

百花园

——花城资讯，一网打尽

Weather



穿衣指数:
薄短袖类

短袖衫、短裙、短裤、薄型T恤衫、敞领短袖棉衫。



感冒指数:
易发期

天气闷热,注意预防热伤风。



体感温度指数:
炎热

不宜长时间从事室外活动。



冰淇淋指数:
低糖低热量

适宜吃低糖低热量制品的系列冰淇淋冷食品。

11日生活指数 ▶▶▶

在单位参加了医保,就不用再参加新农合

农村外出务工人员同时参加新农合与医保,报销时只能选一个

本报菏泽7月10日讯(记者 李德领) 10日,记者从菏泽市卫生局获悉,外出务工人员在农村参加了新农合,在打工城市又同时入了城市居民基本医疗保险,如果发生意外,只能选择一个进行报销。

卫生局相关负责人告诉记者,因为新农合和城市居民医疗保险,是国家给每个人的一项福利,是满足群众最基本的医疗需求,既使同时参加两项,也不能给予双重报销。但如果农民自身经济条件允许,

想获得更高的医疗保障,自费又购买了商业医疗保险,那么发生医疗费用时,可以进行双重报销。

对于参加农民同时参加商业医疗保险或符合其他政策规定费用优惠的,应先执

行商业保险赔付或优惠政策,再对符合新农合补偿范围的医疗费用按规给予补偿,但商业保险赔付、优惠政策补助和新农合报销等合计补偿金额不得超过其实际住院费用。

东明500多辆 危险品运输车装上GPS

本报东明7月10日讯(记者 李凤仪) 10日,记者从东明县安监局获悉,东明县道路运输车辆GPS卫星定位信息监管中心通过调试,顺利投入使用。东明6家运输企业、500多部危险品运输车、200余部客车、104部驾驶员教练车及100部出租车成功与该中心连接,实现全县营运车辆GPS监控全覆盖。

生活小常识

怕热苦夏?试试这几款消暑饮料吧

选饮料有门道:纯净水别常喝,喝完果汁快漱口,喝酒前先来杯酸奶

如果你怕热苦夏,不妨自己亲手制作一些消暑的饮料,既安全又解暑。

◆◆黄瓜皮煎汁

黄瓜皮中含有维生素A和C,可以除去体内多余的水分和热量。

做法:取鲜黄瓜皮30克,加水500毫升,煎到剩一半水,作为1日量,分2到3次空腹喝下。

◆◆杨桃汁

杨桃含有丰富的维生素A和铁,对因苦夏引起的疲劳有恢复作用。用杨桃榨汁时,加入少量烧酒,效果更好。

◆◆冬瓜汁

冬瓜含有丰富的维生素C,有很好的利尿作用,对苦夏和浮肿有很好的消减作用。

做法:取新鲜的冬瓜削去皮,切成小块,用纱布包起来,拧、挤、榨出汁来,喝下。或者加热煮成冬瓜汤汁。

◆◆薄荷茶

薄荷含有特殊香气,可以缓解痉挛、促进消化,消除因中暑引起的不适症状。

做法:取1小撮薄荷叶,放入杯中,注入开水,闷3分钟后喝下。可用鲜薄荷叶,也可用干叶。(综合)

◆◆饮料小贴士

纯净水不宜经常饮用

瓶装水饮料以补充人体水分为主要功能。其中矿泉水能提供一定量的微量元素,纯净水因缺少人体必需的矿物质、微量元素和益生菌,因此不宜经常饮用。

喝完果汁饮料应及时漱口

果汁饮料是以水果为原料经过物理方法制成的汁液产品。其实除了碳酸饮料,人们常喝的果汁等对牙釉质也有损害。所以,喝饮料时,要尽量减少饮料和牙齿的接触时间,喝完饮料后应及时漱口。

含乳饮料不能代替牛奶

含乳饮料中的乳酸菌饮

料具有保健功能,它可在肠道内抑制有害菌的生长。有的含乳饮料含有适量无机钙,因此有一定的补钙作用。不过含乳饮料与纯牛奶和酸牛奶相比,蛋白质含量还是比较低的,不能代替牛奶。

最好喝100%纯果汁

外出就餐时,最好喝百分之百纯果汁,如自制水果汁、玉米汁、南瓜汁等。如果必须喝酒的话,可以先喝一杯酸奶。需要注意的是,如果食物中纤维或者草酸含量丰富,尽量不要饮用奶及奶制品。(宗文)

宝宝说天气

聊天宝贝徐然

听,大自然风吹的声音

Hi!大家好,我叫徐然,今年5岁了,现在在曹县太阳幼儿园读书。

我的名字是爷爷奶奶给起的,他们说有一种大自然的风味。听,你是不是也听到了大自然里风吹的声音?

我平时喜欢看,玩枪、打球,不过最喜欢的是看动画片啦!

