



http://www.lifenanjing.com.cn 首页·便民黄页

南京·气象

公共信息

停电信息

10月27日7:00-11:30停仁和县部分、冶浦线部分,范围:雄州镇豪幸柯机械、仁和菜场、泰山新苑、经典雅居、海佳面粉、宁淮海日化、灵冶公寓、冶浦村、仁和翠苑等。

10月28日7:00-14:00停豆村线,范围:西林村、万水装饰、乙炔气厂、混凝土搅拌厂、建邺市政公司、泉水采石场、徐家山、江宁公路管理站、龙口采石场、珠山采石场、黄龙采石场等。

7:00-17:00停葛塘线、工农线部分、四洲线部分,范围:大厂电信局、地税局大厂分局、荣盛房地产、工农砖瓦厂、葛圩水厂、葛圩中心村、化校食堂等。

8:00-11:00新区变:前进线部分停;范围:东南大学、泰淮小区、曹家桥、曹家桥排涝站、泰淮工艺品厂等。

8:00-10:00高桥变:城盖线部分停。7:00-9:00新区变:水厂线停;范围:湖滨公寓、开发区公用变、百家湖房地产、实佳基础设施有限公司、水秀苑大酒店、舜达针织品公司、东元房产、华锦公司、东华电子、南京科亚、利源、文化名园等。

供水通知

10月27日22:00至10月29日22:00,西华门饭店供水,周围地区降压供水。

南京市自来水总公司

東星航空 EAST STAR AIRLINES
武汉、沈阳 每日一班
南京至1505 报货1405
南京至0945 报货1140
订票电话:95151
所有居民机票外埠均可购买

南京·健康

南京·街区

南京·说吧

一日内降了6℃

冷空气给市民一个下马威,今起天气将转好

天气早知道



今天 阴转多云 13~19℃



明天 多云到晴 12~23℃



后天 晴到多云 11~22℃

冷雨飘飘,南京一天内气温又下降6℃,仿佛迈入了初冬季节。江苏省气象台专家介绍,从今天开始,天气趋好,气温也有小幅度回升,但早晚仍旧比较凉,希望市民注意保暖。



昨天是入秋以来最冷的一天,摩托车后座的女士取暖办法真妙。快报记者 赵杰 摄

猛降温,冬天似乎不再远

雨虽小,但冷空气的势力让人着实吃了一惊,昨天早晨,很多市民出门后,又回家添了一件衣服,毛衣也穿上了身。俗话说“一场秋雨一场寒”,这次南下的冷空气果然给南京带来了明显的秋寒。根据气象部门监测,昨天下午2点南京的气温为14.2℃,而前天同一时刻的气温为20.2℃,一天之内降温已经达到了6℃,让人感觉冬天已经离我们不太远了。

进入10月下旬以来,冷空气到达南京的次数明显增多。气象专家说,现在已到“霜降”,虽然这个时期内南京很少出现霜,但是冷空气的强度和南下的次数已经到了活跃时期,预计这个月底,南京还会

迎来一次冷空气。专家提醒,秋季气温变化幅度大,突发性也很强,市民要及时关注天气变化,及时添衣。

今天雨停,气温回升

这场冷空气虽势力较强,但在南京停留时间短暂。气象专家说,冷空气的影响到今天就基本结束了。今天起,天气会逐渐转好,气温也会有小幅回升。

省气象台预报,本周剩下的几天里,南京会以多云天气为主,偏北风也较小,最低气温将在13℃上下,最高气温在22℃左右。不过气象专家表示,由于降雨时空气中的水汽增加,天气放晴后,早晚温差拉大,南京可能会出现雾。具体预报为,今天阴转多云,今晨最低温度13℃左

右,今天最高温度19℃;明天多云到晴,最低温度12℃,最高温度23℃;后天晴到多云,最低温度11℃,最高温度22℃。

深秋胃口好要防肥胖

深秋季节人最容易发胖,减肥决不能放松。专家说,随着南京近期天气渐渐转冷,白天时间渐短,夜晚睡眠时间增多,人们活动量减少,凉爽的气候不仅使人的胃口大开,睡眠也大为改善,能吃能睡,稍不注意,脂肪在体内就能快速积累。特别对一些肥胖者而言,在深秋如果不采取有效的减肥措施,很可能在身材越来越胖的同时,出现心血管病。所以,深秋季节必须重视体育锻炼,科学饮食,控制体重。

快报记者 刘峻

街头气象

深秋街头 栗子飘香

秋天是栗子上市的季节,漫步在街头,糖炒栗子店附近的空气中常飘着一股诱人的焦香味,而吃在嘴里那甜糯糯的感觉实在让人停不了口,经常可见手拿栗子漫步在街头的男男女女。据了解,口味好一点的店家,每天最少要卖掉几百斤栗子。

