和平民的死亡。阻止这一危险决定的唯一办法是，国会投票取消其资金。否则，那些已经认罪的被告有可能在纽约市的街道上自由行走。你看总检察长在黑豹案中的表现。我认为你一针见血地指出了问题所在。这一定是人们采取这种 "愚蠢 "行为的目的，我敢打赌，这些穆斯林极端分子得到的奖励将使魁北克人对这个极端聪明的总检察长提出歧视投诉。当然，对我们的法院系统也有合理的批评。由于某些原因，你遗漏了一些

**id 248**

首先，要注意的是。把小说切成 "情节"、"声音"、"观点 "或 "人物 "等类别，有可能以作家和读者通常都没有的方式来呈现它。这个建议似乎是，故事或小说的写作是一种强烈的分割或分层的活动，是一种有序的、干燥的和技术性的东西。但故事，当它们出现时，是以有机的方式出现的，就像从世界的活生生的结构中挖出来的一样--人物与情节纠缠在一起，情节与环境纠缠在一起，环境与语言的碎片嵌入在一起，等等。但撇开这一点不谈，在 "人物 "的标题下，有几句话可能是有益的尝试。首先（冒着被某些新罗马派的追随者打脸的风险），让我们大声断言，人物，强有力的人物，是所有伟大文学的核心，而且永远都是。情节，即使在侦探小说中，也是非常次要的问题。没有多少读者能勾勒出《四的标志》的情节，但没有人不把福尔摩斯和华生带入脑海。一个作家如果不创造令人信服的人物，就会失败。一个创造出惊心动魄、令人不安、充满诱惑、坚持不懈的人物的作家，不需要太担心写作的任何其他方面。你不需要知道如何拼写。你不需要对语法有太多了解。你甚至不需要对语言有任何巨大的敏感度，尽管这是写作中真正重要的另一种品质；也许，这也是对任何形式的正式教学最抗拒的。那么，在如此无节制地坚持了性格的核心重要性之后，以上帝的名义，它是如何做到的呢？幸运的是，原材料就在身边。对每个作家来说，他自己的神秘存在才是他研究的重点。年复一年，他坐在一种裁判员的椅子上，看着自己身体的滑稽动作，听着自己思想的汩汩流淌，筛选着自己梦中的材料。当他想要更多时--其他的身体，其他的思想--他只是抬头看看他周围的人。想一想，你自己的家庭。几乎每个人都有一个。你可能永远不需要超越他们。你可以把他们都放在一种精神水族馆里，在你的写作生涯中把他们勾勒成故事。当然，改变他们的名字，改变他们的头发颜色，改变他们的纹身；把他们从你长大的南方小镇搬到你曾经开车经过并好奇的北方小镇......但作家并不局限于这种策略。甚至可以说，这样的策略并不特别常见。在我自己的作品中，我很少着手表现一个以我熟悉的人为原型的人物，一个我可能在地址簿中找到的人。我笔下的绝大多数人物--我猜大多数小说家都是如此--都是 "发明 "的。他们在写作中或快或慢、或羞涩或喧闹地出现。他们是居住在我们内心世界的男人、女人和孩子（更不用说猫、马等）中不断变化的人群的成员。他们来自哪里，他们是否是我们自己的好奇版本，是集体无意识中的人物，是我们曾经认识但现在已经忘记的人的重构，还是所有这些的混合，据我所知，没有人能够令人信服地回答。这并不重要。没有人写了很久而不明白他们正在进入神秘的世界，并且永远不会离开它。重要的是，我们可以通过不为人知的过程，把这些将在我们的小说中出现并说出的人物隐藏起来。我认为，说这是一个 "自然 "的过程并不过分，我们所有人都是为了这个过程而准备的，如果没有这种倾向，写作将是不可能的复杂。我们不可能做到这一点。当然，还有一个巨大的人物库：那些在书中为我们准备好的人物。这并不是说我们打算从狄更斯那里偷取图尔金霍恩先生或从劳伦斯那里偷取乌苏拉-布兰格文，而是说这些人物向我们展示了可能的尺寸。一个想画树的画家需要做两件事：看树和看树的画。第一件事显示了树是什么样子，第二件事显示了树的可能性。

**同上 249**

首页 > 第一人称 > 球里有什么？说到发展中国家的足球，答案是想象力 球里有什么？说到发展中国家的足球，答案是想象力 如果它能滚动，那就一定是球。November 9th, 2012 | by Coco McCabe Photo by Eva-Lotta Jansson 作为足球运动员的母亲（两人现在都已经过了参加学生运动的年龄，但无论在哪里都不会过了参加皮球比赛的年龄），我今天在《纽约时报》上看到一个故事，让我笑了起来。"头条说："在最贫穷的操场上，快乐是持久的。它是关于足球--爱球的通用语言--和一种新的材料来玩它。PopFoam。这是一个关于企业家为世界上一些最贫困地区的孩子开发PopFoam足球的故事，在那里，球往往只是可以滚动的东西，即使它是长方形而不是圆形。我有多少次见证了标题所预示的那种快乐？这是我为乐施会所做的任何一次实地考察的兴奋点之一--在一片粗糙的土地上、在一座废墟的地基上、在一个院落的泥墙外看到一场比赛。球的每一次反弹都会掀起尘土飞扬，脚步飞快地追赶着球。没穿鞋？似乎没有人介意。球是最重要的。一声呼喊。一个得分。比赛继续进行。我现在正在看我们档案中的足球照片--来自秘鲁、埃塞俄比亚和苏丹。在午后的阳光下，少数球员的影子在院子里延伸，像蜘蛛一样。在一条小巷里，三个少年在球向镜头爆发时发生了碰撞。这里有一个男孩，他的白色长袍鞭打着他的腿，在一棵槐树下俯冲着头球。这些照片中的大多数孩子都有真正的足球，尽管空气早就逃之夭夭了。侧面有凹痕，油漆被弄掉了。但有一个男孩抱着他的球，好像它是世界上最珍贵的东西。而且，我确信它是：用绳子缝在一起，绷得很紧，很圆，它是由他的手做成的？-- 是用印有花纹和条纹的布块做成的。我想到了PopFoam。故事中说，它结实耐用，就像用来制造Crocs的材料，那些不可能轻的鞋子。但我想，PopFoam能不能比把垃圾--废弃的瓶子、成团的塑料袋、成结的破布--变成像球一样的宝物所需要的想象力更耐用？美国乐施会是国际乐施会联合会的成员，17个组织与90多个国家的3000多个合作伙伴一起工作，为贫困、痛苦和不公正寻找持久的解决方案。美国乐施会是一个501（c）（3）组织。捐赠可在法律允许的范围内减税。

**id 250**

问：帮助!我今年第一次主持感恩节，我非常兴奋！我只为六个人做饭，所以我很难选择一个不难的菜单（即耗时）。我只为六个人做饭，所以我很难选择一个1）不太困难（即耗时）和2）不会让我有很多剩菜的菜单。我应该为六个人做多少火鸡和配菜？我也有一个小的公寓厨房，有一个小烤箱，所以空间很紧张。对食谱有什么建议吗？有什么可以提前做的吗？由Liz编辑发送。Liz，对于火鸡，我们是Mark Bittman的红烧火鸡食谱的忠实粉丝，因为你要煮的是火鸡块而不是整只火鸡，所以它是可以适应的。至于提前做的事情，可以考虑冷冻未出炉的馅饼，做一些火鸡肉汁，并准备面包卷或面包。我也喜欢提前做好一些零食和开胃菜，这样我就可以把这些东西拿出来，集中精力完成饭菜准备。分类。评论 (15) 我在前一天准备好任何砂锅菜，并把它们放在冰箱里。然后在我准备上菜的几个小时前，我把它们拿出来，让它们达到室温（一是为了不影响菜肴），然后加入任何配料（炸洋葱等），再把它们放进烤箱。这意味着我真正需要关注的是面包和火鸡以及我可能要做的任何其他东西。哦，好运气我们今年可能也会举办我们的第一次。我们使用有机小红莓，在炉子上用香料熬制。练习几次配方，你就会有很大的收获。也做法式土豆泥。这不是最健康的，但非常简单，而且他们会对其丝滑的奶油印象深刻。只需添加奶油和额外的黄油。我同意Bobette的意见，尽可能提前准备。而且，由于你没有很多的烤箱空间，你可以做火鸡和/或馅料，或者用慢炖锅加热两侧。我用慢炖锅做的火鸡胸肉或里脊肉一直都很好吃，而且也很湿润。我的母亲是明智的节日晚餐的女王。当我们只有四个人的时候，她做的火鸡、土豆、馅料、蔬菜、沙拉和馅饼的饭菜都很好吃。另外，请记住，火鸡煮好后需要休息45分钟到一个小时，所以你可以在这段时间内烤制任何配菜。然后在晚餐时烘烤任何热的甜点，一切都应该顺利进行。记住，感恩节最好的部分是大吃特吃，然后在下午剩下的时间里偷吃剩下的东西，所以没有什么东西需要以突破性的速度进行。如果你或我们的客人有一个慢炖锅，那么慢炖锅也可以很方便地用来保温土豆泥。我在用餐时间前两小时做了我的土豆泥，并将其放入慢炖锅中加热。它们保持可爱的热度，而且不会变干。这样，我就不会在最后一分钟还试图保持这些东西的温度。正如ccindy所说，在火鸡出炉后（休息和雕刻时间），你还有时间使用你的烤箱。就我个人而言，我当时会煮我的馅料和我们的一个配菜（防风草布丁），因为它们需要同样的时间和温度（1小时，350）。如果你买的是冷冻火鸡，记得要有足够的时间将其解冻。互联网上有很多网页列出了每磅的解冻时间。(其实烹饪也是如此。）我可能同意菲斯关于把火鸡分成几块来煮的想法。我的第一个感恩节是在纽约市的小公寓里举办的，那里有一个类似的小煤气烤箱。我经常使用这个烤箱，所以以为一切都准备好了，但我以前从来没有用它煮过像小火鸡那么大的东西。晚饭来了又走，我们都对这顿饭很满意，但当我们转而清理并拆开火鸡放进冰箱时......我们发现火鸡的下半部分并没有煮熟没有人生病，但我们肯定没有保留任何剩菜......我会在前一天把大部分配菜煮好，然后在火鸡做好后用微波炉或烤箱加热。你能不能把你的火鸡

**id 251**

Shred-it警告说，奥运会期间数据泄露的风险增加 By Editor Posted on July 31,12 据传闻，伦敦市在每年的这个时候都比较安静，这表明许多人要么在度假，要么在家工作。但文件销毁专家Shred-it表示，这种在家工作的趋势增加了数据泄露的风险。该公司说，风险之所以增加，是因为并非所有公司都向员工提供明确的建议，告诉他们如何在正常工作环境之外照顾数据。该公司补充说，这将使他们的公司在遭受数据泄露时面临巨额罚款和刑事起诉的风险。Shred-it的欧洲、中东和非洲地区副总裁Robert Guice说，保持数据安全应该被视为对任何企业都至关重要。"所有将机密信息带出办公室的员工都应该了解公司的安全协议。如果一个公司仍然没有制定任何安全协议，Shred-it将发布一个简单而有效的指南来帮助他们。他说："不要让你把敏感信息留在火车上或咖啡馆里，"Shred-it今年夏天保持数据安全的首要建议被称为帮助任何公司没有为他们提供足够指导的员工，确保他们不对丢失客户或公司的机密数据负责。1.假设所有的商业文件都是保密的，只有在绝对必要的情况下才把它们带出工作场所。2.除非绝对必要，否则不要从笔记本电脑或计算机上打印出任何机密信息。使用有密码保护的电子邮件或数字存储设备。3.如果打印文件，确保以安全的方式运输。4.4.像在工作场所一样管理家中的文件销毁工作。如果有必要，以安全的方式将需要销毁的文件带回工作场所。5.如果你在此期间在公共场所工作，如咖啡馆或公园，请特别注意 - 不要留下任何东西或在公共垃圾桶里。6.6. 要求你的安全销毁供应商为在家工作的员工提供保密处理袋。Guice接着说，人们应该享受伦敦奥运会带来的灵活的工作时间，但他们不应该忘记使用他们的常识，并始终记得以对待工作场所的方式对待机密信息。Shred-It EMEA副总裁说，他的公司最近的研究发现，十分之三的企业将允许员工在节日期间在家工作。尽管如此，他补充说，超过三分之一（35.4个百分点）的英国中小企业在答复调查时透露，他们没有任何协议来安全存储和销毁他们持有的机密客户信息。只有6%的企业被发现担心活动期间在家工作的增加所带来的安全问题。

**id 252**

这个问题不知道为什么让人感到困惑。它是进步/迷幻/另类/流行摇滚的混合体。这就是我所能做的最好的了。只要买了这张EP，然后按下播放键，就能对我们的声音有一个更好的评价。- 到目前为止，你们觉得对新EP的反应如何？非常好。到目前为止，只有内部人士和一些音乐作家听过它，但现在它刚刚发行，我们会发现更多的反应。我们为它感到非常自豪，这是肯定的。- 这张唱片由Terry Brown担任制作人，那么你们为这张唱片寻找的制作人是什么？特里在2010年把我们带到他的羽翼下，从第一时间我们就知道这是一场正确的婚姻。他从摇滚乐的诞生和英国人的入侵开始就一直在那里，并为历史上一些最大的专辑工作，所以这使得决定很简单。作为我们的制作人，Terry完全理解我们对音乐和未来的全球目标和野心，作为一个乐队，这是一个令人难以置信的强大和幸运的地方。- 他曾与拉什这样的乐队合作，那么你们觉得与他合作如何？他的经验为这张唱片带来了什么？Terry帮助我们找到了自己的声音，让我们对自己想向世界推出的音乐感到舒适和自信。当我们第一次进入录音室的时候，有一点不知所措。我是说，他妈的，这家伙曾与Rush和The Who以及其他许多音乐界的巨头合作过，而我们在这里也是如此，至少可以说是鼓舞人心。- 你曾翻唱过《墙上的另一块砖》，其中你改变了一些歌词，所以你对这首曲子和视频走红的方式有多惊讶？说实话，当我们完成这首曲子和视频时，我们都深吸了一口气，想 "哇，这将是一个巨大的浪潮"，它确实如此。它成为了伊朗和中东地区年轻人的颂歌，并在那里发生的起义中仍然发挥着作用。作为我们的第一张唱片，我们当然是用双脚跳进了全球舞台。- 你们征求了罗杰-沃特斯的同意，对歌词进行了修改，那么他最初的反应是什么？当罗杰发表公开声明，表示支持我们和我们对这首歌所做的一切时，那真的是一个了不起的时刻。我记得当我们读到这封信的时候非常兴奋，觉得我们最大的英雄和影响者之一支持我们是多么不可思议的事情。他的话是："我很自豪能成为这场抵抗的一个小部分"。太他妈的酷了!- 这首歌强调了伊朗的镇压和残暴的政权，那么对你们个人来说，能够在你们发行的音乐中表明立场有多重要？这是我们从一开始就想做的事情。受到约翰-列侬、鲍勃-马利、罗杰-沃特斯、鲍勃-迪伦以及其他许多将社会正义融入他们的音乐的艺术家的启发，如果这不是我们创作过程的一部分，那我们就是在愚弄自己。我们全心全意地相信，音乐是我们人类拥有的最强大的工具，再加上名人的影响力，这就是改变世界的药水，我们打算坚定地使用它。- Sepp和Sohl你们都是从小逃离伊朗的，那么你们的过去对你们的音乐和你们看待世界的方式有什么影响？这当然有助于塑造我们的全球生活观。当生活开始时有那么多的混乱和不确定性，要找到一个稳定的地面来起飞是很困难的。但与此同时，如果不是因为我们的过去，我们就不会发现那些引领我们走向今天的音乐和音乐家们。约翰-列侬教导我们要做梦想家。在我们的歌曲创作中，希望成为一个永远存在的概念。- 那么，乐队是如何形成的？我和Sohl在2008年通过报纸上的一个广告认识了Joel Lightman。乔尔当时刚从伦敦过来。我们正在寻找一个键盘手，幸运的是乔尔正在寻找一个乐队，所以我们走到了一起。我们三个人花了两年时间寻找一个鼓手，这个鼓手可以固定我们，并真正推动音乐的节奏方面的发展。这是一个地狱般的过程，也是一个从Spinal Tap中走出来的东西。那些看起来像暴徒的家伙、侏儒、一些一言不发的家伙、另一个吸食了大量可卡因而不肯闭嘴的家伙，同样是一个地狱般的过程。那是在2010年，泰瑞

**id 253**

亚瑟圣诞节》电影评论 圣诞节一年只有一次，而这个季节从来都不缺少利用这个环境的电影。对圣诞老人的传说和赋予他的责任有很多新的看法，但没有一部电影像《亚瑟-圣诞》那样有趣。所有的圣诞电影都有其自身的乐趣，但《阿汤哥的圣诞节》一开始就以一种我认为迷人和有趣的方式介绍了这个角色和这个世界的运作方式，然后在中间逐渐减弱，在最后以良好的老式心态把我重新拉回来。每个孩子在圣诞节期间最糟糕的噩梦是成为圣诞老人在圣诞节期间遗忘的孩子，这就是影片所探讨的想法。圣诞老人已经演变成了一个不做任何工作的名人，相反，他的长子史蒂夫创造了一个运转良好的礼物递送机器，其形式是一艘以难以置信的速度行驶的船和成群结队的精灵，非常精确地执行所有正常的圣诞老人功能。圣诞老人亲自出现，为每个孩子送上一份特定的礼物，并贴上标志性的 "来自圣诞老人 "标签，然后继续前进。然而，圣诞老人的小儿子亚瑟有一颗金子般的心，他负责处理所有孩子的来信。在船上发生了一个简单的事故，导致礼物丢失，而史蒂夫的系统出现了一个小故障，使得礼物没有被注意到，亚瑟和他的祖父开始着手纠正这个问题，以便没有孩子在圣诞节早上醒来时感到圣诞老人不关心他们。ARTHUR CHRISTMAS的魅力在于它背后的想象力。除此之外，锦上添花的是对探索过去事物的奇迹所做的努力，以及圣诞季节能够给予我们所有人的整体基调和温暖的感觉。影片一开始就以更现代的眼光看待北极的人们如何随着技术的发展而进步，以及这些进步是如何使这个过程变得更加机械和不近人情，从而在某种程度上消除了魔力。一旦影片的冒险部分开始，这个季节的奇迹就会出现，然后在中间的某个地方迷失，就像角色一样，然后以一种整齐的方式将自己包裹起来--正如随行的精灵角色总是说，"总有时间打蝴蝶结"。动画有时令人眼花缭乱，展示了参与影片的人们的想象力，特别是在开场的送礼场景。不过，有很多时候，动画进入不同的环境，并不像早期场景中的冬季幻想，这些场景和更多的梦幻元素一样令人印象深刻。动画中也有幽默感，有时并不像大多数节日电影那样让人感觉亲切。作为圣诞电影，它们倾向于严重依赖让孩子们兴奋的东西，并专注于让他们容易理解的笑话。ARTHUR CHRISTMAS的笑话是为观众中的孩子们量身定做的，但也有很多单口相声和视觉参考，可能会在他们的头脑中飞过。因此，基本上，我们在这里最终得到的是一部能够满足老年人和年轻人的节日电影，但不一定能同时满足两者。影片的范围很大，野心可能会更小，但结果还是在群众喜闻乐见的娱乐方面取得了进展，而且是轻快的、无攻击性的。ARTHUR CHRISTMAS》有时会觉得有点偏离轨道，但当它在轨道上时，这部电影是非常有魅力的，看起来非常有趣。美丽的动画使这部影片更加甜美，它的心脏被牢牢地放在正确的位置上，是家庭假日观赏的最佳选择。

**id 254**

将申请书和要求提供的文件，如收入和支出证明一起邮寄。表格上有关于邮寄的说明。透過電話申請 您可致電 Healthy Families，由客戶服務代表為您填寫申請表。该代表会问您一些问题，填写一份表格，然后将表格邮寄给您，让您签字。要通过电话申请，请致电 1-800-880-5305 。这个电话是免费的。你可以在周一至周五上午8点至晚上8点以及周六上午8点至下午5点之间打电话。该电话将需要大约20分钟。你打电话时需要准备这些物品。一支笔或铅笔和纸来写下信息。你在45天内收到的工资存根，或者你家庭中每个人的联邦所得税表1040。如果有人是自营职业者，请提供最近3个月的损益表或去年的联邦所得税表1040和附表C。 你家中申请的每个孩子的出生日期。儿童日托费用的数额。残疾受抚养人护理费用的金额。任何已支付或收到的子女抚养费或赡养费的数额。电话联系后，Healthy Families 会给您邮寄一份预先印制的申请书。您需要确保信息的正确性，并在申请表上签字。將申請表連同所需文件寄回 Healthy Families，以確定孩子是否符合資格。这些文件包括：收入证明、支出证明、公民身份或移民文件。申请书包里有关于邮寄内容的信息。親自向註冊申請助理求助 註冊申請助理（CAA）是來自社區組織的人，他們經過訓練，可以幫助您填寫 Medi-Cal 和 Healthy Families 的聯合申請。与CAA合作的社区组织称为注册实体（EEs）。您可以搜索您所在地区的注册实体。注册实体将找到一个可以帮助您准备申请的CAA。查找您所在地区的注册实体 要查找您所在地区的注册实体，请在下面输入您的邮政编码，然后按照指示操作。你也可以通过拨打1-888-747-1222获得帮助。

