

今天多云
气温 9 至 17℃

今日生活指数
紫外线指数:
3 级,辐射强度中等

人体舒适度:
4 级,感觉微冷

晨练指数:
3 级,较适宜晨练

相对湿度:70%
森林火险等级:5 级,极易引起森林火灾,林区禁止一切野外用火
(瑞安气象台 11 月 30 日 17 时发布)

瑞安

Tel:6688 6688

(单位:500 克,来源:望江菜场)

蔬菜

B 区 057—058 号
黄瓜 2.5 至 3 元
西红柿(视大小而定) 2.5 元
花菜 1.5 至 2 元
小青菜 1.2 元
盘菜 1.5 元

熟食

A 区 16 号
鸭舌(视品质而定) 45 至 55 元
熟牛肉(零售) 50 元
牛排 30 元

北首外阿兄熟食烧烤
烤鸭 26 元
熟猪排 45 元
羊排(新鲜) 48 元

D 区 15 号姐妹熟食店
牛肚 30 元

鸡鸭肉类

B 区 24 号
老鸭 12 至 14 元
三黄鸡 (0.9 至 1.1 千克/只) 8 至 9 元
乌骨鸡 8.5 元

B 区 78 号
外地猪肉 10 至 11 元
猪肝 11 至 13 元

B 区 105 号
猪子排骨 13 至 16 元
猪心 13 至 17 元

B 区 87 号
生牛精肉 28 至 40 元

B 区 91 号
生羊腿肉 18 至 23 元
生牛排 25 至 30 元
报价截至 11 月 30 日上午 9 时,价格仅供参考。(留丹)

本周以多云天气为主气温有所下降 气候干燥天气寒冷 别把口角发炎误作上火



上周末虽有弱冷空气来临,但气温变化并不大。本周又有一股弱冷空气,市区白天最高气温将回落至 20℃ 以下。记者从市气象台获悉,本周云系增多,以多云天气为主,气温也不会像上周那样偏高,比较适宜。

据气象台消息,今天多云,最低气温 8 至 10℃,最高气温 16 至 18℃;明天多云到阴,明天后期到后天白天将受弱冷空气影响,明天最低气温 7 至 9℃,最

高温 17 至 19℃;后天阴转多云,最低气温 8 至 10℃,最高气温 15 至 17℃。

近日气候干燥,不少人嘴角皲裂,有的人嘴角还长出了不少小水疱,大家普遍认为这是“上火”了,并不十分在意。但医生说,此种症状并非是“上火”,而是口角发炎,也就是俗称的“烂嘴角”。

医生提醒,口角炎四季都会发生,但冬季气候干燥、天气寒冷,更容易患口角炎。虽然其中以小儿患者居多,但成人因饮食、体质等因素也会患此病。

口角炎常发生在口角黏膜的一侧或两侧。因病因不同而分为营养不良性口角炎、球菌

性口角炎、真菌性口角炎。营养不良性口角炎在营养缺乏和维生素 B 族或锌缺乏者中常有发生,以维生素 B 族缺乏引起的口角炎最常见。最初表现为口角上发红、发痒,接着上皮脱落,形成糜烂、浸渍或裂痕,张嘴时拉裂而易出血,吃饭说话等都受影响。

为预防小儿口角炎的发生,应让孩子多吃绿色新鲜蔬菜、豆类、小米、肉、牛奶等。此外,口角不适时切忌用舌头去舔,以免口角更加干燥,更易破裂出血。得了口角炎,要去医院就诊,不宜盲目自行用药,因为口角炎有不同的病因、病症,应对症下药。

(陈绵绵 袁慧珍)

瑞安

Tel:6688 6688

《袁伟民与体坛风云》
作者:远山
江苏人民出版社
价格:30 元
袁伟民,原国家体育总局局长、世界排坛最佳教练,从事体育工作长达 47 年,是我国体育

历史上第一位运动员、教练员出身的体育最高级官员。
时代成就了他的辉煌,他也成全了时代的使命……他的离任,终结了一个时代。
从副处到正部,袁伟民屡屡被破格提拔,他以怎样的心态去

迎接一次次挑战……12 次率团征战奥运、亚运,出任总指挥,运筹帷幄,屡闯难关。奥运申办城市投票和竞选国际奥委会主席两项议程同时在莫斯科进行,投票前后发生了怎样的故事? 本书讲述了袁伟民“主政”体坛 5 年期间鲜为人知的为官之路、风雨兼程的成功史和刻骨铭心的坎坷路。

(陈绵绵)

瑞安

Tel:6688 6688

明日市人事局 局长林宝录 接听局长在线

明日上午,市人事局局长林宝录做客《阳光行动·局长在线》特别节目。您可以就相关人事政策、人才引进、公务员招考、工资福利、事业单位改革等问题提出您的看法和建议。

参与方式:
节目直播热线 :65834411、65834422;

短信平台:编辑数字 129 加短信内容发送到 106277779;

网络参与:登陆瑞安广电网、瑞安日报报网论坛点击《阳光行动·局长在线》专栏留言。

(黄海敏)

今日起 7 路公交车 无人售票

从 12 月 1 日起,市公交公司 7 路公交车启用无人售票系统。至此,我市 13 条公交线路中,除 10 路外,其余 12 条都采用了无人售票系统。

据了解,7 路公交线路为南门至平阳章底,途经人民医院分院(红十字医院)、仓前街口、八角桥、学前、虹桥头、虹桥花园、商城、机场路口、滨江中学、桥里、章桥等。

(留丹)