这一个多星期以来,一直都是阴雨天气,周末我也不能出去玩儿,哎,郁闷!不过,能在家看看动画片看看电视,也不错,嘿嘿。气象部门的叔叔阿姨说,周四周五晚上,菏泽可能还会有降雨。哎,好想念夜空的星星啊!

“宝贝”征集令

本报征集“说天气”的宝贝啦!将宝贝照片及个人资料(姓名、出生日期、所在幼儿园或者学校、个人爱好、特长等)发送至jrhzbaobei@163.com即可。

此外,凡齐鲁晚报订户,凭订报单等证明,可助自己及亲友家的小朋友多次“亮相”!

咨询热线:0530-6330005。



资讯 菏泽新世纪电影城推荐

用面包HOLD住爱

台湾电影《爱的面包魂》13日上映



《爱的面包魂》是由陈妍希、陈汉典、倪安东主演的一部台湾电影,是一部关于男人与面包的喜剧,也是一部探讨文化差异的喜剧。

糕饼(陈汉典饰)是一间位于在高雄乡间“源晨面包店”的面包师傅,和店长邱爸(廖峻饰)的女儿晓萍(陈妍希饰)是从小到大的青梅竹马。

这天平静的面包店,来了一位帅气的混血王子布莱德(倪安东饰)。身为国际美食旅游节目主持人,同时也是米其林三星餐厅主厨,布莱德为了寻找灵感,来到这个小镇。

眼见晓萍与布莱德的感情越来越好,布莱德甚至要带晓萍离开台湾前往法国实现她的梦想!为了留住晓萍,糕饼决定接受健康嫂(陈盈洁饰)的提议和布莱德来一场以“台式面包PK欧式面包”为主题的面包大赛。深情贵公子与认真黑狗兄的东西烘焙大对决,晓萍最终选择的是谁?

山东东风南方东风日产专营店

新一代TIIDA依然强势领跑两厢车市

近日,笔者从东风日产东风南方专营店得知:截至5月24日,上市不足一年的东风日产新一代TIIDA,以超过156000台的累积销量,再次刷新由自己创造的中级两厢车最快销量纪录,位居中级两厢车市场排行榜首的新一代TIIDA,始终力压福特福克斯两厢、大众高尔夫6,并以单月超过14000台的佳绩在这一细分市场领跑。

TIIDA在国内上市后,创下了6年75万辆的辉煌业绩,缔造了中级两厢车市场奇迹。作为日产全球先进技术的结晶,TIIDA凝聚了日产汽车在技术、品质方面的综合实力,并以时尚动感的外观、超乎想象的空间、优良的操控性能和驾乘舒适性、先进的动力与节能性能,及低维护费用,赢得

了业界的好评和消费者的喜爱,成为该级别市场平均增速最快、平均销量最高的车型。

去年5月,新一代TIIDA凭借全面领先的产品优势和时尚动感的外观造型,充分满足了年轻消费群体对个性、舒适和运动的追求。相关统计数据显示,新一代TIIDA以绝对领先的市场占有率,遥遥领先于两厢福克斯、高尔夫6等车型,并在J.D. Power 2011年中国新车质量研究(IQS)报告中再一次位居榜首,获得了“CCTV2011年度紧凑型车大奖”等诸多大奖。

新一代TIIDA自2011年5月国内上市以后,市场状况一直良好,其上市首月销量即高达13000台,刷新了中级两厢车市场的历史最好成绩。去年新

一代TIIDA全年累计销量达86680台,单月平均销量超过12000台。而今年以来,新一代TIIDA单月销量屡次超越15000台,上市不足一年,就顺利突破150000台销量大关。

今年以来,新一代TIIDA月销量一直稳中有升,并频繁刷新中级两厢车单月销量历史纪录。从近期的市场表现来看,新一代TIIDA不仅会保持单月15000台的销量,而且极有可能成为东风日产第一款单月销量突破两万台的车型。

延续了宽适、省油、美观等传统日系中级车特点的同时,新一代TIIDA实现了日系车核心动力的突破。新一代TIIDA以1.6L和1.6T两款全面超越竞争对手的强劲发动机,和全新智能CVT无级变速箱的

采用,进一步巩固和强化了自己的竞争实力,实现了从技术到销量全面超越同级。

新一代TIIDA取得的良好业绩,在东风日产副总经理任勇看来,这是“领先半步”策略和“创新-融合”文化的共同结果。新一代TIIDA融合了日产汽车最新技术成果和东风日产对中国两厢车市场的深刻理解,它的成功归功于中日团队的共同努力。

新一代TIIDA热销的原因不外乎卓越的产品和良好的服务,而正是基于此,我们可以预见它未来的销量会一路攀升。再加上它时尚的外观设计,与积累的声誉和口碑,相信“两厢车王”将会再度席卷车市。

(张虹)

NISSAN 技术日产 人车生活

SHIFT

一应俱全 全民盛宴

东风日产金融信贷方案,理想座驾轻松购

东风日产金融信贷方案,理想座驾轻松购

凡符合相关条件即可享受此优惠 *活动时间为2012年7月1日-8月31日