

考研初试成绩下月初公布

分数线可能略高于往年

□晚报记者 张劲松 实习生 王瑞娟

本报讯 记者昨日从教育部门获悉,2011 年研究生考试初试成绩将于 3 月初陆续公布,国家分数线预计 3 月下旬出炉。

据了解,今年,研究生考试全国

共有 151 万人报名参加,创历史新高。我市考研报名人数也连续 3 年呈增长态势。本次考试我市共计报名 2958 人,比去年增加了 587 人,比前年增加 749 人。有专家预测,由于考研人数增加,各科目录取分数线可能略高于往年。

教育部门提醒成绩不理想的考生,提前准备调剂,填写调剂志愿时要慎重。据了解,对于没进入第一志愿研究生复试的考生,只要达到了国家分数线,都有机会调剂,但每个学校的调剂名额有限。

一般来说,考研分数出来前后,

调剂信息会在网上公布,考生要密切关注各个学校研招网以及中国研究生招生信息网,明确目标院校后,就要抓紧时间与该校招办联系,询问是否有调剂名额,自己的情况是否符合调剂要求等,从各高校研究生网上下载并填写调剂申请作为预报名。

车主注意啦!

元宵节市区将实行适时交通管制

□晚报记者 朱东一

本报讯 为保障元宵节期间文娱活动顺利开展,确保市民度过一个平安、喜庆、祥和的节日,周口交警部门将对部分路段实行适时交通管制,确保周口市

区道路安全畅通和活动顺利开展。

据了解,元宵节当天,交警将全员上岗,保障 24 小时警力

通讯畅通及时调度,对元宵节文

艺晚会和专场文艺演出及民间文艺大赛及活动展演区周围路段进行疏导控制。市区主要路段路口设置分流布控岗,对进入市区的外围车辆实施分流和疏导;对七一路、中州大道、八一大道及其附近路段实行适时交通管制,禁止机动车、三轮车、摩托车、架子车等在文娱活动演出路段通行。事故处理民警会对交通事故快勘查快撤离,确保道路畅通有序。

线索提供 许素云

营养师提醒

早餐和临睡前吃元宵或汤圆,易造成消化不良

两餐之间吃为宜,每次吃 4~8 个即可

吃时要缓慢、小口,避免被烫伤或被硬住

不能同时再吃其他含糖高的食品

不要吃凉元宵和炸元宵

食后适量运动,便于胃肠蠕动

可吃些山楂等助消化的食品

几类人群不宜多吃元宵

老年人 儿童 血糖高的人

慢性疾病患者 减肥的人

胃肠道功能不好的人

吃元宵应适可而止

便民小常识

大个元宵一次吃不超过 5 个

早餐不宜食用

早上起来时人的胃肠道功能是最弱的,而元宵的外皮大部分都是糯米做的,黏性高,不易消化。因此早餐吃元宵很容易出现消化不良,而导致泛酸、烧心等情况,影响一天的生活。

糖尿病患者要搭配一些蔬菜吃

由于普通的米和面多为直链淀粉结构,而糯米中绝大部分淀粉都是支链结构,其葡萄糖分子链与水 and 淀粉酶接触面积较大,很容易被淀粉酶分解,迅速释放出单个葡萄糖分子被人体吸收,这样糯米比普通米和面更容易迅速升高血糖。因此糖尿病人在吃元宵的时候,需要注意搭配其他食物一起吃,如一些蔬菜,以降低血糖指数。可以几个元宵作为自己的主食,解解馋即可,不要贪多。

溃疡病患者浅尝辄止

溃疡病患者食用太甜的食物容易引起胃酸分泌增多,加重对溃疡面的刺激,甜味元宵不宜多吃。溃疡病患者食用元宵时应注意:如果是甜味元宵,汤中不宜再加入糖分;如果是无馅的小汤圆,则汤中可以配合些红枣、枸杞、桂圆之类调味;也可以选择市场上的咸馅元宵比如叉烧元宵和梅干菜元宵。

大个元宵一次不超过 5 个

由于元宵的外皮大部分以糯米为原料,黏性高,不易消化。对于肠胃功能不佳者、老年人、儿童,在食用元宵的时候就应特别留意,以免造成消化不良或吞咽阻碍;元宵馅料繁多,其中油脂含量均较高,会影响慢性病患者病情;另外,对于体重超重或高脂血症、高血压患者,高油脂的食物会影响尿酸的排泄,增加痛风病复发的可能。这些人群在食用时一定要选择适合自己身体的元宵品种,少吃、搭配其他食物一起吃。婴儿最好不吃元宵。

专家建议,由于元宵含很多糖分,加上花生、芝麻、鲜肉馅含高油脂及高热量,所以一定要少量食用,一次吃 5 个为宜,小元宵一次食用量不宜超过 10 个。

(大河)

新闻追踪

《打工妹不贪心 万余元完璧还》

大广高速服务区员工风格高

一年捡钱 12 万 全都如数还失主

□晚报记者 朱东一

本报讯 昨日,记者从大广高速周口东服务区了解到,2010 年,该服务区员工共捡到现金 12 万余元,手机 2 部、行李 36 件,这些财物现已全部如数归还失主。

2 月 15 日,本报 A05 版刊发了《打工妹不贪心 万余元完璧还》一文,讲述了大广高速周口东服务区员工田冬玉将捡到的万余元现金如数归还失主的消息。据了解,在该服务

区还有很多像田冬玉一样的员工,他们都爱岗敬业、拾金不昧。仅 2010 年,他们就将捡到的 12 万余元现金及物品全部如数归还给了失主。

据该服务区员工介绍,丢失钱物的失主有外地的,也有本地的,失物大多是他们不小心掉落在餐厅或卫生间的。服务区员工提醒,市民出门在外时,重要财物或其包装上最好写上联系方式,以防不慎丢失后,拾到者能迅速联系上失主。

