受冷空气影响

我市未来几天多阴雨

刚刚过去的元旦小假期，阳光只灿烂了一天，从前天开始，北方的一股冷空气已经开始影响我市。记者从市气象台获悉，受新冷空气影响，我市有一次弱雨雪和大风降温天气过程，未来几天多阴雨天气，阴冷将令人的体感温度较低。根据我市最新天气预测，今天，阴有小雨或雨夹雪，3-6℃；明天，阴有时有小雨，4-8℃；后天，阴，局部有小雨，5-9℃。据气象部门分析，今天起暖湿气流又将趋于活跃，我市气温也会随之小幅回升，7日到8日最高气温将回升到13℃～14℃，最低气温为8℃～10℃。

冬天里万物凋零，养生专家提醒，首要做好防寒保暖工作。冬季作息应遵循“早睡晚起”原则，起床时间最好在太阳出来之后。睡觉时，不要贪暖而蒙头睡。勤开窗有利于身体健康，冬季室内要保持一定的温湿度。在睡前，用55℃-70℃的热水泡脚，既解乏又有助于睡眠。人体的足部穴位很多，在热水的浸泡下，舒筋活络，加速血液循环，起到防病治病的作用，尤其对于冻疮、足部静脉曲张的患者，热水泡脚益处多多。

（记者 蔡玲玲 通讯员 司波）

本期推荐：海蜇

海蜇是生活在海中的一种腔肠软体动物，体形半球状，上面呈伞状，白色，称为海蜇皮，下有八条口腕，其下有丝状物，灰红色，叫海蜇头。

新鲜海蜇的刺丝囊内含有毒液，毒素由多种肽物质组成，一般要用食盐、明矾经过3次加工、腌制，滤去水分制成盐渍海蜇才能去除毒素。

达人教你挑

春节将至，很多市民会购买海蜇，或作年货或当送礼佳品。但如何选购海蜇并非每个人都是行家里手。

昨日，记者咨询了瑞安水产城卖了十几年水产的店主王女士，她说挑选海蜇有“四招”。

一看色泽。优质的海蜇皮色泽晶莹透白或呈淡黄色，有光泽，无红衣、红斑、沙泥，是经盐矾加工、鲜活腌制的，越大、越厚、越白，海蜇皮质量越好。上等海蜇头呈红黄色，有光泽，如果是捕捞后放置时间过久加工腌制的，其新鲜度较差，色面发红。“海蜇皮在加工中若是盐矾比例不当会发硬，颜色泛红，质量也差，颜色呈紫红色的，质量更差。”王女士说。

二闻气味。优质海蜇无腥味，次等海蜇有点腥味，劣质海蜇腥臭味浓重。

三查肉质。用手拉时，优质海蜇肉质比较坚韧，有弹性，不易脆裂，蜇体坚实完整；若用手拉海蜇时感觉坚韧，为老海蜇，质量较次；手搓易破碎、发软、弹性差为劣质品。如果海蜇肉质发软，无弹性，呈紫黑色且有腥臭味，并有脓状液体出现，是变质海蜇，切勿食用。

四试口感。一口咬去没有腥味并发出“咯噔”响声，又脆又嫩不塞牙，是优质海蜇；嘴嚼韧绵或发硬，则是次品；若口尝腥味浓重、发软，是变质品。

王女士还提醒，近年来有商家用褐藻胶等为原料生产人造海蜇皮，人造海蜇皮（丝）与天然海蜇皮虽然外观相似，但无天然海蜇皮的营养成分。

大厨教你煮

市东海大酒店行政主厨徐勤介绍，在酒店海蜇一般只有一种做法：酸菜拌海蜇。

酸菜拌海蜇：海蜇清水中浸泡，去掉咸味沥干水，放入蒜末、葱花、蚝油、美极鲜酱油，少许蒜蓉辣酱、味精、糖，与酸菜（切片）一起拌均匀，再放入麻油即可。

很多市民在家中图方便，直接将海蜇在清水中浸泡去掉咸味沥干水，直接蘸酱油醋食用。

营养专家教你吃

市人民医院营养门诊科副主任医生戴福仁介绍，海蜇的营养极为丰富，含有蛋白质、碳水化合物、钙、碘以及多种维生素；此外，海蜇还是一味治病良药，具有清热解毒、化痰软坚、降压消肿之功效。

据悉，海蜇也与其它海产品一样，容易受到细菌污染致细菌性食物中毒，市民生拌海蜇应认真处理，操作过程中要注意卫生，做好防蝇、防尘、防污染，最好是切丝之后用凉开水反复冲洗干净、晾干，以预防食物中毒。

