

圣诞特供

过了圣诞节 就来冷空气

本报12月23日讯(记者 孟燕) 22日迎来二十四节气中的“冬至”，最冷的数九寒天就此开始。不知不觉就到了2013年的尾巴，大家一定在计划着平安夜、圣诞节的“狂欢”吧。根据济南市气象台的预报，24日、25日还比较“温暖”，圣诞节的最高温在7℃左右，较适合出行。

但是，从26日起，将有一股较强冷空气侵袭省城，届时气温将比较低。其中，26日最高温降至1℃，而27日市区最低温仅有-7℃，提醒大家注意保暖。

根据预报，24日晴间多云，有霾，北风转南风都是2～3级，最低气温-7℃～-4℃，最高气温4℃。

25日多云转晴，南风转北风都是3～4级，最低气温-5℃～-2℃，最高气温7℃左右。

26日晴，北风3～4级，阵风6级，最低气温-7℃～-5℃，最高气温1℃左右。

27日～28日晴，北风转南风都是3级，气温较低，最低气温-11℃～-7℃，最高气温3℃左右。

多路公交增班次

本报12月23日讯(记者 孟燕 实习生 陈浩丽 王喆昱) 平安夜、圣诞节即将来临，为应对突然增加的客流，途经泉城广场、泉城路、大观园等地的3路、82路、K51路、K92路等均增加了班次投入，满足市民出行需求。

从24日18点开始，3路车将增加班次，并增加西门至石门方向区间车。82路将加密部分班次，18点至20点30分之间每10分钟一班，如遇集中客流，还将在趵突泉东门站点适时增加发车班次。

K51路、K50路、K53路、K57路、K92路全部增加了班次投放，平均班次执行率分别达到了平时的105%-108%，并根据站点护站人员及车内3G实时监控反馈的信息，途经泉城路的K50路及周边的K53路将开通直达车和区间车。

另外，为满足学生客流的出行需求，四公司三队对途经多所大专院校的K107路、K91路加密班次，加密时间段为18:00—21:00晚高峰及晚低峰期间，平均每条线路增加4—6个班。165路将满足东北部市民乘车需求，在16:00至20:00期间加密10%发车班次，发放6-8班还乡店至泉城广场区间车。

交警将严查酒驾

本报12月23日讯(记者 王兴飞 实习生 沈振) 每逢节日临近，酒驾也进入多发期。为了减少今年圣诞期间的酒驾行为，保障道路交通安全，23日下午，济南市市中区交警大队在公共场所进行反酒驾宣传，同时将加大对圣诞节期间的酒后驾驶等重点违法行为的整治力度。

为了将酒驾行为遏制在未发生之前，23日下午市中交警来到灰姑娘俱乐部，进行酒驾危害宣传。现场，民警通过发放宣传单、摆放桌台、培训服务人员等方式宣传酒驾的严重后果。

记者现场了解到，2012年12月21日至今年12月21日，市中交警大队共查获酒后驾驶579起，其中醉酒驾驶11起；仅22时至早7时，就查获酒后驾驶294起，其中醉酒驾驶11起，分别占51.7%和100%。

齐鲁晚报

2013年12月24日 星期二

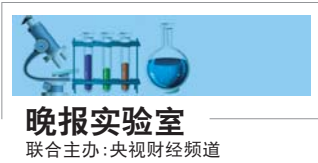
本版编辑:武俊 组版:庆芳

B15

大觀園

一洗葡萄干，清水变浑浊

散装葡萄干最好清洗后再食用



联合主办:央视财经频道

本报记者 穆静

三份葡萄干浸水后水均变浑浊

记者购买的三份葡萄干用肉眼均看不出有尘土附着。记者取等量的葡萄干分别放入三个容器中，并加入等量温水浸泡并用手稍微搅拌。记者观察到，随着搅拌，三个容器中的清水均不同程度变浑浊。

其中盛有从农贸市场购买葡萄干的容器中水最为浑浊，其

次为盛有从干果店购买葡萄干的容器。盛有从超市购买的袋装葡萄干的容器中，水仅有轻微变色。而当记者将葡萄干从容器中取出后，发现容器底均有一层薄薄的细土。

山东农业大学植物学专业博士郭启芳称，葡萄干表面的色素不溶于水，干净的葡萄干经清

水浸泡后，清水颜色一般不会有变化。但葡萄干在晒制过程中会沾上尘土，而散装葡萄干在运输及销售过程中也会有尘土沾上，表面沾有灰尘的葡萄干经水浸泡后清水变浑浊。“在食用葡萄干前最好放在冷水中用手搓搓，然后再用热水烫烫，洗完后立即晾干。”

“多吃葡萄干可缓解手脚冰凉”说法并不靠谱

据了解，葡萄干中的铁和钙含量十分丰富，可补血气、暖肾，是儿童、妇女及体弱贫血者的滋补佳品。对于冬天一些人易出现的手脚冰凉症状，网上也流传着“多吃葡萄干可以缓解手脚冰凉”的说法。

“手脚冰凉并不是靠一种食物可以缓解的。”据青岛营养师

俱乐部理事长、营养学家郑育龙介绍，出现手脚冰凉的现象可能是多方面原因的共同结果，如天生的寒性体质，缺铁、身体缺乏优质蛋白质也会造成手脚冰凉。“如果身体缺乏优质蛋白质，需要多吃鱼、肉以及鸡蛋等来补充。”

“葡萄干虽然含铁丰富，

但是吸收利用率低。”郑育龙表示，即便对于缺铁造成的手脚冰凉，吃葡萄干也不是最好的食疗方法。“葡萄干中含有的是植物性的铁，人体对其吸收利用率并不高，仅为5%；若要补充铁，可以选择肉类、血制品以及动物的肝脏进行补充。”



