

春节近,蛇形饰品走俏

本报讯 昨天上午,在梁园市场北侧,一家商店里摆放着各种各样的新年装饰品,其中以蛇形饰品最为抢眼。据了解,随着新年的临近,与“蛇”有关的新年装饰品受到广大市民的青睐。

在梁园市场北侧记者看到,店内摆满

了新年装饰品,有红灯笼、中国结、对联、红辣椒、元宝、蛇等造型。在这些饰品中,多数上面都有蛇形,看上去十分美观。在步行街,一些饰品店所销售的不仅有小饰品,还有许多摆在家里、挂在墙壁上的大件饰品。在一些商场、超市,大小不等的装

饰品也很受青睐,选购的市民络绎不绝。

据归德南路某连锁超市的杨女士介绍,每年春节前夕,新年饰品都会走俏。“这些饰品价格不贵,买回去挂在家里或戴在身上,可以烘托气氛,图个好彩头。”杨女士说。 晚报记者 宋亚威

生活窍门

这样存放生姜不干

“大冬天的,这姜放几天就干,怎样放能吃时间长些呀?”恐怕不少人遇到过这样的事情。别怕,网友“厨乐乐”有妙招教你。

“厨乐乐”说,保存生姜,可用以下方法。

沙子存储法:将鲜姜放在盆、罐或大口瓶中,上面覆盖3厘米厚的潮湿细沙,然后加盖,可保鲜一两个月。

塑料袋保存法:将姜洗净,放在小塑料袋内,撒一些盐在姜上,不要封口,随用随取,可保鲜10天左右。

罐子保存法:把鲜姜放在一个罐子里,再用黄泥埋住,每天浇一点点水,能保鲜一个月左右。

沙土保鲜法:要存放的鲜姜应选购外皮无伤、茎块肥厚的大块姜,掰掉小牙后可以埋在潮而不湿的沙土里,这样可使生姜较长时间不干,保持浓郁的姜香。

盐水浸泡法:用盐水把生姜泡1小时,然后拿出来晒干,放入冰箱的小格子内,这样可以放很长时间,并能保持姜的鲜嫩。

晚报首席记者 刘春正

健康生活

10个错误的喝水方式 (三)

七、饮料代替水

水无色无味,的确没有形形色色的饮料好喝,但对人体所起到的作用却不是喝饮料就可以替代的。可乐、各种果蔬饮料的确含有水分但却起不到补水的作用,而且还会降低食欲,影响消化。

八、晨起不喝水

随着养生的推广,有人已经养成了晨起必须喝水的习惯,但有人还是会忘记晨起的第一杯水。人体在经过了一夜代谢之后,身体的所有垃圾都需要洗刷一下,这时喝一杯水不但有助于排泄,还能降低人体血液的黏稠度。

据人民网



台湾青枣个头大

□文/晚报首席记者 刘春正

□图/晚报记者 张辉

眼下,北方的枣已晒干了,而来自南方的青枣在我市市场上开始“出风头”了。“这是啥水果?”昨天,在株洲路旁的一个水果摊上,家住归德路的张大妈被一种水果吸引住了。

张大妈问的这种水果,摊主刘民说是台湾青枣。记者看到,这种枣个头有鸡蛋大小,卵形,露着青青的“外衣”。别说是张大妈,记者也是第一次看到。

摊主告诉记者,这种枣就是在北方天冷的时候上市的,到来年三四月上市。在我市市场上,这个时候的青枣一斤卖到8块钱。

台湾青枣有果大、核细、肉脆甜的特点,含有大量维生素C以及B族维生素、胡萝卜素、钙、磷等营养成分,素有“维生素丸”之称,具有净化血液、帮助消化、养颜美容等保健作用。此外,还

含有磷、钙、铁、钾、锌等微量元素。青枣不寒不热,具有清凉、解毒、镇静等功效,尤其适合冬季食用。

成熟的台湾青枣果实饱满,色泽青翠,脆嫩多汁。民间有“日食三枣,长生不老”的俗语,食用青枣有健脾开胃、养血降脂等保健功效。由于熟过头的青枣口感、风味都会变差,所以抓住时机赶紧尝尝鲜吧!

