

乘动车到沪宁如坐“公交”

下月11日起,合肥火车站动车增至24对

星报讯(陶利平 记者 王玉) 记者昨晚从上海铁路局获悉,从2011年元月11日零时起,该局将调整列车运行图,其中涉及合肥火车站的动车将增加到每日24对,乘客从合肥出发到南京、上海、武汉、成都、重庆方向,可实现公交化出行。

据介绍,此次调整从明年元月11日零点开始,涉及我省的合武客运专线将增加10对动车组列车,合宁客运专线将增加14对动车组列车。这也意味着,合肥火车站在1月11日后,将会有每天24对动车,分别前往南京、上海、武汉、成都、重庆方向。

铁路部门提醒,此次列车运行图调整变化较大,请广大旅客注意铁路部门公告,看清车票票面乘车站、乘车日期、车次、发车时刻等信息,以免耽误行程。

2011年1月11日之后新增部分列车具体为:

上海虹桥至重庆北 D352/3/2/3	D354/1/4/1 次卧铺动车组列车 1 对
上海虹桥至成都 D356/7/6/7	D358/5/8/5 次卧铺动车组列车 1 对
汉口至上海虹桥 D3028/5/8/5	D3026/7/6/7 次动车组列车 1 对(开行日期另行通知)
汉口至上海虹桥 D3040/37/40/37	D3038/9/8/9 次动车组列车 1 对
武昌(汉口)至上海虹桥 D3044/1/4/1	D3042/3/2/3 次动车组列车 1 对
上海虹桥至汉口 D3064/5/4/5	D3066/3/6/3 次动车组列车 1 对
南京至武汉 D3072/3/2/3	D3074/1/4/1 次动车组列车 1 对
南京至武汉(武昌) D3076/7/6/7	D3078/5/8/5 次动车组列车 1 对
北京南至上海 D71/D72 次动车组列车 1 对	
武昌(汉口)至上海虹桥 D3048/5/8/5	D3046/7/6/7 次动车组列车 1 对
上海虹桥至汉口 D3056/7/6/7	D3058/5/8/5 次动车组列车 1 对(开行日期另行通知)
上海虹桥至合肥 D5452/3/2	D5451/4/1 次动车组列车 1 对(开行日期另行通知)
上海虹桥至合肥 D5456/7/6	D5455/8/5 次动车组列车 1 对(开行日期另行通知)
上海虹桥至合肥 D5462/3/2	D5461/4/1 次动车组列车 1 对(开行日期另行通知)
上海虹桥至合肥 D5466/7/6	D5465/8/5 次动车组列车 1 对
北京西至芜湖 1409/1410 次改快速,车次为 K1109/K1110 次	
合肥至东莞东 1019/1020 次改快速,车次为 K1029/K1030 次	

家电检测基地合肥奠基

星报讯(薛东升 记者 李皖婷 刘甜甜) 昨天上午,国家家电质检中心项目在合肥高新区奠基。据悉,该中心占地50亩,一期工程将于明年年底前完成。覆盖的产品包括空调、冰箱、洗衣机、彩电及各类常用小家电。建成后的国家家电质检中心,是全国第一家具备黑色、白色系列家电检测能力,并向智能家电延伸的国家级公共技术服务平台。

皖最大金针菇基地投产

星报讯(杨俊 记者 俞宝强) 昨日,记者从肥西三河镇境内的绿都农业食用菌生产基地获悉,该基地是目前我省最大的一家工厂化金针菇生产基地。到明年2月份全部投产后,每天可产金针菇5吨以上,将占合肥市场金针菇50%的份额。这个基地的建成投产,标志着合铜路高效农业产业带里的千亩食用菌生产加工基地,已初具雏形。

节前检查年夜饭

星报讯(记者 王松青) 元旦、春节将至,昨天,省卫生厅发出通知,将加大对食品批发市场、集贸市场、食品生产加工企业、商场超市、宾馆饭店等重点区域,以及食用油、米面、肉类、蔬菜、水产品、豆制品、乳制品、等重点食品的监督检查力度,尤其是加强对“年夜饭”和集体供餐的饮食安全监管,及时消除食品安全隐患,严防群体性食物中毒事故和食源性疾病的发生。同时,城乡接合部、农村市场、工地食堂与食品生产加工小作坊和摊贩也是监管重点。

涡阳招129名工作人员

星报讯(记者 刘元媛) 涡阳县招商局、统计局普查中心等部分事业单位将公开招聘129名工作人员。

其中:县招商局5名,县人才交流服务中心1名,县统计局普查中心2名,县新型农村合作医疗管理中心(派驻镇经办人员)10名,县人民医院56名,县中医院55名。报名时间:12月27日至12月31日。报名地点:涡阳县新型农村合作医疗管理中心、县人民医院、县中医院报名在县卫生局,其他招聘单位报名在县人社局(人力资源大厅)。

吃海带提高御寒能力

不少中老年朋友冬天感到手足冰凉怕冷,这与机体缺乏某些矿物质有关。而吃海带可有效补充矿物质,提高抗寒能力。海带的营养十分丰富,尤其富含钙、铁、碘。每100克海带中含钙高达1177毫克,含铁高达150毫克,含碘240毫克,高出成年人需碘量的许多倍,碘能促进甲状腺素分泌,从而加速体内组织细胞的氧化,加快皮肤血液循环,增加产热能力。

