

明天起受冷空气影响气温下降

本报讯(记者 蒋玉 通讯员 丹气)眼下这个时节,夏天正和秋天相互拉扯着,天气也“东摇西摆”,非常善变。未来三天,全市将在晴雨中来回切换,其中今明两天以阴雨天气为主;气温方面,今天最高气温仍有32℃,明天开始有望凉快一些。前两天,虽然我市未受台风“山竹”的直接影响,但随着大气

环流的改变,副热带高压进一步增强西伸,夏天再次刷起了“存在感”,暑热继续。同时也给我们输送暖湿空气,带来雷阵雨天气。

气象专家表示,目前来看,热带系统仍比较活跃,近期副热带高压仍占据主导地位。不过,随着时间的推移,其势力将逐步减弱,记者从市气象台了解到,

20日起受冷空气影响,近期回升的气温将逐渐回落到“2”字头。

俗话说“春分秋分,昼夜平分”,这个周日我们将进入秋分节气,之后冷空气势力将逐步增强,活动趋于频繁,渐渐带来“天凉好个秋”的惬意感受。

近期天气预报:
今天全市多云到阴有阵雨

或雷雨,局部雨量大,偏东风转西南风,早晨最低气温:24℃到25℃,白天最高气温:31℃到32℃。

20日全市阴有阵雨或雷雨,早晨最低气温:25℃到26℃,白天最高气温:28℃左右。

21日全市雨止转阴到多云,早晨最低气温:22℃到23℃,白天最高气温:26℃到27℃。



明日停电

9月20日 10kV 横东14632开关以下(14632:大钱大队变、大钱村东、东头张甲村、天元马张甲、天元吴家变、蒋甲东一带)07:00-11:00;

10kV 行官11801开关以下(11801:丹阳市珥陵镇新隆化纤再生厂、丹阳市毅腾包装材料有限公司、丹阳市水利局行官水利管理服务站、丹阳水务集团有限公司、丹阳市水利局延陵水利管理服务站、丹阳市延陵镇佳凝纤维材料厂、丹阳市延陵镇行鑫建筑材料厂、丹阳佳羽制衣有限公司、行官小学、行官村前谭巷村、行官村汤巷村、东皇村、永昌路、丁延路、马场路一带)07:00-12:00。

停水通知

因管道碰接,9月20日22:00至次日凌晨5:00,后巷飞达片区用户停水(雨天顺延),请该片区用户做好储水准备,敬请谅解!

理财、虚拟货币投资成为网络欺诈重点关注领域

新华社电 国家计算机病毒应急处理中心18日发布第十七次计算机和移动终端病毒疫情调查报告。调查显示,2017年29.9%的用户遭遇过网络欺诈,比上一年下降了16.4%。

调查活动于2018年2月1日启动,主要对2017年我国的网络安全状况进行调查。

国家计算机病毒应急处理

中心常务副主任陈建民说,近年来,网络欺诈案件与日俱增,作案手法不断翻新,网络诈骗易攻难守,给广大网民的工作生活带来很大的侵扰和危害。网络钓鱼/网络诈骗主要有电话、短信、钓鱼网站、即时通讯工具、网络购物、邮件等方式。

2017年互联网用户遭遇网络诈骗后发生经济损失的占比

30.18%,比2016年下降了22.9%。其中用户经济损失金额在100元~1000元区间的占比最高,占受损用户的41.22%。

从网络诈骗场景看,既有传统的中奖欺诈、假冒银行、网购退款,又新增了虚假兼职、金融互助、APK木马、虚假红包等新的欺诈形式。同时,个人信息泄露和数据的倒卖,给不法分子实

施精准的网络诈骗提供了有力的依据。

陈建民说,需要特别注意的是,理财、虚拟货币投资成为诈骗分子重点关注的领域。不法分子的骗术不断推陈出新,通过结合大量被泄露的个人信息,骗子们可以编造出“天衣无缝”的谎话,人们十有八九都会上当受骗。

