暑气渐消，偶尔高温

本周降水将明显增多

■记者 蔡玲玲 通讯员 许姝

处暑节气过后，高温炙烤的日子将渐行渐远。这几天，我市的天气虽然骄阳依旧，但明显没有了之前的焦灼感。昨日，记者从市气象台了解到，本周我市副热带高压明显减弱，最高气温也将不断下降，入秋的节奏开始了。

本周降水增多，最高气温下降

今年夏天，由于副高压的强势掌控，使得冷空气不能靠近。最近，副热带高压明显减弱，“冷空气”终于可以“抬头”了。记者从市气象部门获悉，受副高边缘影响，本周我市降水将明显增多，最高气温也将不断下降，真正意义上的秋天走近了。

根据天气预测，市区今天，多云到阴有阵雨或雷雨，25至32℃；明天，阴到多云，26至32℃；后天，多云转阴，26至33℃。总体来看，未来一段时间我市雨水会多起来，不会出现持续性大范围高温少雨天气，不过，气象工作人员提醒，这也并不意味着高温天气就没有了，不排除偶尔会有一两个高温天气。

根据气象台记录，我市近三周的平均气温分别为30.5℃、29.6℃、28.8℃。从逐步下降的数据来看，“秋老虎”出现的可能性似乎很小。

离真正的秋天还有一个多月

进入“处暑”节气，暑热正在消退，秋季也将渐渐展开。目前，我国已有4个省会城市入秋，分别是哈尔滨、长春、呼和浩特、乌鲁木齐（没有明显夏秋的拉萨、西宁、昆明不参与统计）。其中乌鲁木齐入秋最早（8月13日），哈尔滨、长春同一天入秋（8月17日），呼和浩特于8月19日入秋。

我市的秋天一般什么时候来？根据相关气象统计数据，常年的平均入秋时间为10月4日。这样看来，如果今年天气正常的话，秋天离我们还有一个月多的时间。根据气象学，连续5天日平均气温在22℃以下，才算秋天的天气。

天气虽然稍微凉快了一点，不代表一切就安耽了，因为8月和9月仍然是台风活跃的“旺季”。在冷空气和高温的缝隙里，又一个新台风可能要生成了。

昨日消息，菲律宾以东热带低压的中心26日5时位于菲律宾马尼拉偏东方约610公里的洋面上，中心附近最大风力有7级（16米/秒），中心最低气压为1004百帕，预计该低压中心将以每小时25公里左右的速度向北偏西方向移动，并将于未来12-24小时内加强为热带风暴。这说明，今年第15号台风“康妮”有可能在24小时内生成。

气象专家预测，它将是一个慢、怪、善变的台风，影响我国的可能性极大。夏秋转换已经开始，新台风的路径非常难测，从海南到浙江，都有可能受到新台风的影响。当然，最大可能还是广东台湾福建。

“贴秋膘”也得讲科学

“贴秋膘”，是一种沿袭久远的民间习俗，即是从立秋后开始，大量补充营养、进食补品等，目的是迅速增加体脂、提升免疫力。近日，有市民开始忙着炖鸭汁、炖牛肉汁对身体进行滋补。养生专家提醒，经过夏季后，脾胃尚未完全恢复到正常功能，过于油腻的食品不易消化吸收。而一般人可从日常饮食中得到足够的营养，不用刻意进补。

“如果非要‘贴秋膘’，那也得讲科学，每个人要根据自己的体质来科学、精确地进补。”养生专家介绍说，比如，“贴秋膘”首先要注意体内的酸碱平衡。正常人血液的PH值应呈弱碱性，一般情况下，人体可自动调节并平衡体内的酸碱关系。但是，如果大鱼大肉等酸性食物吃多了，超过了机体的耐受程度，就可使血液发生酸性偏移，容易使人患上高血压、高血脂、痛风、脂肪肝等。所以，忙于“贴秋膘”的时候，大家不要忘了多吃些时令蔬菜、水果。