**id 255**

北京由国家控制的西什库大教堂。中国的国营教堂被认为受到了政治的影响。照片。Petar Kujundzic/Reuters 去年夏末访问北京现已解散的守望教会时，我努力争取到了一个座位。作为一个 "地下 "教会，这里非常热闹。教堂位于一家国营电视演播室的一间平淡无奇的会议室内，挤满了约300人，他们在争抢折叠椅。在角落里，一个雅马哈键盘伴随着一个身着丁香花的唱诗班。当牧师上台时，会众兴致勃勃地唱起了赞美诗，而之后的摇晃和低声祈祷则更胜一筹。七个星期前，这个会众被政府官员驱散了。周一，当守望试图举行户外礼拜时，有27人被拘留，包括一位80多岁的妇女和一个两岁的孩子，据一位证人说。在过去的七个周日里，情况也是如此，总共有几百人被拘留，六名教会领袖被软禁。镇压被认为是中东动荡以来国家更大规模收紧控制的一部分。谷歌继续受到干扰，艾未未也几乎消失了。在中国这个布满了佛像而不是十字架的国家，基督教一直在秘密地绽放。尽管新教是中国官方承认的五大宗教之一（与佛教、道教、伊斯兰教和天主教并列），但绝大多数基督徒选择成为 "家庭 "教会的成员，这是技术上的非法集会，具有福音派的倾向，在人们的家中、市政厅和空荡荡的餐馆中进行。1993年，一小群信徒在家中成立了守望教会，现在有超过1000名信徒。在我访问时，一位成员解释了为什么信徒们更喜欢家庭教会。"他们以基督为教会之首，以《圣经》为唯一的道德标准。国家管理的教会受政治的影响很大。"在中国，皈依基督教的速度是惊人的。30年前，大约有200万名基督徒。根据在中国工作的基督教慈善机构China Aid的统计，今天有2350万（来自国营教会的官方统计）和1亿3000万（包括家庭教会）。虽然后者的数字尚有争议，但是如果它是大致上的数字，就意味着基督徒的人数比共产党员（7800万）多出数千万人。而且，地下基督徒第一次为自己站出来。两周前，19位家庭教会领袖向全国人民代表大会递交了一份请愿书，呼吁立法者给予自由崇拜的权利。这封信被张贴在互联网上，信中说："随着城市基督徒人数的不断增长......这种国家和教会之间的冲突可能会继续爆发。有鉴于此......我们在此提出这个请愿。"这些教会领袖来自包括北京和上海在内的八个主要城市，他们担心请愿书会引发新一轮针对他们的行动。可能会这样，但是请愿书标志着家庭教会的胆量越来越大。当我与上海的家庭教会领袖Li会面时，她告诉我，政府 "什么都知道"。李的教会位于上海郊外的佘山，她采取了预防措施，将自己分成两部分，领导人每月都参加会议，在茶馆安抚官员。重要的是 "让[官员]知道我们在他们的控制之下"。政府所担心的是其人民对中国以外的东西的效忠。事实证明，基督教在过去曾使极权主义政权丧失能力。就在黄海对岸的韩国，一些专家认为基督教在1960年代的兴起是推动该国从独裁走向民主的催化剂之一。引人注目的是，教会领袖在信的开头写道。"我们是中国公民。我们热爱我们的国家......并服从和尊重政府维护社会秩序的权力"。但是，他们似乎决心在星期天做礼拜。这种对政府的持续蔑视发出了一个明确的信息：我们在这里。为了阻止基督教在中国的传播，党必须采取更多措施，而不是逮捕少数几个家庭教会领袖。中国的""。

**id 256**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对亚马逊Prime很满意，就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为49美元。亚马逊的沃尔特-莱文斯基商店 特别优惠和产品促销 购买任何由Amazon.co.uk销售的产品，不包括任何Kindle设备和电子书，我们将在您的账户中添加10促销礼券，用于购买指定的亚马逊时装。以下是方法（条款和条件适用）从Amazon.co.uk销售的音乐商店购买产品，可获得1个用于我们MP3商店的任何音乐下载。这里是如何（条款和条件适用）沃尔特-莱文斯基是一位出色的爵士单簧管演奏家，但像很多音乐家一样，他对上路犹豫不决，他的大部分职业生涯都是在纽约市的录音室演奏。他在那里有很大的需求，并取得了成功。但是，一旦成为一名爵士乐手，就永远是一名爵士乐手。幸运的是，在他1999年去世前几年，这场音乐会的日期是在新泽西州北部的一所高中录制的。他与霍华德-奥尔登（g）德里克-史密斯（p）林恩-西顿（b）和乔-科库佐（d）一起，结果非常好。有些曲子与本尼-古德曼有关，尽管莱文斯基只在高音域听起来像古德曼。A SMOOTH ONE和AIR MAIL SPECIAL都处理得很好，LIMEHOUSE BLUES也有很大的摆动。MY SHINING HOUR是Alden的一个很好的特色，开始时很慢，然后上升，而THE JITTERBUG WALTZ则集中在Smith的钢琴演奏上。在SOPHISTICATED LADY上，艾灵顿混合曲的一部分，Walt拿出了他的高音萨克斯，我希望他能多吹几下：他吹得很好，听起来就像Zoot Sims吹喇叭的声音一样。这是一套非常摇摆的主流摇摆歌曲，以非常高的水平完成。最令人愉快的是。1人中有0人认为以下评论有帮助 5.0（满分5星） 正如他想被记住的那样--Walt Levinsky 2004年2月17日

**id 257**

对于那些在90年代末把头埋在NME里或听John Peel的人来说，Josh T. Pearson这个名字可能很熟悉，John Peel对他的乐队Lift To Experience非常着迷，以至于他们为他的深夜广播节目录制了几期节目。对于当时听过的人来说，他们唯一的一张专辑，2001年的双唱片《德克萨斯-耶路撒冷十字路口》--一场由嚎叫的超驱动后摇滚和火与硫磺的抒情想象组成的激动人心的风暴--仍然被人们以惊异的敬意谈论，但它在很大程度上仍然被忽视。在他们分道扬镳后的十年里，皮尔森一直很难被人找到，他零星地进行巡演，偶尔参加一些高调的演出（All Tomorrow's Parties，2009年为改革后的My Bloody Valentine提供支持），在Bat For Lashes的第一张专辑中担任嘉宾，并搬到巴黎。皮尔森热切期待的个人首张专辑《Last Of The Country Gentlemen》的标题具有吉姆-里夫斯式的浪漫快乐的流浪者的含义，在许多方面都是对其中所包含的音乐的误导，就像《德克萨斯-耶路撒冷的十字路口》那样令人回味无穷。在过去十年中发行的唯一其他独奏材料--翻唱汉克-威廉斯的《我是如此孤独，我可以哭泣》--提供了一个更好的概念。皮尔森，除了一把原声吉他，心在袖子上，把他的灵魂展示给世界看。这张专辑以令人震惊的坦诚来描述一段感情变质的后果，它是一张严酷的、令人心碎的、经常令人痛苦的专辑；无论皮尔逊在他的荒野岁月中经历了什么，可以肯定的是，它并不都是令人愉快的。绅士》有七首曲子，运行时间为一小时，可能看起来是一个令人生畏的前景，但这些歌曲的史诗性、漫无边际的性质--其中四首超过十分钟--是使它们如此迷人的原因。皮尔森的音乐是原始的、未经排练的（这张专辑是去年在柏林的一个周末录制的），他的吉他演奏似乎经常是边弹边唱；他的吉他演奏是粗心的，但又是技巧性的，是一种混乱的指弹、爵士式的触摸和猛烈敲击的爆发力。某些线条和短语被重复，但没有明确的结构，没有桥段或副歌。通常情况下，歌曲接近尾声或简单地中断，只是皮尔森突然想起他有更多的话要说，并重新开始。如此支离破碎的歌曲看起来如此自由地流动，说明了皮尔森的思想状态。目前还不清楚有多少是真正的自传，有多少是科恩式的虚构，但歌词中充满了怀疑、内疚、渴望和厌恶，他的许多明显的缺点--不忠、酗酒和急躁的脾气--在每一轨的基础上被坦率地描述出来，你怀疑这主要是前者。皮尔逊知道他做错了，而且是一错再错，他是一个不可能与之共处的人，但尽管他看起来很后悔，却没有什么道歉的方式。当在《亲爱的，我不是你的基督》中，他唱道："我已经厌倦了试图让它变得正确/为了一个不愿意走近光明的女孩"，似乎他知道抛弃毛巾比期望他的爱人接受他似乎不愿意拒绝的恶魔更容易。Woman When I've Raised Hell "也是一样地处理了家庭暴力的威胁。皮尔逊在Dirty Three和Grinderman小提琴手Warren Ellis的弦乐中咆哮道："在你的天空中不会有一颗星星未被触动/当我的闪电划过那个夜晚"；"不会有任何东西未被钉住/在这个家里未被翻动。"这是一个令人不安的画面，但皮尔逊又一次毫无悔意："老实说/你为什么不能让它发生/让我安静地/把自己喝到睡着"。这是一首对许多听众来说，不管是事实还是虚构，都会让人听得很不舒服的曲目。

**id 258**

别人可能会说你有风险，看看为什么我们说你值得一试 如果你有信用问题，你是否有希望获得融资批准？银行不可能接近你，那么我们为什么要冒这个风险呢？在这个视频中，我们将讨论银行的定位和我们自己的定位之间的区别。请观看以下内容，了解在被银行拒绝后是否有任何希望。如需与产品专家预约，请致电1300 652 158办公室。丹尼尔：大家好，我是AR现金流的丹尼尔，今天我和茱莉亚在一起，她有一个问题要问我们。是什么呢？朱莉娅：我有。今天我想谈谈，如果一个企业已经有了信用问题，他们将来还有希望获得融资吗？所以丹尼尔，你为什么不先告诉大家，你会把信用问题定义为什么？丹尼尔：对我来说，信用问题意味着该公司在过去几年中没有显示出利润，或者他们的应付款有一个爆炸或井喷，或者他们可能在过去跳过债务，有一些针对他们的默认判决。茱莉亚：好的。丹尼尔：这些都是我所说的真正的东西。朱莉娅：好的。好吧，听着，如果你确实有信用问题，你去找银行，大多数时候他们会拒绝，这不是什么秘密。这是为什么呢？丹尼尔：银行的主要原因是.. .茱莉亚：为什么他们不愿意给人们第二次机会，基本上？丹尼尔：嗯，这是个好问题，因为他们说的是，或者我说的是，这也有一个统计学上的观点，那就是未来只是过去的反映。因此，如果你在过去不是一个好的执行者，一般来说，或者更多的时候，可能90%的时候，你在未来也不会是一个好的执行者。茱莉亚：是的。丹尼尔：而银行，当他们放贷时，他们通常以财产作为担保。如果他们用财产作为抵押，而这种抵押很可能最终会出现违约，客户最终会倒闭，他们就得设法把钱拿回来。如果你试图出售财产来收回资金，这将是一个12个月的过程，大多数时候，然后在一天结束时，你不知道该财产将以什么价格出售。所以你所借出的资产并不十分接近现金。茱莉亚：好的。好的。因此，如果某人有信用问题，我们不排除他的可能性。这是为什么呢？丹尼尔：对于我们的融资类型，也就是基于现金流的融资，我们真正看重的是我们所融资的交易，它们通常是短期交易。如果你是保理融资和发票，那通常是45天，平均来说，称之为45天的债务。因此，这笔钱将在45天内被偿还。所以你可以看到，我们的资产是非常非常接近现金的，而房产则不是。茱莉亚：是的。但是银行，他们提供债务人融资机制。丹尼尔：这是一种不同类型的产品。朱莉娅：哦。丹尼尔：他们使用的是保密融资，而且是贴现融资。朱莉娅：是的。对。丹尼尔：他们一般不会合法地购买发票，所以......。朱莉娅：是的，而你的要求仍然是非常不同的。. .丹尼尔：是的，是这样的。所以，如果他们的客户倒闭了，他们仍然有围绕收集这些债务的信用问题，他们有优先付款权，而且因为他们没有对发票进行审计，他们的发票有更高的欺诈和争议风险。茱莉亚：好的。好的。所以我想，只是为了总结一下，问题是。"如果我有信用问题，是否有希望获得融资？"而答案是肯定的。所以，要讨论你的交易，请拨打办公室的1300电话。丹尼尔：谢谢你的观看。茱莉亚：谢谢你。关于作者 茱莉亚是AR现金流的销售和市场经理，有广告学背景；她于2011年加入团队。在管理销售部门的同时，她还负责实施市场营销的各个方面。茱莉亚热衷于所有的社交活动，她渴望让你了解来自AR现金流总部的最新和最重要的信息。

**id 259**

哈什曼讲座：数字世界中的儿童健康 2012年11月5日 - 新闻发布 培养更健康的孩子将是今年11月12日在圭尔夫大学举行的哈什曼讲座的主题。东安大略省儿童医院研究所健康生活和肥胖症研究主任、渥太华大学医学院儿科教授Mark Tremblay博士将讨论 "插入儿童健康。他将在晚上7点讨论加拿大儿童不运动的影响和潜在的健康生活解决方案。"家庭关系和应用营养学系（FRAN）代理主任Michael Nightingale教授说："在孩子们花在网上的时间越来越多的时候，Mark Tremblay对圭尔夫的访问为父母和专业人士提供了一个绝佳的机会，以探索鼓励年轻一代采取健康和积极的生活方式的方法。特伦布莱是美国运动医学学院院士和加拿大积极健康儿童组织的首席科学官。他曾是萨斯喀彻温大学的运动学院长，现在同时担任加拿大体育活动指南项目和加拿大健康措施调查委员会专家咨询委员会主席。作为一个受欢迎的演讲者，他已经发表了160多篇关于儿童肥胖症、身体活动测量、运动生理学和内分泌学以及健康监测的论文和书籍章节。特伦布莱最近获得了尼皮辛大学的名誉博士学位。该系列讲座由哈什曼基金会赞助，在该基金会前主席佩奇-哈什曼博士于1977年去世后一年开始。以前通过G大学的前家庭和消费者研究学院参与，哈什曼基金会现在支持社会和应用人文科学学院的本科和研究生奖学金。讲座由FRAN主办，将在Cutten Fields举行，地址是190 College Ave.E.

**id 260**

欢迎来到我的博客!阅读上面的页面，评论和分享下面的博文，如果它对你有任何帮助，最重要的是了解我是来帮忙的。选择加入本页面右侧的免费营销电子通讯，让我们一起创造美好的事情，我的朋友；)想想看，只要你的朋友、家人或这个星球上的任何人说你不能做什么，他们就在破坏你的梦想。我只是想让这句话沉淀一会儿，因为你可能甚至没有意识到它正在发生在你身上。然而，如果它是一个现实，请看下面这个来自《追求幸福》的视频。在一个消极的环境中，要想实现繁荣似乎几乎是不可能的，尤其是当这种消极的能量直接转移到你身上时。这就是为什么你必须有一个强有力的、清晰的愿景，以证明那些持反对意见的人是错误的。不要买他们的能量!事实上，如果有人告诉你，你不能做某事，无论是经济上的，还是身体上的......这真的不重要；你可以把它作为动力来实现你的梦想。对于那些正在保护和追求你的梦想的人，向你们所有人致敬!

**id 261**

2006年，英国有超过90,000人被诊断为皮肤癌。其中超过10,000人是恶性黑色素瘤，是最严重的皮肤癌类型。每年，约有2600人死于皮肤癌。皮肤癌是由太阳紫外线（UV）的损害引起的。保护皮肤免受阳光照射有助于预防这些癌症。阳光是如何损害皮肤的？紫外线渗透到皮肤深处，损害细胞。这些细胞就有可能变成癌症。你感觉不到紫外线在损害你的皮肤，甚至在太阳不觉得热的时候也会发生。晒伤会导致皮肤表层释放化学物质，使血管膨胀并渗出液体。皮肤变红，感觉热和疼痛，严重的晒伤会导致肿胀和水泡。"英国癌症研究中心SunSmart活动的凯蒂-斯卡梅尔说："晒伤在任何年龄段都是危险的，但它对儿童和年轻人尤其有害。"儿童时期的晒伤会大大增加你以后患皮肤癌的风险。"在你被晒伤后，皮肤会剥落以摆脱受损细胞。最终，它将愈合，看起来很健康，但可能已经造成了永久性的损害。一些专家认为，只要在20岁之前发生一次水泡式晒伤，就会使你患恶性黑色素瘤的机会增加一倍。谁有风险？皮肤癌可以影响任何人，但最有风险的人有：在强烈阳光下灼伤的白皙皮肤 红色或白皙的头发 很多痣或雀斑 个人或家族有皮肤癌病史 已经被晒伤，特别是在年轻时 有天然棕色或黑色皮肤的人不太可能得皮肤癌，因为深色皮肤对紫外线有一些保护。然而，皮肤癌仍然可能发生。检查痣的变化 密切注意你的任何痣或雀斑。如果它们有任何变化（例如变大或开始出血），请看你的全科医生，因为这可能是癌症的早期迹象。皮肤癌越早被发现，就越容易治疗，所以要尽快看你的全科医生。在阳光下要注意安全 阳光下的伤害不仅仅发生在你在阳光下度假的时候。它可能在你没有预料到的时候发生，例如，当你去散步或坐在花园里的时候。"斯卡梅尔说："防晒是你在夏季每天都需要注意的事情。"无论是在假期还是在家里，你都可以通过遵循SunSmart信息来保护自己。"在上午11点和下午3点之间，把时间放在阴凉处。确保你不会被烧伤。用T恤衫、帽子和太阳镜遮盖身体。记住对儿童要特别小心。然后使用系数15以上的防晒霜。向你的全科医生报告痣的变化或不正常的皮肤生长。始终对儿童的皮肤进行特别护理。最好的办法是为他们盖上被子，让他们呆在阴凉处。日光浴床不安全 日光浴床不是躺在外面阳光下的安全替代品。皮肤仍然会暴露在有害的紫外线下。与日光浴床和其他紫外线晒黑设备有关的健康风险包括：皮肤癌 皮肤早衰 晒伤 皮肤干燥和瘙痒 凹凸不平的皮疹 眼睛刺激 白内障 "在35岁之前使用日光浴床会使你患皮肤癌的风险增加高达75%，" Scammell说。"日光浴床也会加速皮肤的自然老化过程。"现在，18岁以下的人使用日光浴浴床是非法的，包括在晒黑沙龙、美容院、休闲中心、健身房和酒店。在《日光浴床安全吗》中了解更多信息？添加您的评级 评论 评论是个人观点。他们给出的任何信息都没有经过检查，可能不准确。 户外女孩在2010年10月26日说 我是一个研究阳光的成年学生，虽然我完全同意这个网站上给出的建议，但我担心维生素D的低水平与实际增加你的癌症风险有关。由于阳光照射少而导致的维生素D水平低，死于癌症的可能性比阳光太多导致的皮肤癌高9倍。提高维生素D水平的好处是惊人的，不仅是癌症，还有任何由细胞表达负面特征引起的疾病。这些信息需要更广泛地传播，以便人们能够平衡紫外线照射和维生素D的吸收。 phoenix23在2010年4月24日说，我只想说你说的关于涂抹防晒霜的问题。

**id 262**

对段落的引用按正常方式操作，你给段落贴上标签。[[some\_label\_you\_understand]] 段落内容，并以正常方式引用它：&lt;&lt;some\_label\_you\_understand&gt;&gt\...引用的文本将是段落的编号。为了使这个方法适用于HTML，你必须通过DocBook工具链生成它。3.配置DocBook工具链的信息来源 DocBook是一种内容和结构标记语言，因此AsciiDoc生成的DocBook标记也仅限于内容和结构。布局和格式定义是DocBook工具链所特有的。True Type Font mimetype必须用--resource .ttf=application/x-font-ttf选项明确声明，因为它在我的Linux系统上没有注册。在上面的例子中，字体文件与AsciiDoc源文件在同一目录中，并被安装到EPUB归档文件OEBPS目录中的同一相对位置？--如果你的字体文件驻留在不同的位置，你就需要相应地调整--资源选项（详情请见a2x(1)手册中的RESOURCES部分）。CSS src属性的URL值被设置为相对于CSS文件的目标字体文件。--resource选项允许你将任何文件（不仅仅是字体文件）注入EPUB输出文档中。使用CSS @font-face规则是一个复杂的主题，不在本FAQ的范围之内。内联穿透宏会在任何其他内联替换之前被处理，例如，以下所有行将被处理为一个内联穿透，并呈现为单行文字（这不是预期的结果）。`单引号文本'和`单空格引号文本'这一行按预期工作：`单引号文本'和+单空格引号文本+后置引号文本按字面意思呈现，即对所包含的文本不进行替换。这里有一些例子，如果使用加引号，就必须转义（也见）。`++i`和`++j`自动递增。路径 `~/.vim` 和 `~/docs`。`\_\_init\_\_`方法。`{id}`属性。6.为什么生成的HTML标题元素文本是无效的？可能是因为你的文档标题包含有生成HTML标题标记的格式。你可以通过在你的文档标题中明确定义标题属性来解决这个问题。7.AsciiDoc有时会生成无效的输出标记，为什么？AsciiDoc是与后端无关的，asciidoc命令不知道它所生成的后端格式的语法或结构。输出文档的验证（语法和结构）应该由外部验证工具单独执行。例如，AsciiDoc的a2x工具链命令使用xmllint自动执行验证检查。8.AsciiDoc的toclevels属性在DocBook输出中不起作用，为什么？DocBook没有指定目录级别的规定，但你可以通过向dblatex（使用--param选项）或xsltproc（使用--stringparam选项）传递DocBook XSL Stylesheets toc.section.depth参数，在工具链中进一步设置TOC级别。例如，如果要在一本书的TOC中只显示章节的标题，可以将toc.section.depth设置为0。增加toc.section.depth的值来显示更多的子节标题。如果你使用的是a2x，你可以在源文件中设置这些选项，比如说。AsciiDoc的reftext属性已被用于明确地将第二节的链接文本设置为第二节。 13.我可以定义我自己的表格样式吗？除了内置的样式外，你还可以定义自己的样式。这个用于HTML后台的（简化的）例子定义了一个名为red的表格样式，它将单元格的背景颜色设置为红色。首先把这个定义放在一个配置文件中。15.AsciiDoc文件的首选文件名扩展名是什么？.txt文本文件扩展名是首选，但这只是一个惯例，软件不会强制执行。AsciiDoc源文件是人类可读的纯文本文件，这就是.txt扩展名的作用。所有的文本编辑器都能识别

