



合适眼镜 形象加分

你的视力怎么样?如果经历了十年的功课压力,你的视力依然是1.5的话,那么恭喜你,请继续保持。如果你需要眼镜的协助才能看清楚的话,就要认真读这一部分咯,星报有关于配镜的话要说。

实习生 王晓玥 记者 邹传科

哪种镜框适合你?

眼镜的功用已不仅是矫正视力、保护眼睛,还要美化脸型。故对眼镜的选择,除了质量上要精益求精外,款式上的美观,与自己的脸型也要搭配得宜,才能为形象加分。吴良材资深配镜师表示,人们的脸型尽管不尽相同,但大体上可以归纳为长、方、圆和尖等型别。脸型不同,配镜款式当有别。

男性方脸型宜选配近似方型镜架,不宜选用扁型的镜架;男性尖短脸型宜选配镜圈下边较上边狭的镜架,而不宜选用扁型的镜架;男性长方脸型宜选配镜圈高度较长的镜架,即高度大的近似方型大款的镜架;男性短方脸型宜选配近似繁复型如颞侧较鼻侧为高的高柱头镜架;男性圆脸型宜选配扁型或梨型镜架,不宜选用太圆太方的镜架。

女性短方脸型宜选配扁方型镜架,以免减短目视长度;女性圆脸型宜选配任何款式的镜架,但最好不要用直线条镜架,即不宜太高太扁的镜架;女性长方脸型宜选配带有棱角近似方型的镜架,镜圈的高度可高一些,以中和过长的脸型;女性圆脸型原则上要避免选用任何具有明显特征的镜架,宜选配稍扁略翘型的镜架,不宜选用太圆或直线条的镜架;女性尖短脸型宜选配镜圈下边较上边狭,且高度小的上翘式眼镜,以增加面孔的目视长度。

你适合隐形眼镜吗?

隐形眼镜相较镜框眼镜更方便,视野更宽阔。但不是所有人都适合佩戴隐形眼镜的。宝视达配镜师介绍,有沙眼、结膜炎等眼部疾病者不能佩戴,还有人天生眼睛很敏感,无法适应镜片戴在眼球上。

隐形眼镜不必再担心框架眼镜的麻烦,但控制每天的佩戴时间和每天隐形眼镜的清洁是必要的。

宝视达配镜师表示,隐形眼镜佩戴过久,眼球得不到足够的休息就会出现发热、发红、干痒的症状;每天环境中的灰尘和眼睛的分泌物都会使隐形眼镜上附着一些细菌和灰尘,每天清洗镜片、对镜片消毒杀菌才能保证眼球在一个卫生的环境下“工作”。

彩色隐形眼镜既能矫正视力又能起到改变眼睛颜色的美容作用,追求个性时尚的年轻人自然不愿错过。彩色隐形镜片能让眼睛展现不同的神采,好像有了些许异国风情。

吴良材配镜师介绍,彩色的隐形镜片是利用光学的变色原理制成的,一定要选择品质较好的镜片,以免劣质彩色镜片对眼睛造成不堪设想的伤害。

选择彩色隐形镜片要对其染色品质、透氧量、光线穿透和使用期限都做清晰的了解,确保佩戴彩色隐形镜片的安全性。

无论是普通隐形眼镜还是彩色隐形眼镜都要注意佩戴时间和日常清洁。而且佩戴隐形眼镜一段时间后,要交替佩戴镜框眼镜,让眼球得到放松,尽情“呼吸”。

此外,医生提醒为了保护视力,不妨在饮食上,多吃点粗粮、绿叶蔬菜、豆类和水果,这些都是有护眼作用的食物。还有一些护眼的小动作,也可以起到放松眼睛,保护视力的作用。

合肥眼镜店推荐:

- 1、合肥大光明眼镜店 长江店地址:长江中路276号(长江饭店西边) 电话:62310815;
- 2、吴良材眼镜(三里庵店) 地址:合肥蜀山区长江西路234号 电话:0551-62675898;
- 3、吴良材眼镜旗舰店 地址:合肥淮河路步行街 电话:0551-2610002;
- 4、宝岛眼镜店(金寨路店) 地址:合肥蜀山区金寨路427号 电话:0551-62823259;
- 5、同仁眼镜 蜀山区黄山路330号-6 电话:0551-63657991;
- 6、合肥毛源昌眼镜金寨路店 地址:金寨路410号 电话:0551-62816683。

阅读延伸:防视疲劳的小方法

按压眼球法

闭着眼睛,用食指、中指、无名指的指端轻轻地按压眼球,也可以旋转轻揉。20秒钟左右就停止。

普通馒头

一天早晨我们宿舍三人去食堂打早点,正在排队,只听我后面的一个女孩,还没有轮到她打饭,却着急地说:“我打一个馒头。”排在前面的我们三个人都对大师傅说:“我打一个油炸馒头。”我打完刚转身,只听刚才那个心急的女孩大概是怕大师



