

年初一火车票开售，南京到长沙已售罄



现代快报讯(记者 刘伟娟)1月27日,通过互联网可以购买大年初一即2月10日的火车票了。现代快报记者获悉,大年初一从南京出发,到长沙等地的火车票已经售罄,到西安等方向余票紧俏。

来自铁路12306科创中心的数据显示,自1月12日铁路春运售票启动以来,12306已累计发售火车票2.3亿张,其中春运期间车票9182.8万张,较去年同期增长131%。今年春运,不少人选择旅游过年。比如除夕夜在家吃完团圆饭,大年初一飞往“诗和远方”。截至1月27日17:20,铁路12306网站显示,2月10日大年初一这天,南京到长沙共开行10趟高铁,火车票卖得干干净净,其中,G1773次已经不接受候补购票,其余9趟高铁还可以候补购票。

西安是历史名城,也是旅游胜地。这个春节,不少旅客选择到西安旅游。截至1月27日17:25,铁路12306网站显示,2月10日大年初一这天,南京到西安共开行25趟列车,其中19趟列车已经售罄,值得一提的是,12:00前出发的9趟高铁已经全部售罄;6趟有余票的列车中,2趟是“K”字头普速列车,还有2趟高铁仅剩余商务座票,G1940次还剩余9张一等座和

1张商务座余票,G3277次还有二等座余票,票价645元。此外,大年初一这天,南京到太原、天津等方向余票较为紧俏。

如果选择春节前出游,尽管部分热门方向余票较少,但是仍有部分方向余票充裕。若想外出游玩的话,大家不妨选择错峰出行。截至1月27日17:30,铁路12306网站显示,南京到武汉,2月6日至2月8日这3天火车票已经售罄,2月1日至2月5日、2月9日还有余票;南京到重庆,1月27日至2月9日每天仍有余票,不过大多是千元以上的一等座车票,二等座余票不多;南京到长沙,1月27日至2月9日每天都有余票,其中,1月27日至31日,2月2日、3日、9日这几天还有300多元、500多元的二等座余票。

没有买到心仪火车票的旅客,可以使用候补购票功能。2024年春运前,铁路部门优化升级了候补购票功能,不仅增加了候补订单和备选方案数量,还扩大了候补订单兑现时间选择范围。此外,临时新增旅客列车席位也是优先配售给已提交候补订单的旅客,可以进一步提高旅客候补购票成功率。

此外,当没有直达列车或直达列车没有票时,旅客可以在铁路

南京 <> 长沙						
周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
02.05	02.06	02.07	02.08	02.09	02.10	02.11
<input type="checkbox"/> 只看高铁/动车 <input type="checkbox"/> 只看普通车 <input type="checkbox"/> 只看有票 <input type="checkbox"/> 筛选						
南京南			长沙南			
复兴号	07:25	G637	11:52	售罄		
	南京南	4时27分	长沙南			
	二等候补	一等候补	商务候补			
复兴号	07:43	G1379	14:15	售罄		
	南京南	6时32分	长沙南			
	二等候补	一等候补	商务候补			
复兴号	08:24	G1773	13:02	售罄		
	南京南	4时38分	长沙南			
	二等候补	一等候补	商务候补			
复兴号	08:28	G1503	14:33	售罄		
	南京南	6时5分	长沙南			
	二等候补	一等候补	商务候补			
复兴号	08:42	G1545	13:12	售罄		
	南京南	4时30分	长沙南			

2月10日南京到长沙火车票售罄 12306截图

12306APP选择中转车票,通过有余票的中转换乘方案,满足出行需求。目前,全国已有120个主要车站设立站内中转换乘便捷通道,旅客无需出站即可进入候车室候车。

按照当前15天预售期规定,旅客需注意返程购票时间节点:2月2日,开抢2月16日大年初七的火车票;2月3日,开抢2月17日大年初八的火车票。

江苏开展校园、校外机构隐患排查



淮安市消防救援支队消防员在辖区学生宿舍检查 通讯员供图

现代快报讯(通讯员 苏晓轩 记者 王瑞)眼下虽然已经进入寒假,但寄宿学校内仍有不少学生,加之寒假期间不少家长会为孩子选择各类培训机构,为切实守护学生安全,近日江苏省消防救援总队部署开展全省校园及校外培训机构专项排查整治工作,深入校园、校外培训机构开展消防安全检查。