**id 263**

诡异的TradeMe世界 正如任何关于詹姆斯-邦德反派风格的任务控制板的故事一样，这个故事的开头是一个秘密的地下组织，有一个阴暗的领导人。算是吧。我曾为一个广告活动工作，该活动需要一个《诺博士》风格的布景来表现其秘密领导人的巢穴。每个人都喜欢这个计划，所以我们开始建造。它是真人大小：4米宽，2米高，1.8米深。它有显示器和旋钮、按钮、仪表、指向数字的针头，整个九码。它看起来就像你在60年代的邦德电影中看到的那种东西。这很完美。我们拍摄了这个广告，它很完美。但客户不喜欢它。如果你不在广告业工作，你可能会认为这很荒唐。如果你在广告业工作，这不会让你吃惊。我们不得不制作一个全新的电视广告，我的车库里只剩下一个巨大的任务控制板。一段时间后，你就会习惯它了。人们来到这里，看到它时都会大吃一惊。"兄弟，"他们会说。"这到底是什么？你会记得，并不是每个人都有一个。它的建造成本约为3,000美元。它相当大，而且有几年的历史，所以不是最好的。它也是为一次拍摄而制作的，并不是为了长期使用而制作的，所以我真的不想让人觉得它是一个很好的选择。我想我应该写一个小册子，把它放在TradeMe上，希望能有好的结果。我在Twitter和Facebook上发布了清单，以新西兰小国的美丽，没过多久，@TradeMe账户就注意到了，来自Sideswipe的Ana Samways说她很想报道它。当天结束时，它的浏览量达到了1700次，并出现在TradeMe的炫酷拍卖上。突然间，它的浏览量达到了6,000。这让人有点上瘾。第二天早上，"侧写"。然后问题就开始了。TradeMe上的问题是一种罗夏克测试--它们往往比其他东西更能说明提问者的情况。问：我叫艾伦，我想知道我是否足够邪恶，可以参加这次出色的拍卖？答：我想这取决于。不过有一些好的指标。如果你有一个像可憎的艾伦或可怕的艾伦这样的绰号，那么你将是足够邪恶的。我试图做到诚实。问：这个大红按钮是做什么的？答：那么，那么多。(没什么)有些就是很奇怪的。问：我的名字是布莱恩，我应该把我的名字改成更吓人的吗？答：我想如果你开始叫自己 "Pinky and the Brian"，对你来说是可行的。有些人让我想知道，如果你的日常工作几乎就是当作家，他们说你应该放弃你的日常工作来当作家，这是否还是一种恭维。数字不断攀升：10,000次浏览，然后是11,000次。大约100个问题。身为TradeMe专家的朋友告诉我，真正需要关注的数字是观看的人数：300-零星的人。我开始想，这可能会卖出一个体面的价格。在我的脑海中，我甚至扔掉了我们的Eta花生酱，买了Nosh的高级货。我们所有的水果都变成了有机的了。但随着时间的临近，价格还是很低：161美元的低价。看来，让买家当心的做法也许已经变成了买家远离。或者，也许没有多少人对一个巨大的、有点蹩脚的、脆弱的前电影集有什么用。但在最后时刻，出现了一场竞价战。一系列狂热的出价使价格从161美元一直上升到......175美元。总而言之，我真的很享受我的15MB的名气。虽然175美元的价格比把它拆开拖到垃圾场要好，但看来我的水果还得再喷上一小会儿。Idealog爱Idealog是由视频为您带来的：在我们的最新一期中，从创新者奖到最佳奖，我们正在庆祝这个国家最聪明和最有创造力的头脑。此外，我们还深入到新西兰的第一个加速器--闪电实验室，了解它如何计划为科技领域提供动力；了解自行车品牌Solo的复古风格；以及更多值得你沉浸其中的内容。

**id 264**

图片集锦 帕洛阿尔托(PALO ALTO)(CNET) -- 2013年 "汽车趋势 "年度汽车拥有你所期望的所有功能，并获得了这一荣誉。它有轻盈的车身、先进的设计、宽敞的车厢和充足的装载能力。特斯拉Model S没有的是一个内燃机。汽车趋势》对Model S赞不绝口，说它开起来像一辆跑车，走起路来像超级名模在巴黎走秀。我从来没有想过一辆车能够摇摆，但这确实是一个令人回味的比较。这个全电动的超级模特起价为58,570美元，续航里程为265英里。这对于跨国公路旅行来说是不够的，尽管新的超级充电站网络可以使它在长途旅行中更加实用。自从凯迪拉克在1949年获得第一辆《汽车潮流》年度汽车的荣誉以来，我们已经走过了很长的路。那辆庞然大物采用了轰鸣的V8发动机和足以遮蔽阳光的铬合金。以下是对特斯拉发展过程中一些关键时刻的简要回顾。2003年7月 -- 特斯拉汽车公司由马丁-艾伯哈德和马克-塔彭宁在加州成立。2004年4月 -- 亿万富翁贝宝创始人埃隆-马斯克投资特斯拉并加入董事会。2006年8月 -- 演员乔治-克鲁尼是为首批100辆特斯拉Roadster电动跑车支付10万美元定金的人之一。特斯拉称这些汽车将在2007年中期交付。2007年2月 -- 特斯拉表示，它将在北马里亚纳州的阿尔伯克基建立一个价值3500万美元的工厂，以生产Model S。 2007年9月 -- 特斯拉推迟推出Roadster，称它需要更多的时间来测试其耐久性。2007年11月 -- 埃伯哈德被赶下台。他后来起诉了特斯拉，但该诉讼最终被撤销。2008年3月 -- 特斯拉开始生产价值109,000美元的Roadster。它最终将售出2,150辆Roadster。该公司宣布它将在2010年之前销售Model S。2008年6月 -- 特斯拉取消了在新墨西哥州建厂的计划，因为加利福尼亚州给予其税收减免。第一家特斯拉商店在洛杉矶开业。2008年10月 -- 马斯克成为首席执行官，并表示Model S将被推迟到公司获得联邦贷款，理由是全球金融危机。2009年3月 -- 特斯拉开始接受Model S的预订，并表示生产将于2011年底开始。第一周就有超过500人预订轿车。2009年6月 -- 特斯拉从美国能源部获得4.65亿美元的低息贷款，用于生产Model S。 2009年8月 -- 特斯拉宣布将其总部从圣卡洛斯搬到帕洛阿尔托的一个更大的地方，它也将在那里建造电力驱动系统。2010年1月 -- 特斯拉注册了首次公开发行股票。2010年5月 -- 特斯拉以4200万美元购买了位于弗里蒙特的前丰田和通用汽车工厂。2010年5月 -- 丰田汽车公司和特斯拉表示他们将在电动汽车开发方面进行合作。丰田同意购买特斯拉股票。2010年6月 -- 特斯拉股票开始在纳斯达克证券交易所交易。他们从17美元的IPO价格上涨40.5%，收于23.89美元。IPO筹集了2.261亿美元。2011年1月 -- 特斯拉首次报告全年财务业绩，称其在2010年亏损1.543亿美元。2012年1月 -- 特斯拉股价下跌，两名关键工程师在同一天辞职。2012年2月 -- 特斯拉公布了Model X小型SUV，并称其将于2014年初上市销售。2012年5月 -- 特斯拉公司宣布将于6月22日向首批客户交付Model S，股价大涨。(CBS San Francisco和CNET 2012年版权所有。保留所有权利。此材料不得出版、广播、改写或重新分发）。

**id 265**

艾伦-摩尔是过去几十年来最具影响力的漫画创作者之一，他对同行业的中坚力量弗兰克-米勒发起了攻击，谴责他的作品是厌恶女性、仇视同性恋和 "完全被误导"。英国人摩尔创作了广受好评的漫画，包括《V for Vendetta》和《守望者》，而美国人米勒则负责《罪恶之城》和开创性的《蝙蝠侠》漫画《黑暗骑士归来》。两人都帮助重塑了漫画行业，他们的许多作品都被改编成了电影。摩尔是在米勒对 "占领 "运动发起攻击后发表讲话的，他在上个月的博客上将其描述为 "只不过是一群流氓、小偷和强奸犯，是一群不守规矩的暴徒，由伍德斯托克时代的怀旧情绪和腐朽的虚假正义感喂养"。摩尔将世界范围内的反资本主义抗议活动描述为 "完全合理的道德愤怒的嚎叫"，并说他们是 "以一种非常明智的、非暴力的方式处理的，这可能是弗兰克-米勒对其不太满意的另一个原因"。摩尔预测，"如果是一群脸上化着蝙蝠侠妆的年轻反社会义警，[米勒]就会更赞成"。米勒引发了愤怒，他写道，"占领 "是 "一群挥舞着iPhone和iPad的被宠坏的孩子 "对无政府状态的笨拙、拙劣的尝试，他们应该停止妨碍劳动人民，为自己找到工作"，因为 "美国正在与一个无情的敌人[基地组织和伊斯兰主义]作战"。摩尔说，这些评论是 "我对他的期望"。他补充说："弗兰克-米勒是一个在过去20年里我几乎不看他的作品的人。我认为《罪恶之城》的东西是不加修饰的厌女症；《300》[1998年的漫画系列]似乎是疯狂的非历史性的、仇视同性恋的，只是完全被误导了。我认为，在弗兰克-米勒的作品中，很长时间以来可能都有一种相当不愉快的感觉。"在米勒的最新作品《神圣的恐怖》中，一个新的超级英雄 "修复者 "与基地组织作战。摩尔自称是无政府主义者--在他的漫画小说《V for Vendetta》中，革命者V戴着盖伊-福克斯的面具，致力于推翻政府--认为 "占领 "抗议活动 "只是普通人在收回本应属于他们的权利"。他补充说："我想不出有什么理由，当那些让我们陷入困境的人得到了回报--他们当然没有受到任何惩罚，因为他们大到不能倒闭，我们作为一个群体，应该眼睁睁地看着自己和孩子的生活水平严重下降，而且可能是几代人。我认为，从某种意义上说，占领运动是公众在说，他们应该是决定谁大到不能倒的人。"作为一个无政府主义者，我认为应该把权力交给那些生活受到实际影响的人。有一群人控制着我们的命运，这已经不够好了。他们拥有权力的唯一原因是他们控制着货币。他们没有道德权威，事实上，他们表现出的是道德权威的反面。"

**id 266**

如何与文案人员合作 根据我们的经验，如果客户和文案人员合作愉快，你会得到最好的结果。最大（和最好）的创意来自于客户和文案的合作。文案人员能为您做什么 在Polon，我们的文案人员可以帮助您的营销团队或机构制作宣传品，如宣传册、网站、案例研究、获奖作品，甚至是社交媒体的内容。我们的写作顾问可以帮助您的品牌团队或机构确定您的组织的语气--您的品牌识别的语言部分。我们还可以帮助你训练你的团队用这种语气写作。(我们为一些客户举办这方面的研讨会。) 如何向文案人员介绍情况 我们的大部分工作都来自个人推荐。如果有人向你推荐一位作家，最简单的方法是拿起电话，讨论你正在寻找的东西。然后，如果你认为你们可以一起工作，他们需要一份简报。简报是指给你的文案撰写人提供正确的信息量。我们以前写过关于如何向文案人员介绍情况的文章，但值得重申的是，有效地介绍情况是多么重要。你的文案人员将依靠你告诉他们的内容。对初稿的期望 所以，你已经向你的文案策划者介绍了情况，你正在等待他们的初稿。你应该期待什么？当我们写第一稿的时候，我们希望把基本的东西写好，这样我们就可以得到客户对我们想法的反馈。然后我们在第二稿中完善副本。例如，我们可能会建议几个不同的标题选项，并询问客户他们最喜欢哪一个。如何提供有用的反馈意见 为了将初稿变成您满意的精良作品，您的文案人员需要您的反馈意见。简单地说，你需要告诉你的文案撰写人你喜欢第一稿的哪些方面，以及你希望他们做哪些不同的事情。例如，你可以说："我喜欢这个标题--我认为它们在网络上的效果很好，而且完美地抓住了我们的语气。但我认为我们应该使行动呼吁更有说服力。如果你的反馈很直接，你可以把它记在电子邮件中。如果你有一些难以解释的反馈，或者你想交换意见的东西，最好是打电话谈一谈。如果作为客户，你创造了一个有效的简报，并给出了有用的、有建设性的反馈，你就已经尽了全力，使文案写作过程获得成功。剩下的就看你的文案策划人了。如果你想知道文案策划人如何帮助你的组织，请给我们打电话。选择类别 按日期浏览 与Polon合作意味着我们知道客户的文案是在好的手中。他们能真正了解客户的需求，并为我们提供持续的好文章。Ruth Barton - 合作伙伴，Hypernaked 我们的工作 文案写作 印刷品写作 数字文案写作 咨询语气 编辑策略 可持续通信 文案编辑 专题写作 博客 交互式电子邮件 写作研讨会 最新的笔记本 赞扬Guy Watson的朴素语言 他们不受约束，诚实，有时只是有点厚脸皮。Riverford有机农场的老板Guy Watson写的笔记让人感到温暖，而不是公司经常向他们的客户提供的平淡的企业费用。

**id 267**

在这一点上，几乎可以肯定4人都会离开......另一方面，维克/里德已经取得了成功，如果O线更好呢？为什么我不能摆脱这样的感觉，即KC的FO不知道需要什么来赢得比赛，并将这些小丑中的一个或两个再保留一年（包括皮奥利）。话说回来，人们认为，如果让里德/维克代替卡塞尔和罗密欧，KC会怎样？KC是否有任何费城所缺少的东西，如足够的O线，以成为一支胜利的球队？有人在KC论坛上开了一个安迪-里德的话题，这就是我问的原因。我不认为我们能得到维克，但没有四分卫的人会给他一个机会，....，对维克来说，KC可能太接近莱文沃思了。维克在10年做了一些正确的事情，而且不是像卡塞尔的TD/INT比率那样侥幸的数据......他在阅读防守方面永远不会超过平均水平，但费城的后卫线是如此糟糕，如果它只是足够呢？里德可能会减少使用跑步比赛，但这并不全是坏事。大多数KC球迷喜欢使用查尔斯每场比赛15-18次，并延长他的职业生涯的想法......但仍然希望看到他在一场重要的接近比赛中得到25-30次。我也对查尔斯在一个受人尊敬的传球比赛中会有多好的表现感到垂涎。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ terbo559写道。堪萨斯城的战术是可预测的。我知道他们是传球还是跑动。维克在10年做了一些正确的事情，这不是像卡塞尔的TD/INT比率那样侥幸的数据......他在阅读防守方面永远不会超过平均水平，但费城的O线是如此糟糕，如果它只是足够呢？里德可能会减少使用跑步比赛，但这并不全是坏事。大多数KC球迷喜欢使用查尔斯每场比赛15-18次，并延长他的职业生涯的想法......但仍然希望看到他在一场重要的接近比赛中得到25-30次。我也为查尔斯在一个受人尊敬的传球比赛中会有多好而流口水。首先，在2010年，维克在前6场比赛中表现出色。毫无疑问，他在这些比赛中表现出色。从这个赛季开始，他的成绩是137/219（62.6%），1668码，7.6YPA，8TD，6INT。当然，仍然不坏，但几乎没有那么令人印象深刻。然后你看看2011年。然后你看看2012年。而且很明显，2010年是一个侥幸的赛季。那是他职业生涯中唯一的一个赛季，他完成了85分以上的评分。至于里德 -- 你真的不大明白他有多不喜欢跑步。问问那些希望麦考伊更多参与的老鹰队球迷就知道了--他们对里德缺乏跑动比赛感到沮丧已经有很长一段时间了。自2010年以来，麦考伊平均每场比赛带球16.5次（不包括2009年，因为我不确定他的参与程度）。你想看到查尔斯在激烈的比赛中带球25-30次吗？自2010年以来，麦考伊只在3/39场比赛中跑了25次或以上。他在8/39场比赛中跑了20次以上。在22/39场比赛中只有15次以上。如果你想要里德，那很好，但你的跑动比赛会比其他教练使用得少。如果维克是你的四分卫，和里德在一起，你就会更加伤害你的球队。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 自我注意。与巴克韦斯打赌，酋长队在2012年不会赢得超过9场比赛。他们都不会留下来。KC无论如何都会在选秀中拿下一个高位选秀权，而且肯定会得到巴克利或史密斯。虽然克伦内尔是最有可能保住他的工作，因为他是一个新的主教练，以及大部分的责备都是针对皮奥利的，不管是应该的还是不应该的。而里德应该休息一年，或者在某个地方做主控的助理。维克可能会去喷气机队、红雀队甚至是比尔队这样的球队竞争首发位置。卡塞尔将去支持一个没有失去工作问题的四分卫。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 你不能在这个论坛上发表新的主题 你不能在这个论坛上回复主题 你不能在这个论坛上编辑你的帖子 你不能在这个论坛上删除你的帖子 你不能在这个论坛上投票选举

**id 268**

作者：布林克-林赛（Brink Lindsey）直到20世纪50年代，为国家提供食物、衣服和就业的斗争推动了美国政治生活的大部分。从奴隶制到新政，各政党围绕着经济利益组织起来，并就令人痛苦的稀缺资源的最佳分配进行了激烈的辩论。但是，随着二战后国家经济的爆炸性增长，一系列新的需求开始出现 -- 一方是对意义和自我表达的寻求，另一方是对稳定和传统价值的回归的追求。在《富足的时代》中，布林克-林赛对20世纪后半叶进行了大胆的重新诠释。在这部关于战后美国的全面历史中，种族和性别政治的动荡、反主流文化的崛起以及20世纪80年代和90年代的保守主义革命被以全新的视角描绘出来。读者将了解到当代的左翼和右翼意识形态是如何以及为何出现的，以应对大规模繁荣的新挑战。然而，创造文化战争的政治理念现在已经过时了。正如《华盛顿邮报》对林赛对美国政治的矛盾所做的恰当总结，"共和党人想回到50年代的美国，而民主党人想在那里工作"。挣扎着取代今天陈旧的冲突的是一种新的共识，它将左派的社会自由与右派的经济自由混合成一种潜在的强大的自由主义精神。富裕时代》揭示了这种非凡的炼金术的秘密配方。这本书是对我们最近的过去进行的一次令人惊叹的重新评估--并将改变我们对未来的思考方式。"自从人类历史上没有先例的大规模富裕现象在战后的美国爆发以来，社会和政治理论家们一直在想，并担心物质条件的道德甚至精神后果。将匮乏抛诸脑后是件令人愉快的事，但它对我们有好处吗--意味着对我们的灵魂有好处？布林克-林赛在《富足的时代》中大胆地在这块肥沃的土地上耕耘，是充满信心的。这本不断刺激的书证明了这种信心。林赛是一位经济思想家，他和约翰-梅纳德-凯恩斯一样，都有做总结的天赋。林赛有分寸的快乐，就像他那本精彩的书一样，是合理的。"--乔治-F-威尔，《纽约时报》书评 阅读完整评论 "林赛先生认为大规模的繁荣是一件美妙的事情。他还认为这是自20世纪60年代以来推动美国文化和政治变革的主要力量。"--《经济学人》 阅读全文 "布林克-林赛对现代美国文化和政治的分析往往具有出色的标志性，他表明了这个国家的政治精神分裂是如何随着其经济繁荣而加剧的。林赛的基本论点是新鲜的、挑衅性的，他的洞察力经常令人眼花缭乱"。-- 罗纳德-布朗斯坦，《洛杉矶时报》 阅读完整评论 "布林克-林赛写了一本明智的、具有启示性的书，将历史的长河与记录者对细节的关注结合起来。林赛先生展示了当代美国是如何从工业革命中诞生的，它将上帝和玛门结合成'一个单一的、改变世界的信仰'，即新教的工作伦理。"-- 克里斯-塔克，《达拉斯晨报》 阅读完整评论 "这是多年来出现的关于美国近代史的最新鲜和最发人深省的书籍之一。"-- 阿德里安-沃尔德里奇（Adrian Wooldridge），《正确的国家》的作者之一。美国的保守势力 "向我们展示了我们的经济是多么伟大的成就--它重塑了我们的社会和文化，无论好坏。"-- 美国新闻与世界报道》高级撰稿人、《美国政治年鉴》合著者迈克尔-巴龙 "在《富足的时代》中，布林克-林赛提供了一个令人钦佩的--也是急需的--理性、尊重、可读的政治论证模式。"-- 弗吉尼亚-波斯特雷尔，《风格的实质》作者 "在一个富足的时代，自由主义的时刻可能已经到来，战胜了左派和右派之间的旧有分歧。"- 道格拉斯-S-梅西，普林斯顿大学亨利-G-布莱恩特社会学和公共事务教授，《Return of the "L" Word》作者。新世纪的自由主义愿景 "林赛以令人惊叹的分析，提供了一个令人眩晕的解决方案。

