

明年起公路儿童票优惠既认身高也认年龄

儿童身高1.2米以下或6周岁以下，均可免票

长途汽车票优待票有了新规定！12月9日，现代快报记者从南京市交通运输局获悉，根据交通运输部、国家发展改革委联合发布的《关于深化道路运输价格改革的意见》（以下简称“意见”），从明年1月1日起乘长途大巴，儿童6周岁以下或者1.2米以下，不单独占用座位可免费乘车，如需占用座位，则需要购买半价票乘车。

现代快报+/ZAKER南京记者 李娜

根据“意见”规定，在军人乘车购票方面，班车客运经营者和汽车客运站应对持《中华人民共和国残疾军人证》的伤残军人、持《中华人民共和国伤残人民警察证》的伤残人民警察、持国家综合性消防救援队伍残疾人员证件的残疾消防救援人员实行半价优待，具体按照所乘班次执行票价的50%计算。

在童票方面，原先长途汽车客票的儿童票、免票划分标准只按照儿童身高，最新规定在儿童身高标准基础上，增加以年龄为划分依据。“意见”指出，除9座及以下客车外，符合条件的儿童享受免费乘车或者客票半价优待。具体条件为：每一成人旅客可携带1名6周岁（含6周岁）以下或者身高1.2米（含1.2米）以下、且不单独占用座位的儿童免费乘车，需单独占用座位或者超过1名时超过的人数执行客票半价优待，并提供座位；6~14周岁或者身高为1.2~1.5米的儿童乘车执行客票半价优待，并提供座位。

现代快报记者注意到，新规出台后，不少网友表示，年龄和身高“双执行”，让早长

春节回家的小伙伴，准备好了吗 南京六家汽车站 后天起开售春运长途客票

快讯（通讯员 赵根华 记者 李娜）12月9日，现代快报记者从南京公路客运站务有限公司获悉，自12月12日起，南京六家汽车站将开卖2020年春运首日长途汽车客票。春节准备回家的旅客，可以关注起来了。

据介绍，2020年春运1月10日启动，较去年提前11天。南京高校学生放假时间是1月11日至1月18日，高校放寒假正值春运初期，与部分民工客流叠加，预计进入春运后各站会出现持续的客流小高峰。节前客流主要以学生流、务工流和探亲流为主；节中七天假期以中短途探亲流和旅游流为主；节后前期以务工流、探亲流为主；后期以学生返校和民工外出打工客流为主。

目前，春运售票即将启动。从12月12日起，南京小红山、南站、东站、北站、江宁站、葛塘站六家汽车客运站将开卖2020年春运1月10日（含10日）前所有长途汽车客票。12月26日开卖年三十（2020年1月24日）的

公示

根据国家新闻出版署《新闻记者证管理办法》《关于2019年全国统一换发新闻记者证的通知》要求，我单位现代快报社已对申领新版新闻记者证人员的资格进行严格审核，现将我单位拟领取新版新闻记者证人员名单进行公示，公示期2019年12月10日—12月20日。举报电话为025-88802907。

拟领取新版新闻记者证名单：

赵磊、梁波、郑春平、张星、何洁、王晓宇、孙旭晖、朱鲸润、李梦雅、刘国庆、葛小林、张敏、陆文杰、宋体佳、陈莹、严君臣、杨亦文、尹有文、姜振军、邢志刚、李伟豪、林清智、韩秋、刘清香、孙兰兰、李谷、吴明明、王磊、杜磊、潘文军、张虎、潘祥海、吴瑕、曹玉兵、刘方志、刘伟娟、项凤华、鹿伟、赵丹丹、李娜、余爽、李艺婷、黄艳、刘峻、胡玉梅、安莹、袁永红、任红娟、顾元森、孙玉春、顾炜、赵杰、施向辉、马晶晶、徐洋、朱俊骏、王蒙、赵守成、左娜、葛青凤、杨成、沈路莎、张昊、徐岑、张渝、王瑞（女）、徐红艳、王益、仲茜、戴明夷、王玉秋晨、刘惠勤、刘静妍、蔡梦莹、陈彦琳、杨菁菁、谷伟、王静、颜玉松、王娟、经绯、徐悦、王卫、韩飞周游、吉沐耘、路梦映、高淼、吴慧慧、郑文静、杜逊桂、白雁、王凡、倪宁宁、陈曦、刘德杰、李颖鑫、鲍铭东、刘晓满、张名青、常毅、谢卫东、程亮、许媛、钱坤、吴双、何玥颐、陈勇民。

秋冬进补 吃海参强身老人吃了一冬天手脚冰凉好多了

进入冬季，各地持续降温。而随着寒冬的来临，海参也开始在各大滋补品市场热销。按照中国人的习惯，冬季是给身体“进补”的大好时节，称之为“补冬”，可见冬季滋补需求是海参销量上升的重点因素。

