

500 余辆客车接受体检

合格才能投入春运

□晚报记者 陈永团

本报讯 “师傅,你车上的消防器材抓紧时间更换,已经不能使用了。”昨日,在周口客运中心站,市交警支队一大队交警正在对车辆进行安全检查。据悉,春运即将来临,为严防春运期间发生重特大恶性交通事故,交警部门未雨绸缪,多次深入客运企业对驾驶员进行安全教育,并对城区几家客运站内的 500 余辆

客车提前进行“体检”,明确规定车辆合格才能投入春运。

“灯光的亮度不够、里程表车速显示不准确等车辆性能不达标,有可能会引发安全事故。”在车辆检查现场,一名交警对驾驶员说:“里程表显示的车速不准确,容易让驾驶员对车速掌握不当,造成追尾事故;车上的消防器材也很重要,一定要定期更换,消防锤等消防工具都要放在明显位置,一旦发生火灾,便于

乘客逃生和灭火。”

为确保车辆以最佳的状态投入春运,交警部门严格执行车辆技术标准,逐一检查客运车辆的安全技术状况。检查除规定的技术要求外,还涵盖车辆等级、客座位数、灭火器、发动机舱、灯光信号、安全带及安全扶手、车容车貌等方面内容。对出现的问题车辆当场指出,并要求及时整修,严禁不合格的车辆参加春运。据了解,截至昨日,城区几家

客运站 98%以上的车辆都进行了“体检”。

交警部门提醒驾驶员,客运车辆在出车前,应检查车况是否良好,不能让车辆带“病”运行;行驶过程中,当驶经弯道、坡道或视线不良、交通流量大等路段时,驾驶员应注意控制或降低车速;驾驶员不要为经济利益所驱使疲劳驾车,忽视乘客安全,更严禁酒后驾车。

线索提供 陈永红

后续报道

梦梦家人收到年货礼包

□晚报记者 金月全

本报讯 去年 10 月 19 日,本报以《9 岁尿毒症女孩有个心愿——“想等见了爸爸再去天堂”》为题,报道了扶沟县城关镇 9 岁女孩鄢梦梦身患尿毒症的不幸遭遇后,引起了社会广泛关注。昨天下午,梦梦的家人再次收到一个装有面粉、食用油等年货的大礼包。

“太谢谢你们了!”当天下午 3 时许,梦梦的爷爷鄢连营收到年货礼包后激动地说。据介绍,这些年货是由扶沟县一家电动车销售公司捐助的。

据了解,目前梦梦仍在郑大一附院接受透析。“梦梦的身体状况恢复得不错,但目前还没有合适的肾源。”鄢连营告诉记者,梦梦的身体正在恢复,体重也由病重时的 24 公斤恢复到了 30 公斤。

“照这样下去,只要能找到合适的肾源,梦梦就有希望。不过医生说,即使有现成的肾源,现在仍不能手术,她的身体承受不了。”鄢连营忧虑地说。

年终熬夜注意保健三段式

本报综合消息 春节就快到了,很多工作到了总结和冲刺阶段,为了过个轻松春节,工作都得往前推,即使熬夜也要完成。花容月貌因为赶工而尽毁?不值得!做好一切准备,让熬夜不熬掉好气色。

熬夜前:为了使熬夜对身体和容貌的损害降至最低,就要“打好底”

晚餐要清淡。打算熬夜时,晚餐不要吃得油腻,应该清淡一些,多吃蔬菜,保证有足够的优质蛋白质、无机盐和维生素。

卸妆、洗脸。为免厚厚的粉或一天积累下来的油渍,让俏脸经过熬夜的煎熬而长满痘痘,熬夜前一定要先卸妆,把脸洗干净。

补充维生素 B 群。维生素 B 能够解除疲劳,增强人体免疫力。**熬夜时:熬夜会增加“火气”,因此不再宜吃薯片、饼干等容易上火的食物**多喝绿茶。绿茶既能提神,又可消除体内多余的自由基,让人神清气爽。但对于喝绿茶肠胃不舒服的,还是改喝枸杞茶或菊花茶,能去火,还能明目。

吃水果当夜宵。此时绝不能食用高热量或油炸食品,不宜吃泡面来填饱肚子,以免火气太大;也不宜吃过咸的食物,否则熬夜后脸与身体会浮肿得厉害,最好以水果、粥、面包来充饥。

熬夜后:不习惯熬夜的人,熬夜后整个人很疲惫、很虚弱,除了食补外,恢复睡眠习惯更重要

喝有滋补作用的汤或糖水。鱼汤、骨头汤、鸡汤都不错,红枣乌鸡汤也很好,通过内在进补能滋养肌肤。

按摩淋巴。熬夜后,人的新陈代谢会变慢,无法吸收保养品。不妨以按摩方式刺激耳后至下颌、肩胛骨凹陷处和腋下的淋巴结,促进淋巴循环,促进肌肤的新陈代谢。

中午补眠。熬夜之后,第二天中午时千万记得打个盹。

恢复原本睡眠习惯。改变一贯的睡眠时间会打乱生理时钟,在恢复原本睡眠习惯时,应遵循无论前一晚多晚睡,次日一定如往常般同一时间起床,白天太累时趴着小睡,便能逐渐恢复睡眠习惯。