**id 269**

你可以感觉到，温格已经受够了球员的抱怨和发牢骚，所以当他昨天被问及那些在媒体上发表言论并想要离开的球员时，他说我相信任何球员或雇员总是不得不捍卫他所工作的公司，如果他对公司不完全满意，那么他必须去别的地方。这基本上就是我的想法。这就是我对每个人说的话。这也很公平。如果你在阿森纳不开心，不要向媒体哭诉，如果你很痛苦，就和经理说说，然后离开，不要给媒体更多的弹药来抨击阿森纳。温格的评论是在巴卡里-萨格纳说宋的离开让他不得不考虑一些事情之后发表的，但是当温格被直接问到他是否在谈论萨格纳时，他说我没有说过这个球员，只是说过所有人。你必须捍卫你的公司。但我也一直说，巴卡利喜欢这个俱乐部，他将留在这里。他不想消极对待。我希望他留下来，我希望他留下来，因为采访并没有真正反映他对俱乐部的看法。他在足球场上总是表现出完全的承诺--为了球队和俱乐部。这是更重要的。重要的是要理解他想说什么。在生活中，你有说自己想说的话的自由，但同样重要的是，你要理解人们对俱乐部和他们工作的感受。与他们有良好的沟通总是很重要的。根据某些媒体报道，温格与萨格纳就采访进行了交谈，但我认为不能让任何球员有任何疑问。不高兴？那你就走吧。

**id 270**

迈克-格塞尔和亚当-伍德伯里今年将成为爱荷华州的首发。 格塞尔在他们的表演赛中出场19分钟，得到18分。 他在弧线外5投3中。 如果这两人代替我们首发，我们会有多大的竞争力？我们可能没有很大的机会得到伍德伯里，但我们有一个机会。 但说实话，没有得到Gesell真的让我很难受。我同意诺姆。 NU没有得到Gesell真的让我很不舒服。 他是/曾经是该地区出产的一些好孩子（Gesell、Woodbury、Agau、Thurman等）中的第一个，到目前为止，NU在这方面的成绩为0。 内布拉斯加州和该地区并没有产生很多一级新秀，但当有一些新秀时，他们必须让他们留在家里。 我并没有把阿高放在迈尔斯身上太多，因为他很晚才和他一起进入游戏，但瑟曼将是一个看他是否能让他留下来的人。 我听一些人说，瑟曼比阿高的前景更好。 从那些知道的人那里，这是不是真的。 我还听说有传言说迈尔斯教练正在对阿高进行全场逼迫，试图让他留下来。 有谁知道这个吗？ 谢谢。虫子总得在某个时候转过来，对吗？ 我认为迈尔斯似乎了解他所面临的挑战，而且，他是一个真正将那些处于困境的项目转变成值得尊敬的项目的人。 但在较低的水平上更容易做到这一点。 攀登到一个主要会议的顶端是一个不同的动物。 CSU在会议中所面对的球队，在游戏中和游戏外，都不会是我们在B1G所面对的球队的水平。在我们转向B1G的时候，我有机会和安迪-马科夫斯基交谈，他的分析是，多克转会所面临的区别是，B1G的教练员从上到下都比BIG12强。 尽管多克可能会在天赋较差的情况下偷偷赢得对大12球队的一些胜利，但这在B1G不可能轻易发生。 因为教练是更好的。 因此，招聘工作必须改善。 但事实并非如此。到目前为止，迈尔斯已经带来了一些球员，但我们是否能得到比多克时期更好的球员，还有待观察。 我希望明年的班级会更上一层楼，但是，到目前为止，我不确定是否如此。 随着赛季的进行，你们都可以关注武切蒂，让我知道你们的想法，他是否是我们的未来之星，或者他是否已经为这种水平的竞争做好准备。 同时，在爱荷华州，他们有一个真正的大一控球后卫为他们首发，就像我们一样。 还有一个7英尺高的真正的新生中锋，就像我们一样，只不过他们的是首发。我应该克服它。 我花了一段时间，但我最终克服了罗伯特-萨利不在这里打球的问题。 我也会忘记格萨尔的。 等到他毕业时，我相信他的招募将成为一个淡淡的回忆。 除非我们仍然是B1G的地窖，而爱荷华正在参加锦标赛。 如果那样的话，我肯定会患上毛发失调症和其他类似的疾病。布鲁斯-丘比克，曾在内布拉斯加打球，但现在在奥马哈南部执教，大约在教练更换的时候开始在旧的HHC董事会上发帖，当时阿高的招募正在升温，他说他认为其他中部的孩子之一（我猜是瑟曼）有NBA的潜力。 他说，他认为中央大学的一个孩子（我想是瑟曼）有进入NBA的潜力，但如果他的比赛进展顺利的话，他有潜力进入NBA。 这句话来自于一个和一些进入NBA的人一起打球，并且和更多进入NBA的人打球的人。 因此，就其价值而言，但没有比布鲁斯-丘比克更权威的人认为中央大学的一名小学生（瑟曼？布鲁斯-丘比克曾在内布拉斯加打球，但现在在奥马哈南部执教，他开始在旧的HHC董事会上发帖，大约是在教练员更换的时候，当时阿高的招募正在升温，他说他认为其他中部的孩子之一（我猜是瑟曼

**id 271**

恩典：神圣的环境 在澳大利亚天主教会庆祝 "恩典年 "之际，来自新南威尔士州詹伯鲁修道院的本笃会修女玛格达伦-马瑟回顾了 "恩典 "对她意味着什么。马格达伦-马瑟（Magdalen Mather OSB）\* 今年在詹伯鲁修道院，我的任务是以恩典为主题进行演讲。词语是如此奇妙、惊人、令人困惑、具有启发性和神秘性的东西。在过去的几个月里，"恩典 "对我来说就是这样一个词。当我试图掌握词语的含义时，字典是我的第一站，尤其是 "属灵 "的词语。英语中'恩典'的起源与感恩有关。我记得我生命中的恩典时刻总是伴随着感恩的感觉和收到礼物的体验。牛津词典》继续将恩典定义为 "上帝的自由和无偿恩惠，表现为对罪人的拯救和赐予祝福"。我一开始总是觉得神学定义很难，我很想把它们放在 "太难的篮子 "里。它们似乎与我的日常现实生活关系不大。然而，经验告诉我，要坚持下去。花时间在它们身上，使它们的深层意义变得清晰。这往往揭示了它们与我的日常生活有非常大的关系。我的经验中明显和肯定的第一件事是，恩典是免费的。它是一种被给予的礼物，而不是挣来的。我不能通过某种 "好 "的方式来获得恩典，也不能通过 "好 "的方式来得到它。事实上，恩典和它的赐予是关于上帝的。恩典是上帝本性的流露；它是上帝作为丰富的礼物和祝福不断走向我的一种方式。我最近听说，"吸引力是真理的力量在闪耀"。充满恩典的时刻、优雅的动作、优雅的行动或言论都是闪耀着非常吸引人的光芒的经历。恩典似乎体现了一种能量，它是仁慈的、流动的、善良的、自发的。它是一种没有不真实或操纵的力量。我们被恩典所吸引。恩典是真理的力量闪现 -- 这是上帝的环境，是上帝的本质的流露。恩典是上帝的光辉，向我们走来，与我们相遇，在我们体内升起，流经我们，在我们之间流动。重要的是，我们不要妨碍和阻挡它。我们的职责只是敞开心扉接受它，认识它，并知道自己受到祝福。我最喜欢的一段经文，也是我最深的安慰之一，见于给哥林多的第二封信。圣保罗在抱怨肉中的刺，这刺不断地折磨着他。他恳求主除去它，并清楚地听到了回答。"我的恩典够你用的，因为能力在软弱上得以完全"。像圣保罗一样，我需要放松，不要再为自己是个不完美的人而担心了！主在劝诫我说："我的恩典是足够的，因为能力是在软弱中得到完全的。主在劝告我知道自己的不完美和无力。只有在这个真实的地方，我才能真正敞开心扉，接受上帝为我做我自己做不到的事情的令人愉快的恩典。这是一个矛盾的地方，在这里能力在软弱中得到完善。恩典之神使我得以生存，而我也开始体验到自己在神眼中是被爱和被宠爱的。恩典为我做的永远比我为自己做的多。这里与神的旨意有很深的联系。上帝的旨意是一个神圣的旨意，也就是说，一个只能祝福的旨意。幸福的旨意会带来神圣的幸福。上帝的旨意是上帝在创造我们每个人时的梦想 -- 充满了恩典和真理。鸣谢。感谢迈克尔-凯西神父(Father Michael Casey OCSO)提出的 "吸引力是真理闪耀的力量 "这一说法，以及上帝的旨意是梦想，传递着神圣的幸福。\*马格达伦-马瑟修女成为新南威尔士州詹伯鲁的本笃会成员已有17年。她定期指导团体闭关，并为住在修道院闭关别墅的人提供精神指导。谁是我的邻居》是一本高质量的作品，讲述了好撒玛利亚人的故事。这本小册子以有吸引力的现代图片突出了本笃会的价值观，帮助我们面对世界的挑战。

**id 272**

Wolftrap - As Long As You Love 歌词 在夜里醒来，如此孤独的睡眠，为什么我们会接近？不管它需要什么你接受我的话，不要让你失望。我把我的心给你，你把它当作家。宝贝，当你离开时，夜晚显得如此漫长，我埋下头，躲进俏皮的梦里。看着你的眼睛，我看到了日出 这是河流和和平，石楠花更甜的摇篮曲。听我说，那是我们独自走过的地方，我们的手磨得越久，你的恐惧就越大。因为只要你爱，只要你关心并留在我身边，我知道不会有任何人留在我们之间。只要你爱，只要你关心，只要你留在我身边，我知道我们之间不会有任何人停留。因为只要你爱，只要你关心，只要你留在我身边，我知道我们之间不会有任何人停留。在夜里醒来，如此孤独的睡眠，为什么我们会接近？不管它需要什么。

**id 273**

拥有有限假期的人有哪些住房和住房福利权利？一般来说，人们在英国获得有限的假期来工作、学习、访问或与家人团聚，但附带的条件是，他们必须能够在不求助于公共资金的情况下容纳和支持自己。住房和福利资格条例反映了这一点，在大多数情况下，他们不符合资格。拥有有限居留权的人可以直接向住房协会申请，因为对这些申请没有资格规定。短期居留的人（游客和一些短期学生）可能会被拒绝，因为协会通常旨在为打算在该地区停留一段时间的人提供住房。你可以在这里找到关于公共资金的移民规则：这是规则中提供一般定义的部分，并对 "公共资金 "进行了定义，但在该部分的最后，有一个详细的澄清，也是规则的一部分。住房和社会服务的支持 如果资金暂时中断，用自己的资金支持自己的有限假期的人可能有权获得长达42天（6周）的住房福利，尽管对他们的假期有任何限制，禁止求助于公共资金，但这种例外仍然适用。资金中断者的住房福利 如果有限假期的人一直自食其力，但他们的资金被暂时中断，只要他们有合理的预期，他们的资金将很快恢复，他们就有权获得最多42天（6周）的住房福利。关于这一点，请看谁有资格领取住房福利。尽管他们在英国的休假受到任何限制，但这是不可能的。在威尔士，来自这些国家的人也有资格从地方当局获得住房分配和无家可归者服务。夫妻中一方有有限假期的住房福利 夫妻中一方有有限假期的成员（因此如果他们是单身，就没有资格享受住房福利/过渡性住房福利），但其伴侣有资格享受住房福利/过渡性住房福利（例如，英国公民），只要其伴侣提出申请，就可以获得住房福利/过渡性住房福利。这里的伴侣指的是配偶/登记的民事伴侣或像他们的配偶/民事伴侣一样和他们一起生活的人。住房等候名单的申请，其中有有限假期的人是家庭的一部分 任何符合条件的人都可以作为无家可归者提出申请或进入住房等候名单，但如果申请中包括因有有限假期（或没有假期，例如一对夫妇，其中一个成员是英国公民，另一个有有限假期）而不符合条件的人，就会出现复杂情况。如果符合条件的申请人申请进入议会等候名单或进入分配计划，地方当局必须根据其分配计划评估申请人的需求，并合理地优先考虑某些类型的申请人，这包括以过度拥挤或社会或医疗需求为由提出的申请。只要申请人符合条件，在决定需求和合理优先权时，家庭的其他成员也会被考虑在内，即使他们本身因为移民身份而不符合条件：见R (Kimvono) v Tower Hamlets London Borough Council [2001] 33 HLR 239。当地方当局收到这类案件的申请时，它必须首先决定谁是家庭的合理成员，在这样做的时候，一个人的移民身份的临时性可以成为它考虑的因素：见Ariemuguvbe。因此，如果申请人的成年子女已经独立生活（Ariemuguvbe），议会不将其包括在内是合理的，但将未成年子女排除在外则是不合理的（Kimvono--见上文）。在英格兰，关于谁可以实际申请住房分配的规则在未来可能在不同的地方当局地区有所不同，因为在2012年6月18日，《地方主义法》引入了一些变化，使理事会能够制定自己的地方规则，规定谁可以申请加入住房登记册或等待名单。 然而，许多议会可能不会制定具体的地方规则，或者在地方协商后再制定。规则的改变不能直接或间接地歧视特定的民族或种族群体（更多信息请参见什么是歧视？ 新规则不会影响无家可归者的援助，也不适用于威尔士。在确定优先需求和无家可归问题时，地方当局必须忽略家庭中不符合条件的任何人。

**id 274**

1886年，他们全家搬到了伦敦，他们在罗素广场的家成为社会主义者和女权主义者的聚会中心。他们也都是费边社的成员。正如琼-汉纳姆所指出的。"西尔维娅自己对社会主义和女权主义政治的兴趣受到了她父母活动的影响，也受到了许多访问他们家的知名演讲家和作家的影响。"在这些年里，理查德和艾梅琳继续参与争取妇女权利的斗争，并在1889年帮助成立了压力团体--妇女特许权联盟。该组织的主要目标是确保妇女在地方选举中享有投票权。1893年，理查德和艾梅琳-潘克赫斯特回到曼彻斯特，在那里他们成立了新的独立工党（ILP）的一个分部。在1895年的大选中，潘克赫斯特作为独立工党候选人参加了该市郊区的戈尔顿的选举，但被打败了。她的父亲在1898年死于穿孔性溃疡。西尔维娅与父亲的关系非常密切，她从未真正从父亲的死亡中走出来。与她的母亲和姐姐不同，西尔维娅保留了父亲在她小时候教给她的社会主义信仰。到1905年，媒体已经对争取妇女权利的斗争失去兴趣。报纸很少报道会议，通常拒绝发表妇女选举权支持者写的文章和信件。1905年，WSPU决定使用不同的方法来获得他们认为需要的宣传，以获得投票权。1905年10月13日，克里斯塔贝尔-潘克赫斯特和安妮-肯尼出席了在伦敦举行的会议，听取英国政府部长爱德华-格雷爵士的发言。当格雷讲话时，这两名妇女不断地喊道："自由党政府会给妇女投票吗？当这两名妇女拒绝停止喊叫时，警察被要求将她们赶出会场。潘克赫斯特和肯尼拒绝离开，在斗争中，一名警察声称这两名妇女对他拳打脚踢并吐口水。潘克赫斯特和肯尼被逮捕并被指控犯有攻击罪。克里斯塔贝尔-潘克赫斯特和安妮-肯尼被认定犯有攻击罪，并分别被罚款5先令。肯尼和潘克赫斯特被认定犯有攻击罪，并分别被罚款5先令。当这些妇女拒绝支付罚款时，她们被送进了监狱。此案震惊了全国。在英国，妇女第一次使用暴力来争取投票权。1906年，西尔维娅放弃了她在皇家艺术学院的学习，全职为妇女进步联盟工作。 同年晚些时候，她在法庭上抗议妇女不被允许为自己辩护的审判，因而遭受了第一次监禁。西尔维娅在工党中也非常活跃，并成为该党在下议院的领导人基尔-哈迪的亲密朋友。据《自由的事业》的作者说。根据《自由的事业：女权运动者的生活》（2003年）一书的作者所说。"这位年轻的学生，现年24岁，已经爱上了这位50岁的政治家，其方式远远超出了单纯的钦佩或友谊。随着关系的发展，这些感情的复杂性变得更加清晰。西尔维娅将哈迪视为部分政治英雄、部分父亲形象和部分潜在情人。渐渐地，他开始回报她的感情......哈迪帮助她搬到了更便宜的住所，抚慰她紧皱的眉头，并带她出去吃了一顿高兴的饭。从那时起，西尔维娅经常去下议院看他，两人一起在圣詹姆斯公园散步，或在内维尔宫度过夜晚。他们是如何处理他已经结婚的事实的，并不完全清楚"。1908年夏天，妇女进步联盟采用了打破政府大楼窗户的策略。6月30日，女权主义者游行到唐宁街，开始向首相府的窗户投掷小石块。由于这次示威，27名妇女被逮捕并被送往霍洛威监狱。1909年6月25日，玛丽恩-华莱士-邓禄普被指控 "故意破坏下议院圣史蒂芬大厅的石制品，用不可磨灭的橡胶印章盖章，造成价值10美元的损害"。华莱士-邓禄普被认定犯有故意损坏罪，当她拒绝支付罚款时，她被送入监狱。

**id 275**

分享这个故事 许多人在考虑如何推荐他人时，面临的最大挑战之一是担心在这个过程中会让朋友伤心。在最近一次关于如何产生推荐人的BrightTalk研讨会上，有人问我如何在不失去朋友的情况下进行介绍。问题全文如下。"我正试图为我在保险和财务规划行业认识的人做介绍。困难在于，如果只是把我认识的朋友和人的名字告诉他，当他开始联系他们时，可能会惹恼他们。但也很难提出问题来限定线索，因为这有点私人性质。"答案有两部分。第一部分在于推荐人的定义。许多行业和销售团队专注于收集人们的名字和号码，作为他们 "推荐战略 "的一部分。然后他们很乐意给这些人打电话，希望能得到足够的名字以获得一些销售。这不是转介的产生，而是线索的产生。它们是完全不同的事情。想象一下，你坐在你的办公桌前，忙于应付最后期限。电话响了。是有人想向你推销东西。你并不期待他们的电话，你不一定认识到你对他们的服务有需求，而且，说实话，你没有时间或倾向去了解。他们是否使用你认识的人的名字作为他们介绍的一部分。现在想象一下同样的场景。只是这次你在期待这个电话，你知道它是关于什么的，为什么它与你有关。无论你有多忙，你都会更容易接受来电者和他们要说的内容。这是因为他们已经被介绍给你。换句话说，一个朋友推荐了他们的服务，因为他们可能能够帮助你，而你已经同意接受他们的电话。因此，我答案的第一部分是，你不应该在你的朋友不知情的情况下把他们的名字作为线索提供出去。你几乎可以保证，这样做你会惹恼不止一个人。那么，你如何克服询问个人问题的问题？你想推荐的财务顾问应该能够帮助你解决这个问题。问他一些典型客户的例子，以及他们何时需要他的帮助。不是针对个人的财务状况，而是一般的。人们看他们的财务规划通常是在发生一些事情改变他们的情况时。这可能是他们正在购买第一套房子，正在等待第一个孩子，正在计划退休或一系列的原因。上面的例子都是你在你的朋友中很容易认识到的情况。如果理财规划师能够解释为什么处于这种情况的人需要他的帮助，以及他能给他们带来的变化，你应该很容易以一种让你的朋友愿意与他交谈的方式传达这一信息；因为他能让他们的生活变得更好或更容易。当你传递推荐人时，你不必冒着关系的风险。事实上，如果你以正确的方式做事，那可以对人们产生积极的影响，它可以帮助你建立关系，结交新朋友。好的区别...我在过去发现，简短而礼貌的电子邮件往往比 "热情 "的电话更受欢迎。另外，上次我试着这样做时，确实带来了新的业务。不是与我联系的潜在客户，而是他们的一个联系人需要一个SEO文案。我认为转介或甚至线索都有可能变质，尽管如此。几年前，我的名字在我不知情的情况下被传了出去，我每隔几天都会接到电话。我当时礼貌地说了 "不，谢谢"，但他们不接受 "不 "的回答。这让推荐人的形象大打折扣，虽然，这个 "骚扰者 "过分坚持到无礼的地步，自然不是他们的错。听起来，你提到的 "推荐"（听起来其实是一条线索）之所以变质，正是因为传递你名字的人没有先跟你说。转介的第一条规则是确保 "潜在客户 "有兴趣，并期待着一个电话。否则，这对冷淡的电话没有多大的改进。谢谢你的评论，Tracey。这听起来像是 "推荐"（实际上是

**id 276**

2011年无家可归者统计结果出炉 2011年无家可归者统计报告于本周发布。 该报告的重点包括无家可归者总人数几乎没有变化。2011年发现了2650人，而2008年统计的是2660人。这一变化在统计学上是微不足道的。无家可归者的人数大幅减少。2008年，有1574人没有住所，而2011年有758人，减少了52%。这表明，整个地区庇护所床位的增加和外展人员的持续努力正在取得成效。被收容的无家可归者显著增加。在紧急庇护所和类似设施中的人数增加了74% -- 从2008年的1086人增加到2011年的1892人。如果没有增加床位，这一增长是不可能的。人们在紧急避难所停留的时间更短。总体而言，77%的被调查者报告说，他们在过去12个月中在避难所停留的时间少于3个月。这表明庇护所的流动和效率有所提高。原住民在无家可归人口中的比例仍然过高。原住民约占大温地区总人口的2%，但他们在所统计的无家可归者中的比例仍然过高，达到27%。青年无家可归者增多。共有397名25岁以下无人陪伴的青年被发现。这是该地区有史以来发现的无人陪伴的无家可归青年的最高人数 -- 比2008年增加了9%，比2005年变化了34%。女性在无家可归人口中的比例增加。自2005年以来，女性在无家可归人口中的比例一直在上升。2005年，每四个无家可归者中有一个（26%）是女性，但到2011年，每三个人中有一个（30%）是女性。被统计的无家可归家庭的数量有所增加。发现了56个无家可归的家庭和54个孩子。这是历次统计中最高的家庭数量。大多数儿童，即54名儿童中的32名，是12岁或以下。大多数无家可归的家庭（55%）报告说是由于家庭破裂、虐待或冲突而无家可归。更多的老年人无家可归的时间更长。虽然他们的人数与2008年相比没有增加，但发现有200多名55岁及以上的人。近48%的老年人被认为是长期无家可归的人 -- 他们至少有一年时间没有家。这一人群中的很大一部分也面临着健康问题。无家可归者的健康状况已经恶化了。无家可归者中多种健康挑战的发生率明显增加。接受调查的无家可归者中有近三分之二（62%）报告了多种健康状况，包括三分之一（31%）报告了三种或四种健康挑战。无家可归的流浪者在获取食物方面存在困难。在统计日遇到的无家可归者中，近70%的人已经两天或两天以上没有吃到好的食物。另一方面，75%的无家可归者报告说在统计日的24小时内吃过一顿好饭。添加新的评论 你的名字 评论 \* CAPTCHA 这个问题是用来测试你是否是人类访问者，并防止自动提交垃圾邮件。将此字段留空 评论(1) 我认为与公众分享这些信息是件好事。我们对无家可归者有很多不了解的地方，了解这些统计数据有助于我们确定下一步帮助他们的路线。无家可归在全世界都是一个日益严重的问题，carino-en-ligne，但有越来越多的人站出来帮助那些希望得到帮助的人。

