



2019年元旦火车票全面发售

目前我市发往各个方向列车都有余票

►5版

12月7日12时26分“大雪”：雾凇挂满枝 片片雪花飘

专家介绍
“大雪”是农历二十四节气中的第21个节气，也是冬季的第三个节气。

《中国天文年历》显示12月7日12时26分迎来“大雪”节气，标志着仲冬时节正式开始。

每年公历12月7日或8日，太阳运行到黄经255度时，即为“大雪”。此后天气愈寒，气温愈低，我国北方开始出现大幅度降温的天气。

“大雪”时节养生保健要注意“七宜”：

- 宜保暖：宜保持脚部清洁干燥，袜子要常换常洗，每天坚持睡前用温热水泡脚，并进行足底穴位按摩。
- 宜多喝水：宜调整心态，保持安静平和，乐观豁达。
- 宜多活动，勤运动，加强身体锻炼：宜多通风，保持室内空气清新。
- 宜饮食温热，以养胃气。

新华社发（朱禹制图）

今日看点



比赛现场。记者 梁照曾 摄

河南省第十一届“万村千乡”农民篮球赛周口市决赛开战

医院与学府“结亲” 市民将从中受益

►5版

NEWS 导读

市公安局约谈中心城区开锁经营单位

向开锁小广告说“不”

►3版

世界各地已有548所孔子学院

►3版

周口市中心血站

无偿献血 你就是英雄

电话：8311796

百盛国际

百盛国际商务酒店
建筑面积约40-55m²产权式酒店
准现房火热发售

财富热线 8366666/8366667
项目地址：八一大道与交通大道交叉口（原华林大酒店）

中国银行爱驾汽车卡，私家车免费办，ETC免费送，高速收费站快速通过。中国银行爱家分期，期限1-3年，最高授信30万元，详询中国银行各网点。

中国电信 买手机 到电信 全场直降600元