生活提醒

秋季13种养生食物 错过就是你的错

秋高气爽,各种果蔬开始陆续上市。然而,究竟哪些食物最有利于秋季养生呢?美国《健康》杂志撰文,刊出“秋季13种超级食物”,可供大家参考。

苹果 数据显示,每份苹果(约28克)含膳食纤维4克。除此之外,苹果还富含多种抗氧化物质,如槲皮素、儿茶酚、表儿茶酚等,这些成分有助于减少癌症、心血管疾病、哮喘、糖尿病等多种疾病的风险。苹果洗净连皮吃最好,因为有益心脏健康的黄酮醇等活性物质在皮中含量最高。

梨 每份梨(约28克)含膳食纤维也在4克左右,其还富含维生素C和人体所需的微量元素铜。秋梨生吃味甜汁多,熟吃时可烘焙或水煮,质地变软。

西兰花 一个中等大小的西兰花就可以满足人一天的维生素K和维生素C需求。研究表明,维生素K不但与凝血功能有关,还有益于骨骼健康。作为十字花科蔬菜的一员,它还富含多种抗癌降脂成分。在烹饪西兰花时,加热过度会破坏其中的活性物质硫代葡萄糖苷,防癌效果也会大大降低。西兰花适宜清蒸、炒菜或凉拌。

西葫芦 其富含的胡萝卜素能在人体内转化成维生素A,有对抗皮肤老化和防癌效果,还能保护和提高视力。西葫芦微甜,皮厚的可以储存数月。需要注意的是,高温煎炒西葫芦可能会产生致癌的丙烯酰胺,因此烹炒时温度一定要低。

南瓜 富含钾,也是B族维生素和膳食纤维的良好来源。南瓜籽对男性前列腺具有保护功效。南瓜味甜口感好,除了炒着吃外,还可用来做饼或煮粥。南瓜淀粉含量较高,可以用来替代部分主食。

红薯 其富含胡萝卜素和微量元素铁,还具有一定的抗炎功效。此外,红薯也富含维生素C,并且由于其周围淀粉的保护作用,加热时损失较

少。红薯最好烤着吃,不仅味道香甜,而且保存的维生素比水煮红薯更多。

白萝卜 萝卜根茎含有丰富的维生素C和芥子油等抗癌成分,萝卜缨口感类似芥菜,是胡萝卜素、维生素K和叶酸的极佳食物来源。萝卜既可以生吃,还可以用来煲汤。

石榴 美国加州大学洛杉矶分校一项研究发现,石榴汁中抗氧化物质含量比红葡萄酒更高,能帮助人体清除自由基,抵抗衰老。石榴还富含维生素C和叶酸。石榴籽富含可延缓衰老的多酚类物质和类黄酮,吃石榴时最好要嚼一嚼石榴籽。

枣 鲜枣脂肪低、膳食纤维、钾元素和维生素C含量高。此外鲜枣还含有丰富的功能活性成分,如类黄酮、芦丁以及多糖类,具有改善血脂、降低胆固醇、降血压的作用。枣味甜,既可生吃,又可入汤或加入奶制品等甜食中一起食用,或者做成枣泥。

猕猴桃 除了富含维生素C外,猕猴桃中的微量元素钾和铜含量也较高。最新研究发现,猕猴桃中特有的猕猴桃碱可以加速蛋白质消化,保护肠胃。猕猴桃口感酸甜,汁水多,可与草莓、哈密瓜、橙子一起做成果蔬拼盘食用。

葡萄柚 吃一份葡萄柚(约合247克)可满足维生素C日推荐量的75%。葡萄柚还富含抗氧化剂番茄红素和降低胆固醇的天然物质果胶。葡萄柚具有其他柑橘类水果所没有的特殊酸味,可与多种绿叶蔬菜一起食用,或者榨汁饮用。

橘子 橘子富含维生素C和胡萝卜素,可与杏仁、枣和蜂蜜一起食用。

球芽甘蓝 也称抱子甘蓝,是叶酸、铁和维生素K的优质来源。每天吃半杯球芽甘蓝(约合36克),即可满足一天所需要的维生素C。球芽甘蓝味微苦,烧煮时加点辣椒或醋,口感更好。

肉蛋类成分月饼禁止跨境邮寄 存口蹄疫、禽流感风险



中秋佳节将至,又到了月饼消费旺季。随着跨境电商兴起,不少消费者尝试网购境外月饼。海关部门提醒市民,不要随便网购进口包括月饼在内的食品。哪些月饼禁止跨境邮寄?邮寄月饼需要哪些手续?被海关查禁的月饼如何处理?针对网友普遍关心的这些问题,本文予以一一解答。

问:含有肉蛋成分的月饼为何禁止携带或邮寄?