昨天商丘农产品中心批发市场部分产品价格(单位:元/公斤)

菜花 2.70	葱头 2.70	大葱 2.80
大蒜 5.70	冬瓜 0.70	芹菜 2.50
黄瓜 3.20	韭菜 5.10	莲藕 2.90
平菇 3.80	茄子 3.20	青椒 2.90
蒜薹 5.50	土豆 2.20	南瓜 1.10
西红柿 3.10	大白菜 0.80	
油麦菜 3.90	胡萝卜 0.80	

(以上价格为参考数据,具体价格以市场实际价格为准)



菜篮子

体彩开奖

大乐透第13006期开奖号码:

08 20 25 31 32+05 07

排列3、排列5第13014期开奖号码:

266、26657

评股论金

民生证券股市点评

□民生证券 郑玉合 刘化云

受“郭树清主席 QFII、RQFII 仍有 10 倍空间提升额度”消息的刺激,昨日大盘低开一路走高,最高上涨 73 点,全天上涨 68 点,上证涨幅 3.06%,深证涨幅 3.31%,中小板涨幅 4.34%,创业板指数上涨 3.96%。两市共有 60 家个股涨停,涨幅在 5% 以上的个股有 391 家,牛市依旧。自从 12 月以来的反弹延续,调整迟迟未至,昨日上涨仍是金融股领涨,军工板块全面强势的行情走势。

大行情有大机会,近期走势量价配合合理,只要不破 20 日均线,第一波拉升还未完毕,不管大盘是上涨还是下跌,个股都是有希望的,基本每天都有 10 余家个股涨停,还是有操作空间的。下一步的操作还应关注题材股,把握好机会。像年报行情,高送转概念,七大新兴产业概念,以及中央一号文件等。机会多多,还望投资者都能好好把握这波行情,将收益揽入囊中,过年了给自己储备红包吧。

47 只 ETF 基金 7 天“瘦身”14.57 亿份

上海证券交易所及深圳证券交易所公示数据显示,47 只 ETF 基金新年前 7 日(包括去年最后一个交易日在内),份额缩水 14.57 亿份。

其中,仅 5 只净申购,易方达基金公司旗下,最新份额为 330.13 亿份的易方达深证 100 ETF 基金,7 天内份额实现 8.25 亿份的净申购,是开年以来市场上运作的全部 ETF 基金中份额膨胀最多的一只。38 只份额缩水,其中,嘉实基金公司旗下,最新份额为 153.91 亿份的嘉实沪深 300ETF 份额缩水 8.2 亿份,成为市场上净赎回最严重的一只 ETF。另外,还有包括富国上证综指、华泰柏瑞上证中小盘、南方小康和博时深证基本面 200 等在内的 4 只 ETF 基金,开年 7 日内,份额未发生明显变动。

据《证券日报》

●免责声明:本栏文章观点,不对读者构成投资建议。据此操作,风险自担。

“商丘慈善奖”评比表彰活动 开始启动!

近年来,在市委、市政府的正确领导下,我市涌现出了一大批爱心奉献、乐善好施的社会群体和各界人士。为进一步推动我市慈善事业健康发展,弘扬社会各界的慈善善举,商丘市慈善总会、商丘市总工会、商丘市工商联、商丘市民政局、商丘市文明办、商丘日报报业集团决定联合开展“商丘慈善奖”评比表彰活动,重点表彰 2011-2012 年度在赈灾、助残、抚孤、济困、助学、助医等公益慈善领域做出突出贡献的单位和个人。活动方案如下:

一、申报条件

“商丘慈善奖”设置两个评选奖项:“商丘慈善集体奖”、“商丘慈善个人奖”。
①评选“商丘慈善集体奖”的基本条件:要依法经营,有良好的社会诚信度和较强的社会责任和慈善公益意识,领导重视,发动员工参与,累计各类捐款捐物在 20 万元以上。②评选“商丘慈善个人奖”的基本条件:要具有乐善好施的精神和良好的道德作风,热心公益事业和互助互爱活动,有社会责任感,捐款捐物累计在 2 万元以上。

二、申报办法

1. 申报形式:个人、集体自荐或推荐。
2. 申报时间:2013 年 2 月底截止。

3. 填表要求:参评单位或个人根据推荐条件和要求,实事求是地填写《商丘慈善奖推荐表》一式三份,并提交有关证明材料。上报材料统一送到商丘市慈善总会。

三、表彰方式

成立“商丘慈善奖”各奖项审核评议小组,对参评单位和个人将在《京九晚报》及商丘网、商丘文明网、商丘慈善网上进行公示。无异议后,再对申报单位和个人申报材料进行认真评议。评选结束后,召开“商丘慈善奖”命名表彰大会,对获奖单位和个人颁发“商丘慈善奖”奖牌和荣誉证书。



咨询电话:潘先生 13837093456 张先生 13781558869