今日

广播电视节目预告

FM91.0 瑞安电台

9:30—10:00 910 服务台

11 月 18 日市残联理事长诸葛志勇做客《阳光行动·局长在线》,本期节目作出反馈。

10:30—11:00 民声直通车

家电以旧换新有新政策,我市家电以旧换新情况如何,记者采访市经贸局相关人员。

瑞安有线广播·新农村频道

10:30—11:00 乡土乡音

记者带你走进枫岭乡绿风瓯柑种植合作社,了解大山里的瓯柑收获情况。

节目热线:65834411,65834422

路况热线:15858859910

瑞安广电网:http://www.rabtv.cn

瑞安台

20:27 剧场

00:23 午夜影院

温州新闻综合频道

20:00 剧场:雾柳镇(10、11)

23:30 剧场:突然心动(15、16)

温州经济科教频道

18:54 剧场:真爱诺言(9、10)

01:30 钻石王老五的艰难爱情(2)

温州都市生活频道

13:09 妈妈为我嫁(4、5)

19:40 剧场:妈妈为我嫁(6、7)

温州公共频道

17:55 封神榜之武王伐纣(21、22)

22:20 笑着活下去(22、23)

浙江卫视频道

19:36 剧场:单亲妈妈

22:20 综艺精选

浙江钱江都市频道

19:25 剧场:黑玫瑰(9、10)

22:30 剧场:浣花洗剑录(12、13)

浙江经济生活频道

18:35 铁齿铜牙纪晓岚 4(10、11)

22:30 新闻深呼吸

浙江教育科技频道

19:00 剧场:北方有佳人(24、25)

22:50 剧场:秘密列车(27、28)

浙江影视娱乐频道

18:35 剧场:冷箭(19、20)

21:20 剧场:谁在你背后(4、5)

浙江民生休闲频道

19:35 直播:钱塘老娘舅

22:50 心灵花园

浙江公共·新农村频道

20:00 剧场:你永远都不会独行(6、7)

22:25 电影:保护者

湖南电视台

14:00 剧场

22:00 剧场:说不出的爱(8、9)

广东电视台

16:54 剧场:家有外星人(59、60)

23:21 剧场:八路军(7、8)

中央一台

19:58 剧场:密战(29、30)

21:43 天下大观:金面王朝

22:29 2009 年 12·1 世界艾滋病日主题晚会

中央二台

18:48 理财在线

20:00 经济与法

中央三台

18:20 快乐驿站:讲述明朝那点乐儿

19:30 神州大舞台

20:36 开心辞典

中央四台

19:15 在那遥远的地方(6)

22:00 天涯共此时

23:30 剧场:缉毒英雄(8、9)

中央五台

19:30 2009/2010 安踏全国排球联赛(福建女排队—恒大女排队)

23:00 2009 年第 26 届世界蹦床锦标赛精选

中央六台

16:55 故事片:爱情呼叫转移

19:35 故事片:巴林石传奇

21:57 译制片:预见未来(美国)

23:47 故事片:极度贪婪

01:50 故事片:女刺客

中央八台

12:53 女人的村庄(13—16)

17:00 钻石情缘(19、20)(新加坡)

19:30 连续剧:沂蒙(12—14)

22:00 只有你(43、44)(菲律宾);佐罗(三)(7—9)(西班牙)

02:44 夜幕下的哈尔滨(29—32)

中央十台

17:50 健康之路

19:35 绿色空间

20:30 走近科学

21:00 讲述

中央十一台

18:24 名段欣赏

20:39 青春戏苑特别节目:越女争锋(2)决赛展播(九)

23:45 剧场:东归英雄(24—26)

(节目以当日播出为准)

新潮国旅

地址: 安阳路门市部185号 电话: 65654889 65872006 www.xc-gl.com

地址: 瑞安华侨饭店一楼 电话: 66607611 66607622 65656666 经营许可证: L-ZJ00342

海峡旅游

经营许可证: L-ZJ03146

珠海海泉湾温泉、澳门双飞4日游

17、23/12

2099元起

圣诞香港澳自由行5日(迪斯尼门票各人赠送一张)

23/12

成人3680元起 儿童2880元起

海洋电话—6夜8天亚洲传奇之旅(香港+台湾) 14/2 | 正月初一

成人8500元起 儿童7100元起

泰新马特价11日游

23、28/12

震撼价2980元起

台湾8日动车之旅(温州出发,温州领队)

26/12、6、13、20/1

3680元起

台湾经典6日(温州出发,宁波离航)

1、29/1

3380元起

春节美国线路火热报名

美国西海岸、夏威夷9日游

15/2(正月初二)

16800元起

夏威夷一地6日游(送一顿新年特色餐)

12/2(腊月廿九)

15800元起

美国东西海岸、夏威夷14日游

08、12、13、14/2

17800元起

美国东海岸欢度中国年8日

12/2(腊月廿九)

13500元起

纽约+奥兰多迪斯尼9日之旅

10/2(腊月廿七)

19999元起

纽约+迈阿密游轮11日之旅

8/2(腊月廿五)

20999元起

路线系列,详情请咨询

美国奥兰多、东加勒比10日游

12/2

海景房19999元起

美国东海岸、东加勒比11日游

13/2

阳台房21500元起

公司热心公益事业,免费带领东山特殊教育学校的学生游览九珠温泉区、东渡木活字印刷文化村。