此外，随着天气渐渐转凉，人们往往会出现不同程度的干燥感，故应吃些生津养阴、滋润多汁的食品，少吃辛辣、煎炸食品。

推拿不当 反而“受伤”

工商建议 推拿应去有资质的正规医疗机构

本报讯（通讯员 吴晓媚 记者 陈瑞建）近年来，打着“盲人推拿”、“中医针灸”等招牌的保健店越来越多，不少市民也渐渐依赖推拿、拔罐、针灸来舒缓疼痛和进行保健。然而，一些市民觉得推拿效果不大，而且有时候还会“受伤”。8月20日，市工商局就调解了一起由于推拿技师不合理治疗导致受伤的纠纷。

市民刘先生因为工作繁忙劳累易感疲劳，所以经常去推拿放松。8月19日，刘先生像往常一样来到某推拿会所找技师推拿，由于刘先生是这家店的常客，对该店技师的手艺很信任。尽管在推拿过程中感到有点痛，但刘先生觉得痛表明应该按到要点了，这样才会有效果，所以当时也没在意。

没想到，接下来几天，刘先生总觉得脚部有点酸痛，且有越来越严重的趋势，到最后走路的时候都感觉脚尖很痛。刘先生去医院，经医生检查，刘先生被确定为由于不合理的治疗导致了脚损伤。据专业推拿医生介绍，推拿按摩根本不是以痛的程度来衡量有效与否，好的推拿手法应该是力度恰到好处，太过“暴力”有可能会导致肌肉的损伤。

拿着医生开的证明以及病例，刘先生来到推拿店要求该店赔偿医疗费，该店不承认是技师的原因导致刘先生受伤，因而予以拒绝。刘先生遂向工商部门投诉，最终获得1000元赔偿。

据了解，正规的医疗推拿按摩都必须具备医疗机构许可证和执业医师执照。除了医院、社区卫生服务中心等具有这两证的正规医疗机构可以开展中医按摩、针灸、刮痧、拔罐等医疗活动，绝大部分街头的商业性按摩店都不具有“两证”，所以最多只能进行保健按摩。工商部门建议，消费者最好选择正规的医疗机构进行治疗，不要随便去街头的推拿店。

市民政局局长陈智勇明日接听局长在线

明日上午10时，市民政局局长陈智勇做客广播电台《阳光行动·局长在线》。您可以就低保申请、五保（三无）对象申报、重点优抚对象社会救助、殡葬改革管理、婚姻登记等相关审批手续办理和办事态度等参与现场讨论。

参与方式：

节目直播热线电话：65834411、65834422。

微信平台：搜索公众账户瑞安电台的拼音字母，添加关注（ruiandiantai），节目进行中随时提问。

网络参与：登录瑞安广电网、瑞安日报云江论坛点击《阳光行动·局长在线》专栏进行留言。也可以通过新浪微博“@瑞安日报－报料王”、“@清廉瑞安”等方式参与互动。

（记者 欧苗苗 通讯员 王晓妘）

公 告

尊敬的仁和嘉园业主：

恭迎您乔迁新家园！我公司已于2013年7月29日起陆续办理物业交付手续。尚未办理手续的业主请尽快到我公司办理。物业管理服务费统一于2013年9月1日起由业主缴纳。

中房集团瑞安房地产开发有限公司
2013年8月26日

瑞安市汀田大厦小区前期物业服务公示

瑞安市汀田大厦小区已于2013年8月2日按国家前期物业项目招投标有关规定，通过协议招标的方式选聘瑞安市连城物业公司为前期物业服务单位，现将前期物业服务收费标准、服务内容等向社会公示。