开口栗子不受欢迎

记者在采访中发,排着长队购买栗子的人群中有不少“挑三拣四”的人。市民张阿姨告诉记者,她从来都不买开口的栗子,因为怕沙锅里的杂质掺进栗子。随后,记者走访了几家板栗店发现,一些打出品牌的栗子大多是不开口的,价钱在每斤9.8元左右。一家板栗店的负责人康先生告诉记者,他们店里的开口栗子都跟有虫蛀的一样处理,“我们就3块钱一斤把它贱卖了。”

吃栗子看绿色标志

据了解,如今街头的摊主为使栗子看相好,在炒栗过程中加一截蜡烛,炒出来的栗子表面油光鲜亮。但是这

对健康是很不利的。还有一些商家为给栗子“提提甜味”,加糖精水泡上一夜。

对于板栗“化妆”,卖板栗多年的康先生告诉记者,买板栗应到大型超市或一些信誉好的商店买,注意观察一下外包装袋上是否有“有机食品”绿色标志,吃起来才放心。而对于街头小贩炒的板栗,吃时应避免吃到粘在外壳的油。

进货渠道藏猫腻

记者发现,如今想在生意红火的糖炒栗子店买包栗子解解馋,都得排上半天队。康先生热情地告诉记者,目前市场上的板栗有好几个产地,批发价格不一样,口感也不一样。“其实栗子最大的利润是在进货渠道上,现在很多家的栗子口味为什么不如从前了?主要就是因为他们选择了含水量多的便宜栗子,炒过后容易变硬。”

外表诱人,肉质软而香甜的栗子本身是一种营养丰富的干果,能起到很好的温补身体的作用。不过,专家建议上火严重、发烧的人最好不要多吃。

见习记者 闫弋

服务资讯

今日有四场招聘会

快报讯(记者项风华)今天上午,江苏省劳动和社会保障厅职业介绍中心在鼓楼街5号举办宾馆、酒店、超市、大卖场专场招聘会。鼓楼区人力资源市场在新街口管家桥24号举办综合招聘会。

同时,江苏省人才市场在广州路213号举办建筑、监理、道桥、工程造价评估、房地产、物业管理、广告、平面设计、环保等相关行业专场交流会。南京人才市场在北京东路63号举办营销、医药、财务、文秘、行政管理、外贸、广告类人才专场招聘会。

祝贺2006江苏电台金牌DJ全国选拔赛圆满成功

金牌DJ 成员人气奖

- 徐州 王丽莎
- 温州 吴俊康
- 济南 王威
- 丹东 姜晓东
- 南京 侯贞
- 长春 郝峰
- 淮安 吴越
- 宜宾 唐嘉珩

主办:江苏省广播电视总台(集团)广播传媒中心 详情请登录:江苏广电网www.jsbc.com 中华英才网www.chinahhr.com 咨询电话:025-84652324

现代快报 17周年 读者服务月 感恩特惠月 (2006年10月12日-2006年11月11日)

快报便民网

10分钟内回复 24小时服务电话 96060

特别推荐:家庭装修、环境检测、搬家、开锁

3重惊喜惠读者 (材料费和特色服务项目除外)

- 1重惊喜:凭2006年“现代快报社报刊登订收据”电脑打印有效期内票据,享受快报便民网8.8折优惠服务
- 2重惊喜:凭2006年开据的“现代快报便民网服务回执单”,享受快报便民网8.8折优惠服务
- 3重惊喜:凭快报便民网“读者月特惠卡”享受便民网8.8折优惠

50元修大彩电 空调快修 水电急修 订房订机票

家电维修:彩电:21英寸以下(含21英寸)50元,25-29英寸国产60元,进口90元,34英寸140元,背投260元(特殊配件除外);冰箱、冰柜:30元起;空调维修:60元起;移机:50元起;充氟:80元起;清洗:30元起;中央商用空调:价格面议;VCD、DVD:20-50元;音响:55元起;洗衣机:20元起

办公设备:电脑维修:软硬件30元起;笔记本电脑维修:70元起;显示器维修:55元起;传真机维修:60元起;激光打印机维修:85元;复印机维修、一体机维修;硒鼓加粉

家政服务:房屋清洁:1.2元/平米

电、燃气、太阳能热水器:修20元

(建筑面积)60元起做:管道疏通:马桶28元起,次管道30元,主管道40元起;水工、电工:30元起;水钻打孔:30元起;微波炉、消毒柜:维修30元;电饭煲维修:15元;油烟机:清洗25元起,维修20元;灶具:维修15-28元,清洗20元;饮水机:维修15元;卫生间清洁 厨房清洁 地毯清洁 沙发清洗 管道改造 屋面防水 室内防水 家庭除螨

特色服务:订房订机票;简易装修、家庭装修;室内环境检测;旧家电回收(彩电、空调、电脑等);开、换、修锁20元起;搬家、货运120元起

(所报价格均不含材料费,详细价目表可向服务人员查看)

为保障您的权益,需要快报便民网服务请务必拨打快报便民网唯一24小时服务热线96060预约登记。

因为有快报监督,所以家有难事找快报便民网让您更放心! 质优价廉,值得信赖! 快报便民网服务范围:南京市区、江宁、浦口、六合(大厂、雄州) 投诉监督电话:96060