

提醒

违规燃放烟花要拘留，

今年过年放鞭炮只有这5天！



再过几天就是我们的传统节日春节了，随着春节的临近，年味也渐渐浓厚起来，而大家关心的烟花爆竹燃放时间也已经出炉，具体的燃放时间和燃放地点大家要仔细看清楚了，违规可是要拘留的！

今年春节规定的燃放烟花爆竹时间与去年相同，都只有5天，分别是除夕前一天（1月26日）、除夕当天（1月27日）、正月初一（1月28日）、正月初八（2月4日）、正月十

五（2月11日）。限放区域包括椒江区、黄岩区、路桥区和台州经济开发区。

以下10个地点任何时候都不能燃放烟花爆竹：文物保护单位围墙外侧和历史建筑保护点50米以内；易燃易爆物品生产、储存单位及消防重点单位围墙外侧100米以内；重要军事设施所在地围墙外侧50米以内；风景名胜区域、历史街区保护范围内；输变电设施安全保护区内；医疗

机构、幼儿园、中小学校、敬老院；车站、码头、飞机场等交通枢纽以及铁路线路安全保护区内；山林、苗圃等重点防火区；党政军警、人大、政协机关驻地围墙外侧50米以内；县级以上人民政府规定的禁止燃放烟花爆竹的其他地方。

燃放烟花爆竹引发的噪音污染、空气污染严重，还极易造成火灾隐患，请市民们自觉遵守规定，净化生活环境，过一个安全年。

冷空气来临，

大家在回乡路上要多注意安全！

本周，不少人终于见识到了冬天的威力，那可真是冷得没勇气把脑袋伸出被窝。

本周冬天来报到，我区先阴后晴，最低气温达到0℃左右。间或的阵雨天气，让“湿冷”的感觉也随之而来。

从昨天起受冷空气影响，气温又有一个明显的下降过程。昨天夜里起至今天，受冷空气影响，沿海风力增大至9级。冷空气来袭期间，最高温在9℃~12℃，最低气温在0℃~2℃。所幸的是，阳光依然会造访。

周六起受高压控制风力减小，天气转好。趁着晴好

的天气，有晾晒计划的市民，依然可以继续洗刷刷。

天气寒冷，人体的血管遇冷收缩后容易导致血压升高，同时，冬季饮食会偏于高热量、高脂肪，也容易导致血糖和血脂偏高，“三高”人群要特别注意监控血糖、血压。体弱的市民还需要注重五“防”。防止脖子受寒、防止鼻炎发作、防止肺部受寒、防止腰酸背痛、防止足部受寒。

今天我们迎来二十四节气中的最后一个节气——大寒。大寒迎年，意味着过年的味道也越来越浓了。不少在外打拼的人也要动身回家了，大家在回乡路上要多注意安全哦。



这些菜千万别水洗，

以下方法才是正确的清洗方式！



买回来的菜好好清洗一番是再平常不过的事了，但是有些菜可不能马虎简单用水冲洗，否则会越洗越脏。

菇类营养价值高，吃起来味道鲜美，很多人以为清洗的时候只要把表面的泥沙洗掉就可以了，其实这样并没有洗干净，正确做法是将菌菇在温水中浸泡一小时，并用手顺着一个方向旋搅10分钟左右，让菌菇背面的“鳃页”慢慢张开，好让里面的泥沙等杂质能够落出来。

螃蟹很多人都爱吃，买回家后以为用水泡足够久的时间就能放入锅中烹饪了，殊不知这样的螃蟹体内还是有很多脏东西没有清出来，正确做法是先用盐水洗刷螃蟹的身体，再将螃蟹放入淡盐水中浸泡，让它吐掉身体内的污物，再反复换水，直到水

变干净为止。接下来就可以放心地烹饪佳肴啦！

贝类海鲜和螃蟹同理，正确做法是将贝类海鲜浸泡在水中的同时，还需要放入一把菜刀或其他铁制器具，放置1至2个小时之后，贝类就会把体内的泥沙都吐出来了。

在菜市场买了新鲜的活鱼，怎样才能把鱼洗得没什么腥味呢？正确做法是将鱼泡入冷水中，倒入两汤匙的食醋，过一个小时之后再剥鳞清洗，很容易就洗得干干净净。

市场里买回来的猪肉难免会有一股肉腥味，正确做法是猪大肠冲过水之后，把水沥干，再放些面粉擦拭，之后再冲水，这样就可以把难洗的猪大肠洗干净了，这个办法用来洗其他的猪肉也很好使呢。

携手共创平安

你我共建幸福家园