黄河凌汛 应急演练

23日，记者从槐荫区武装部了解到，为了应对黄河的冬季凌汛，近日武装部组织40余人的黄河凌汛应急抢险队伍，在黄河边进行了搭建防凌指挥所、凌汛侦察、紧急电力供应、应急情况处理等演练。槐荫区武装部相关负责人介绍，每到黄河凌汛，防凌就成了一项重要工作。本报记者 陈伟 通讯员 李旭东 摄

年前家庭保洁涨声一片

96706推出家政大礼包,服务保质不提价

本报12月23日讯(记者 王若松) 年前家政服务要集体大涨价，不用怕，有96706家政卡呢！为了回馈广大读者，齐鲁公众服务中心便民热线96706为您准备了家政大礼包并已开售，保质不提价，省钱又省心，还有贺岁喜剧演出票(数量有限先到先得)、2014年度的齐鲁晚报相送哦！

即日起，购卡即可领取由齐鲁晚报与山东景芝酒业股份有限公司主办，齐鲁晚报艺术团承办的开心剧场演出票一张，观看2014年贺岁喜剧《欲望别墅》，该剧将于12月31日在济南东柳戏院上演。演出票数量有限先到先得。此外，前30位购卡读者还可享受过年香港旅游的优惠。

家政大礼包分三种供您选择：

1.好职工奖励卡：面值740元(限量3000张)，服务项目包

括，油烟机、洗衣机、冰箱、空调、饮水机五大件家电清洗各一次；家庭保洁一次。与此同时，赠送2014年度的齐鲁晚报一份(180元)，而且在96706便民网团购产品全部享受会员价。3.成功人士优生活卡：面值2300元(限量1000张)，服务项目包括，油烟机、洗衣机、冰箱、空调、饮水机五大件家电清洗各一次；家庭保洁5次。赠送2014年度的齐鲁晚报一份(180元)、五峰山景区门

票1张(40元/张，1000名)、济南有线12套付费频道套餐卡(价值120元/半年)、百脉泉桶装矿泉水8张(价值112元)，同时在96706便民网团购产品全部享受会员价。

家政大礼包预约热线是96706和96766，超过5张的，您可以拨打96706或登录96706便民网预约，我们将提供送货上门服务。需要提醒您注意的是，随卡赠送的齐鲁晚报和其他赠品不退不换。服务项目目前仅面向济南地区的读者，外地读者随后开通。

售卡网点：1.济南市历下区泺源大街6号山东新闻大厦1楼大堂，电话96706；2.济南市旅游路25966号(鱼翅皇宫大酒店西邻)，电话67893688；3.济南市将军路143号济青高速零公里处，电话88277773；4.京台高速济南西收费站，电话55503308。

买鲍芹认准

“百脉泉”标志

本报12月23日讯(记者 邢振宇 通讯员 袁致甲 厉晓伟) 90元一斤的章丘鲍芹、70元一斤的胡家韭菜一直赢得市民群众的竞相追捧，然而频频出现的“李鬼”却让市民“很伤神”、菜农“很伤心”。为此，21日上午，章丘在辛寨镇启动了高端蔬菜诚信经营行动，号召经营业户以诚信经营捍卫市民群众的“舌尖安全”。

“今天我们为章丘鲍芹颁发‘百脉泉’区域公用品牌标志，下一步胡家有机韭菜也将应用，目的就是规范蔬菜市场、保护地域品牌，顺应‘吃出健康、品味高端’的消费新观念，进一步扩大和提升章丘鲍芹和胡家有机韭菜的影响力，实现高端蔬菜产业的壮大发展。”章丘市分管农业的副市长杨传军介绍。

杨传军所说的“百脉泉”品牌标志，是今年10月19日章丘在全省首推的农产品区域公用品牌。

“目前，以章丘鲍芹和有机韭菜为代表的高端蔬菜产业已成为辛寨农民增收致富的“摇钱树”，种植业户平均每亩芹菜收入达5万元左右，有机韭菜3万元左右。”杨传军说，发展现代农业章丘以品牌为统领，坚持优品质、树品牌、提品位，把章丘大葱、章丘鲍芹、胡家有机韭菜等传统优良品种，打造成为了享誉国内外的名牌产品。全市规模农业园区基地达到680处，农民合作组织发展到678家，认证绿色、有机、无公害农产品和国家地理标志产品208个，其中章丘大葱、鲍家芹菜等9个农产品通过了国家地理标志认证，认证数量居全国县级之首。

济南用长江水

控制在1亿立方米

本报12月23日讯(记者 刘雅菲) 23日印发的《济南市实行最严格水资源管理制度考核办法》明确，2015年，济南引江用水总量控制在1亿立方米，相当于80个大明湖的水量。而到了2020年，引江用水量仍将控制在1亿立方米。

考核办法明确了各县(市)区实行最严格水资源管理制度主要控制目标。其中，在引水方面，到2015年，城区公共用水引黄用水量总量要控制在2.15亿立方米，引江控制在0.83亿立方米，包括地表水和地下水的总量则控制在4.75亿立方米。此外，章丘引用长江水的控制目标为0.17亿立方米。按照大明湖蓄水量125万立方米计算，城区引江水量相当于66.4个大明湖的水量。

张占辉，

请领毕业证

本报讯 23日，K162路驾驶员张运俊捡到一黑色手提包，内有毕业证、学位证、国家公务员考试资料等物品，毕业证信息显示失主为华东理工大学商学院会计系2012届毕业生张占辉。另外，63路驾驶员傅淑红捡到一黑色男士钱包，内有身份证、暂住证、银行卡、医保卡等物品，身份证登记姓名为刘宜东。请失主到济南公交三公司三队领取。

(孟燕 赵言涛)