多去户外走动。熬夜后,多走动和运动能改变萎靡不振的状态。

(一凡)

本月中旬到 3 月上旬观看火星最佳

新华社天津 1 月 26 日电(记者周润健 蔡玉高) 我国天文教育专家、天津市天文学会理事赵之珩 26 日通报说,本月中旬到 3 月上旬是两年多来观看火星最佳时机,有兴趣的公众可欣赏。

最近,每到傍晚日落以后,从天空的东北方升起一颗通红的星星,光焰似火,烁烁放光,整夜可见,亮度达到了-1.3 星等,这就是火星。

赵之珩介绍说,火星在我国古代称为“荧惑”,西方称为“战神”,体积只有地球的六分之一,有着和地球差不多的昼夜交替和四季循环,只不过每个季度的长度是地球的两倍多。在大气层上面也飘着白云,但是不会下雨。

火星是地球的邻居,每过 687 天环绕太阳公转一圈,每过 779 天和地球接近一次。1 月 28 日凌晨 3 时,是两年多以来火星最接近地球的时刻,两者之间的距离只有 9900 万千米。1 月 30 日凌晨 4 时,火星、地球、太阳“三球一线”,此时叫做“火星冲日”。当晚 8 时许,举头向东方望去,一颗与众不同的红色亮星出现在眼前,光焰夺目,随着时间的推移,它渐渐上升,到了子夜时分升入正南方,这时就需要使劲仰头才能看见,到了黎明时分又从西南部天空落下。天文专家表示,从本月中旬开始到 3 月上旬都是观看火星的最佳时机。

天文专家提醒说,肉眼观看火星,只能见到一个小光点,无法看到圆面,最好使用天文望远镜,放大至 40-100 倍以上,就能比较清楚地看到火星的圆面,在南北极有白色的“极冠”,这是二氧化碳冻结的干冰和水分冻结的水冰,在其他地方则充满红色的沙漠。

外来务工人员工地喜迎春



1 月 26 日,在中铁十局沪杭高铁嘉兴轨道板场工作的外来务工人员一同聚会,迎接新春。

临近春节,中铁十局沪杭高铁项目部为春节期间仍将坚持在工地施工的外来务工人员举行丰富多彩的新年迎春活动,包括送“春”进宿舍、新春篮球赛、长途乡音祝福等活动,让节日期间仍要坚守岗位的外来务工人员感受节日温暖,在异乡度过一个美好的新春佳节。

新华社发

我省今年将全面建立临时救助制度

据新华社电 记者从河南省民政厅获悉,从今年起,河南省各地将在试点基础上全面建立临时救助制度,低保之外的困难群体将享受非定期、非定量的临时救助。

据河南省民政厅厅长杨云介绍,临时救助是民政部门的一项传统工作,在低保制度建立之后,临时

救助工作受到了很大削弱。但是,临时救助制度的功能不能由低保或其他救助制度代替。临时救助一方面可以为遇到临时性、突发性事件造成基本生活困难的低保边缘家庭和人户分离家庭提供一次性救助服务,使低收入群众暂时渡过难关。另一方面,针对农村低保工作中存在

的“退出机制”不健全、低保人数只增不减、政府负担越来越重等问题,临时救助制度是很好的补充性制度安排。

河南省民政厅要求,建立临时救助制度,政府财政投入是主体,各地要争取将临时救助资金列入财政预算,实行专项管理、专款专用。

“九阳杯”第三届春联大赛报道之四

春联作品选登

上联:轻役免税,脱贫共奏和谐曲
下联:善政亲民,致富同吟盛世诗
横批:普天同庆

上联:辞旧岁,雪映红梅添雅韵
下联:贺新春,风拂翠柳展柔姿
横批:惠风和畅
(吕国庆 扶沟县)

上联:危机已作契机转
下联:虎气尤将牛气超
横批:与时俱进
(陈自如 安徽枞阳县)

上联:蓝天碧野正一年好景

下联:虎啸龙吟恰四季锦图
横批:丽日舒心

上联:花卉向阳荟萃三春添福祉
下联:人心思稳和谐城乡壮家邦
横批:福寿康宁
(周平 淮阳县)

上联:又好又快促进周口发展
下联:节水节电走进低碳生活
横批:绿色家园
(罗景山 商水县)

上联:春回大地五谷丰登田园流金
下联:政策暖心八音鸣春大地披玉

横批:世盛年丰

上联:村头超市买得一枝春欲放
下联:农家书屋购回几本诗正香
横批:繁荣昌盛
(牛腾明 淮阳县)

春联征集仍在火爆进行中,欢迎读者踊跃投稿。
本次征集活动将于 2 月 5 日结束,应征作品可发送电子邮件至 zkwbwxd@126.com,也可以发送短信至 13592220180。

本次春联大赛共设奖项 20 个,奖品由周口九阳小家电提供。

热烈祝贺九阳当选 “国家名片”

九阳 豆浆机开创者与领导者

精磨好豆浆 超浓超细超香

好豆浆 九阳味

热线电话: 8230822 8818193