

百花园 —— 花城资讯, 一网打尽

12日
生活指数



旅游:适宜
天气较好,丝毫不
会影响您出行的心情。



穿衣:冷
建议着棉衣加羊毛
衫等冬季服装。



感冒:易发
昼夜温差大,易感
冒。



交通:良好
气象条件良好,车辆
可以正常行驶。

欢乐春节 健康不能“放假”

春节临近,节日期间人们走亲访友,享受团圆快乐。菏泽市疾控中心传染病防控科长、主管医师张万清提醒市民,春节期间容易过度疲劳、暴饮暴食、生活作息不规律,在吃喝玩乐之余也不要忽视身体健康安全。



“走,摘草莓去!”



本报菏泽2月11日讯(记者袁慧) 春节临近,各行各业也陆续放假,带着一家老小去采摘娱乐,一家人边摘边吃,那滋味,给前来的市民们带来了不少乐趣。

春节假期,在长江路东延到定陶方向的旺天下采摘园里,前来采摘的市民逐日增加,这里的草莓有红颜、章姬、甜查理等多个品种,口味有奶油、巧克力等,奶油草莓口感偏酸,有淡淡的奶油味儿,饱受市民好评。据生态园负责人李骥鸿介绍,眼下精品草莓已进入采摘季,“由于今年冬天气温偏高、晴朗天多、日照充足,草莓甜度更高、果形更好、果色更红,价格每斤30元左右。”除了草莓,该观光园内还有蔬菜大棚,里面有茄子、黄瓜、圣女果等。“走进室温约30℃的大棚,仿佛身处夏天。”

据了解,目前,该生态园正斥巨资建设智能温室、农家院、百果园林、珍禽等基础设施工程。届时,集休闲、观光、民俗于一体的高标准、综合性生态旅游观光园,便呈现在广大市民面前。

1、预防传染病

过年期间应避免长时间在人群密集、通风条件不佳的场所内聚会,尤其是老人、小孩、体质较差的人;同时,要养成良好的卫生习惯;家庭中有感冒的患者要及时就诊;及时关注天气变化,注意保暖;参加健身运动增强体质;及时为孩子接种疫苗。

2、防止“病从口入”

临近新春佳节,各种聚餐机会特别多,因此个人应注意

饮食卫生,防止发生食物中毒现象。

3、节制饮食

节日里,美味佳肴丰盛可口,如过量进食会刺激胰腺大量分泌胰液,造成胰管压力增高,同时又大量饮酒,致使胰管上皮破裂,诱发急性胰腺炎。因此,节日聚餐不可贪吃暴食而摄入太多的高脂肪食品。

4、避免劳累

每逢节日,因探亲访友、

迎宾送客、娱乐活动等常使人处于紧张忙碌之中,如果疏于休息,劳累过度,极易导致植物神经紊乱。加上举家欢聚,喜悦兴奋太过,常常会诱发心肌梗死、脑出血及高血压等。因此,有心脑血管疾病者应根据自身健康状况,避免过度劳累。

5、看好宠物

春节期间,一定要看好自己的宠物,走亲串友被宠物咬伤抓伤的实例屡见不鲜。一旦被咬伤抓伤,要马上

用流动的水冲洗伤口,尽可能把病毒冲走,把血挤出去,并尽快到当地防疫部门注射疫苗。

6、烟花爆竹、酗酒等产生的意外伤害提示

春节期间要注意预防烟花爆竹引发的意外伤害。不要燃放非法、伪劣、超标烟花爆竹,饮酒后不要燃放烟花爆竹,不采取危险方式燃放。

(本报记者 李德领 整理)

大家好,我是今天的天气宝宝郭尚坤,2014年8月7日才出生的,我已经六个月啦-O(∩-∩)O-妈妈说我最喜欢调皮捣蛋啦,可是人家还那么小,不调皮捣蛋,找点事儿做的话,日子该有多无趣呀-不过偷偷的告诉你们,其实我这么做只是想让妈妈陪我玩啦,因为我好喜欢好喜欢妈妈

哦……(*-_-*)……

根据气象台叔叔阿姨们的预报,12日夜间到13日白天,晴,最高温度14度,最低温度-1度,南风2-3级。13日夜间到14日,晴转多云,最高温度18度,最低温度2度,南风2-3级。天气好好,要不要一起去撒个欢儿,顺便遛个可爱的小萝莉呢?期待ing!



本报今日菏泽官方微信推出“宝宝说天气”栏目,关注今日菏泽官方微信,发送宝宝照片以及个人资料(姓名、出生日期、所在幼儿园或者学校、个人爱好、特长等),同时标注“宝宝说天气”即可参与。同时本报今日菏泽诚邀“宝宝说天气”冠名,有意向请致电18453053391。

齐鲁晚报今日菏泽官方微信——“牡丹传媒”为菏泽市民传播最全面民生信息、最新鲜生活资讯,并开展多项互动活动。致力为菏泽传递更多正能量。

关注方式:扫描二维码。通讯录里搜索“牡丹传媒”进行关注。



齐鲁晚报-今日菏泽官方微信二维码



齐鲁晚报今日菏泽官方微信二维码



齐鲁晚报菏泽企业家官方微信二维码

分类信息 品牌推荐

广告热线:
15253007919

SUMMIT
萨米特陶瓷

地址: 菏泽市黄河路旭辉金都小区门口(原仪表厂)
电话: 0530-5113766

新颖项目进入菏泽

投资3-5万元, 年利润15万元-30万元
详情咨询: 15315631576

欧王漆 健康墙面漆 木器漆

地址: 菏泽市黄河路旭辉金都小区门口(原仪表厂)
电话: 5056600 18816017970

盼盼木门 PANPAN WOOD DOORS

特惠活动进行中……
地址: 长江路华平小区南门德乾玖号西临电话: 5611711

阳光门业

高端木门 实木100%
展厅: 黄河路与太原路交叉口北50米东侧 电话: 5261388