**id 277**

来自英国考文垂的获奖乐队 "Dark Side Of The Wall "是该国领先的平克-弗洛伊德致敬乐队之一，在他们身后有超过12年的定期音乐会表演。他们擅长准确地表演从1967年的第一张录音室专辑到1994年的最后一张专辑中的音乐，他们还重新创造了平克弗洛伊德音乐会的独特体验。欲了解更多关于乐队的背景，以及在DSOTW演出中的期待，请点击这里。聆听我们的现场--呼吸 (2.84MB) 2007年6月，在卡迪夫的The Point舞台上通过桌子现场录制。

**id 278**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。书籍描述 发行日期。2002年3月26日 埃里克-维亨迈尔出生时患有视网膜病变，这种退行性眼疾将使他在13岁时失明。但是，埃里克决心超越这种毁灭性的残疾，过上充实而精彩的生活。在这本感人至深、鼓舞人心的回忆录中，他分享了自己为突破视觉障碍--以及一个看得见的世界--强加给他的限制所做的努力。他动情地讲述了他的家人在他冲破失明障碍的战斗中所发挥的作用：母亲祈祷奇迹出现，使儿子恢复视力，父亲鼓励他向那遥远的山顶努力。他还讲述了他攀登世界七大高峰的梦想，以及他如何将这一梦想变成惊人的现实（只有不到一百名登山者做到这一点）。从白雪皑皑的麦金利峰到高耸入云的阿空加瓜峰和乞力马扎罗峰，再到终极挑战珠穆朗玛峰，这是一个关于在不可能的困难面前敢于梦想的故事。这是一个关于在不可能的情况下敢于梦想的故事。它是关于找到勇气去攀登那个最终的顶峰，并将你的生活转变为真正的奇迹。"我非常钦佩你。你是其他盲人和许多视力良好的人的灵感来源"。(Jon Krakauer, Into Thin Air一书的作者) 埃里克-维亨迈尔(Erik Weihenmayer)天生患有视网膜病变，这种退行性眼疾将使他在13岁时失明。但是，埃里克决心超越这种毁灭性的残疾，过上充实而精彩的生活。在这本感人至深、鼓舞人心的回忆录中，他分享了自己为突破视觉障碍--以及一个看得见的世界--强加给他的限制所做的努力。他动情地讲述了他的家人在他冲破失明障碍的战斗中所发挥的作用：母亲祈祷奇迹出现，使儿子恢复视力，父亲鼓励他向那遥远的山顶努力。他还讲述了他攀登世界七大高峰的梦想，以及他如何将这一梦想变成惊人的现实（只有不到一百名登山者做到这一点）。从白雪皑皑的麦金利峰到高耸入云的阿空加瓜峰和乞力马扎罗峰，再到终极挑战珠穆朗玛峰，这是一个关于在不可能的困难面前敢于梦想的故事。这是一个关于在不可能的情况下敢于梦想的故事。它是关于找到勇气去攀登那个最终的顶峰，并将你的生活转变为真正的奇迹。"我非常钦佩你。你是其他盲人和许多视力良好的人的灵感来源"。(Jon Krakauer, Into Thin Air的作者) {"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "显示可用性和运输细节", "shippingError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格:", "两个项目的价格:", "所有三个项目的价格:"], "预购":["预购此项目", "预购两个项目", "预购所有三个项目"]}}。编辑部评论 《出版商周刊》在这本感人至深、充满冒险的回忆录中，维亨迈尔从他很小的时候就逐渐失明说起。当他在高中时完全失明时，他已经养成了将他带到世界上一些最高的山峰以及日常生活中经常出现的危险斜坡上的特质：魅力、坚韧、幽默感、对危险的热爱和对他人的关心。他雄辩的回忆录展现了所有这些特征。魏亨迈尔--一个追求刺激的人，他的天空

**id 279**

关于硬件规格和发布时间表的进一步细节尚未报道，但WPCentral说，"与目前的WP8硬件相比，它是独特的东西"。微软的一位女发言人拒绝直接评论这些传言。"她在一份声明中说："我们非常相信我们的硬件合作伙伴，我们一起专注于与他们一起将Windows Phone 8推向市场。然而，诺基亚首席执行官Stephen Elop周二告诉All Things D，他没有看到任何证据表明雷德蒙计划推出自己的手机。此外，微软--像诺基亚--将难以与苹果的iPhone 5和三星的Galaxy S3等设备竞争，他说。"我没有迹象表明他们打算做自己的手机，"埃洛普告诉该网站。"如果他们选择的话，他们可以这样做。"诺基亚去年对Windows Phone做出了重大承诺，并将在今年晚些时候推出它最新的基于Windows Phone 8的Lumia 920和820智能手机。中国时报》称，微软的手机将以 "Surface "品牌名称推出。据报道，微软在6月公布的Windows 8 Surface平板电脑的消息让其PC合作伙伴傻眼了，所以猜测该公司正在秘密开发自己的智能手机可能并不那么牵强。

**id 280**

协会、俱乐部和慈善机构 澳大利亚的俱乐部和协会依靠会员销售、赞助和筹款产生的现金来生存。 在寻找一个简单的策略，让你增加收入，减少固定开支，以便你能把更多的钱投入到你最擅长的领域时，你会面临一贯的挑战。那么，21年来，澳大利亚的俱乐部、协会和慈善机构都向Bartercard求助，通过创造收入/节省现金的策略来帮助解决这些问题。 他们使用Bartercard来出售未售出的广告空间、赞助套餐和门票。 利用他们所产生的贸易币，他们通过使用Bartercard来抵消一些与活动、抽奖、商品和成功运作所需的设备有关的费用，从而节省现金。听听我们的巴特卡会员是如何使用巴特卡的......Richard Clarke, NZ Breakers "我们通过将赞助整合到我们业务的各个层面来实现我们的工作--我们的核心费用，如印刷和餐饮，我们能够通过Bartercard直接找到供应商，我们的场地能够接受T$作为他们费用的一部分，因为他们能够用T$支付一些直接费用，我们的员工和球员通过使用Bartercard网络的个人支出来协助进行现金转换。我们也能够在现金转换的同时帮助我们的其他赞助商增加价值，通过Bartercard寻找营销机会，并将这些机会卖给其他赞助商。"黄金海岸泰坦队，迈克尔-苏尔 将巴特卡应用于我们的俱乐部，为我们节省了数千美元。几乎任何东西都可以在Bartercard上找到。现在的商业是多样化的，寻找其他的非现金解决方案效果特别好。我对其他俱乐部的建议是使用Bartercard......它对我们很有效。丹尼尔-赫伯特，昆士兰红队 "在昆士兰橄榄球队，我们对可以利用Bartercard的许多途径以及我们可以与供应商和新的赞助伙伴建立的新关系感到非常鼓舞。Bartercard不仅仅是一个商业工具--它是一个独立的商业战略，可以有效地使我们的各级代码受益，从精英和旗舰的昆士兰红队一直到比赛基层的社区俱乐部。罗杰-菲利普斯，澳大利亚雨林基金会 "Bartercard不仅使我们能够使用贸易美元购买商品和服务，而且还与我们在Bartercard社区之外可能找不到的主要供应商建立了持续的业务关系。我们在澳大利亚和英国的网站和持续的公关活动中使用了Bartercard" Karen Dahlskog, Hear and Say-聋哑儿童中心 "Bartercard是对慈善部门筹款的真正补充。 我们把Bartercard的收入视为我们业务的一个重要组成部分。成为Bartercard的会员对我们来说有两方面的好处。我们通过Bartercard的各种网络活动接触到新的商业合作机会，而且我们能够在Bartercard上购买产品，通过在我们的现场和无声拍卖会上销售来进行现金转换。"Bartercard对我们协会来说是一个非常好的额外收入来源。我们利用Bartercard的主要领域是我们的代表队项目和为我们的会员套餐购买商品。 我们为各自的团队花费在住宿和交通上，这通常占据了我们年度现金预算的很大一部分。去年，我们用Bartercard贸易币抵消了我们总支出的15%，这使我们能够利用现金在其他领域消费！"Dave Emblem, Blue Tongues Ice Hockey "如果不是Bartercard的支持，我们就不会有这个团队。Bartercard对我们俱乐部产生了重大影响。自从加入Bartercard后，我们成功地获得了赞助商，并向Bartercard会员出售了各种会员套餐。我们从赞助安排和会员销售中获得的收入，通过提供我们俱乐部运营所需的必要的周转资金来帮助我们。"所以，如果你正在寻找...出售更多的广告空间和会员资格 增加你的赞助、捐款和活动出席率 通过免费的本地、国家和国际营销机会提高你的形象 ...如果你想...为你的活动和定期活动节省现金 购买拍卖或抽奖奖品时节省现金 购买设备和其他运营必需品时节省现金 挖掘Bartercard的20,000家企业你的下一个潜在会员、赞助商或捐赠者可能就在附近。今天就给Bartercard打电话

**id 281**

我们热爱好啤酒 在不久的将来，低陆平原会有一些很酷的啤酒活动发生。 我是通过CAMRA温哥华电子邮件列表和CAMRA温哥华Facebook群组了解到这些活动的。 如果你想知道最新的啤酒活动，我建议你加入这个名单和小组。 然而，我不会止步于此；我会考虑成为CAMRA的正式成员。 25美元的费用将很快从储蓄和其他福利中收回，相信我，做吧，加入吧。 现在说说这些活动。素里的Big Ridge将在28日星期二晚上7点举办酿酒师晚宴。 晚餐费用为40美元，有四道美味的菜肴，每道菜都与美味的大山脊啤酒相配。了解更多。又到了一年一度的迪克斯夏季啤酒节的时间，许多啤酒商带来一两桶他们的作品供我们在一个地方享用。 桶装酒节是8月8日12点至5点，费用仅为20美元。 我还没有参加过迪克斯啤酒节，但打算把这次作为我的第一次。 点击这里查看啤酒阵容和其他信息。5 Comments to A couple of events Erik, while surfing for Bottom feeding Yeasts in a Kombucha Mushroom Tea research, I ran across your Lambric Picture and since Lambric is a wild ferment and kombucha may be considered one also I would your permission to post your picture in a comparison.也可以引用链接和信用。

**id 282**

在新世界的边缘 普利摩斯种植园 艾伦-维利尔斯于1957年将一艘全尺寸的 "五月花 "号复制品从英国驶往新英格兰。 同年，普利摩斯种植园开始建设，这是五月花号殖民者建立的村庄的代表。该镇是以1620年定居者在英国看到的最后一个地方命名的。 当时的拼写还不规范。 种植园的版本是当时使用的几个版本之一，并将其与附近的现代城市的名称区分开来。 五月花号就停泊在那里的国家码头边上。普利摩斯种植园实现了 "哈利 "霍恩布洛尔二世的愿景，他在马萨诸塞州度过了童年的假期。 他对朝圣者之父的故事和他们被认为是第一次踏上的象征性登陆点--"普利茅斯岩石 "着迷。 没有任何文件证据支持这一说法，事实上，定居者实际上是在靠近现代普罗文斯敦的科德角顶端登陆的。 他们在离岩石所在地几百米的范围内，在1920年的古典天幕下建立了他们的第一个永久家园。霍恩布洛尔于1949年在滨水区开设了一个 "第一间房子 "的代表，不久之后又增加了第二间房子和一个堡垒/会议厅。 1956年，他的家庭为现在的村庄重建提供了土地，次年开始在那里建造。 堡垒被移到那里。 它现在是殖民者村庄项目的主要入口，有许多房屋及其后院、车间和养有绵羊、牛和山羊的田地。1964年，当地人的 "假发 "被建立起来。 穿着服装的导游介绍了殖民地的生活以及用古董布置房屋的方式。 摆放的人体模型代表了居民们。 它描绘了1627年村子的情况，当时它真的矗立在今天的城市中。在20世纪70年代末，工作人员开始尝试在美国其他博物馆建立的技术，如同样位于马萨诸塞州的Old Sturbridge，以及英国的一些地方。 这就是第一人称解释。 他们根据真实的历史人物、他们的生活和性格，采用了经过充分研究的角色。 游客们发现自己被当作十七世纪的旅行者来迎接。 语言专家的精心培训使他们能够使用17种当地或区域英语方言中的一种，并使用适当的词汇。 一丝不苟的准备使他们能够处理有关乡村生活和殖民地文化的问题。 对于那些提到冰箱或汽车等二十世纪特征的游客，他们设计了合适的回应方式。 这些方法通过说 "你们会有你们的新设备；我们必须利用我们能利用的东西 "来掩盖这些东西。在20世纪60年代末，一个关键的发展开始出现。 来自附近的美国原住民社区--万帕诺格人被吸引过来，在朝圣者村旁边经营一个 "夏令营 "原住民村。 它逐渐建立在靠近定居者家园的地方，但有其独特的风格和文化。 万帕诺格人的小屋、农作物和手工艺品被摆放在原住民的视野中，并由他们掌握。 从博物馆入口进入主村的路线穿过万帕诺格人的遗址，将游客带入美国原住民被来自英国的定居者追随的正确历史阶段。其他博物馆也不得不摆脱欧洲白人对美国的看法。 黑人奴隶历史是辛辛那提国家地下铁路自由中心的主题。 查尔斯顿附近的木兰花种植园和花园一直在修复奴隶小屋供游客参观。 美国原住民的生活和文化到目前为止是在小型中心和考古遗址中展示的。 但是，弗吉尼亚州的重要博物馆和城镇Colonial Williamsburg，与独立战争有着重要的联系，几十年来一直在缓慢地加强对黑人历史的描述。 威廉斯堡位于一个著名的奴隶制国家，黑人的角色是威廉斯堡生活的核心。 问题是两方面的。 作为一个致力于十八世纪中期的博物馆，它必须让黑人扮演奴隶和仆人的角色，这可能会强化一种不再被接受的地位。 同时，至少在20世纪50年代和60年代，博物馆在安排黑人担任更重要的工作人员职位方面只能走到这一步，因为一些白人反对这种做法。Plimoth Plantation现在更强调

**id 283**

我喜欢的网站 我在网上探索，寻找我喜欢的网站 多米尼加的生活方式。在前往多米尼加共和国旅行时，了解一些国家的文化、习俗和礼仪是很好的。我研究了我的档案，并在网上冲浪，汇编了一些最有趣的习俗和奇妙的多米尼加人的特点。 更多......加载中...最佳交易 在前往多米尼加共和国旅行时，了解一些国家的文化、习俗和礼仪是很好的。我研究了我的档案，并在网上冲浪，汇编了一些最有趣的习俗和奇妙的多米尼加人的特点。你会惊讶地发现，从未见过面的多米尼加人可以像永远是最好的朋友一样进行交谈。陌生人之间会以amigo或amiga来问候对方。Mi amor (?my love?)在男人和女人之间普遍使用，即使他们不认识对方，也没有人认为这是一种性骚扰。多米尼加人通常也会说joven（?年轻的）或amigo（?朋友）来引起别人的注意，比如在餐厅里的服务员。在对某人讲话之前，你应该适当地对这个人敬礼。当你踏上公共汽车或共享出租车时，你会发现每个人都会向你打招呼，如 "Buenos das"。多米尼加人互相欢迎，并通过触摸脸颊，发出亲吻的声音来道别。亲吻总是在女性之间进行，也经常在女性和男性之间进行，但前提是女性首先主动提出。多米尼加男子通常以拥抱的方式问候。请记住，接吻不一定仅限于相识的人。如果你和一个多米尼加人交了朋友，而你被介绍给另一个朋友或家庭成员，如果那个人给你一个大大的吻，不要感到惊讶。多米尼加人在点咖啡或汉堡时在你面前切菜是没有问题的。这是文化的一部分，与你个人没有关系。在保持微笑的同时，坚持你的立场。在街上或海滩上购买商品时，你应该讨价还价，但请记住，在多米尼加共和国，多花几美元就能买到很多东西，有助于为生活在同一屋檐下的几代大家庭提供食物。正餐，即comida，在中午供应，通常持续两个小时。家人更喜欢在家里吃饭。早餐（Desayuno）通常是清淡的。晚饭（cena）也是清淡的，通常不超过点心或社区的剩饭。客人先上菜，有时单独上菜，而且比较丰盛。大多数饭菜中都有大量的米饭。La bandera（国旗）是一道受欢迎的民族菜肴；白米和红豆让人想起国旗的颜色，因此得名。第三种成分是炖肉，通常与炸芭蕉和沙拉一起食用。另一道最受欢迎的菜是sancocho，一种肉、芭蕉和蔬菜的炖菜。在沿海地区，人们喜欢吃鱼和海螺，椰子被用来使许多海鲜菜肴变甜。根茎类蔬菜包括红薯、山药、木薯和土豆。少量的鸡肉、牛肉、猪肉或山羊可以随餐食用。食物一般不含辣味。多米尼加的咖啡是用小杯装的，味道很甜很浓。多米尼加人喜欢接待客人，他们被当作皇室成员对待。如果你要带礼物，你应该知道，与许多欧洲国家一样，紫色和黑色与死亡、葬礼和哀悼有关，因此应该避免。适当的礼物是糖果、巧克力、蛋糕、糕点或鲜花，你应该期望礼物在你面前被打开并被亲切地谈论。比规定时间晚到15至30分钟被认为是准时到达。在多米尼加共和国，由于平均工资很低，所以给小费是很普遍的。你会发现，公平和慷慨的小费将确保良好的服务。由于旅游业是一个重要的产业，你应该知道，如果你需要拍摄或需要当地人的帮助，通过给他们一小笔钱的小费来表达你的感激之情是很好的礼节。在多米尼加文化中，穿戴整齐、仪表端庄是一件非常值得骄傲的事情，即使是最贫穷的人也会全力以赴地在公众面前表现出自己的最佳状态。正如

**id 284**

彼得-戈佐夫斯基的一些广播采访非常吸引人，许多人在用汽车收音机收听时，会把车开到高速公路的路肩上，或把车停在绿树成荫的街道的路边，以便他们能够更好地注意正在说的内容。他是这个国家的广播巨人，对许多人来说是 "加拿大先生"，对许多其他人来说是 "广播先生"。他是一位作家，一位专栏作家，一位杂志编辑，至少有10本书的作者，这取决于你算哪一本？"早晨这个国家 "和 "晨报 "的奇妙信件集，他的个人著作，如《私人的声音》，或者他关于团队和运动员以及冒险的优雅的真实故事。他还在《90分钟现场》和《Gzowski & Company》等节目中做过不情愿的、不舒服的电视表演者。他是扫盲的倡导者，通过他每年在全国各地举行的名为 "彼得-戈佐夫斯基邀请赛 "的高尔夫比赛，甚至在北极的冰雪上（使用橙色的球），为扫盲事业筹集了数百万美元。他热爱新闻事业，尽管他更喜欢 "记者 "这个词，而不是 "新闻工作者"。他喜欢曲棍球、棒球、高尔夫、契约桥牌、密码字谜、北方以及国家的扫荡和内容。多年来，他几乎数不清自己获得了多少荣誉学位。1999年，他被任命为安大略省特伦特大学的校长，恰好是在7月1日？加拿大日。他一直担任这个职务，直到去世。他死于慢性阻塞性肺病，或更常见的肺气肿，"吸烟者的疾病"。戈佐夫斯基经常讨论和写到他的烟瘾。在最近由Greystone Books出版的《上瘾：来自野兽之腹的笔记》一书中，他写了一章，标题是 "如何在50年内戒烟"。在那一章中，他说他每天抽三大包罗斯曼牌香烟？75支香烟。他写道："我有保健系统，祝福它的心脏，称之为COPD，即慢性阻塞性肺病，但每个人都知道它的真正含义是肺气肿？"事实是，彼得-戈佐夫斯基死于吸烟。他于1934年7月13日出生在多伦多。当他六岁时，他与他的母亲和她的新丈夫雷格-布朗一起搬到安大略省的Galt。1948年，14岁的他离家出走，找到了他的外祖父，外祖父设法让彼得进入他的母校--安大略省圣凯瑟琳市的瑞德利学院。Gzowski是波兰贵族Casimir Gzowski爵士的曾曾孙，他是一名工程师。在里德利学院毕业后，他获得了两项奖学金，并进入多伦多大学学习。他在安大略省北部的《蒂明斯日报》开始了他的新闻生涯，回到多伦多大学后，他担任学生报纸《大学》的编辑，并在《电讯报》兼职工作。1957年春天，Gzowski成为萨斯喀彻温省《穆斯焦时报-先驱报》的城市编辑。到1957年秋天，他成为安大略省《查塔姆日报》的总编辑。第二年，他加入了《麦克林》杂志的工作人员。28岁时，他成为《麦克林》有史以来最年轻的总编辑，并被称为新闻界的 "神奇男孩"。1970年代初，他转向广播电台，主持加拿大广播公司的 "早晨的这个国家"，然后离开广播电台，在夜间电视节目 "90分钟现场 "中担任主持人，这是个灾难性的经历。当这个节目失败后，戈佐夫斯基四处寻找写作任务，写了名为《圣餐》和《我们生活的游戏》的非小说类书籍，讲述了韦恩-格雷茨基和埃德蒙顿油人队的故事。对格佐夫斯基来说，那是一段孤独的时光。他住在多伦多西北部的一个小村庄洛克伍德。他感到被切断，被放逐。他对一位朋友说："我的上帝，有时电话怎么会不响呢"。他重返电台是由于在一家餐馆里与芭芭拉-弗鲁姆的一次偶然相遇，芭芭拉-弗鲁姆当时是CBC电台 "随遇而安 "的明星主持人。"为什么我再也听不到你的广播了？弗鲁姆问道。"没有人问

