

春光明媚, 怎料心情“感冒”

专家: 春季心情易躁动, 心理调节很重要

星报讯(记者 马冰璐) 近日, 合肥市民郑女士来电称, 天气转暖, 春光明媚, 她的心情却“转阴”, “总觉得心里不舒服, 莫名地暴躁, 经常发脾气, 我是不是应该去看心理医生了?”

市民: 莫名暴躁, 讨厌自己

据郑女士介绍, 最近一个多月, 她觉得很“别扭”, “前一秒心情还好好的, 下一秒就觉得莫名暴躁。”她说, 因为心情不好, 她还经常因为鸡毛蒜皮的小事和家人“吵架”, “我感觉自己变得太奇怪了, 简直不可理喻。”

“一开始, 以为会慢慢好起来, 但没想到, 这几天更离谱了。”郑女士说, 她莫名其妙地开始讨厌自己, “我感觉自己事

事不如人, 也不愿意出门, 不想和别人说话, 总想一个人躲在家里。”

专家: 春季易躁动, 调节很重要

对此, 记者咨询了合肥日日新心理咨询有限公司的心理咨询师杨丽新, 她说, 季节交替确实会给人带来一定的心理变化, “春季一到, 天气、气压会发生一定变化, 而人的心情也变得容易躁动, 感觉心理出现异常时, 一定要注意自我调节。”

“可以多和亲友沟通、交流、倾诉, 多亲近大自然, 多到户外活动, 呼吸新鲜空气。”杨丽新说, 如果自我调节没有效果或者效果不佳时, 一定要求助于专业心理医生, 以获得及时的帮助和治疗。

二婚能否再生育

王女士来电: 我和丈夫都是农村户口, 我之前离婚, 育有一个孩子, 丈夫是初婚, 请问我们能再生一个孩子吗?

记者范竹标采访答复: 合肥市计生

部门的工作人员称, 王女士可以再生一个小孩, 但在生育前, 需到户籍所在地的计生办, 按程序进行申报, 待审核、批准后即可再生育。

这算高级职称吗

王先生来电: 能否帮忙打听一下, 一级人力资源管理师是否可以认定为高级职称?

记者马冰璐采访答复: 合肥市人社局的工作人员说, 一级人力资源管理师可以认定为高级职称。

社保可以退吗

宋先生来电: 单位帮我办理了社保, 现在离职了, 请问社保能退吗?

记者祁琳采访答复: 12345市长热线的一位工作人员称, 社保不可以退。

如何办理残疾证

邱女士来电: 我想问一下, 如何办理残疾证?

记者马冰璐采访答复: 合肥市民政局

的工作人员表示, 邱女士可以携带残疾证明, 直接到乡镇、街道或社区残疾协管员处申请办理。

绿化带何时完工

孟女士来电: 请问经开区芙蓉路两侧的绿化带, 何时可以完工?

记者马冰璐采访答复: 合肥市经开区

管委会的工作人员说, 芙蓉路两侧非机动车道改造预计4月底完成, 绿化带5月中旬全面完工。

如何申请赴澳门探亲

张先生来电: 今年五一, 我准备去澳门探亲, 请问, 我可以申请探望哪些亲属?

记者范竹标采访答复: 合肥市出入境管

理部门工作人员称, 被探望的澳门亲属包括: 配偶、父母或者配偶的父母、子女、同胞兄弟姐妹。申请人的配偶、子女可随同申请。

公积金缴存标准是多少

万先生来电: 我想问一下, 住房公积金的缴存标准是多少?

记者马冰璐采访答复: 合肥市住房公积金管理中心的工作人员表示, 根据相关

规定, 职工和单位住房公积金的缴存比例均不得低于5%。有条件的单位可适当提高缴存比例, 但最高不得超过规定的缴存比例20%。

玩福彩“年年有余2”“刮刮乐”彩票 男子中百万 当即通知妻子买房

“老板, 真的要谢谢你, 如果不是你推荐, 就中不了这个百万大奖了……”3月26日, 福彩“刮刮乐”玩法“年年有余2”百万大奖喜落武汉。

在武汉市武昌区武汉大学旁一福彩站点, 销售员阮女士透露, 大奖得主是一名年轻的彩民, 平时非常喜欢玩“刮刮乐”彩

票。当天晚近10时, 她正准备关门, 彩民和朋友一起来到站点, 先买了一张“年年有余2”, 刮中20元小奖; 他换了一张, 但没有中; 彩民正准备更换另一种“刮刮乐”票种时, 阮女士说这本“年年有余2”没刮出什么大奖, 说不定大奖就在剩下的几张中。彩民想想就又拿了2张, 没想到刮开最后一

