



气象信息

今天多云,夜里多云转阴有阵雨或雷雨
气温 10 至 22℃



人体舒适度:
4级,感觉微冷

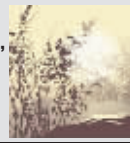
紫外线指数:
2级,辐射强度较强



晨练指数:
2级,适宜晨练
郊游指数:
1级,天气不错,大自然欢迎你



洗车指数:
2级,擦洗车辆虽不很理想,但仍能使爱车风光一阵
晾晒指数:
1级,适宜晾晒



相对湿度:70%
森林火险等级5级,极易引起森林火灾,林区严禁一切野外用火
(瑞安气象台3月21日17时发布)

Rui an

养生堂

我的健康我做主

白细胞减少症 食疗经验方(二)

■鸡血藤粥

原料:鸡血藤30克,粳米100克,红枣10枚。

制法:将鸡血藤洗净,切片,晒干,布包后与淘净的粳米、红枣同入锅中,加水适量,先以大火煮沸,改以小火煨炖至稠粥,取出鸡血藤布袋即成。

吃法:上下午分服。

功效:补血活血,升白细胞。

主治:气血不足引起的白细胞减少。

■虎杖生食方

原料:虎杖嫩芽5根。

制法:每年春季,虎杖的嫩芽破土而出,长到30厘米左右时采摘,剥去表皮,即成。

吃法:放在口中,一次嚼服。

功效:提升白细胞。

主治:各种类型白细胞减少症。

■西洋参炖乌骨鸡

原料:西洋参3克,乌骨鸡1只。

制法:西洋参切成薄片。乌骨鸡宰杀后洗净,与西洋参片同入砂锅中,加水适量,加生姜片、葱段、料酒、精盐等调料,先以大火烧沸,再改以小火煨炖至乌骨鸡熟烂即成。

吃法:佐餐当菜,吃肉饮汤,西洋参片嚼服咽下。

功效:补气养阴,升白细胞。

主治:气阴两虚型白细胞减少症及放疗、化疗引起的白细胞减少。

■百合石斛羹

原料:百合60克,石斛30克,白糖20克。

制法:将百合洗净,掰成片状。石斛洗净后切段,与百合同入砂锅中,加入白糖及适量清水,用小火煨炖1小时,待百合熟烂时剔除石斛段,即成。

吃法:上下午分服。

功效:养阴生津,升白细胞。

主治:气阴两虚型白细胞减少症。

■参枣米饭

原料:人参叶15克,红枣15枚,粳米250克,白糖50克。

制法:将人参叶片、红枣洗净,入锅,加水煎煮30分钟,去参叶及红枣,留煎汁备用。粳米淘净,入锅,加参枣煎汁及清水适量,红枣去核,与白糖同时放入锅中,煮成米饭。

吃法:上下午分服。

功效:益气健脾,提升白细胞。

主治:脾肾两虚型白细胞减少症,症见面色无华,头昏耳鸣,腰膝酸软,少气懒言,神疲乏力,或畏寒低热,舌胖质淡,脉沉迟。(李新新)

瑞网议事厅

网络问政

http://www.66ruian.com/wsyz

土地证办理需要什么手续?

网友:望湖家园二期办理土地证,需要哪些手续?超面积是不是要罚款?如果罚款要罚多少?

市国土资源局回复:办理土地证需提交以下资料:1.房产证;2.出让文件合同;3.分房协议书;4.建设工程规划许可

证;5.出让金发票及有关契税费缴纳的凭证;6.整幢正房总建筑面积计算表;7.勘测定界成果资料;8.如超面积需提供罚没收据。具体的超面积问题,因住户没有提供有效资料,我局无法答复,请谅解。(李雅整理)

房产证是奶奶的 是否影响新生入学?

网友:我想了解一下,房产证上写的是奶奶的名字,但是户口簿上户主是爸爸的名字,爸爸是独生子女,这种情况对于新生入学是否会有影响?或是不是还有附加条件?

市教育局回复:按照2011年义务教育阶段招生政策要求:适龄儿童、少年父母确无房产,且随父母在祖父母处落户(如果在外祖父母处,适龄儿童、少年的母亲应是独生女,下同),需具备3个条

件,经学校调查核实后可以报名入学:一是与祖父母(外祖父母)常年同住,无户口迁移史;二是适龄儿童、少年自出生日起寄养在祖父母(外祖父母)家;三是适龄儿童、少年和父母户籍在祖父母(外祖父母)处,且祖父母(外祖父母)房产证和户籍一致齐全。2012年的招生政策尚未公布,请您及时关注“瑞安市教育信息网”上的信息。(李雅整理)

塘下镇政府 办公大楼 要搬迁吗?