**id 285**

Friday, February 24, 2012 Pinterest:如何防止你的Blogger图片被钉在上面 这篇文章解释了如何阻止你的Blogger博客上的图片被钉在Pinterest网站上--通过在你的Blogger模板中插入一个元标签。我发现Pinterest已经对那些担心侵犯版权的人发出的非常多的 "偷窃！"的嚎叫做出了回应。 我知道，当我看到人们公然无视图片的所有者和他们对在其他网站上使用或发布的版权限制而进行钉钉时，我非常担心。(在这篇文章的末尾，我提到了几篇博文和文章，详细说明了为什么这是一个问题）Pinterest现在引入了一段代码，防止你的网站或博客上的图片被钉住。当用户试图从你的网站上钉入时，他们会看到这样的信息。"这个网站不允许钉在Pinterest上。如有任何问题，请联系网站所有者。感谢您的访问！"我试过了--而且成功了。因此，这就是你在Blogger上安装代码所要做的事情。1. 旧Blogger--进入Blogger的 "设计 "标签。 在新Blogger中，选择编辑菜单，然后选择模板。或者，在登录时，选择 "设计 "命令--页面的右上方。(注意，模板--在html中--看起来是一样的，无论你通过哪种途径）2、选择 "编辑html "标签。 这就是它的样子（我使用的是一个 "死 "博客的模板）这就是你想编辑Blogger模板html时看到的样子 3. 在编辑你的模板之前，你可能想先保存一份副本。下载完整的模板。4. 复制Pinterest的代码 5.将代码插入博客的头部部分--也就是======== 行以上的部分。 下面你可以看到我把它放在哪里的图片--就在&lt;head&gt; 代码之后 6. 保存模板 7. 现在试着从博客中添加一张图片到Pinterest（你需要一个账户才能做到这一点）。选择 Add+ 在 Add+ 窗口中插入博客文章的URL 你会看到这条信息!:)Pinterest会告诉Pinner，不允许使用Pinning 这很简单，也很快捷--只要你能访问你网站的html代码。如果你没有，我建议你写信询问网站托管人支持团队如何最好地实现你网站的pinterest代码。我还建议你把这个帖子分享给你那些拥有Blogger博客的朋友。 他们可能不屑一顾--但他们也可能更愿意保护自己的作品，而不是不问青红皂白就把它拿走。最后一个问题围绕着版权，即围绕着什么可以和什么不可以被分享的法律模糊性。LLsocial的Josh Davis指出，99%的图钉可能违反了Pinterest自己的服务条款，该条款规定，当用户图钉一张图片时，意味着他们已被授权这样做或拥有该物品的个人所有权。 图钉违反了图片许可 网上博客、作家、艺术家和摄影师有一个简单、合法的方式从他们发布在网上的图片中获益：许可。图片许可意味着版权所有者允许特定的、有限的使用，以换取某种回报。对于图片库，这个 "东西 "就是钱：人们付钱使用高质量的照片，使他们的网站或出版物看起来很好。在创作共用协议下，"东西 "是信用和回链。回链是一种有价值的商品：它不仅为艺术家或摄影师的网站带来流量；它还可以帮助网站在搜索引擎中获得更好的排名。通过Allposters.com或Zazzle.com等联盟营销项目，联盟可以使用电影海报或艺术品等小型版权图片，以换取对销售海报或艺术品的商店的回链。钉上一张授权照片，就像砍刀穿过蜘蛛网一样，切开了这些合法的互利协议。Benn Silbermann是Pinterest的创始人。 本周一，他在Pinterest博客上写了一篇关于《成长》的文章 "哦，如何Pinteresting！"，阐述了他们对版权的立场--以及他们如何尊重版权，帮助人们举报--和（这是新的！）在网站上插入代码，防止图片被复制。我们决定今天从谈论版权开始。作为一家公司，我们关心尊重版权人的权利。我们努力遵循DMCA的程序，当我们收到声称的版权侵权通知时，迅速采取行动。我们有一个表格，用于报告以下索赔

**id 286**

放弃婴儿 中小型企业的所有者往往没有明确的想法，不知道当他们最终退休或只是想追求不同的兴趣时，公司会发生什么。 即使他们知道，他们也很难 "放下孩子"。公司会继续吗？ 公司是否处于一个合适的状态，能够将其出售，或将是关上大门走开的情况？ 许多业主意识到，为了能够出售企业，它需要在不需要他们的情况下能够自力更生；为了使它对购买有吸引力，它可能需要在规模和盈利能力方面有所增长。 一些业主也认识到，他们在进行这些变革时需要帮助，以推动业务发展，并将明确的流程和程序落实到位。 有些人甚至认识到，可能需要新的人员。 然而，即使已经完成了所有这些工作，许多人也没有看到从现在到退出之间的障碍，特别是如果这个过程没有得到仔细的计划和管理，可能会出现人员问题。从所有者的角度来看，由于可能是白手起家的企业，可能对被喻为所有者的 "宝贝 "的东西有大量的情感依恋。 可能会有一些个人问题需要面对和克服，例如：接受退出对他们个人意味着什么（退出后他们将如何处理自己的时间）；从情感的角度放手（将企业是他们的宝贝的想法改为投资）；从控制的角度放手（信任团队）；接受他们不知道所有的事情（接受关于退出的最佳战略的建议）；以及对将新所有者强加给团队感到内疚（坏 "父母"）。随着退出的临近，当然还有之后，可能会有更多的问题：自我价值的降低；失落感，几乎类似于丧亲之痛；以及对接下来的事情的恐惧。 为了解决这些问题，企业主需要建立非常明确的个人目标，并对退出后的工作有一个明确的计划。同时，企业主有责任确保其他员工尽可能顺利地度过退出期，而不损失任何关键人员。 有些人可能会欢迎新老板的消息；然而其他人可能会反对，并为自己的未来担忧。 为了确保平稳过渡，业主可能需要发展新的技能，如：引入变革；处理异议；处理冲突；建立信任；向员工介绍情况；向潜在买家介绍情况；以及授权任务。对企业主进行一对一的辅导，加上与管理团队和其他关键员工的研讨会，可以帮助解决上述问题，发展企业主的沟通技能和关系技能，以发展团队接受战略所需的信任。 这也有助于建立业主的自信心，因为他可能不习惯为成功过渡而需要的活动和责任。当然，如果有一个以上的所有者，并且需要一个联合退出战略，上述问题就会被放大。 在这里，对相关人员进行一对一和集体辅导，可以帮助实现共同的目标和理解，帮助每个所有者理解其他所有者的驱动力和动机。请记住，当 "放开孩子 "并试图确保成功退出时，仅仅建立必要的系统和程序是不够的，你还需要认识到并处理将不可避免地发生的人员问题。迈克-琼斯擅长于通过发展情商来改善企业的关系。 如果你想在管理成功退出方面得到帮助，请立即致电+44 (0)1908 509088或发送电子邮件至 mike@potentialmatters.co.uk 给他。

**id 287**

A Few Minutes With Alex Morgan Koji Watanabe/Getty Images 亚历克斯-摩根在今年为美国队的11场比赛中打进12球。亚历克斯-摩根于2010年首次为美国女子国家队出场，并迅速确立了自己作为一名有价值的替补球员的地位。去年夏天，摩根在世界杯的六场比赛中，有五场都是替补出场--在美国队半决赛战胜法国队和冠军赛输给日本队的比赛中都有进球--但今年，她以一连串更强的表现为自己赢得了常规首发的地位。22岁的摩根在2012年以12个进球成为国家队的主要得分手，而她的7次助攻仅次于劳伦-切尼的10次。上周，在奥运会足球比赛开赛前的两个月，摩根接受了Goal博客的采访，谈到了她为奥运会所做的准备，她在这个夏天的目标以及她一直关注的一个对手。问：球队对周日与中国队的比赛以及伦敦奥运会的准备工作进展如何？为了解决肯定会激怒女足国家队球迷的电视停播问题，美国足球队周六宣布，将于周日晚上7点在ussoccer.com上直播与中国队的比赛。 A. 我们真的很忙，正在为奥运会做准备，我们与球队在一起的时间比离开球队的时间多得多。现在，我们正在新泽西州-斯拉什-菲利准备与中国队的比赛，但在那之后，我们可能有一个星期或更少的休息时间，然后我们再次回到一起训练，确保我们的身体和精神在正确的时间内达到奥运会的峰值。问：之后你们就去瑞典了？答：是的，去瑞典，然后我们回来，然后我们去盐湖城参加送别赛，然后我们去苏格兰进行奥运会前的准备工作。[美国队在7月25日在格拉斯哥的汉普顿公园与法国队进行奥运会开幕式之前，将与瑞典队、日本队和加拿大队--奥运赛场上的另外三支球队进行比赛。］问：游泳运动员和田径运动员可以为奥运做准备，但你和你的队友们必须永远保持最佳状态，因为你们的比赛日程安排。整年保持这样的体能和状态是否很难？我不会说保持最佳状态很困难，因为我们非常有竞争力，我们每天都带着百分之百的热情去练习，而且像我们这样经常和球队一起比赛有助于我们保持最佳状态。但这肯定会给你的身体和精神上带来很大的压力，所以对我们来说，采取这些额外的措施来防止受伤并留在球场上是非常重要的。这就是G.E.与美国奥委会和美国队合作，为我们实施新的医疗记录技术的原因之一。问：那么他们是全年监测你们，还是只是汇编所有这些信息，以便在你们参加训练营时手头有这些信息？答：以前，我们的记录到处都有。我总是和不同的医生和理疗师打交道，因为我们经常旅行，而且在过去几年里我和很多不同的球队打过交道。因此，现在向前看，一切都将是电子化的，我将能够和医生一样在网上访问它。问：你有一个伟大的冬天，真的进入了一个节奏。你是否觉得你个人或团队在你的比赛中出现了转机？答：我认为，在这支球队中，一切都是小步快跑，因为当你进入这支球队时，它是精英中的精英，它是最顶尖的，它是你一生中梦想的地方，所以当你最终进入这支球队时，你想努力工作，进入首发阵容，获得更多的上场时间。世界杯结束后，我从板凳上下来，得到5分钟或30分钟的时间，现在进入首发阵容，我觉得我已经翻开了新的一页，现在我正在接受这个新角色，进入奥运会。有了世界杯的经验，我对自己的角色感到更加自如，感觉自己能够在场上为球队的成功做出更大的贡献，而且在过去几个月里，我在这支球队的表现相当不错。问：球队的奥运目标很明确，但你也必须有自己的目标。是很难把它们分开，还是你有一种

**id 288**

Eplot1c："我们意识到我们必须自己来做" - 采访 在后门骚乱9场戏剧性失利后尘埃落定，我设法抓住了团队中的Micke "Eplot1c" Anker，和他聊了聊他的团队到目前为止的结果的原因和方法。我们走到楼下的酒吧，在一张空桌子后面坐下，问题开始滚动。这是采访录音的书面版本。-你好......先问问题。现在是什么情况？你们连续输掉了两场本该轻松获胜的比赛，发生了什么？我不知道，我们很震惊，真的......我们完全没有想到会这样。呃，我不知道。不过，我们必须振作起来。我们需要赢得下一场比赛。如果我们输了，我们就出局了，我们必须赢得下一场比赛。如果我们不这样做，看起来非常糟糕，我们需要赢得下一场比赛。-对阵Jiggaw00h，在我看来，你们似乎非常迷失方向，就像几乎没有团队讨论该怎么做，就像你们没有任何固定的目标或协调。你对此有什么看法？在比赛前你告诉我崩溃是你擅长的地图之一，所以你一定觉得很有信心？也许太自信了？也许太自信了，因为当我们开始比赛时，我们注意到他们的反击，而且非常好。在那之后，我们有点陷入震惊。我个人就像被打得很惨，就像打扑克一样。我什么都做不了，我不知道发生了什么。我们真的，真的，真的很糟糕。我们不知道发生了什么，我们真的很失望。-你真的以为Jiggaw00h会打得这么好吗？他们在之前的比赛中以09:04领先于Phantasmagoria，但还是输了，你认为大家都低估了他们吗？你低估了他们吗？是的，我们肯定低估了他们。尽管我们看到他们在之前对阵 "幻影 "时打得那么好，但我们认为他们对阵我们时不会打得那么好。如果你这么说，你是否已经认为自己的水平比 "幻影 "高，或者？不不不。不，好吧，你知道，看着幻觉之城那样挣扎，是有点意思。但我不知道，如果我们打败了幻影城，对阵幻影城会非常紧张。Eplot1c在他的Jiggaw00h比赛中感到沮丧 -在mp\_citystreets上与Immortal eSports的比赛中发生了什么？我看到比赛一开始就很接近，但后来Immortal以08 : 04完成了上半场，甚至到了10 : 04。 然后你们就醒了，让比赛接近了，但伤害已经造成了还是？我认为主要的一点是，这场比赛是在Jiggaw00h的比赛之后，我们仍然处于震惊状态。我们的开局非常糟糕，但话说回来，我们知道如果他们[Immortal eSports]打得好，他们实际上可以击败我们。特别是在mp\_citystreets上，与Jiggaw00h不同，我们预计会直接碾压他们。但还是像以前一样，我们醒得太晚了，就是这样。-那么你们为什么不使用暂停或其他方式，只是为了放松和冷静一下？的确，的确。现在猜测已经太晚了，但我们当时太低落了，所以才会想到这个问题。-那么，如果我理解正确的话，你认为不死鸟电竞是这次赛事的黑马之一？他们到目前为止表现得非常好，你认为他们也能在季后赛中击败其中一支顶级队伍，还是今天只是运气好？他们绝对是这里的黑马，是的。我认为他们在线下的表现甚至比线上更好，这很令人惊讶，因为我认为这是他们很多人的第一次局域网。我可以看到他们至少从YoYoTech或Phantasmagoria或REGret eSports那里拿了一张地图，这一点都不会让我感到惊讶。-你对自己目前的发挥满意吗？喜欢你的个人发挥吗？如果不是，你认为问题出在哪里？你是紧张还是你的设备有问题？叶，这是我最糟糕的局域网，有史以来。我以前从来没有打得这么差过。我不知道为什么，我打得不好，是我脑子里的问题。不是的，我不能

**id 289**

COSMOS杂志评论（书籍、DVD等）非小说类评论员。Jos Borghino 2006年8月 Pi:A Biography of the World's Most Mysterious Number 作者：Alfred S. Posamentier 和 Ingmar Lehmann 普罗米修斯出版社 ISBN 1-59102-200-2 AUD$52.95 324 pages Good old pi.一个圆的周长与它的直径之比。根据这本书，圆周率从公元前2000年起就以一种近似的形式为人所知。当然，由于圆周率是 "无理数"（一个不能用有限小数表示的数字），我们永远只能得到近似值。只是现在的近似值已经达到了小数点后1.24万亿位!本书有关于圆周率历史的章节（详尽记录了圆周率的近似值在许多文化中越来越精确，包括古埃及人、巴比伦人、古希腊人、中国人和罗马人，一直到现在），以及关于圆周率的悖论、好奇心和应用的章节。它有证明和计算π值的方法。它还涉及到了一些最伟大的数学思想，因为他们对圆周率很着迷。最重要的是，Posamentier和Lehmann为我们提供了一个可爱的27页，上面只写了π到小数点后十万位。这是一本为爱好者、琐碎追求者或想成为书呆子的书。它有太多的方程式和太多的数学符号，无法吸引一般的非专业读者，而它又过于基础和轻率，无法引起专业数学家的兴趣。同样，它也没有接近马里奥-利维奥的《黄金比例》、约翰-麦克利什的《数字》或约翰-巴罗的《虚无之书》等书的美感或范围。我想你几乎可以从任何东西中学到一些东西。从这本书中，我了解到国际圆周率日是3月14日，不是因为这是爱因斯坦的生日（确实是），而是因为这个日期可以写成3.14，也就是π到小数点后两位。如果你喜欢这种东西，你会在这本书中找到喜欢的东西。

**id 290**

如何前往中美洲 旅行和访问中美洲许多国家和目的地的方式有很多。最常见的是通过陆路和飞机。但我们都知道，去你感兴趣的中美洲国家最舒适的方式是乘坐飞机。在现代社会，你可以在每个国家或地区找到机场，在大多数情况下，你会发现不是一个而是许多机场。这将使你更容易进出你想参观的景点所在的地区。最重要的是，你不需要再有一笔小钱花在机票、巴士或租车上，因为有公司提供很大的折扣。但就像到世界上任何其他地区旅行一样，有几件事情你可能想知道，这将使你的旅行更加美好。但这是你的决定，所以在你决定之前要查看所有的信息。以下是乘坐飞机到中美洲旅行的事实和建议： - 你可以期待的入口税约为2-20美元，这取决于国家的情况。- 在中美洲的机场，自己去找移民局盖章是很常见的事情。- 签证很容易拿到，你不需要在旅行前拿到签证，也不需要在假期开始前排长队。- 每天都有从美国出发的航班，价格优惠，还有从欧洲等其他主要地区的定期航班。你可以在flights24.com上找到TACA航空公司的航班，价格很好。- 在大多数机场，你可以找到交通服务，你可以提前安排，或者你的酒店可以为你做。乘坐巴士前往中美洲： - 乘坐巴士前往中美洲，比较容易和便宜的方式是从美国出发。- 这是一个很长的距离，你必须穿过墨西哥，但你可以在一整天内到达危地马拉。- 你也可以选择在墨西哥的一些景点做一些停留，这些景点会在你的途中。- 如果危地马拉不是你心目中的度假国家，一个好主意是在你到达边境之前安排一辆巴士带你到你想去的国家。正如你所看到的，这是两个完全相反的选择。如果你正在寻找放松、豪华和休息，或者你只是没有很多时间，飞机是必须的。另一方面，如果你想做一些探索，并享受你在路上看到的风景和城镇，巴士是你最好的选择。无论你选择什么，无论是飞机还是巴士，你可以肯定，你对中美洲的访问将是你有史以来最好的假期之一。赞助文章：Marina K. Villatoro Marina K. Villatoro是一名外籍人士，与她的家人在中美洲和拉丁美洲生活和旅行了10年以上。在她的家人的努力下，她写了一些有用的家庭指南，使家庭在这些地方的旅行变得有趣--所有这些都是经过她的家人测试和批准的!在Facebook和Twitter上加入玛丽娜，了解更多中美洲和拉丁美洲的乐趣

**id 291**

我只是简单地浏览了一下在2012年iTunes音乐节上演出的其他艺术家，当我偶然发现9月16日在Roundhouse演出的Laura Mvula 'Diamonds'。于是，像我一样，我查看了它。视频的标准不高，但是劳拉的声音质量很高，让我在整首歌中都被吸引住了。同时可以观看的还有《让我堕落》和《她》。劳拉-姆武拉有一种混合着灵魂和放克的爵士乐感觉，想想已故的艾米-怀恩豪斯或没有吉他的凯蒂-梅鲁亚，你就会明白了。描述劳拉的唯一方法是，回想一下我们有混音和合作之前的日子。她被剥光了，有一种天真和纯洁。你是否记得那些星期天的晚上。当你把你的脚放在休息室，放上你最喜欢的曲子，喝着热饮，没有与外界的社交活动？这就是它给你的感觉，"被隔离 "是最好的说法，它很美。你知道有些特别的事情正在发生，当你听到一些新的东西，只是击中了你的心脏，让一切都停止在它的轨道。如果有天堂或没有天堂，劳拉会让你相信有天堂。这首《钻石》的编排非常简单，你会得到一种闪烁的空气声，让你真正想象出钻石，并把你带到一个 "仙境"。这让我想知道更多，她是谁，她来自哪里。目前，关于她的资料很少，她住在伯明翰，2008年学习古典作曲，现在与英国RCA唱片公司签约。劳拉对音乐行业并不陌生，她是爵士/灵魂乐队 "Judyshouse "的主唱，并且早在2009年就写了他们的原创材料。别担心，这不会是你最后一次听到劳拉-姆武拉这个名字。从10月22日开始发售的是《她》的限量版7寸黑胶唱片（Townsend Records独家）。在过去的几个月里，她一直在为她的首张专辑工作。希望不久之后，我们就能享受到Laura Mvula整张专辑的乐趣。她的EP将在11月19日提供下载。10月23日，她发布了一个新的视频，劳拉说："感谢兰金，这是为你提供的SHE的脱胎换骨的表演"，无论是否有她这样的声音，谁需要乐器和昂贵的电子仪器。SHE "的原始版本也值得一听，一开始，她纯净的声音与和声和平静的鼓点完美地融合在一起，最后你会说 "哦，哇"。Laura Mvula在媒体上的曝光率很低，所以你可以说，你在这里先听到了它。这位艺术家将是一位值得关注的艺术家。