张时, 奇迹出现了, 全都是带“8”的数, “18, 08, 28”, 其刮开区“28”对应的奖金竟然是100万元。

彩民起先有些不相信, 但在阮女士和朋友一再确认下, 才确信自己真的中了百万大奖。他当即激动地打电话通知老婆, 当场表示要拿奖金为家人购买一套房子。

钟才



骏宝今日看彩

今日“3D”十位看大号

首先我们来看看近期出号情况分别为: 922、325、116、618、912、973、544 通过以上数字来分析本周需关注范围。

一、本周十位参考推荐
上7期连开十位大数共1期、小数开出6期, 根据以上十位数字分析, 笔者看好本周十位的追踪指标是: 56789。
二、单双条件参考
上周两单指标开出让人很意外, 频繁出现, 说明两单号是本周

的热点, 根据以上单双数字分析, 因此笔者重点提示参考: “两单一单”为本期追踪目标。严防胆码0开出!

三、本周推荐组选参考
组六 026 068 069 099 148 157 158 159 236 238 246 248 256 257 258 259 268 269 346 348 356 358 368 468 469 489 568 569 589 689。082期命中325组选, 085期命中912组选。

特邀专家 骏宝

双色球“杀红排蓝”

红球杀: 19、26、22、02。
蓝球杀: 02、09、14、07。
红球参考: 01、05、11、17、20、25、28、29、30、31。

蓝球参考: 06、08、05、01。
特邀专家 骏宝
本版推荐均为个人观点, 仅供参考!

双色球一周分析

红球大数多开 蓝球关注中号

一周回顾: 双色球上三期, 第035期开04、07、15、25、26、28 蓝球号05; 第036期开出09、10、17、18、21、31 蓝球号09; 第037期开出04、16、22、24、27、31 蓝球号09。其主要特征是: 和数值分别是103; 89; 123; 奇偶比分别是3:3, 3:3, 3:3; 大小比分别是3:3, 4:2, 4:2; 冷热比分别是2:4, 2:4, 3:3; 个位大小比分别是2:4, 3:3, 3:3; 重号方面, 035期开出无重号; 036期开出重号2个11、26; 037期重号开出1个19。以上数据分析本周具体走势预测如下。

大小方面: 综合上三期, 红球大数开出个数10枚, 红球小数个数开出08枚。本周大数应该在09枚之上, 预计红球大数

依然会多开, 具体看好17, 22, 23, 28, 31, 33。

奇偶方面: 综合上三期红球奇数开出09枚, 红球偶数开出09枚。偶数个本周末将大幅回升, 应在08到10枚。综合考虑, 本周需特别防范奇数强烈开出, 本人看好红球偶数是: 10, 14, 22, 28, 32。

和值方面: 上周第035期和值103, 第036期和值89, 第037期和值123。本周继续趋向中大和值。上一周和值幅度总体来说偏差比较小, 本周可能迎来大幅回升。综合考虑下周和值走中小的可能性较大, 关注70~135区间。

跨度方面: 上三期跨度分别

开出17、15、28。而红球多集中在二三区开出, 存在过热情况。从历史数据上来看, 本期跨度预计会在25到29之间开出。

蓝球方面: 上三期蓝球分别开出04、09、09, 从上周蓝球开出情况来看, 本周需要重点关注蓝球中号。从近期蓝球走势分析来看, 本期继续重点关注在07左右蓝球开出。

下周综合推荐: 精选红球15码: 01、05、06、07、13、14、16、18、21、25、26、28、29、31、33。蓝球: 06、03、11、10、13。(036期红球推荐命中4红: 13、18、19、26; 037期红球推荐命中5红: 05、14、19、28、33。)

特邀专家 骏宝