网友:塘下大道和瑞勤东路处新设了塘下新区建设委员会,镇政府是打算搬到那里去,还是部分部门搬迁?

塘下镇回复:因镇政府办公大楼用房紧缺,临时租用塘下大道处企业厂房作塘下新区建设委员会办公楼。镇政府部分办公室搬迁至该处合署办公。(李雅整理)

塘下康欣花园 的施教区是哪里?

网友:我想了解一下,塘下镇康欣花园的施教区是哪里?

市教育局回复:根据市政府会议纪要要求,塘下镇康欣花园户籍、产权符合招生条件的到塘下镇中心小学就读。(李雅整理)

上期回顾:转让三星P1000手机,原购价3900元,转让价1700元,尚未转让,有兴趣的读者可翻看3月21日的《瑞安日报》。

交警提醒

Tel:6688 6688

近期醉驾高发 交警将严查不殆

近两周,交警塘下中队辖区内共发生6起醉酒后驾驶机动车案件,平均每两天发生一起,其中3月13日至16日4天中,每天均有1起。在上述案件中,6名犯罪嫌疑人均已被刑事拘留,其中两起案件涉及无证驾驶,另外4起案件中的驾驶人均被吊销机动车驾驶证,并且5年内不得重新申领。

近期醉酒驾车案件高发,且上述醉酒人员的酒精量均大大超过醉酒标准。交警提醒:醉酒驾车,害人害己。交警部门将不定期、不定点继续加大查处酒驾的力度。(陈瑞建程翔)

转让童车

转让者:市民陈女士

这款童车买来近一年,现在宝宝长大了,所以打算将它转让给有需要的朋友。

这辆童车可以收缩,携带方便;还可以调整椅背,宝宝躺着睡觉或者坐着出来玩都没问题。这辆童车的原购价大概是200元,现在打算以80元转让。另外,有儿童秋千转让,有兴趣的朋友可以一同购买,价格从优。

有意购买的读者可以致电65916666,或加QQ240104426,跟记者联系。

温馨提示:“跳蚤市场”只

提供发布信息平台,物品质量由转让者负责。(陈绵绵)

今日		瑞安电视台		快乐蓝天下		(54、55)		一路惊心	
广播电视节目预告		FM91.0 瑞安电台		浙江钱江都市频道		14:25 给你生命给我爱(18-20)		中央七台	
		10:00-11:00 910 服务台		08:05 水浒传(25-28)		20:18 前妻的车站(27、28)		12:27 乡土	
		为您搭建沟通桥梁,在节目现场受理听众各类投诉和咨询,并连线被咨询、投诉的单位,商讨解决。		13:10 烈火(15-18)		中央一台		20:00 军事纪实	
		11:00-12:00 食乐天天		19:10 战火四千金(6-7)		20:05 向东是大海(23、24)		中央八台	
		吃喝玩乐全网罗,空中交易最方便。秒杀项目:由某咖啡店提供的“意式咖啡任选两杯+芒果慕斯+白巧克力君度+意大利肉酱面”。		浙江经济生活频道		22:40 第一“晚间剧场”		13:26 金枝玉叶(2-5)	
		瑞安有线广播·新农村频道		18:32 甄嬛传(75、76)		中央二台		17:05 娘家的故事之爱的重生(2、3)	
		10:30-11:00 乡土乡音		20:30 经视新闻		18:43 生财有道		23:29 爱在苍茫大地(19、20)	
		油价上涨增加农民作业成本,记者带你了解详情。		浙江教育科技频道		20:00 经济与法		中央十台	
				18:58 满秋(13、14)		中央三台		19:55 自然传奇	
				22:23 大唐女将(1、2)		20:30 文化讲坛		20:40 走近科学	
				浙江影视娱乐频道		21:30 2010 跨界七天乐		21:10 探索·发现	
				13:45 步步惊心(10-13)		中央四台		中央十一台	
				18:40 扇娘(8、9)		19:15 民工(2)		18:38 戏曲采风	
				21:30 抬头见喜(13-15)		21:30 今日关注		19:20 九州大戏台	
				浙江-6 频道		中央五台		中央少儿频道	
				18:18 直播:1818 黄金眼		18:00 体育新闻		19:30 大风车	
				20:46 欢乐英雄PK大擂台		18:35 足球之夜		20:00 水漫金山	
				浙江公共·新农村频道		中央六台		(节目以当日播出为准)	
				09:30 少林寺传奇之大漠英豪		11:50 故事片:青面兽杨志			