



招聘

明后天 有两场招聘会

本周四上午,南京人才市场在北京东路63号举办建筑、房产、物业、CAD制图、环境艺术、广告类专场人才招聘会。本周五上午,该市场还将举办营销、财务、文秘、行政管理、外贸、物流类专场人才招聘会。 项风华

美食坊

野生菌王汤

野生菌王汤可调节免疫力,有抗癌作用,同时有清热解毒、润肺利尿等功效。

材料:金针菇、草菇、鸡腿菇、牛肝菌、高汤(乌骨鸡加上猪棒骨熬出)各适量。

做法:提前将菇类洗净后用水漂1~2天,沥干水后放入高汤,大火煲滚,然后改小火继续煲3个小时左右,盛汤前加盐调味即可。

历史上的今天

2007年11月26日,中国国家航天局正式公布我国第一颗探月卫星“嫦娥一号”从距离地球38万公里的环月轨道传回的第一张月面图像,标志着我国首次探月工程取得圆满成功。 新华社

省级机关公费医疗新增7家定点医院

快报讯(记者 项风华)记者昨天从江苏省劳动保障厅医保中心获悉,从2009年1月1日起,江苏省将省级机关公费医疗人员的

筹资标准提高到每月每人600元,参加省级儿童医疗费用的筹资标准暂保持不变。

同时,为进一步方便省级机关干部职工看病,省医保

中心新增了7家公费医疗定点医院。这7家医院中不需个人定点即可记账就诊的专科医院有:南医大眼科医院、南京市妇幼保健院、南京东

南眼科医院、南京博大肾科医院。需要个人选择定点的医院有:武警江苏消防总队医院、南京中医药大学门诊部、南医大友谊医院。



好大一只蟹

昨天,南京固城湖水产实业有限公司收到一只重达405克的“巨无霸”螃蟹,这只“大家伙”比前不久全国河蟹大赛评出的“蟹后”还要重50克。 夏天/文 邢光理/摄



活动

感恩节 五款花束送祝福

11月27日是感恩节,我们要感恩的人有太多,老师、父母、兄长、朋友、爱人……快报便民网今起推出

感恩节鲜花预订服务,针对送花对象不同,为广大读者推出了5款感恩节花束,服务人员按读者指定的时间和地点将所选的鲜花送达,您足不出户就可以向亲朋、爱人送上祝福,表示感谢。这次感恩节的花价格在90~150元之间,可满足读者的不同需求,详细情况可以咨询96060。 赵丹丹

南京成立1000万青年创业基金

江苏省南京商会投资担保公司出资人民币1000万元联合共青团南京市委员会成立“南京青年创业基

金”,即日起符合条件的青年都可申请,寻求创业资金支持。凡符合条件的青年可以通过南京青年创业网站(http://www.njqncy.com)向基金管理委员会办公室提出申请。 都怡文 徐林骏



菜价

鸡蛋降到 今年最低价3.4元/斤

价格一直不高的鸡蛋又有小幅下滑,在山西路农

贸市场,鸡蛋价格仅售3.4元/斤。尽管跌幅只有0.1元/斤,却是今年以来的最低价。业内人士称,由于是批发环节降价,所以预计目前前卖到3.5元/斤、3.6元/斤、3.8元/斤的鸡蛋价格都要往下降。 夏天

11月25日部分时令蔬菜、水产价格一览表(单位:元/斤)

Table with 6 columns: 品种, 安怀村, 金宝天印山, 科巷, 进香河, 山西路. Rows include 青菜, 菠菜, 萝卜, 大白菜, 茼蒿, 香芹, 黄瓜, 茼蒿, 鲫鱼, 鸡蛋, 后腿肉, 母鸡.



健康

红薯 最好午饭时吃

红薯缺少蛋白质和脂质,因此要搭配蔬菜、水果及蛋白质食物一起吃,才不会营养失衡。最重要的是,红薯最好在午餐这个黄金时段吃。这是因为我们吃完红薯后,其中所含的钙

质需要在人体内经过4~5小时进行吸收,而下午的日光照射正好可以促进钙的吸收。这种情况下,在午餐时吃红薯,钙质可以在晚餐前全部被吸收,不会影响晚餐时其他食物中钙的吸收。

