

寒潮来了，大降温模式开启

皖北率先发布寒潮预警，全省气温逐渐下降8~10℃

星报讯(孙毅博 记者 祝亮) 11月7日,随着北方较强冷空气的到来,短暂的晴好天气又要暂时告一段落,全省大部分地区迎来了阴雨天。不过这轮阴雨持续时间并不会太久,只是大降温的一个前奏。未来几天,全省气温将持续走低,连续下降8~10℃。大家或能感受到初冬的寒意。

据气象部门观测,7日白天全省有降雨,其中大别山区南部、淮河以北北部、江淮之间东部局地雨量较大,有6个乡镇雨量超过25毫米,最大潜山新田49.4毫米。0~16时,最低温度:淮河以北9~13℃,沿淮淮河以南13~16℃;最高温度:淮河以北12~15℃,沿淮淮河以南大部分地区15~19℃,最高宿松19.4℃。

截至记者昨晚发稿时,我省北部部分地区,如砀山、萧县等地已经发布寒潮蓝色预警信号。沿江地区的桐城、巢湖、岳西、和县、枞阳、铜陵、含山、潜山、全椒、安庆等地则发布了大风蓝色预警信号。发布寒潮警报的地区,意味着,48小时内最低气温将要下降8℃以上,最低气温小于等于4℃,陆地平均风力可达5级以上。当地人员要注意添衣保暖,热带作物及水产养殖品种应采取一定的防寒和防风措施;把门窗、围板、棚架、临时搭建物等易被大风吹动的搭建物固紧,妥善安置易受寒潮大风影响的室外物品;船舶应到避风场所避风,通知高空、水上等户外作业人员停止作业;要留意有关媒体报道

大风降温的最新信息,以便采取进一步措施;在生产上做好对寒潮大风天气的防御准备。

根据省气象专家预报,受较强冷空气影响,8~9日,我省南部部分地区仍有弱降雨。冷空气过后,全省平均气温将下降8~10℃。9日早晨最低气温:淮河以北和本省山区3~5℃,局部地区可能有霜或霜冻;其他地区6~8℃。不过,值得庆幸的是,这一降温过程不会持续很久,10日后全省气温还会逐步回升,甚至最高气温还有希望重返20℃以上。

具体来说,8日:淮河以北阴天到多云;淮河以南阴天,其中大别山区和沿江江南有小雨。9日:江北多云有时阴天;沿江江南阴天,部分地区有小雨。10日:江北多云;江南阴天转多云。

中医支招立冬之后如何保健

睡前泡个脚,切忌蒙头睡,千万别喝酒御寒

俗话说,“冬不藏精,春必病温”。昨天(11月7日)是“立冬”,意味着冬季正式来临,草木凋零,蛰虫休眠,万物活动趋向休止。中医认为冬季是匿藏精气的时节,主要通过饮食、睡眠、运动等手段,达到保养精气、强身健体、延年益寿的目的,今天就来听听安徽省中医院内分泌科专家牛云飞教你如何积蓄能量、准备过冬。 ■张依帆 记者 李皖婷

【吃】多补充蛋白质,煲汤是个好选择

冬季饮食应遵循保证热能供给、摄入充足的蛋白质、经常调换品种等原则。

冬令食疗佳品有核桃、荸荠、萝卜等。核桃具有治肾虚、补大脑、止咳喘、利须颜、防便秘、抗衰老等功效;荸荠则润肺养胃,生津明目,预防及治疗“上火”引起的口舌生疮、咽喉肿痛、肺燥咳嗽、冬季口鼻干燥等;萝卜俗称“小人参”,民间常说“冬吃萝卜夏吃姜,不劳医生开药方”,冬季也可适量进补。

此外,工作压力大、睡眠不足等人群可以选用萝卜丝鲫鱼汤,阳虚体质的人天寒时可服用当归羊肉汤。

【睡】睡前泡个脚,切忌蒙头睡

牛云飞建议,平时好手脚冰凉的人立冬后可以养成入睡前洗个热水澡或者泡脚的习惯,这样可以活血通络,强身保健。泡脚时最好选用木质桶,水要一直浸泡到小腿。水温在40℃左右,要随时添加热水。还可在水中放几片当归、红花、川断及金银花等。活血补肾,防止冬天皮肤干燥、皴裂。