（记者 项颖）

律师说法

Rui bao Tel：6688 6688

已经卖给别人的房子私自拿去抵押 请问合同有效吗？

市民蔡先生：A公司开发写字楼一幢，于2010年5月5日将其中一层卖给B公司，约定半年后交房，B公司于2010年5月6日申请办理了预告登记。2010年6月2日A公司因资金周转不开，在B公司不知情的情况下，以该层楼向银行抵押借款并登记。现因A公司不能清偿欠款，银行要求实现抵押权。请问该抵押合同有效吗，抵押权是否设立？

浙江瑞越律师事务所肖成飞律师解答：《物权法》第20条规定：当事人签订买卖房屋或者其他不动产物权的协议，为保障将来实现物权，按照约定可以向登记机构申请预告登记。预告登记后，未经预告登记的权利人同意，处分该不动产的，不发生物权效力。预告登记后，债权消灭或者自能够进行不动产登记之日起3个月内未申请登记的，预告登记失效。由于B公司办理了预告登记且在有效期内，A公司擅自设立抵押权的行为不发生物权效力。

《物权法》第15条规定：当事人之间订立有关设立、变更、转让和消灭不动产物权的合同，除法律另有规定或者合同另有约定外，自合同成立时生效；未办理物权登记的，不影响合同效力。因此，抵押权未设立，并不影响抵押合同的效力，抵押合同自成立时生效。

（李雅 整理）

垃圾短信满天飞 诈骗骚扰如何防

■见习记者 黄国夫

如今，手机已经成为生活必需品，为人们带来许多方便，但随之而来的垃圾短信、诈骗信息也在不断地骚扰着我们，轻则短信连发打扰了正常的生活，重则一不小心还被骗去钱财。

夜半短信搅人好梦

近日，家住湖岭的黄先生对连续发来的垃圾短信头痛不已，“白天上班不断收到垃圾短信，就连半夜睡觉的时候也不让人安心。”黄先生使用手机已有10年左右的时间了，从最近几年开始，垃圾短信每天向他“问好”的次数越来越多。黄先生告诉记者，三四年前虽然也时常收到一些垃圾短信，但频率不高，看一下删掉也就是了。但是近段时间，每天收到的垃圾短信都在4条以上，有的时候多达10余条，让人删得都不耐烦了。

“最令人深恶痛绝的是夜半短信，夜深人静的，一下子就把人惊醒。”黄先生告诉记者，由于工作原因，他的手机需要24小时开机，而他患有轻度失眠，一旦被吵醒就再也睡不着了。

而作为商家最喜欢的节假日，则成为了垃圾短信的“重灾区”。

“每逢节假日到来之前，垃圾短信就铺天盖地地发过来了。”市区潘女士告诉记者，平时喜欢在网上购物，之前购物过的一些网店、买过会员卡的商家此时都会“热情”地发短信过来。而其中的内容，无外乎“某某衣服多少折，某某鞋子多少折”，其落款都是天猫、当当网等一些知名网购网站。

诈骗短信陷阱连连

对于推销商品的垃圾短信，看完删掉也就罢了，更可恶的是那些诈骗短信，对一些防范能力不强的人，一个不小心就有可能被骗去钱财。

近日，汤先生收到了一条130开头的手机短信，内容写道：“（温馨提示）：您有一份包裹派送不成功，请速来电核实，咨询电话：****1007[瑞安邮政快递]。”

看到包裹没送到，结尾还是以“瑞安邮政快递”落款，汤先生毫不犹豫地拨打了短信提供的号码进行咨询。“有一个包裹是云南寄过来，里面有毒品，已经转到瑞安公安局刑侦大队，可以打电话****8807了解情况。”电话那头告诉汤先生。

汤先生一听“毒品”二字，立马慌了神，情急之下，拨打了其提供的号码。接电话的是位男子，该男子提醒包裹是从西双版纳寄过来的，里面有一张汤先生的信用卡和一张农行卡，一袋普洱茶和一包毒品。

“你自己主动打电话过来说明你没有问题，我们已经成立专案组进行布控，这两天就会找到你。”该男子告诉汤先生他的个人信息已经泄露，需把其他银行卡送到银联中心进行保全。

听到要转钱，汤先生起了疑心，于是给邮政局打了个电话，经证实，邮政部门并未发过该条短信。接着汤先生再次拨打了****8807，而此时该电话已忙音。原来这是短信诈骗。

多个渠道拦截举报

“对于垃圾短信的处理我们也十分头疼，我市共有120多万移动用户，基数大，要对这些垃圾短信一一进行处理我们根本没有这样的精力。”面对垃圾短信满天飞的现象，中国移动通信集团浙江有限公司瑞安分公司综合办主任薛海峰显得很无奈。

据了解，目前市民可通过移动、联通等通讯公司固定的方式进行投诉举报。而对于智能手机用户，可以通过下载360手机卫士、腾讯手机管家、金山手机卫士等手机管理软件来屏蔽垃圾短信。对于垃圾短信带来的较为严重和恶劣的情况，市民可以直接报警。