物业地址	瑞安汀田		
开发建设单位	瑞安市宏盛房地产开发有限公司	负责人	方仕夫
前期物业管理单位	瑞安市连城物业管理有限公司	负责人	钱惠东
物业交付时间	2015年12月31日		
服务等级	一级服务标准		
收费标准	高层住宅1.5元/月·m^2　营业房1.8元/月·m^2		
物业服务合同期限	2013年8月5日至汀田大厦小区业主委员会成立签订新的物业服务合同生效时止		
人员配置（共18人）	管理处主任1人，秩序维护员13人，保洁员3人，工程维修工1人		

服务内容	机构设置及制度	1. 管理处设综合服务部、保洁绿化部、保安部、工程维修部，建立以管理处为单位，实行24小时值班制；2. 建立对外协调机制，建立与市政、园林、卫生、供电、供水、煤气、公安、街道等部门的联系沟通；3. 实行“零距离”服务制度；4. 服务公开制，将服务标准、服务内容、收费标准等情况实行公开制，24小时接受业主监督及投诉处理；5. 建立回访制度，定期收集业主对物业服务的意见与建议；6. 实行告知式服务制，将各项服务信息、区内情况、公众信息利用宣传栏等渠道向业主告知；7. 建立消防、防盗等各种应急预案。
	装修管理	1. 向业主提示、明示房屋装修的有关规定；2. 设立装修巡查小组；3. 装修垃圾袋装化，统一堆放、统一清运；4. 对装修工人发放临时出入证。
	秩序维护服务	1. 秩序维护员年龄在35-55岁，身高不低于1.60米，形象良好；2. 小区主入口24小时值班；3. 对车辆进行验证、登记和换证；4. 对外来人员进行登记，对访客指引行走路径；5. 按规定路线巡视检查，重点部位每小时巡查一次；6. 应用电子防盗24小时监控，监控室24小时值班。
服务内容	绿化管理	1. 草坪保持平整，及时修剪；2. 落实绿化养护，每天进行养护巡查；3. 保持绿化花木的外观平整、美观；4. 聘请专业园艺公司做技术指导，及时做好病虫害防治工作；5. 制定预防措施，做好恶劣天气花草树木的保护工作。
	清洁服务	1. 公共部位每日保洁不少于2次；2. 公共绿化、电梯轿厢等每日保洁不少于2次；3. 清洁工每天2次定时清运垃圾；4. 对小区实行流动保洁；5. 定期开展消杀工作；6. 定期检查清掏排水、排污、雨水管道。
	房屋及共用设施设备管理	1. 接管物业时，对物业共用部位、共用设施设备及相关场地进行现场查验；2. 做好物业各项实物及资料的交接；建立房屋管理、图纸、技术资料档案；3. 小区主入口设置小区标识平面图及其他公共配套设施场地标识；4. 对所辖区域进行每天不少于2次的巡查；5. 定期组织人员检查房屋共用部位及附属设施的使用情况；6. 对空置房定期进行检查；7. 建立共用设施设备台账，记录完善，可随时查阅；8. 对容易危及人身安全的设施设备设置明显的安全警示标志；9. 负责设施设备供应商的联络，保养期内的返工整改工作；10. 定期对设施设备的保养工作；11. 开关、照明、插座、电气设备故障，维修人员及时到现场予以维修；12. 力争做到“房屋零修”三日内有结果；13. 电梯系统委托有资质单位进行专业保养，严格执行有关电梯管理规定和安全规程，电梯准用证、年检合格证齐全；14. 消防智能控制室24小时轮流值班；15. 定期对发电机、消防设施设备进行巡查。
	车辆管理	1. 维持道路、停车场交通秩序，指挥和疏导进出车辆，并按规定停放；2. 小区车辆实行登记发放车辆通行证管理；3. 地下车库实行24小时值班巡逻制度，定时进行全面巡视。
	备注	以下收益属小区全体业主所有： 1. 利用小区共用部位经营收益的；2. 利用小区物业用房出租收益的。

瑞安市宏盛房地产开发有限公司
瑞安市连城物业管理有限公司
2013年8月24日