现在流行的红薯养生法并非人人都适合。如果食用后出现腹泻的症状,就别勉强了,改吃糙米也有同样的效果。 京华时报



这是一个专门为您设置的平台,一人有难题,大家来出力!当然,如果你有什么牢骚话,有什么生活小窍门,不妨也来跟我们聊聊。

瑞金路的张女士:我有一台“老烟枪”牌的老式抽油烟机,风扇是垂直在墙面上的,风扇前有一层吸油的膜,谁知道哪里有这种吸油的膜卖的?打114也查不到此油烟机的厂家电话。联系电话:84612380



水电气

停气通知

11月27日13:00至16:00下列地区停气:首蓿园大街、紫金苑、大邦花园等一片。11月27日13:00至17:00下列地区停气:湖心花园、湖西街8号、明清园小区等一片;雨花西路东亚国际公寓、雨虹雅苑等一片。港华

停水通知

11月27日9:30至11月28日9:30,龙蟠路179号、省血液中心、锁金村1号—9号小区、锁金村11号沿线以及南京电影制片厂停水。南京市自来水总公司

停电通知

11月30日7:30—11:30停泊浦线部分、仁和线部分、公园线部分、延安线部分。 宁电

重点保护三种老人

第一种:心、脑血管存在病变的老人。有高血压、高血脂、脑血栓、冠心病的老人,以及有过心梗、脑梗发病史的老人;

第二种:患有糖尿病及糖尿病并发症患者,以及血脂、血糖偏高的中老年人。

第三种:45岁以上的中老年人。

三种老人需重点保护——

心脑血管有问题的老人:血管腔窄,供血供氧困难,身体抵抗力日益下降。轻一点会感觉头晕、胸闷、乏力,重一点就会诱发心绞痛,甚至心肌梗塞、脑梗塞危及生命。

蜂胶——心脑血管的“清道夫”、“交通警”

蜂胶无疑是心脑血管最称职的“交通警”、“清道夫”。它能切实做好四个方面的工作:1、维修“道路”。蜂胶能软化血管,扩张血管,降低血管脆性及异常的通透性,改善微循环,防治动脉硬化,保障“通道”各种设置完好无损;2、清除路面“垃圾”。蜂胶日夜不停地巡逻在大小血管中,活血化瘀,抑制血小板聚集和血栓形成,特别是对血脂过剩,血清胆固醇过高有特效。服用蜂胶养生宝后血液粘稠度过高,红细胞积压,纤维蛋白淤积都能大为改善;3、捉拿交通事故的“肇事者”和其它“破坏者”。蜂胶具有抗病菌和抗毒素的广谱功能,能排除和灭杀潜入血管中的多种入侵者;4、维持秩序,疏导“高峰”。高血压是造成心脑血管猝发而来不及抢救的祸根。降低高血压是防止意外病变的有效途径。蜂胶有降高、疏导、平衡血压功能。据美国医学家托比恩临床报告,服用蜂胶,可使心脑血管病患者意外危险发生概率减少40%。

糖尿病及血糖有问题的老人:蜂胶在对付糖尿病方面,具有“双管齐下”、“一箭双雕”的奇妙功效,即一方面能直接防治糖尿病,另一方面能有效控制并发症。据临床验证,服用蜂胶者中有部分患者的血糖可在一周内恢复正常,服用两个月后降糖效果显著。值得重视的是,蜂胶养生宝具有双向调节血糖水平的作用,因而正常人服用后,血糖不会发生变化而丧失平衡。因而它能一定程度上有效防治糖尿病引起的体质下降、易受病菌病毒感染,能调节血脂,对抗血脂升高,降低血清胆固醇,软化血管,净化血液,改善微循环,提高免疫功能,有效防止并发性脑血管诸病。

45岁以上的中老年人:通常,从45岁开始,身体走下坡路,免疫能力开始下降,并逐年递减,能量匮乏,人就会感觉神疲力乏没精神,抵抗力下降,身体综合机能下降。高血压、高血脂、脑血栓、冠心病、心脑血管、糖尿病随之而来。尤其现在正值秋冬换季,是疾病高发的时期,这些老人抵抗力差,此时,免疫力下降会促发上述很多危险。

“蜂胶养生宝”是南京中科生物研究所的专家为中老年人开的一剂“健康处方”。纯天然、无毒副作用、效果好!