线索提供 常守振

市区蔬菜水果抽样检测情况表 (2月16日抽检)			
抽样地点	抽检品种	抽样数(个)	合格率(%)
万果园购物中心 (五一广场)	黄瓜 辣椒 豆角 香菜 芹菜 西葫芦 西兰花 四季豆 油菜 黑白菜	10	100
一峰生活广场	黄瓜 番茄 辣椒 茄子 包菜 豆角 西兰花 西葫芦 四季豆 油菜	10	100
亚威量贩(七一中路)	大葱 白菜 土豆 西葫芦	4	100
双汇连锁店(工农路)	菠菜 辣椒 大葱 豆角	4	100
黄淮农产品批发市场	辣椒 大葱 芹菜 番茄 黄瓜 西兰花 西葫芦	7	100
八一路农贸市场	大葱 番茄 辣椒 芹菜 菠菜 生菜 四季豆	7	100
北花园农贸市场	菠菜 白菜 辣椒 香菜 大葱 韭菜	6	100
周口饭店	辣椒 黄瓜 番茄 包菜 芹菜 西葫芦	6	100
锦绣花园酒店	黄瓜 辣椒 芹菜 大青菜 西兰花	5	100
周口迎宾馆	番茄 辣椒 豆角 黄瓜 萝卜 花菜 蒜薹 芥蓝 西葫芦 紫甘蓝	10	100
平原宾馆	大葱 芹菜 茄子 辣椒 西兰花	5	100
东杨庄果品市场	贡桔 苹果 梨 花牛苹果	4	100
合计		78	100

本栏信息 免费 刊登

便民信息超市

联系电话:8270066 8599305

房屋出售

●兰亭山水四期,5 楼,精装修,设备齐全,103 平方米,深水井,28 万元。电话:13603873566

●万基城市花园,复式楼(4、5 楼),178 平方米,房屋设计合理,未装修,价格面议。

电话:15638009616

●太昊路南侧有两套别墅,各 300 多平方米,手续齐全,价格面议。电话:13393906899

●六一路育新街交叉口家属楼,6 楼,100 平方米,简装修,手续齐全,价格 19.8 万元。

电话 13643946699

●东环路 with 庆丰街交叉口广电欣苑小区,有一临街住房,5 楼,96 平方米,两室两厅,售价 25 万元。电话:15838662282

●莲花路与工农路交叉口,中汇花园,11 楼 144 平方米;18 楼,95 平方米。电话:13939491716

●交通大道颍光小区,4 楼,130 平方米。电话:15893617989

●中州大道百货楼对面一住房,5 楼(非顶楼),96 平方米,三室一厅,手续齐全,16.8 万元。电话:13903878822

●黄河中路,4 楼,132 平米,

售价 34 万元。电话:15836297098

●公务员小区,6 号楼,1 楼,185 平方米。电话:13513870388

●中州大道鑫宇都市花园,4 楼,113.18 平方米,价格面议。电话:13653941875

房屋出租

●周项路口周口市总商会馆东邻有一套房子,面积 90 平方米,三楼,三间朝阳。水电齐全,有空调、太阳能、家具等。电话:13673889799

●荷花市场北门对面有一临街住房,3 楼,65 平方米,三室一厅,水电齐全。电话:13938063333

●兰亭山水四期新房,精装修,家具、电器齐全,3 楼,126 平方米,三室两厅两卫。月租金 1700 元。电话:13838676981

●新天地二楼电梯口,35 平方米,简装修。电话 13781289899

●明珠花园有一套房子,6 楼带楼顶,有空调、太阳能、有线电视及家具等。电话:13838668670

●人民东路市广电局家属院,三室一厅,水电齐全,价格面议。电话:13938063699

●八一大道百货家属院,三室两

厅,水电齐全。电话:13938063699

●滨江国际酒店 22 楼一房间,星级公寓,中央空调,精装修,办公居住均可。电话:13938073636

转 让

●现有 2008 年生产的奔腾 2.0AT 汽车转让,九成新,价格面议。电话:13838691299

●万顺达 5 楼,床品专柜转让。电话:13949979069

●七一路有一婚纱摄影楼欲低价转让。电话:13137660127

●荷花市场二期名牌鞋周口总代理整体转让(营业中)。电话:13839408778

招 工

●招成手绘面师一名,工资 2000 元。电话:13781237798

●招聘配、剥菜师傅 1 至 2 名,待遇面议。电话:13653947619

地址:文明路与育新路交叉口

●招机修工、电工各一名,待遇面谈,缴纳“五金”。电话:8212111

●诚信论坛杂志社,现招编辑、记者、广告从业人员、电脑制作人员若干名。电话:13603873662

●减招幼师数名,待遇面议。电话:15036410376

●一海参馆聘经理 2 名,女服务员 20 名,传菜员 6 名,收银 2 名,迎宾 2 名。包吃住,缴纳“三金”。联系人:任经理 电话:15839452255 8270111/333

●某药业有限公司在鹿邑、项城、沈丘、扶沟、商水各招医药代表 1 名。须有一年以上的医药从业经验,待遇面议。联系人:邹先生 电话:15838002712。有意者请将个人简历发至邮箱 zoukui1976@yahoo.com.cn。

●招聘熟手花艺师。电话:13525761199

●某庄园聘前厅经理、主管后厨(凉菜、热炒)及司机、保安等,待遇面议。电话:15538625077(崔经理)

敬告:

使用本栏目信息,请供需双方认真核实相关证明材料,签订有效法律合同。