

理财小知识

工行账户贵金属,投资更方便

“账户贵金属”是工行推出的一项资金交易业务,是指您在工行规定的交易时间内,使用工行提供的个人账户贵金属买卖交易系统,在通过柜面、电子银行渠道叙做的账户贵金属(盎司)兑美元、账户贵金属(克)兑人民币之间的买卖交易。账户贵金属包括账户黄金、账户白银、账户铂金、账户钯金等非实物交割的贵金属产品。账户黄金交易也称“纸黄金”交易,账户白银交易也称“纸白银”交易,账户铂金交易也称“纸铂金”交易,账户钯金交易也称“纸钯金”交易。

您可通过工行网点柜面、网上银行、手机银行(WAP)和电话银行等渠道发起交易指令进行办理账户贵金属的即时交易、委托交易、账务管理和查询等业务。

开办条件
您须持有工行活期存折、工银灵

通卡、理财金账户卡或工银财富卡。使用网上银行、电话银行或手机银行渠道交易的客户须开通工行电子银行业务。

开通流程

人民币账户贵金属(含黄金、白银等)需要在开立个人账户贵金属账户后方可进行交易,美元账户贵金属(含黄金、白银等)无需开户即可直接交易。

(1)柜面开户:凭本人有效证件持有工行活期存折、工银灵通卡、理财金账户卡到工行网点,填写个人账户贵金属开户申请书,签字确认后即可办理开通。

(2)电子银行渠道开户:您可通过工行提供的网上银行、电话银行或手机银行等方式自助办理个人账户贵金属开户手续。

欢迎广大客户前来工商银行松江支行咨询办理。

如何选购葡萄酒及果酒

一是从标签标注的内容判断。葡萄酒及果酒的标签标注内容应该齐全、准确,主要包括以下内容:产品名称。根据产品的定义,名称应为:葡萄酒、山楂酒等;酒精度。葡萄酒及果酒的酒精度不应低于7%(V/V);执行标准。我国葡萄酒标准是GB 15037。

二是从内在质量判断。1、外观。葡萄酒及果酒的外观大多数应该是澄清透明,有光泽,其颜色与酒的名称相符。2、香气。葡萄酒及果酒是一种发酵产品,它的香气应该有水果的果香、发酵的酒香、陈酿的醇香,而且这些香气应该平衡、协调、幽雅、令人

愉快。3、口感。葡萄酒及果酒的口感应该是舒畅愉悦,各种香味细腻、柔和,余味绵长。

另外有木塞的山葡萄酒应倒放或平放,让软木塞因接触到酒而膨胀,保持密封,防止空气透进瓶内。同时,一次未饮用完的干型山葡萄酒,可用原木塞密封后存放几天,但酒质量会下降,应尽快饮用。

质量知识百事通

松江区质量技术监督局
质量热线:12365

绿色食品仓桥水晶梨价目表

品种	单果重(克)	包装规格	单价
翠冠、圆黄、丰水、黄花	200-250	散装	3元/斤
	255-300	小托盘/12只梨	45
	305-345	小托盘/6只梨	60
		八只精品装/8只梨	80
	350-395	大托盘/12只梨	120
		八只精品装/8只梨	100
	小托盘/6只梨	70	
	大托盘/12只梨	140	

联系电话:57736000,57735777,15721178186,地址:松江区富永路2000号。
团购100箱以上优惠供应,价格面议。 上海仓桥水晶梨发展有限公司

常吃“六辣”助健康

胡椒性温味辛,有黑、白两种,可治疗消化不良、肠胃炎、支气管炎、感冒和风湿病等,但糖尿病、痛风、关节炎、痔疮、癌症、支气管哮喘等病的患者最好不要食用胡椒。

生姜性温味辣,能增强血液循环、刺激胃液分泌、兴奋肠道、促进消化、健胃、增进食欲。吃姜还可以起到排汗降温、提神的作用,并缓解疲劳、乏力、厌食、失眠、腹胀、腹痛等。生姜虽好,但阴虚内热以及痔疮患者要忌食。