**id 292**

Side of the Road Rollin' down the highway 100 miles an hour seems slow I've got a 56 ford custom and the all stars on my radio Got a six pack in a cooler on the front seat of my automobile Watch out girl I'm the devil when I'm behind the wheel Then all hell breaks loose and I'm standing on the side of the road Then all hell breaks loose and I'm standing on the side of the road Sirens screaming...我知道我完蛋了，我只想着你 我把油门踩到底，开到高速，我得让自己离开这鬼地方 然后一切都乱了套，我站在路边 然后一切都乱了套，我站在路边 女孩，我真的很喜欢你的危险曲线。我真的很喜欢你危险的曲线 你是个疯狂的贝蒂，一个真正的野孩子 我想停下来，但我发现我的刹车不见了 来吧，女孩，是时候我们得到它了（和和） 然后所有的地狱松动，我站在路边 然后所有的地狱松动，我站在路边

**id 293**

人权法官说，德国当局阻止动物权利组织PETA在宣传活动中使用大屠杀的图片是正确的。欧洲人权法院在今天对PETA德国诉德国案（申请号：43481/09）的判决中，一致认为：没有违反《欧洲人权公约》第10条（言论自由）。该案涉及一项民事禁令，该禁令阻止了动物权利组织PETA发布以集中营囚犯的照片和大量储存的动物照片为内容的海报活动。法院特别认为，对大屠杀的提及必须在德国历史的特定背景下加以看待。有鉴于此，法院认为，德国法院在批准民事禁令时给出了相关和充分的理由。主要事实 申请人协会德国PETA是动物权利组织PETA（People for the Ethical Treatment of Animals）的德国分部。2004年3月，该组织计划发起一场名为 "你盘子里的大屠杀 "的广告活动，该活动在美国也曾以类似方式进行过。该组织打算出版一些海报，每张海报上都有一张集中营囚犯的照片和一张被大量储存的动物的照片，并附有简短的文字。例如，海报在 "最后的羞辱 "的标题下，展示了一张堆积如山的人体照片和一堆被宰杀的猪的照片；在 "如果涉及到动物，每个人都会成为纳粹 "的标题下，展示了一排排躺在双层床上的囚犯和一排排躺着的鸡的照片。当时德国中央犹太委员会的主席和两位副主席提出请求，要求获得法院禁令，命令PETA不得在互联网上或通过公开展示的方式发布七张具体的海报。原告在童年时曾在大屠杀中幸存下来，其中一人在大屠杀中失去了家人。他们提出，打算开展的运动具有攻击性，侵犯了他们的人的尊严以及他们中的一个人失去的家庭成员的人格权利。2004年3月18日，柏林地区法院批准了临时禁令，并于2004年4月22日确认该禁令。法院特别认为，没有迹象表明PETA的主要目的是贬低大屠杀的受害者，因为海报的目的是批评动物的饲养条件。这种意见表达与公共利益问题有关，因此在权衡相互竞争的利益时，一般会享有较高程度的保护。然而，必须考虑到集中营的囚犯和大屠杀的受害者被置于与动物同等的地位，从《德国基本法》所传达的人的形象来看，这种比较似乎是武断的，因为《德国基本法》把人的尊严放在中心位置。2004年12月，地区法院确认了主要诉讼中的禁令，2005年11月，上诉法院确认了该决定。2009年2月20日，联邦宪法法院驳回了PETA的宪法申诉（文件编号：1 BvR 2266/04和1 BvR 2620/05）。该法院虽然对打算开展的运动是否侵犯了被描述的人或原告的人的尊严表示怀疑，但认为没有必要对这个问题进行裁决。下级法院的决定是基于这样的假设：《基本法》在人的生命和尊严与动物保护的利益之间做出了明确的区分，而且该运动平庸了大屠杀受害者的命运。法院的决定 第10条 双方没有争议的是，禁令干预了PETA在第10条下的言论自由权。这种干涉在德国法律下是有法律依据的，它追求的合法目的是保护原告的人格权，从而保护第10条规定的 "他人的名誉或权利"。至于干涉是否是第10条意义上的 "民主社会所必需的 "问题，法院一开始就指出，PETA打算开展的与动物和环境保护有关的海报活动，不可否认地符合公共利益。因此，只有重要的理由才能证明这种干涉是合理的。德国法院仔细审查了所请求的禁令是否会侵犯该组织的权利。

**id 294**

另一只手 [平装] 书籍描述 出版日期:2001年12月3日，当涉及到帮助他们挥杆时，左撇子高尔夫球手一直被 "冷落 "着。没有一本现成的 "挥杆书"，也没有一本是由专业高尔夫教练写的。史蒂夫-安德森，PGA唯一的左撇子 "认证 "专业教学人员，已经来到了这里。安德森与高尔夫作家保罗-德维尔（Paul deVere）共同撰写的《另一只手》（On the Other Hand），以直接、清晰、愉快的风格介绍了高尔夫的基本原理--从左侧开始。对于各个级别的高尔夫球员来说，这是一个很好的选择。包括80多个安德森和他的一些学生的动作镜头。当涉及到帮助他们挥杆时，左撇子高尔夫球手一直被 "冷落 "在一边。只是没有一本现成的 "挥杆书"，而且没有一本是由专业高尔夫教练编写的。史蒂夫-安德森，PGA唯一的左撇子 "认证 "专业教学人员，已经来到了这里。安德森与高尔夫作家保罗-德维尔（Paul deVere）共同撰写的《另一只手》（On the Other Hand），以直接、清晰、愉快的风格介绍了高尔夫的基本原理--从左侧开始。对于各个级别的高尔夫球员来说，这是一个很好的选择。包括80多个安德森和他的一些学生的动作镜头。编辑评论 评论：为左撇子（和右撇子）高尔夫球员提供了出色的比赛基础知识。清晰、易懂的指导。-- 关于作者 史蒂夫-安德森从事高尔夫教学已超过20年。他是美国PGA的A级会员，被列为A-6级高尔夫职业选手，即教学型选手。他也是美国43位拥有美国PGA "高级教学认证 "的高尔夫专业人士之一。在这43人中，他是唯一的左撇子。2000年，他被南佛罗里达州PGA评为 "年度最佳教师"。他是左撇子高尔夫的常驻总教练，这是互联网上最受欢迎的左撇子高尔夫网站，也是美国PGA的在线专业人士。几年来，他在南卡罗来纳州希尔顿黑德岛领导了肯-文图里高尔夫培训中心。安德森在地区和全国范围内发表了许多指导文章，并为佛罗里达州西南部的NBC分支机构主持了一个受欢迎的高尔夫节目。他拥有Titleist、Slazenger、Zevo和P.G.A.的球杆装配专家证书。Titleist将安德森评为美国 "百强 "球杆装配师之一。他平均每年有近2,000节课。安德森是佛罗里达州迈尔斯堡的首席教学专家。我最近刚和史蒂夫-安德森完成了8节课，作为他指导的一部分，我得到了他的书。史蒂夫在《另一只手》中对高尔夫挥杆的描述再清楚不过了。这本书向你展示了建立一个坚实的高尔夫挥杆所需的一切。我是一个16杆的选手，在过去的5个星期里，我在弗洛里达州向史蒂夫学习后，在锦标赛中打出了我职业生涯中最好的两轮比赛，成绩是82-86。除了史蒂夫，我还要感谢其他任何人。买了这本书，更重要的是到这里来跟他学一学！！。最棒的是，史蒂夫的指导是按照书中的字句进行的，所以即使你没有机会来这里亲自练习挥杆，也可以保证你在阅读他的书时感觉到你 "几乎达到了"。感谢史蒂夫!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!"On The Other Hand "是一本神奇的指导手册，它帮助我提高了球技（比我更昂贵的球杆更好！）。似乎史蒂夫的基本原理在许多其他的高尔夫教学资料中都没有。我很高兴他决定把它们印刷出来供大家阅读。这本书充满了有效的指导，真实的冒险，以及易于理解的照片（无论你是左手还是右手）。我不是专家，但我认为这本高尔夫书将会是 "热销的！！"周一收到这本书，第二天就得去参加比赛。仅仅读了前40页，我就明白了我所犯的错误。在比赛之前，我

**id 295**

我们的宣传册 现在就联系我们!新闻发布 如何让你的故事上电视 对许多公关公司来说，让你的故事上电视是圣杯。为什么？因为很多时候，电视提供了最集中的观众--坐在你的产品或服务面前的最多眼球。电视也被认为是最可信的新闻媒体。原因是，人们倾向于相信他们所看到的东西。从推广者或公关的角度来看，电视是一种视觉产品，它为你提供了一个很好的渠道来捕捉观众的想象力。没有什么比观众能够看到你的产品或服务的运作，或听到你或你的发言人谈论它更有力量。这就是可信度因素的作用。如果你有机会上电视，你基本上就得到了一个免费的机会，与你的消费者交谈，说服他们，向他们推销，给他们留下深刻印象。这也许只是一个快速的15秒采访，或者是一个完整的五到六分钟的专题报道，但无论如何，人们都会对你留下印象。在这么短的时间内，消费者会做出判断，你或你的产品或服务是否值得他们感兴趣，或者更重要的是，他们的消费金额。在危机管理的情况下，受众也在研究他们是否能信任你。那么，如何让你的故事出现在电视上？通过了解，电视既是娱乐，也是故事。如果你有一个想上电视的故事，但它没有视觉吸引力，那么它最好是一个该死的好故事。完美的电视故事有三个关键因素。电视故事是有新闻价值的，是观众感兴趣的 电视故事有优秀的采访人才支持。这些人看起来很有趣，听起来也很好玩。简明扼要地讲述故事的人。电视故事在视觉上是吸引人的。伟大的图像吸引着观众，并带着他们一路走来。一个电视故事具备以上三个要素是很罕见的。如果它做到了，电视新闻室、早餐电视和时事节目都会为你的故事倾倒。这是在一个完美的世界里，但更多时候，一个好的电视故事会有其中的两个元素。如果你有优秀的电视图片和优秀的电视人才，这个故事可能不需要一个惊人的新闻角度。如果新闻角度很好，而采访人才也很好，那么实际的视觉元素可能不需要完全吸引人。你会明白的。那么，谁是伟大的电视人才？一个被媒体认为是伟大的电视人才的人，自然是对他们所谈论的事情充满热情的人。如果你相信它，观众也会相信。如果你需要强迫自己的热情或激情，它就会以这种方式出现。摄像机很少会说谎。你可以保证，观众每次坐在电视机前时，都会把废话表真正打开。伟大的电视人才能够简明扼要地传达他们的信息。预测记者或主持人可能会问你的问题，并准备好给他们一个答案，不仅要讲故事，还要有娱乐性。让你的观众参与进来，带着他们一起走。如何成为一名电视专家。电视节目，特别是早餐节目，总是在寻找某个领域的专家。例如，第七频道的 "日出 "节目要求彼得-布拉西纳谈论任何基于技术的问题，而基思-苏特博士则是他们在外交事务方面的首选人物。他们不仅知识渊博，是优秀的播音人才，而且总是可以找到他们。如果你想把专家的工作做到极致，可以试试奥普拉名下的菲尔博士。菲尔博士是美国奥普拉日间电视节目的常客，该节目也在世界各地联合播出，每天有数亿人观看。多年来，菲尔博士是如此受欢迎，他成为了一名畅销书作家，并开始主持自己非常成功的电视聊天节目。对于专家来说，在一个高收视率的电视节目中定期演出是提高你的形象和产生额外工作的绝佳方式。毕竟，在成为《日出》节目的常客之前，谁曾听说过布拉西纳或苏特？现在，这些定期露面的名气给他们带来了额外的演讲和媒体活动，这些都是价值可观的额外收入。但他们需要继续提供服务。他们需要与自己选择的领域保持联系，并准备好就任何相关的主题进行专业交谈。那么，你如何使自己成为一名电视专家？这通常是一个漫长的过程，但回报率很高

**id 296**

男人想要什么...演员乌苏拉-安德烈斯在詹姆斯-邦德电影《诺博士》中的著名场景，是男性的头号屏幕女神。资料来源。提供 邦德女郎本身已经成为银幕上的一个标志。我们回顾一下邦德电影中一些最令人难忘的女性形象 瑞士演员乌苏拉-安德烈斯是第一位邦德女郎 五十年前，乌苏拉-安德烈斯从加勒比海的温暖水域中走出来，只穿了一件超短的比基尼和一把刀，立即成为电影的标志。这位瑞士演员是第一位邦德女郎--这些引人注目的女性，与花哨的汽车、聪明的小工具、异国情调、双关语和大爆炸一起，成为詹姆斯-邦德电影遗产中不可缺少的一部分。从秘密的双重间谍到黑帮老大再到刺客，扮演邦德女郎意味着很多事情，通常会将女演员推向全球的名声，如果不是电影历史的话。在1962年的《诺博士》中扮演哈妮-莱德的安德烈斯巩固了她在历史上的地位。现在，她已经76岁了，仍然有很多风格。

**id 297**

更多...对于漂浮的子弹，陆军承认 "这项工作将需要创新的研究和非致命技术的进步，这些技术可以被包装在一个非常小的体积和重量内"，并建议设计者应该考虑 "机械，如橡胶球；声学；化学；电；或炫目"。这个想法当然不是空中楼阁，因为美国陆军已经有一种被称为Switchblade的 "神风 "机器人无人机，它在俯冲轰炸和炸毁目标之前悄悄盘旋。它从一个管子里发射出来，然后在飞到空中时翅膀折叠出来。美国陆军为这些无人机向制造商AeroVironment支付490万美元，以帮助其开发一种杀死可疑武装分子的新方法。这些无人机有一个微型电动马达，从头顶上传输实时视频，帮助士兵识别敌人。令人印象深刻的工艺。一名士兵发射了一架 "神风 "无人机，看着它从一个管子里飞出来的实时画面。该公司说，它将很快供美国陆军使用。操作人员可以向无人机发送信息，"让它武装起来，并将其轨迹锁定在目标上"。无人机将飞向目标并引爆一个小型炸药--但即使它正朝向杀戮，它仍然可以在最后一刻被解除武装。陆军的近距离作战武器系统（CCWS）于去年6月与AeroVironment公司签订了无人机合同。你需要的是一颗将目标的DNA编入其中的子弹。它应该能够跟随目标绕过拐角，进入建筑物，任何地方，直到击中。汤姆-塞勒克（Tom Selleck）曾在一部电影中使用这种子弹。那是一种让人害怕的子弹。嘘，美国！这就是为什么你们的政府是如此普遍的。这就是为什么你们的政府被普遍憎恨。这就是为什么你们必须采取行动，以免为他们无知的错误付出代价。美国人民要么拯救世界，要么让他们的政府毁灭世界。这让我想起了以前和我一起工作的一个伙伴；他有一个伙伴以前在德国的V-1火箭发射场；他讲述了一个真实的故事。负责的官员把人领到发射台上，然后就开始了；直到官员大叫。"我的，我的回来了，快跑吧。"《圣经》56:5他们整天都在伤害我的事业，他们所有的想法都是针对我的邪恶。------ 我们生活在一个多么病态的世界里............. "美国陆军提出了一个'神奇子弹'的想法，它挂在空中等待攻击。"全球警察我的脚......我相信这将有助于在世界各地争取人权（严重讽刺）....，呃，甚至可能使石油供应在他们手中并以美元计价。

**id 298**

2008年12月18日，星期四，正如我在上一篇评论的结尾提到的，我的音乐会季的亮点之一，当然也是伦敦交响乐团的亮点之一，看起来是唐纳德-朗尼克尔在1月25日与克里斯蒂娜-布鲁尔合作的施特劳斯的四首最后的歌曲，他的《Tod Und Verklrung》和马勒的第十交响曲的未完成的副歌的出现。遗憾的是，我在星期二收到了以下电子邮件。我写信告诉你，这场演出现在将由莱夫-塞格斯塔姆指挥，因为唐纳德-朗尼克尔由于家庭原因决定退出这场音乐会。节目将保持不变。我们衷心希望家庭原因不会太严重，希望朗尼克尔家的每个人都很好。然而，我们不能得到Runnicles已经够糟了，但如果他的替代者不是那么可怕，我还能忍受。我已经要求退款，并将为我的南行调查其他选择（爱乐乐团有本杰明-格罗夫纳演奏格里格钢琴协奏曲）。为什么对塞格斯塔姆如此愤怒？在他几年前与BBC苏格兰交响乐团合作演奏西贝柳斯的第五、第六和第七交响曲之后，他就上了我的黑名单。因此，现在似乎是一个很好的时间来重印我在这个博客之前的评论（最初发表于2006年12月1日的奈姆论坛）。好了，昨晚看到了引发这个话题的系列的结尾。真可惜，它不是人们所希望的告别式。指挥家Leif Segerstam负责第5、6和7号交响曲的演出。事情的开始并不特别好：第五交响曲的开场有些不对劲，但我很难用手指去指。当然，它的速度慢得令人痛苦，大约有40分钟。如果你是伦纳德-伯恩斯坦，并且能够想象出他与维也纳交响乐团合作的独特的声音画面，这就够了。塞格斯塔姆却做不到。看来他也肯定是他的学生（Solyom）的老师，因为他对管弦乐的平衡感非常差。尤其是在结尾处弦乐上的精彩主题，完全被冲淡了。与他的学生类似，他似乎也将音量与戏剧性等同起来（事实上，在第七乐章的某些地方，音量大得令人痛苦）。第二乐章也有类似的问题，甚至更多--大主题似乎根本就没有出现过；根本就没有扫荡或流动。事实上，他似乎并没有完全控制住局面，特别是他在过渡到终曲时的抽搐方式，这让他深受 "马勒九号综合症 "之苦（即那部作品在错误的人手中，看起来就像一系列不连贯的小品一样可怕--我从未想过西贝柳斯也会这样做）。他没有建立张力，没有主题。最后的和弦完全让人失望。不过，观众们似乎并不同意（我再次怀疑，听过这么多光盘上的优秀读物后，是否就无法欣赏到不温不火的表演）。然而，第6次演出比不温不火要差一些。如果说有什么问题的话，那就是平衡的问题（更微妙的时刻没有被允许通过）。这种情况因异常的懒散而加剧，再次持续了近40分钟。第一和第二乐章都以一种近乎滑稽的方式结束，以一种 "你在开玩笑，那肯定不是最后的和弦 "的方式。在一些糟糕的朗读中，至少有人会不时地得到美妙的西伯利亚主题，并认为，这更像它。但塞格斯塔姆从来没有让它们出现过。大的主题被摸索得很糟糕。第三乐章本应是激动人心的活泼乐章，却没有任何咬合力和紧张感，最后以最诡异的高潮突如其来的震耳欲聋而结束。在第四乐章中，我清楚地看到，他的问题比管弦乐平衡感差更深刻：他完全缺乏管弦乐的控制。这个乐章中的大高潮不应该以这种方式听起来像一个喧闹的声音。该乐章开篇的美感被完全丧失。然而，最令人失望的可能是第七乐章，也许是因为我对它有很深的印象。

**id 299**

自1998年7月20日星期一《纽约时报》首次报道 "百佳 "事件以来，出现了关于该名单的各种观点--以及关于现代图书馆炮制这样一个竞赛的目的的理论。百佳 "项目的目标是让人们谈论伟大的书籍。我们的成功超出了我们最疯狂的想象--超过40万名狂热的读者赶到网上为他们最喜欢的书投票，而拉德克利夫出版课程的学生也很快做出了回应，列出了100本最佳小说。自1900年以来以英语出版的最佳非小说的读者投票于1999年4月29日开始，1999年9月30日结束，共投出194,829票。自1900年以来以英语出版的最佳小说的读者投票于1998年7月20日开始，于1998年10月20日结束，共投出217,520票。为了启动你自己的、更有条理的书籍讨论，可以尝试使用一些谈话要点作为指导。热门板块推荐小说和非小说 被认为是20世纪用英语写的最伟大的小说，在这个版本中，沃尔特-加布勒发现了以前没有见过的文本。这是一部关于疏远、瘫痪和社会解体的幻灭性研究。来自贸易平装版。阅读更多 '我不记得什么时候我没有被亨利-亚当斯迷住，'戈尔-维达尔说。他的政治理想是由两位总统的祖先--曾祖父约翰-亚当斯和祖父约翰-昆西-亚当斯--塑造的，亨利-亚当斯是从内战到第一次世界大战期间面对美国舞台的最强大和最原始的思想之一。该书于1907年私人印刷，并在作者1918年去世后不久出版，受到广泛好评。阅读更多