答:我国禁止携带、邮寄含有肉类、蛋等成分的月饼入境,因其存在传播口蹄疫、禽流感及其他检疫性疫病风险,所以一旦截获,都要作退运出境或销毁处理。据南京海关统计,今年1月份至8月份,该关从进境旅客携带物和国际邮寄物中截获禁止进境动植物及其产品和其他检疫物16653批次,作退运或销毁处理。这些食品主要问题是腐败变质、申报不实、非法添加、带有寄生虫等。

问:如何邮寄不含有禁止成分的月饼?

答:对于邮寄进口不含禁止成分的月饼,海关按照15%的税率征收行邮税,但应征税额在人民币50元(含50元)以下的,海关予以免征。同时,个人寄自或寄往港澳台地区物品,每次限值为800元;寄自或寄往其他国家

和地区物品,每次限值为1000元;超出规定限值的,应办理退运手续或者按照货物规定办理通关手续。

需要强调的是,不仅月饼进入国内因检疫要求受到限制,从中国寄到国外去同样会受到限制。目前,有许多国家和地区明令禁止收寄月饼,包括德国、法国、丹麦、西班牙、韩国、泰国、新加坡等。即使接受邮寄月饼入境的国家,也有不少限制性规定。比如,美国、澳大利亚、新西兰等国禁止寄递含有蛋黄成分的月饼。

问:邮寄月饼有哪些手续?查禁食品如何处理?

答:为确保顺利邮寄中秋礼物,海关提醒消费者,要事先了解邮寄目的地国家或地区对邮寄月饼的检疫要求,不能邮寄带有检疫风险的月饼。同时,要认真填写邮寄申报标签,将每个包裹中的物品都列出来;国外有明确申报要求的,如实清晰地填写有关内容。

对于禁止携带、邮寄的动植物及其制品,由海关根据实际情况作退回或销毁处理。对于水果、乳制品、肉制品等最常见的禁止携带物,因其容易腐烂变质,海关截留后登记编号,送交至指定场所做销毁处理;对于易于保存且风险较低的动植物产品,海关可以作退回处理。

2018 观影指南

卢米埃丹阳金鹰影城

今日上映6部影片:
古天乐、张智霖主演剧情、犯罪、动作电影《反贪风暴3》;堺雅人、高畑充希主演犯罪、剧情电影《镰仓物语》;王学兵、马伊琍主演剧情、冒险电影《未择之路》;滨边美波、北村匠海主演剧情电影《念念手纪》;汤姆·克鲁斯主演动作、惊悚、冒险电影《碟中谍6:全面瓦解》;喜剧、爱情、冒险电影《说走就走之不说再见》。

全球最先进的RealD 3D,就在卢米埃影城!卢米埃影城免费提供3D框架、夹片眼镜!

手机下载卢米埃官方APP,最低票价提前选座。影讯活动可关注微信订阅号:卢米埃丹阳金鹰影城。

中影国际影城

今日上映5部影片:
汤姆·克鲁斯主演动作、惊悚、冒险电影《碟中谍6:全面瓦解》;古天乐、张智霖主演剧情、犯罪、动作电影《反贪风暴3》;动作、冒险、家庭电影《阿尔法:狼伴归途》;喜剧、爱情、冒险电影《说走就走之不说再见》;王学兵、马伊琍主演剧情、冒险电影《未择之路》。

具体场次及时间:
1.可拨打电话咨询:0511-86169688
0511-86058118;
2.可关注微信公众号:dyzhongying。

信息收集:岳春芳