

今明两天 ,太阳公公出来了！

家里有湿衣服的赶紧拿出来晾晒吧



记者 陈成成 通讯员 王红雷

连绵的阴雨天终于暂告一个段落了。记者从市气象台了解到,受弱冷空气影响,长期盘踞瑞城上空的西南暖湿气流暂时“隐退”了。因此,今明两天将是多云天气,难得没下雨的天气,小伙伴们可以约起来开展一下户外活动,比如踏青、放风筝什么的;家庭主妇更加不要错过这难得的好天气,把家里的湿衣服都拿出来晒晒吧。毕竟好久没见太阳了;家有宝贝的,也可以趁着这两天晒晒宝宝的衣物、玩具什么的,经过太阳光的照晒,可以起到很好的杀菌防霉作用哦!

未来一周晴雨相间

刚刚过去的一周,小伙伴们经历了阴雨常驻的一周,沉郁的天气连带人的心情也受影响。市民王小姐就在朋友圈里感慨:原本,三八“女王节”单位是要组织活动的,结果因为这连绵的阴雨天,延期了!至于延到什么时候,领导说这得看天气啊,天气不好还怎么开展户外活动呢?这倒也是。

不过,郁闷的小伙伴们在这周可以看到希望了。据市气象台预报,本周我市晴雨相间,其中9日前后将有冷空气影响,9至10日天气转好,我市沿海海面有8至9级大风;

11日又将迎来一次降水过程,12日夜起转为多云天气。虽然没有“一晴到底”,但相比前段时间,也算是春季比较难得的好天气了。所以,有踏青等户外计划的小伙伴们可不要错过本周的几个没雨天哦。

具体预报如下:9日(周一):多云,气温9至15℃;10日(周二):多云,6至12℃;11日(周三):阴有时有雨,气温5至8℃;12日(周四):阴有小雨转阴到多云,气温5至11℃;13日(周五):多云,气温6至16℃;14日(周六):多云,气温8至18℃。



湿冷天气要防冻疮

雨一下,就有“冻手冻脚”的感觉了。连续的湿冷天气,是发生冻疮的高峰时期,医生提醒市民要注意防寒保暖,加强锻炼,及早防治冻疮。

市民吴女士是名家庭主妇,常年的洗洗刷刷,使得她手上的冻疮年年复发。这不,这些天她就明显感觉到“又要生冻疮了”。“比年前要冷多了,每天手都是僵僵的。”吴女士说。

据介绍,冻疮是寒冷季节极

为常见的皮肤病,易发生在手足、面颊等暴露部位。清洁工、冰鲜档主、工厂工人、摩托一族要特别注意保护这些部位。春节前后的这种阴雨时节,都是发生冻疮的高峰时期,因此防治要及早。

市中医院皮肤科医生提醒市民,常搓手、轻轻揉擦皮肤可以促进血液循环,能有效防止长冻疮。怕冷者可多吃些特性祛寒食品,如羊肉、狗肉、胡椒等。

需长期暴露手部工作的,要戴手套上岗。在治疗上,如果是轻微的冻疮,市民可以用姜煮成热水浸泡一下,如果比较严重,或者有化脓,感觉痛,就要赶快到医院治疗,预防感染。

长有冻疮的市民,要保持伤口干燥,洗手后要及时擦干。在冻疮未溃发痒时,切忌用手搔抓,以免伤口破损。伤口开裂的市民,更应注意清洁消毒,保持干燥,防止反复感染和病情加重。

初春时节话养生

上周迎来了24节气中的第三个节气——惊蛰。惊蛰的意思是天气回暖,春雷始鸣,惊醒蛰伏于地下冬眠的昆虫。惊蛰过后,预示着风和日丽、万物复苏的春天已经到来了。经验告诉我们,初春时的气候变化无常,是一年中不稳定的季节,稍有疏忽,极易感染疾病,危及人体健康。同时,人的机体经过一个严冬的“蛰伏”,已经呈现出一种“僵持”的状态,免疫力和抗寒能力均明显下降,这就为各种病菌的侵入“创造”了条件。所以说,初春时节的养生保健是不容忽视的。

古人说:“阴冷莫过倒春寒”。初春天气有晴有阴,晴天时阳光普照、温暖宜人;倘若阴雨绵绵,则又会寒气袭人,令人难挨。

这几天,瑞城市民已经体会到了“倒春寒”的威力。再者,初春季节又常有回潮的小股冷空气,让人们重温冬天的寒意。所以,要本着“春捂秋冻”的原则,适时增减衣服。

医学专家认为,由于早春气候寒冷、干燥,加之人体抗病能力的下降,所以这时正是流感、脑炎及各种呼吸道疾病的多发和传播季节。调查资料表明,早春时,白喉、麻疹、猩红热、肺结核等疾患的发病率,都远远高于其他季节。那么,该如何预防呢?