此外,冬天天冷,有些人喜欢紧闭门窗或蒙头入睡,这是不好的习惯。

【暖】不要喝酒御寒,最好别戴口罩

“很多人冬天喜欢戴口罩御寒,这样其实是不对的。”牛云飞表示,人体的耐寒能力应通过锻炼来增强,若依赖戴口罩防冷反而使人体变得娇气,更容易患感冒。

饮酒御寒也不妥。虽然饮酒后有浑身发热的感觉,但这是酒精促使人体散发原有热能的结果。酒劲过后,因大批热量散出体外,反而使人浑身起鸡皮疙瘩,导致酒后寒。

立冬后防流感 记住以下这几点

星报讯(鲁胜利 记者 李皖婷) 冬季是流感等呼吸道疾病的高发季节,对于儿童和老人来说,患病后常会导致严重并发症,合肥市蜀山区疾控中心专家昨日提醒,立冬之后易感人群要格外注意做好自我保健,防止流感侵袭。

疾控专家表示,流感潜伏期短,一般为1~2天。如果发现自己有高热、头痛、流泪、流涕、四肢酸痛等症状,一般就是“中招”了。专家建议市民,立冬之后要适时添加衣服,注意防寒保暖。勤晒衣被,开窗通风,保持室内空气新鲜。尽量不到人口稠密的公共场所。保持良好卫生习惯,咳嗽、打喷嚏时使用纸巾等遮挡。

保持睡眠充足,适度运动,提高机体免疫力。心理平衡,情绪乐观,因为消极情绪能致人体免疫力下降,而快乐的心情则会提升人体免疫力。多吃蔬果,补充维生素。

接种流感疫苗是预防流感的最有效方法,尤其是儿童、老年人、孕妇等易感人群,流感疫苗接种后两周左右可产生保护性抗体。流感疫苗属二类疫苗,本着自愿自费、知情同意、谁接种谁受益的原则,市民如需要接种流感疫苗,可就社区在社区卫生服务中心和乡镇卫生院预防接种门诊接种。

上汽大众全新旗舰PHIDEON辉昂 华中区上市盛典绽放郑州国际车展



11月4日至8日,2016年第九届郑州国际汽车展览会在郑州国际会展中心盛大举行。作为本次车展的重大看点之一,上汽大众华中区的辉昂上市盛典在交响乐团华美的乐章中圆满落幕。

作为中国汽车市场保有量最大的轿车企业,上汽大众深耕中国汽车市场30多年,构建起覆盖A0级、A

级、B级以及SUV、MPV的产品谱系,在中国拥有1500多万的用户,如今已成为中国乘用车市场的引领者。

此外,新一代8英寸MIB高级导航和多媒体交互系统、HUD平视显示系统、红外线夜视成像系统,让人机对话得心应手。PHIDEON辉昂还有360度鸟瞰式全景可视行车辅助系统、带Stop & Go功能ACC高级自适应定速巡航系统、预碰撞安全保护系统、智能泊车辅助系统、变道辅助系统、车道保持系统、TPMS主动胎压监控装置等安全装备,为行车保驾护航。

根据动力和配置的不同,辉昂共计推出8款车型,其售价区间为34.90万~65.90万元。同时,上汽大众还为辉昂车主提供了最高4年/12万公里质量担保服务及全程无忧免费保养。上市盛典现场,前期预售阶段的订车车主,兴奋地领到了辉昂的新车钥匙。

隐锋芒 自辉昂,未来辉昂究竟会有怎样精彩的表现,我们拭目以待。

安徽新华传媒股份有限公司 资产证券化(股权资产包一)转让公告

一、转让标的基本情况

转让方:安徽新华传媒股份有限公司

项目简介:本次转让标的为转让方持有的8个公司的100%股权,转让标的整体转让。

二、标的企业简介、意向受让方资格条件及交易方式等项目详情,请登录安徽省产权交易中心网站(www.aace.com.cn)。

三、公告期限

自公告之日起20个工作日

四、挂牌价格

人民币19000万元

五、联系人及联系方式:

咨询电话:0551-62871617、62871615

联系人:王女士

联系地址:合肥市屯溪路239号富广大厦17楼。

特此公告。

安徽省产权交易中心
2016年11月8日