中医

我省明年将扩招能源等专业研究生

星报讯(记者 桑红青) 我省明年研究生招考将扩大专业学位硕士研究生招生,整体招生计划将比今年增长4%。记者昨天从省教育厅获悉,我省明年将扩大能源、信息等专业招生。

据介绍,2011年硕士研究生招生计划

按比上年实际招生增长40%左右安排,博士研究生招生计划按比上年增长20%左右安排,2011年新增硕士研究生招生计划全部安排用于全日制专业学位硕士研究生招生,加大能源、信息、生物、新材料、先进制造业等前沿技术和基础学科相关专业的

招生;坚决限制毕业生就业压力大、社会需求不足的学科和专业的招生规模。

另悉,2011年研究生招生计划安排,要继续坚持与招生单位科研经费、师资力量等培养条件相挂钩,原则上不承担课题项目的导师不安排招生计划。

“一九”到“三九” 冬令进补最佳时

2010年12月22日 冬至

营养专家提示:

冬令进补的最佳时间是冬至后的“一九”到“三九”

冬补的两种方法

药补 冬补的药物有人参、阿胶、鹿茸等

食补

- 阳虚的人,食补以羊肉、鸡肉等温热食物为宜
- 阴阳俱虚的人,以牛骨髓、蛤蟆油等进补
- 阴虚的人可补鸭肉、鹅肉,二者性味甘平、补虚益气
- 龟、藕、木耳、鱼、豆制品等都是此时进补的佳品

张立云 编制 新华社发

冬令进补正当时

22日,冬至,迎来进补好时机。营养专家提示说,冬令进补的最佳时间是冬至后的“一九”到“三九”期间。而冬至到小寒、大寒期间也是一年中最冷的时段。对此,营养专家提醒说,患有心、脑血管疾病的老年人往往会病情加重,中风患者也会增多。因此,老年人的居室要采取防寒保暖的措施,应及时添加暖和和柔软的衣服、被褥。同时,要多吃些猪肝、猪肚、带鱼等御寒食品,使体内多产生一些热量。但是,高胆固醇患者要注意限量,每周1~2次,50克/次。 新华

雨雪最快明晚来报到

星报讯(记者 祝亮) 今冬的第二场雪看来比预计的来得要快要猛些。记者昨日从省气象部门获悉,从明晚开始,江淮地区可能就要飘雪,而且雪会越下越大,圣诞节很有可能将在皑皑的积雪中度过。

这两天,江淮大地阳光明媚,市民们似乎又嗅到了冬日里的一丝暖意。不过好景不长,据省气象专家预计,24日前后受冷

空气影响,我省沿淮淮河以南有一次雨雪天气过程,全省平均气温下降8~10℃,同时风力有所增大,冷空气过后最低气温淮北:-6~-8℃,江淮之间和本省山区-4~-6℃,其他地区-2~-4℃。

具体来说:24~25日全省阴天,沿淮淮河以南有小雨转雨夹雪或小雪,江淮之间部分地区中雪,江南部分地区大雪。其中,12月下

旬极端最低气温:沿淮淮北-5~-7℃;江淮之间和本省山区-4~-6℃;其他地区-2~-4℃。

根据省气象台昨日下午发布的最新全省天气预报显示,今天白天全省晴天到多云。最低气温:淮北和本省山区0℃左右;江淮之间1~3℃;其他地区3~5℃。最高气温:江北15~17℃;江南16~18℃。预计今天夜里到23日白天,全省晴天转阴天。

生命跟血管一样脆弱

专家提醒:天寒一定要防心脑血管疾病偷袭

天气转寒,市民要防心脑血管疾病

心脑血管疾病是心血管病和脑血管病的总称,主要包括:高血压、冠心病、脑出血、脑梗塞。这一段时期医院门诊及病房诊治、收住的心脑血管病患者明显增多,而且由于饮食上油盐过重等因素造成的患者呈现出年轻化的趋势。

疾病高发,“高血脂、高血压”是真心

健康品预防心脑血管疾病“偷袭”。

据查,位于合肥市益民街绿A螺旋藻专卖店负责人介绍,绿A螺旋藻的营养均衡而丰富,它的主要功能有:调节血脂,能降低血液中对人体有害的胆固醇和甘油三酯,有效控制人体血脂的浓度,预防心脑血管疾病;防止脂肪沉积在血管壁内,抑制动脉硬化,增强血管

的弹性和韧性,有效防止血栓形成,预防中风;免疫调节,增强机体免疫力,在英国、美国和一些发达的国家中,它已被用来辅助治疗糖尿病、脑血栓等疾病。

合肥九洲泌尿专科
(原合肥市第二性病防治所)
专科咨询:0551-4677119
地址:徽州大道友好医院旁乘坐公交车至“陈东岗”站下车往南300米即是

治疗鱼鳞病有新方
合肥百姓门诊独家采用国家专利技术“纯中药雾化吸入疗法”治疗鱼鳞病,通过熏蒸仪将祛鳞解药直接导入汗腺,10天治愈,愈后不复发。
电话:0551-3163883 1396660758
QQ:1263641442地址:合肥珠江路3号(双岗工行斜对面)