一、要注意居室内的环境卫生,如保持地面的清洁卫生,经常开窗保持室内的空气新鲜和阳光充足,这样就使各种病菌失去了滋生的条件。

二、要加强体育锻炼,清晨

起床后或散步、慢跑或打拳、做操;闲暇时和朋友结伴去郊游、爬山,从而加速新陈代谢的进程和提高适应气候变化、抵抗疾病的能力。

三、要科学饮食。春节期间,人们的膳食结构多以高脂肪和高蛋白为主,这对于大脑和心脏的保健都是不利的。所以,要合理地调节饮食结构,应多吃蔬菜、水果、豆制品等食品。

四、还须注意心理卫生的保健。漫长的冬天里,人们大多在户内活动,由于接触大自然的机会少,人际交往也相对减少,一些人有一种郁闷不畅、闭塞困惑的感觉。春回大地之时,要多接触大自然,多与朋友沟通交流,多开展一些文明有益的活动,以克服单调的生活方式。

瑞安电力计划检修停电安排					
因配合市政工程和线路检修等需要,瑞安市3月16日至3月22日停电情况安排如下,遇天雨改期,希各相关用户做好生产安排。由于停电给您带来的不便,敬请谅解!					
日期	变电所	设备	停电时间	送电时间	停电范围
3月16日(周一)	无检修计划				
3月17日(周二)	35kV莘塍变	华表390线、董新391线	6:30	18:30	汀田街道:强里村、金前村、金后村、金凤路、镇中路、瑞安市宝隆汽车销售服务有限公司、浙江科尔泵业有限公司、瑞安市汀田智善堂、瑞安市汀田镇灵古寺、瑞安市育才塑料编织厂、瑞安市利王冲件机械厂、瑞安市新丽雅装饰塑料厂、瑞安市赫盾汽车附件有限公司、瑞安市立盛粉末制品有限公司、里学集团有限公司
3月18日(周三)	无检修计划				
3月19日(周四)	110kV邵宅变	南潮839线、联西851线	6:30	18:30	汀田街道:联二村、金后村、联中路、金凤路、瑞安市乘风塑胶有限公司、瑞安市金稳汽车部件有限公司、瑞安市大华染整有限公司、瑞安市增光包装有限公司、浙江嘉宏建设有限公司施工变、瑞安市粮油机械厂、瑞安市腾宏塑料实业公司、瑞安市中鼎发动机配件有限公司、温州市赐宝金属制品有限公司汀田分公司、浙江鸿明织带有限公司、瑞安市联大橡胶制品厂、瑞安市立嘉针织有限公司
3月20日(周五)至3月22日(周日)			无检修计划		



宁波银行

BANK OF NINGBO

■2007年深交所上市 股票代码: 002142

■2013年品牌价值被英国《银行家》杂志评为全球第263位

理财产品	理财期限	起售金额(元)	认购期	到期日	预期年化收益率	每十万到期参考收益(元)
惠添利 2094号(妇女节专属)	92天	5万	3月7日-3月9日	2015.6.10	5.7%	1436.71
惠添利 2100号	41天	5万/30万	3月9日-3月11日	2015.4.22	5.4%-5.5%	606.58
惠添利 2101号	91天	5万/30万	3月9日-3月11日	2015.6.11	5.5%-5.6%	1371.23
惠添利 2102号(惠财专属)	181天	5万	3月9日-3月11日	2015.9.9	5.5%-5.6%	2727.40
惠安心 1009号	39天	5万	3月9日-3月12日	2015.4.21	5.1%	544.93

理财非存款 投资须谨慎

扫一扫二维码 关注宁波银行微信银行



瑞安支行 66816200 瑞安市安阳新区罗阳大道1301号

「城市魔方」

电影院+新华书店

抢先入驻

塘下城市文化综合体

CITY CULTURAL COMPLEX

你还在等什么!!

城市魔方 诚邀您的加入

招商热线: 13968880703 66888080

咖啡

甜品

茶

音乐酒吧

主题餐厅

青少年教育培训

企业品牌会馆

孕婴童产业

扫一扫,关注“瑞安日报城市魔方”官方微信 更多资讯+更多优惠+更多惊喜