蜂胶养生宝并非单纯性蜂胶,它是一个科学配方,是一个无法仿制的组方(每100克中含总黄酮4300mg,10-羟基-α-癸烯酸:1100mg),所以效果好。

专家建议:无论您选用哪种蜂胶,配合中科生物研究所研制的“绿芝生命元”同时服用,效果更好!

健康长寿的奥秘

科学家推算,人的自然寿命是120岁,为什么呢?因为按自然界的生物原理,哺乳动物的寿命是其周期的5-6倍,人的生长期是以最后一颗牙齿长出的年龄为标志,也就是20-25岁,因此,人的寿命就是20×5=100至25×5=125岁之间,不会短于100岁,也不会长于150岁。多数科学家经反复测算得出:人类的自然寿命为120岁。然而,为什么大多数人活不到120岁呢?据世界卫生组织估计,由于生活习惯不良、体力活动不足以及对自身健康状况关注不够引起高血压、高血脂、糖尿病、冠心病的发病率正逐年提高,这就影响了人的寿命。

五十年前,俄罗斯著名生物学家尼古拉·齐金就做过这样一项调查。他在高加索地区选取了200位百岁以上的老人,这些老人不但长寿,而且身体健康,经调查发现,至今为止,他们中很少人死于心脑血管疾病,均属于机体自然衰竭而亡,令人惊奇的是,这些健康的长寿老人中,有143人是养蜂人,还有34人有过较长时间的养蜂史。这些老人都有常年服用蜂胶的饮食习惯。正因为如此,蜂胶才被欧洲科学家Shevchenko称为“本世纪人类发现的伟大的天然物质”。

南京中科生物研究所的科学家们专为中老年人设计

的蜂胶养生宝一经问世,立即引起了广大中老年朋友的关注,中老年人何为选择蜂胶养生宝?究其原因有以下几点:(一)纯天然 蜂胶养生宝的养蜂基地胶源植物丰富,空气、水源纯净无污染,这就保证了蜂胶养生宝原料的纯天然,服用起来也更加安全。(二)健康处方 南京中科生物研究所的科研人员经过六年的攻关,研制成功了“蜂胶养生宝”,是根据中老年人的生理特点,专为中老年人制造的。蜂胶养生宝高效浓缩,被中老年人誉为“健康处方”。提醒:蜂胶养生宝不仅仅是蜂胶,它是科学组方(每100克中含总黄酮4300mg,10-羟基-α-癸烯酸:1100mg)。(三)生产通过GMP 蜂胶养生宝拥有一流的培植基地和现代化的生产线,率先通过GMP国际认证,确保生产管理与国际接轨。(四)效果实在 “蜂胶养生宝”上市九年来,销售量越来越大,“蜂胶养生宝”功效明显,很多中老年朋友在服用后,免疫力等都有了显著的改善。(五)价格合理 蜂胶养生宝是南京中科生物研究所的科研产品,因此价格合理,每瓶仅售66元。(六)脱铅技术 蜂胶养生宝在研制过程中,攻克了“脱铅”技术难关,且获得了国家卫生部的批准,品质得到保障,方可长期使用,服用时间越长,效果越好。

中老年人好消息(特大优惠)

为庆祝蜂胶养生宝畅销九周年,即日起至08年12月1日,中科生物研究所特举办特大优惠活动。具体方案如下:

一、蜂胶养生宝优惠方案:

买十瓶(660元)赠送二瓶(价值132元);买二十瓶(1320元)赠送五瓶(价值330元)。

绿芝优惠方案:

买十瓶(960元)赠送三瓶(价值288元);买十五瓶(1440元)赠送五瓶(价值480元)。

满一定金额,中科生物高档磁疗床垫、精致毛毯、健康被等任您选择,详情请见店堂公告!

如您工作繁忙,请拨打各地区免费送货热线,我们的服务专员将在第一时间配送上门,免去您的后顾之忧!

日常销售地址:

中科生物专卖·山西路(中山北路34号,大方巷口

江苏议事园对面)

中科生物专卖·大厂(大厂区杨村路213号,新扬子一中对面)

中科生物专卖·江宁(上元大街251号)

中科生物专卖·洪武路(洪武北路133-5号,演艺学院旁)

红十字医院门诊一楼(白下路242号)

中科生物国际连锁(南京市石鼓路107号华威大厦14楼)

中科生物专卖·太平门(龙蟠中路8号,太平门加油站西面)

咨询电话:025-83367338、83223426

市内免费送货热线:025-83367338

团购热线:025-83223426