此次专项检查,寄宿制中小学,特别是民办学校是重点对象。1月24日晚,镇江市消防救援支队联合教育部门成立7个检查组,深入寄宿制中小学等开展“蓝焰守护2024”集中夜查行动。检查人员重点查看了宿舍外窗是否设置铁栅栏,住宿人员是否超过标准,夜间值班教职工、保安、宿舍管理人员等是否明确扑救初起火灾和组织疏散的工作分工,以及是否存在违规用火用电用气等问题。

1月24日至25日,苏州市消防救援支队对全市范围内的165家寄宿制学校开展消防监督检查。“如果外面有烟怎么办?”面对监督员的提问,苏州市儿童业余体校的学生大多选择“翻窗和直接跑出去”,监督员当场指正,

“在外面有烟的情况下,不能从宿舍门口逃生,而要从窗户向外逃生。”

1月24日,常州市消防救援支队来到光华学校、凤凰中心小学以及部分校外培训机构开展校园安全专项督导检查,重点检查灭火器、消火栓等消防设施器材是否完好有效,疏散通道、安全出口是否保持畅通,应急照明灯、疏散指示标志是否正常完善,用火用电安全措施是否符合规范等。

在南京市建邺区河西外国语学校,该校相关负责人介绍,学校严格落实消防安全管理责任和管理制度,安保人员24小时值守,确保校内安全通道、应急通道畅通无阻。在校生活老师可以熟练使用基本的消防器材,具备处置突发事件的应急能力。

除了进行安全隐患排查,消防部门还开展宣传培训和消防演练,提升应急处置能力。放假前,淮安市消防救援支队走进中、小学课堂,开展了“寒假最后一课”消防安全培训活动,并通过新媒体平台对外直播,强化活动传播力和覆盖面,全面提高师生们的自救自护能力。

苏州14家园林景区春节门票半价

现代快报讯(记者 高达)1月27日,现代快报记者从苏州市园林和绿化管理局获悉,春节期间,苏州园林推出了门票半价的优惠,半价开放景区包括虎丘、留园、艺圃、拙政园、环秀山庄、狮子林、怡园、耦园、网师园、沧浪亭、可园、天平山、植物园、动物园等14家园林景区,市民、游客可提前7天购买。

据悉,春节期间苏州各园林景区将举行迎春花展系列展示活动,届时将举办虎丘迎春时令花展暨新春庙会、第二十六届留园迎春时令花展、狮子林迎春梅展、拙政园“风雅苏园”迎春精品花果展、沧浪亭迎春竹石展等主

题活动,苏州公园、桂花公园、桐泾公园也将进行2024年公园迎春氛围布置。同时部分园林景区将配套举行新春开福门、集龙游园、状元送福字、点梅花妆、竹石绘画等活动。

此外,各园林景区还将联合各个县(市)区整合资源,汇聚人气。木渎严家花园、虹饮山房、灵岩山馆、古松园、榜眼府第将开展新春嘉年华活动;吴江震泽古镇将在年初五举办迎财神和舞龙舞狮等节庆活动;留园与太仓弇山园将联动举办迎春水仙展;常熟燕园将举办兰展开展兰花数字油画研学活动和兰花精品篆刻普手作活动。

明天起雨雪天气增多

好在气温在回升

现代快报讯(记者 徐红艳)1月27日进入“五九”的第一天,无明显冷空气活动,气温呈现回升态势,预计30日南京最高气温可达12℃左右,沿江和苏南地区13~14℃。气温走在上升通道,雨水也要发力了,预计29日起江苏雨雪天气会增多。

这两天,连续晴好天气背景下,空气变得十分干燥,午后大部分城市空气湿度在20~30%,补水、保湿缺一不可。28日到29日白天,全省还是以晴好天气为主,

大家可以放心安排出行活动。

气温也是逐日攀升,28日最高温度:淮北地区7~8℃,其他地区9℃左右;29日最高温度:沿江和苏南地区11~12℃,其他地区10℃左右;30日最高温度:淮北地区6~7℃,沿江和苏南地区13~14℃,其他地区10℃左右。