**id 300**

你对俄勒冈州的比赛感觉如何？在过去5年左右的时间里，俄勒冈州立大学海狸队一直是我们的蛇的怪物。或者是蛇对我们的猴子。无论哪种方式，它都不漂亮。07年的莱利 "运行"，09年的贾维德，以及10年的莱利，都给许多加州球迷带来了相当不愉快的回忆。那么，说了这么多，你对俄勒冈州的比赛有什么感觉？Vincent S : 我不知道。有时，我们在进攻上看起来很好。在其他时候，我们没有。在这一点上，我认为我们是一支精神分裂的球队，在本赛季的过程中，有一连串的坏运气。当我们在场上时，我们就在场上（见：UCLA）。当我们不在时，我们真的不在。老实说，如果我们赢了，或者我们被打爆了，我都不会感到惊讶。Berkelium97 :这场比赛可能会很有趣。威廉姆斯和安东尼将不得不面对马库斯-惠顿和布兰登-库克斯这对会议中第二好的接球组合。看起来他们的生活可能会更容易一些，因为肖恩-曼尼恩看起来要开始了。他并不逊色，但科迪-瓦兹担任首发是有原因的。不过，我们的进攻可能会挣扎。在斯坦福大学之后，这是我们今年将面临的最艰难、最完整的防御。他们的跑动防守是坚不可摧的，他们的传球防守也很稳固。如果加州大学的防守人员能够对曼尼恩施加压力，这将变成一场老式的恶战。我期待着它。JahvidKnowsBest：大熊不会放弃，大熊不会死。让我们取得一场胜利来结束这个赛季。我认为我们有一个相当好的机会来对付这些家伙。我认为，只要跑动游戏正常，我们就有一个好机会。TwistNHook：和我之前的看法差不多。我已经把俄勒冈州的这场比赛算作整个赛季的一场失利。从2009年开始，我就把俄勒冈州立大学的这场比赛看作是一场失利。我们上次在科瓦利斯击败他们还是2006年。马肖恩，德肖恩，一个健康的内特。那是一个不同的世界!这支海狸队总是和加州大学打得很激烈，他们在过去7次对阵熊队的比赛中赢了大约5次。卡尔被打败了，特德福是个死人，没有什么可玩的。也许OSU会期待内战的到来，我不知道。但我怀疑他们在输给斯坦福大学后会很兴奋。另外，他们有一个叫Storm Woods的家伙。他的名字听起来就很硬朗。我想他会在我们身上打出1000码的成绩。三乐叹!俄亥俄熊：和我以前一样。我们不是一个很好的足球队。俄勒冈州立大学是。而且他们是在主场比赛。如果海狸队没有越过我们去看内战的话，他们应该会赢。科迪亚克：有点难过，同时也有点松了一口气。悲伤是因为这看起来是特德福时代的日落了。松了一口气的是，在这一赛季中，终于有了一些结果。这对我们的进攻来说是一场糟糕的比赛。他们会把我们的接球员堵在线上，并试图让我们在顶部击败他们。这不是一个我们可以持续进行的投掷。如果我们能建立起跑动，我们就有机会冲刺。但他们知道这一点。他们可能会通过我们的O线获得压力，只冲4或3人。我们在防守方面的状况更好。他们的两个四分卫都很容易失误。只要我们不选择那种软区的东西，我们可能有机会让威廉姆斯/安东尼与惠顿/库克坚持一段时间。由于他们的四分卫刚刚伤愈，这可能是彭德加斯特教练用闪电战套餐疯狂的比赛。与俄勒冈州的比赛应该会给我们的防守队员带来很大的信心来阻止他们的进攻。俄勒冈大学做了很多不同的事情，但主要是喜欢使用外线的拉伸战术，并通过偶尔的喷气式扫荡来改变内线/外线区域的运行。如果我们的球员有纪律，我认为他们有足够的进步，在这里是很稳固的。我只是不确定我们的特种部队和进攻队是否能坚持到最后，阻止我们的进攻。

**id 301**

通用信贷会使我们更穷吗？约瑟夫-罗特里基金会(Joseph Rowntree Trust)最近的一份报告指出，将于2013年10月开始的新通用信贷可能会导致人们在工作中变得更差，并难以理解一个更复杂的系统。统一信贷将取代对失业者或低收入者的经济情况调查福利和税收抵免。保守党推出普惠制的目的是为了削减成本，确保人们在工作中比领取福利的情况更好。然而，Joseph Rowntree Trust预测，一些关键问题有可能导致许多人进一步陷入困境。工作激励是UC的一个主要方面，但报告发现，虽然该计划将鼓励兼职工作，但它并没有为实现全职工作的重大飞跃提供激励。这一重大缺陷阻碍了家庭为摆脱贫困而需要采取的关键步骤。由于全职工作的工资增长幅度不大，因此无法支付旅行和儿童护理等费用。尽管努力简化福利制度，但约瑟夫-罗特里基金会认为，最可能出现的是相反的效果。由于申请人必须进行多重测试，将产生复杂的情况，预计会出现IT故障和不良服务。该计划将把每两周一次的付款改为每月一次，这无疑会给家庭带来问题；也许意味着他们将被迫依赖慈善机构。JRF的贫困问题负责人Chris Goulden说，鼓励更多的人从事兼职工作，但当他们进入全职工作时，却看到他们的收入被抹去，这是自取灭亡。如果环球信贷要成功地帮助人们摆脱贫困，它需要确保工作是真正有价值的，而不是惩罚那些试图提高他们的工作时间和收入的人。"过去的福利改革尝试并不总是被证明是成功的，影响到全国1000万个家庭，这将是一个重大调整。

**id 302**

访问IT活动 为什么健康保险经纪人仍有意义 健康保险经纪人帮助需要健康保险的个人找到符合他们需求和预算的政策。这个政策可能是针对一个人或整个家庭。经纪人经常被那些没有被团体健康保险计划覆盖的人所追捧。这些人可能是有预先存在的医疗条件的人，或者是那些自营职业者，不能利用雇员健康保险计划的优势。健康保险经纪人经常被比作房地产经纪人，因为他们在性质上是相似的。经纪人的工作是根据客户的期望福利清单，为他们找到尽可能好的交易。一旦经纪人找到适合他们客户的计划，经纪人就会努力在他们的客户和保险公司之间签订健康保险合同。许多人犯了一个错误，认为保险经纪人为保险公司工作。事实上，事实恰恰相反。经纪人为客户工作，取悦客户是为了他们的最佳利益。经纪人应该对各种不同的健康保险公司有一定的了解，这样他们就能为客户找到合适的公司。除了能够帮助客户找到保单外，他们还能够回答有关索赔、客户服务问题、处理时间以及--当然--有关保费的信息。健康保险经纪人可能会因为将客户与健康保险供应商联系起来而收到转介费。当然，这是在客户实际购买了保单的情况下。一般来说，经纪人收取佣金作为其服务的补偿。这笔钱可能来自客户、保险提供者或两者的某种组合。在后一种情况下，双方都将支付各自的经纪费部分。从长远来看，一个能够为客户找到一个优秀的保单，而且费率很高的经纪人是非常值得投资的。保险经纪人需要有执照，所以没有必要担心与不值得信任或不能履行其索赔的人合作。为了让经纪人获得执照，他们必须首先通过一系列的课程，然后至少通过一次考试。一旦他们获得了执照，他们的雇主往往会要求他们继续接受教育，以便他们能够掌握最新的法律和准则。这确保他们能更好地帮助客户满足其需求。虽然有一些方法可以在没有经纪人的情况下购买健康保险，但他们仍然提供有价值的服务，仍然可以为客户节省大量的保单资金。除非一个人有大量的时间和很好的谈判技巧，否则这是在个人基础上无法做到的。相反，把这个问题留给具有多年经验和资源的专业人士来寻找最佳的政策和费率总是一个明智的想法。这篇文章发布于2012年11月10日，星期六，下午2:24，归类于保险。您可以通过RSS 2.0 feed关注对该条目的任何回应。评论和平移目前都已关闭。

**id 303**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，您的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。图书简介 《育儿过程》是一本关于育儿的全面介绍，描述了父母和照顾者将他们对孩子的爱和关注转化为有效的育儿行为的多种方式。本书着重强调了发展过程和亲子关系随时间变化的性质，介绍了广泛的理论和研究，重点是现实生活中的应用。由于父母和孩子是不同的个体，本书强调了解决问题的方法，可以帮助父母找到适合自己、孩子和生活环境的解决方案。本书强调养育子女的两项基本任务是最终目的：与子女建立密切的情感关系和支持子女充分发展潜力。为人父母的过程》是对为人父母的全面介绍，描述了父母和照顾者将他们对孩子的爱和关注转化为有效的养育行为的多种方式。本书着重强调发展过程和亲子关系随时间变化的性质，提出了广泛的理论和研究，并注重现实生活的应用。由于父母和孩子是不同的个体，本书强调了解决问题的方法，可以帮助父母找到适合自己、孩子和生活环境的解决方案。本书强调养育子女的两项基本任务是最终目的：与子女建立密切的情感关系和支持子女充分发展其潜力。{"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "Show availability and shipping details", "shipError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格：", "两个项目的价格：", "所有三个项目的价格："], "预购":["预购此项目", "预购两个项目", "预购所有三个项目"}}.编辑评论 关于作者 简-布鲁克斯在加州大学伯克利分校获得博士学位。她在该大学的人类发展研究所担任研究员，对该研究所研究的三代有代表性的家庭进行访谈、测试和开展研究。她发表的文章包括将童年的经历与成年后的心理健康和社会成熟度联系起来。她还参与了公共卫生部门的一个研究项目，发表了一篇文章，描述了六千名儿童的行为问题，包括来自四个主要民族的儿童，年龄从9岁到11岁不等。她一直是加州大学伯克利分校心理学系的讲师，最近一次是在2006年教授发展心理学。她还在加州大学旧金山分校精神病学系的临床教员中任职多年。然而，她的主要工作是为儿童和家庭在日常生活中的心理困难寻求帮助。她为家长、教师和儿科医生开设了许多课程，以改善儿童的福祉和功能。她作为研究人员、教师和临床医生以及母亲的背景，使她能够广泛而详细地介绍养育子女的经验以及帮助儿童成长和实现其生活潜力的方法。到目前为止，我只为我正在上的育儿课读了大约一半的书。总的来说，它似乎是对现在的研究和专业人士所说的相当体面的概述，尽管我在书中发现了一些不准确的地方，而且它肯定在某些方面显示出一些偏见。例如，书中谈到了一个日益严重的问题：与年轻人相比，老年人越来越多。布鲁克斯说这是由于寿命的延长。实际上，人类的寿命并没有增加，仍然是120岁左右，增加的是预期寿命而不是寿命。她继续引用预期寿命的统计数据，我不知道这是一个错误，还是她不知道这个数据。

**id 304**

皮炎是指皮肤炎症的总称。湿疹是同一回事，这两个术语可以互换（尽管有些人对特定类型的皮炎使用 "湿疹 "一词，如儿童的特应性皮炎）。尽管皮炎有不同的原因，但其效果通常是相同的：当皮肤发炎时，会发红、肿胀或起水泡，并有强烈的瘙痒感。接触性皮炎 接触性皮炎是由于接触某种特定物质而引起的皮肤炎症，这种物质可以是刺激性化学物质，也可以是过敏原（过敏原是指会引起过敏反应的东西）。所谓的 "刺激性 "接触性皮炎是由诸如清洁剂、溶剂、酸、碱、油和皮肤清洁剂等物质的直接化学作用引起的。它常见于餐饮业者、清洁工、护士、建筑商、美发师和机械师。手部经常受到影响。过敏性 "接触性皮炎发生时，炎症不是由化学品直接引起，而是由皮肤的过敏反应引起。常见的诱因是面霜、凝胶、乳液和洗发水；护手霜中的防腐剂；香料和除臭剂；珠宝；染发剂和漂白剂。有些人对镍和钴等金属过敏，对手表、牛仔裤钉子或扣子的底面过敏，从而患上皮炎。起初，在接触性皮炎的急性期，皮肤会出现皮疹；它变得红肿，有小的、透明的、充满液体的口袋。这些小口袋会破裂并流出液体。皮肤往往是非常痒的。当病情发展到慢性期时，红肿现象就会减少；相反，皮肤层会增厚，经常出现脱屑、裂缝和开裂。通常情况下，医生仅通过观察就能识别接触性皮炎。但有时很难说是什么引起的反应，因为皮疹往往在接触后几小时或几天才出现。受影响皮肤的位置提供了一个线索，因为刺激物通常只影响它直接接触到的那些皮肤部分。因此，如果皮疹在手腕上，例如，它可能是由手表底部的金属引起的。出现 "条纹 "可能表明该人擦过了对其过敏的某种植物。如果原因不明确，但怀疑是过敏性皮炎，医生可能会建议进行斑贴试验。这包括在圆片上放置少量稀释的化学品，然后将其放在称为贴片的胶带上。将几个贴片贴在皮肤上，48小时后取下，观察皮肤是否有过敏反应。两到三天后可能需要进一步阅读。无论是刺激性还是过敏性类型，一旦停止接触，大多数接触性皮炎病例会逐渐淡化和消失，尽管这可能需要四到六个星期。在此期间，有一些治疗方法可以减轻红肿和瘙痒。润肤霜或软膏和润肤剂可以软化并增加皮肤的水分，改善干燥和脱屑的情况。口服抗组胺药可以帮助缓解瘙痒。皮质类固醇药膏和软膏可以减轻炎症。如果皮炎非常严重，可能需要口服皮质类固醇片。有时，接触化学品或过敏原是无法避免的，患者可能别无选择，只能更换工作。特应性皮炎在婴儿和幼儿中很常见。他们的脸上、头皮上、耳朵后面、身体上以及胳膊和腿上都会出现粉红色的鳞状皮疹（非常痒）。皮疹可能会结块、流泪和结痂。随着孩子年龄的增长，特应性皮炎往往会从脸上消失，而是主要出现在肘部、膝盖后面和/或手腕和手上。如果孩子抓挠患处（他们经常这样做，因为太痒了），皮肤可能会受到感染。特应性皮炎在有其他过敏症的儿童中更为常见，如哮喘和花粉症。它往往是家族性的，可能由环境中的过敏原引发，如屋内尘螨、动物皮屑、草花粉等。

**id 305**

世界上最大的两个超级大国即将选择它们的下一任领导人。当美国人的争斗赤裸裸地展现在众人面前时，在中国，北京的新皇帝和他最亲密的顾问却成了一个谜团。中国国旗 (Shutterstock) 这并没有阻止世界其他国家争论习近平（中国最有可能成为新的共产党领导人的候选人）和他的高级官员将对该国意味着什么。 到目前为止，这都是猜测，从改革派的习近平到强硬派的习近平，都有一些广泛的不同意见。以下是从东京到华盛顿的预测的综述。香港 虽然大陆媒体几乎没有关于新一届政治局的讨论，但香港的学者们可以自由发表他们的观点。据法新社报道，香港网站Mirror Books悲观地预测，新阵容将由保守派而非改革派主导。它援引接近党内的消息来源，预测阵容 "将包括张德江、俞正声、刘云山、张高丽和王岐山"。香港政治评论员林伟利持肯定态度："这看起来是一个阵容。这不是一个对改革希望有利的阵容"。澳大利亚 澳大利亚战略政策研究所认为，在习近平的领导下，一切都会照旧。Hayley Channer认为，由于他 "忠于共产党"，他不会 "对国内进行任何大的改变"。 但与现任总理胡锦涛相比，习近平 "更加平易近人，也更加自信"。钱纳表示，国内问题将使习近平忙于工作，而不会在地区政治中表现得过于强硬。讲中文的澳大利亚前总理陆克文上个月指出，新政府--可能于11月8日，即美国大选后两天宣布--将与1949年以来所有其他中国政府的关键目标相同：即 "新领导层将寻求维持中国共产党在国内的政治优势地位。"陆克文说，这将是艰难的，因为有腐败、经济问题，以及需要提高国家的国际地位。在言论自由的问题上，习近平将走进一个更加自由的中国。"陆克文写道："与过去相比，中国国内的民主力量现在也有更大的运作空间。"现在，中国媒体对中国政策问题的辩论更加开放。"虽然党本身是禁区，并将继续作为公众讨论的话题，但陆克文认为，"无论是在主流媒体、社会媒体，还是在当地通过对地方决策的民众抗议活动进行的公开辩论，现在都是中国国家政治生活中一个坚定的、可能是固定的特征。"他说，我们只能等待时机，看看习近平准备在多大程度上允许这种发展。"一些分析家认为，[习近平]将采取更加保守的政策，并试图在国内加强一党统治，"Amako说。"他的声明是保守的，但也是改革主义的，以中国为中心，但也是国际主义的。"习近平将不得不处理一些关键问题，其中之一是人民对更多自由的日益增长的需求与党的至高无上的地位之间的斗争。他说。中国的开放性改革政策不仅实现了经济增长，而且产生了权利意识，共产党对社会和政治的解放实施了强有力的制动。另一方面，已经采取了各种措施来引入一定程度的灵活性。然而，来自少数民族的抵抗、农民运动、频繁的民间和群众抗议、旨在提高公众权利意识的民权运动，以及非正式媒体对 "自由空间 "的扩展，现在都很明显。遗憾的是，Amako对习近平将如何尝试变通这一问题没有作出预测。美国 习近平与军方的紧密联系可能意味着他将是一个 "华盛顿难以抗衡的领导人"，Jane Perlez在《纽约时报》中写道。Perlez援引分析人士的话说，随着人民解放军的日益强大，习近平可能会专注于使中国在世界舞台上更加自信，特别是在亚洲。臭名昭著的美国前国务卿亨利-基辛格说，并非如此。他在今年与习近平举行会谈后表示，他相信中国的新领导人将

**id 306**

本周在我们的雷达上，我们挖到了一些有趣的信息。本地网络被迫听取客户的意见，雅虎已经放宽了他们的本地列表程序（而谷歌仍在修补）。现在看来，谷歌可能意识到了我们（以及其他许多人）正在谈论的问题。Mike Blumenthal发布了Matt Gregory发给他的屏幕截图，显示搜索带来的本地列表显示的是星级评论，而不是Zagat评论。这项测试从周一晚上开始观察，似乎是在窥探Zagat系统的优点。玛丽莎-梅耶尔（Marissa Mayer）是Zagat系统的忠实拥护者，当Zagat被收购时，她负责谷歌本地事务。她最近从公司离职，可能使扎格特的任何支持都消失了。测试和时间会告诉我们，是否会看到星级评价系统重新回到谷歌本地场景中。在增加业主验证之前，这项任务是留给版主的，他们必须为你做这个步骤。由于列表的数量和验证它们的物流，这个过程可能需要几个星期。现在，由于版主的负担减轻了，你将需要更少的时间来上市，这为你在雅虎的本地搜索工作增加了一些效率。 雅虎在这方面有先例，因为谷歌和必应都没有向他们的本地用户提供这一功能。Foursquare恢复了流行的移动选项 当几个人说出来的时候，会发生什么事情是很神奇的。有时，不管一个公司有多大的经验和进步，你都必须听从人们的意见。早在6月，Foursquare就为他们的手机版面推出了新的设计。这种时尚的外观将社交互动放在首位--这似乎是一件好事。但是，虽然这一切都很好，但围绕着Foursquare放弃只查看附近朋友的签到而产生的抱怨开始涌现。Foursquare已经恢复了这一功能，并将其重新添加到他们的移动应用中。看来，尽管他们试图培养一个更加社会化的环境，但用户仍然希望从Foursquare获得对他们来说最重要的东西--相关的本地信息。

**id 307**

超越MVC的世界 这篇文章是Garann Means在LXJS和NYCjs的演讲的书面版本。它已经被格式化，以适应您的屏幕。现在不乏JavaScript MVC（Model-View-Controller）架构的存在。最著名的是Backbone，但也有其他的。Spine、Agility、Knockback等。除了一系列的MVC框架外，还有MV-whatever的变种。这些东西，从轶事上看，相当流行。截至目前，Backbone是GitHub上被关注最多的第7个repo。开发人员喜欢MVC。是什么让MVC如此吸引人，尤其是对于仍然主要使用MVC的JavaScript，在客户端？如果你是应用程序架构的新手，它绝对是非常容易理解的--模型是数据，视图是......视图，而控制器让他们做事情。很简单!如果你是在服务器端开始编码的，MVC可能已经很熟悉了。大多数面向对象的编程都采用这种模式，你可以在Java、.NET、Python、PHP等中找到非常流行的MVC框架。该模式本身实际上早于Smalltalk，并在70年代末由Trygve Reenskaug发明后首次实现，因此它与OOP的关系从一开始就存在。鉴于直到最近OOP都是毫无疑问的至高无上的，MVC对我们中的许多人来说立即就有了意义，这并不奇怪。然而，JavaScript并不完全是OOP。我们可以用它来做OOP，但这两者几乎不可能齐头并进。因此，MVC的合适性因使用情况而异。对于数据输入、内容管理系统，以及我们可以挑选出清晰、明显的 "模型 "的情况，它往往能很好地发挥作用。但是，如果一个应用程序的状态是无定形的，并不总是在同一个地方进行跟踪，在任何数据实际改变之前有很多用户互动的应用程序，以及有非常复杂的小部件或复杂的应用程序，它是否是正确的选择就不太清楚了。如果你的网站是JS重的，但仍然是静态的，显然，忘了它吧。在一个会重新加载并丢失所有内容的页面上做所有的设置是没有好处的。当我们谈论MVC或任何其他架构模式时，我们遇到的问题是，作为网络开发者，这些东西不是为我们创造的。我们可以将最常见的模式追溯到1995年出版的《设计模式》（又名《四人帮》）。从字面上看，这是我们这个领域的曙光。这些模式是为那些主要为自己使用而构建程序的程序员准备的，当然也不是为那些在菜单上点击 "查看源代码 "就能轻易发现的程序员准备的。虽然这些模式都以某种形式进入了后端，但那完全是在JavaScript之前。不过，MVC是少数几个有直接意义的古老方法之一。因为它有一个明确的UI存在的地方，所以它很容易被应用到前端（虽然，同样，这种应用也不是大法）。因为任何我们想要使用的模式都必须经过一些篡改才能让它适合我们的环境，所以MVC是一个很好的开始。但它并不是我们唯一的选择。将事件驱动架构称为第二种最明显的模式似乎是公平的。我们在JS中到处使用事件驱动模式，甚至与MV\*模式结合使用。在我们需要大量信息传递的地方，他们工作得很好，而且对明确的、经典的 "对象 "需求较少。对于我们所拥有的对象，getters和setters（以及不久之后的Object.observe()）可以被用作发布者和订阅者，将事件（应用程序的核心）与它们所影响的事物解耦。但其价值在于，这些解耦的事件并不需要只影响对象，也可以影响DOM，或者服务器交互，或者其他事件，而且如果这些都没有意义的话，就不需要打包成模型-视图-控制器三要素。Naked Objects模式与MV\*关系最密切，称其为Presentation-Abstraction-Control（更远的亲戚）的一个变种也不为过。这个模式适合于需要包含和渲染它们自己的数据的大块头小部件，它们的视觉表示映射到了