傅拿错,强调说:“我打一个普通馒头。”

实用有效 专业深度

中公教育:扎根中国职业教育

作为国内公职考试培训的开创者与领导者,中公教育秉承着“实用、有效、专业、深度”的办学宗旨,依靠顶级的师资阵容和完整的自主研发实力,培训业务涵盖公务员考试、事业单位考试、军转干考试、招警考试、选调生/三支一扶/大学生村官考试、政法干警考试、公开选拔领导干部考试、教师招聘考试等,拥有国内首家公职考试研究院,面向全国培训学员超过1000余万人次,为众多考生实现公职梦想提供了强大的智力支持与服务保障。

中公教育创建于1999年,公司总部位于北京,是目前国内直营分校覆盖城市最广、专职教师数量最多、公职类职业培训规模最大的现代化职业教育机构。目前,中公教育已在北京、山东、浙江、江苏、湖南、辽宁、吉林、黑龙江、上海、广东、天津、四川、山西、陕西、福建、安徽、云南、河北、重庆、江西、湖北、河南、内蒙古、广西、贵州、海南、新疆、甘肃等国内31个省份、300余个地市,拥有300余家直营分校和旗舰学习中心(2013年)。3000余名专职授课教师、2000余种教辅图书出版物、7000余名员工,成为集合面授教学培训、网校远程教育、图书教材及音像制品的出版发行于一体的大型知识产业实体。

中公不仅在公职考试培训领域实力雄厚,作为职业教育服务业的综合性企业,中公教育针对公众“终身学习”和“素质教育”的需求,在国家专业硕士(MBA/MPA等)招生考试、建筑工程行业执业资格考试、执业医师资格考试、银行/农信社等金融系统入职资格考试、会计从业资格等考试等领域,提供全方位的考前培训,并在职业规划、求职就业培训等领域为广大青年人提供深度辅导,实现了培训产品的规模化、多元化和差异化,在中国职业教育领域独树一帜。

中公特色及优势

中公教育作为国内研究和辅导实力最强、最受欢迎的公务员及公职类考试辅导机构,拥有顶级的师资阵容和完整的自主研发实力,教授高效辅导课程,出版全系列深度理论化、系统化辅导教材的专业机构。

师资力量 中公旗下汇集了李永新、张永生、李琳、刘彦、吴红民、邓湘树、王学永、李国斌、张晗、张红军等业内顶级辅导专家,拥有深厚的政府管理和人力资源专业背景,丰富的公务员考试与辅导经验,其中部分专家具有公务员录用工作背景。

课程体系 中公教育于国内率先实现了公职考试辅导行业师资团队分工的专业化、精细化、科学化,辅导人员分为行测、申论、面试三大科目授课教师,有数学专家、语言专家、逻辑专家、图形推理专家、资料分析专家、心理素质测评专家、形象设计专家、体检专家与考试学专家等。

远程网络 中公教育公务员考试远程教育平台是国内最先进的远程教育系统,采用国内最先进的远程教学服务软件,提供李永新、张永生、邓湘树、李琳等国内最知名的公务员考试辅导专家的更新、最优课程,将为您基础提升、冲刺预测及专项突破提供全力支持,助您顺利通过国家及全国各地公务员考试。



安徽中公教育分校十四年发展 成绩显著

安徽中公教育(<http://ah.offcn.com/>)作为中公教育集团在安徽的分支机构,全面依托中公总部李永新团队丰富且深厚、前瞻且深度的人力和智业资源,以及中公教育14年来在公考领域积累的书籍编辑出版、辅导培训、咨询服务的成功经验,给安徽考生提供最具指导意义的公考书籍、辅导培训以及咨询服务。在2009年-2012年8月,安徽中公教育举办中央国家机关、安徽省公务员、安徽省选调生、安徽省路转税、安徽省招警、安徽省事业单位、安徽省公选干、安徽省遴选公务员、安徽省教师、安徽省三支一扶、安徽省大学生村官、安徽省政法干警笔、面试系列培训班,在近7829名学员中,有3687名被录取为国家 and 地方准公务员;在2012年安徽省公务员面试培训班学员中,有791名学员已成功被录用为地方准公务员;同时在2009-2012年安徽省公务员笔试中,所有培训机构中唯一只有安徽中公教育李永新主编,人民日报出版的安徽省公务员考试系列书籍,直接命中多道行测原题和申论原题!

安徽中公教育目前在安徽开设有16家直营分校,16地市分校隶属安徽中公教育旗下,以地级市为中心辐射周边,互相影响,共同发展;同时,安徽中公教育也是安徽地区唯一一家在16地市都设有直营分校的公职类考试培训机构。

凭借专业深入的研发、精良有效的教学、诚信规范的服务,在社会各界以及全国五千万读者的关爱和支持下,中公教育将为中国职业教育的发展贡献绵薄之力,实现“建设一个伟大的教育企业”的中公人之梦!