不过,29日夜夜里起到30日将有一次小雨过程。江苏气象提醒,正值春运阶段,需要防范降水引起的路面湿滑和能见度下降对春运交通安全造成的不利影响。从目

前的天气趋势来看,预计2月5日前,全省降水量较常年同期明显偏多,大家要提前关注最新天气变化,及时调整出行计划。

南京三日天气

今天 晴到多云 偏东风3到4级
-4~10℃,有冰冻
明天 多云转阴有小雨 偏东风4级
左右0~12℃
后天 阴有小雨并渐止转多云 偏东风3到4级6~12℃

“煮苹果水”火上热搜

营养专家:不应期待有神奇的效果,糖尿病患者请适量

现代快报讯(实习生 顾彦君 记者 蔡梦莹)近日,社交媒体上掀起了一股“煮苹果水”的热潮,这种饮食方式受到了广大网友的热烈讨论。有网友表示:“没试过,有点心动了!”也有网友大力安利,“我真的好爱煮苹果,尤其酸苹果,煮出来加点冰糖可有苹果味儿了。”更多人关心的是,煮苹果水会破坏苹果本身的营养吗?

苹果是水果店里的畅销品,品种多,价格实惠,但许多人并不爱吃。冬天,用养生壶煮一杯暖暖的苹果水,是不是也能吸收到营养?注册营养师、食品营养学硕士曹展在接受现代快报记者采访时表示,苹果加热以后,其中的膳食纤维、果胶得以软化,软化后的膳食纤维和果胶更容易被人体吸收,从而使

其营养作用发挥得更完善。但不同加热方式对营养成分的破坏受多种因素影响,比如水果本身质地、切块大小、加热水多少、加热时间长短等,都有关系。简单来说,用水越多,加热时间越长,煮得越烂,营养损失越大。

在热搜评论区,有网友觉得,“苹果煮水喝是为了喝更多的水,温开水喝不下,带点味道的才喝得下。”曹展认为,如果嫌喝白开水太寡淡,煮苹果水不失为一个好办法。但苹果本身营养素含量有限,如果期望从苹果水中获取营养,是不切实际的。尽管煮苹果水总体来说没有特别显著的营养价值,但与甜饮料相比,如果是寻找一种温和、容易消化的饮品,煮苹果水是一个更健康的选择。

曹展还提醒市民朋友,不应期待煮苹果水有任何神奇的效果。他说:“煮苹果水虽然有很多好处,但并不能代替正常的饮食。”此外,某些特殊人群,如糖尿病患者等,在饮用煮苹果水时也要注意适量。

还有哪些水果适合“煮”着吃呢?曹展建议,生吃口感比较硬的、维生素C含量不怎么多的苹果和梨子更适合加热后吃。而本身口感松软易食、维生素C含量比较高的草莓和猕猴桃加热吃比较可惜。“如果担心水果加热后损失维生素C,不妨换一种方式思考,比如常见的苹果、梨、橘子,每100克中含有的维生素C只有不到10毫克。损失了也不心疼,多吃一口蔬菜就补回来了。”

拍卖公告

受委托,本公司于2024年2月5日下午14:30,在南京市中山东路54号天丰大酒店五楼丰泽厅举办“一批电子生产及测试专用设备”拍卖会。即日起接受咨询及报名。本次拍卖会只接受法人单位报名。本次拍卖会,竞买保证金为人民币壹拾万元整,另,为了保证拍卖查看现场及成交后交付过程中的安全生产,竞买人须缴纳安全生产保证金人民币壹拾万元,保证金到账截止时间为2024年2月5日上午10:00。有意竞买者,请于2024年2月5日上午10:00前,持有效证件及相应授权文书,凭保证金缴纳凭证,前往本公司办理报名登记手续。如需要勘察现场的,必须在缴纳安全生产保证金并签署相应文件后的2日内,等待拍卖人和委托方确定具体时间进行勘察。公司地址:南京市秦淮区洪武路23号隆盛大厦1510室 咨询联系人:陈先生 电话:13951633628 江苏中山汇金拍卖有限公司 2024年1月28日