老人手脚冰凉吃海参，吃了一冬天感觉好多了

“母亲一到冬天就手脚冰凉，吃了一冬天之后，感觉好多了，海参确实是很滋补的一个东西。”魏女士说，在报纸上看到“广电惠民冬季进补盛宴”有海参抢购活动，她很激动，“去年就在惠民生活馆买的海参，免费代泡发，发得好得很。”

据悉，“广电惠民冬季进补盛宴”，大连淡干海参低至1980元/斤、马来西亚燕窝低至14元/克、加拿大进口西洋参0.78元/克起、正宗云南文山三七仅合140元/斤、西藏那曲整根虫草低至79元/克，每人限购50克、长白山野山参低至8元/克、雁荡山铁皮石斛低至1.9元/克、灵芝孢子粉1.9元/克起、野生天麻低至0.78元/克、紫丹参0.2元/克起、东阿县皇阿胶糕499元/斤，买三斤送一斤，买五斤送两斤。



大连海参捕捞现场

肥美海参上市，冬季进补正当时

秋收冬藏，自然界的动植物开始蛰伏，人体内也会代谢下降，体力消耗减少，摄入的营养物质也容易被吸收和蓄积，这个时候调补一下身体，很有必要。

冬季时节进补不仅可以固本培元，使身体正气恢复，而且有利于驱病祛邪，使体内的

阴、阳、气、血、津液得到充实，身体能进入更好的状态。

据《本草纲目》记载，“海参味甘而性温，入心、肺、肾、脾诸经，具有滋阴壮阳、润肺补肾、益精养血的功效。”补而不燥，滋而不腻，能“滋后天之脾以补先天之肾”“健脾肾以润肺腑”。

“差不多”海参“差很多”，从泡发率看海参品质

国人将海参作为进补食材渊源久远。因为价格昂贵，在古时，海参也只是皇亲贵胄才有机会享用的滋补佳品，随着海参打捞技术的提升，以及人们经济生活水平的提高，海参逐渐走入寻常百姓家，成为很多市民朋友的



正宗大连淡干带刺海参

进补佳选。每天一根海参成为很多市民的饮食习惯，寒冷时节，煮一锅海参粥，温暖健康齐备。

眼下已经入冬，许多市民都有购买海参的打算，而海参作为一种高档滋补品，购买时少则几千元，多则上万元，市民选购时难免会有犹豫。

但是海参在加工过程中掺入添加剂、食盐等辅料的多少是我们肉眼无法分辨的，那些看起来“差不多”的海参，品质很可能“差很多”。

市民章先生听从馆内老师的建议，买了一些干海参回去先自己泡发看看，他说：“第一次买海参，虽然馆里提供免费代泡发服务，但通过现场老师的讲解，对海参泡发有了一定的了解，想从涨发率上看看海参的质量。质量好的话，以后就放在馆里，由工作人员代泡发。”

老人吃海参，每天吃一根，冬令进补，长寿老人的选择

常年吃海参的李大爷说：“其实真正适合老人进补的东西不多，感觉还是海参好，很多人都选择冬季进补海参，我一年四季都要吃，已经吃了四五年了，感觉身体改善很多，身上小毛病少了，有的朋友还说我这几年越活越年轻，气色也好了！”江苏广电惠民生活馆的海参，好吃、营养价值高，价格又不贵，每斤才1980元！更让我高兴的是，原来买过几次干参，又是泡又是煮，折腾好几天，吃着不方便不说，发得还不好，为此没少跟老伴拌嘴。现在好了，江苏广电惠民生活馆帮我们免费代泡发，省得我们老两口瞎折腾。大连淡干海参我们俩常年吃，比吃其他保健品强，我的身体状况我自己知道！”

“广电惠民生活馆的海参真的是便宜，吃了这么多年的海参，这里就是我们家的后备‘参仓’，每年都来选上几斤，全家营养一整年”，家住成贤街的刘先生说，听说海参最近涨价了，来了之后发现惠民馆的海参依然价格亲民，就果断地选购了5斤优质淡干海参。

“每到天一冷我都会来抢购一批海参，感觉每次来了都是赚了！”家住江宁的张阿姨说，来这里感觉就像过年一样兴奋！她说这次是帮家里老人买的海参，主要是想着吃了海参能够提高抵抗力，对老人的身体好。而有的老人则是既想着为自己买海参滋补身体，又不忘为儿女们买一些捎带回家。“我们常年吃



泡发后内壁弹性十足

海参，这次还准备买一些给经常加班的闺女补身体，特别是进入冬季，更要好好补补！”惠民生活馆的海参柜台前，张老太太边挑选海参边说。“海参一直被认为是进补的佳品，现在年轻人工作压力很大，不少老年人现场还不忘买一些回家给儿女们做着吃，让孩子强身健体。”惠民生活馆工作人员直言。

热线：025-66065188

地址：南京夫子庙建康路277号（淮清桥向西50米）

交通：江苏广电惠民生活馆 4路、7路、30路、44路、202路建康路·夫子庙站

地铁3号线夫子庙站3号口向东40米（近招商银行）

广告