大蒜性温味辛,具有杀虫、解毒、消积、行气、温胃等功效。此外,吃大蒜还可以防流感,并具有降血压、降血脂、降血糖和较强的抗癌作用。不过,阴虚火旺、腹泻、痔疮、胃肠道出

血以及眼病患者不宜食用。洋葱性温味辛,具有消热化痰、解毒杀虫、开胃化湿、降脂降糖、助消化、平肝润肠、祛痰、利尿、发汗、预防感冒、抑菌防腐的功效,可以预防和治疗动脉硬化症。但患有眼病的人或热病后不宜进食。

辣椒性热味辛,具有温中祛寒、开胃消食、发汗除湿的功效,还有一定的杀菌作用,对预防感冒、动脉硬化、夜盲症和坏血病有比较好的效果。但有眼部炎症、胃溃疡、高血压、牙痛、咽喉炎等感染者应忌食。

花椒性温味辛,具有温中健胃、散寒除湿、解毒杀虫、理气止痛的作用。现代药理研究发现,它有一定的局部麻醉和镇痛的功效。但是支气管哮喘、糖尿病、痛风、癌症患者和孕妇要慎用。(摘自美食天下)

地中海影城影讯

(如有变动以售票窗口为准)

本周热映:

《1942》11月29日上映

一九四二年,因为一场旱灾,我的故乡河南,发生了吃的问题。老东家叫范殿元,大灾之年,战争逼近,他赶着马车,马车上拉着粮食,粮食上坐着他一家人,也加入往陕西逃荒的人流。三个月后,到了潼关,车没了,马没了,车上的人也没了。于是他决定不逃荒了,开始逆着逃荒的人流往回走。人流中有人问:“大哥,怎么往回走哇?往回走就是个死。”老东家:“没想着活着,就想死得离家近些。”转过山坡,碰到一个同样失去亲人的小姑娘,正爬在死去的爹身上哭。老东家上去劝小姑娘:“妮儿,别哭了,身子都凉了。”小姑娘说,她并不是哭她爹死,而是她认识的人都死了,剩下的人她都不认识了。一句话让老东家百感交集,老东家:“妮儿,叫我一声爷,咱爷俩就算认识了。”小姑娘仰起脸,喊了一声“爷”。老东家拉起小姑娘的手,往山坡下走去。

《少年派的奇幻漂流》11月22日上映

日本货轮失事,帕特尔被两名水手当做诱饵扔到救生艇中去喂鬣狗。他侥幸落在救生艇的舱盖布上得以生存,于是,他开始了在海上漂

泊227天的历程。与他同时处在救生艇中的,除了那只鬣狗外,还有一只断了一条腿的斑马、一只猩猩以及一只成年孟加拉虎,由于海关官员的失误,这只孟加拉虎注册了一个正经八经的绅士名字:理查德·帕克。在救生艇上的最初三天,鬣狗咬死了猩猩,活吃了斑马,理查德·帕克咬死了鬣狗。接着,16岁的少年帕特尔海上生存的故事,就从如何对付理查德·帕克展开……

其他影片:《寒战》、《给野兽献花》、《无敌破坏王》、《守护者联盟》

优惠信息: *每天10:00 15:00 18:00左右开设三场特价场

*每周二、周三全天(特殊节假日除外)享受半价优惠

*全日制在校学生、70岁以上老年人、现役军人、残疾人凭本人有效证件享受半价优惠

*周四会员半价日(特殊节假日除外)

营业时间:09:30—22:30(首场电影约10:00)

咨询电话:021-37793999

查询网站: 茸城论坛地中海影城版块

新浪微博: http://weibo.com/dzhyc

地址:新松江路927弄4042(开元地中海商业广场四楼)

订报刊,到邮局,更多惊喜等着您

尊敬的读者:

一年一度的报刊大收订活动已经开始。首先对您长期以来支持和关心松江邮政表示衷心感谢,并期待您在新的一年里继续关爱我们。

“阅读”让您开眼界、长知识,“阅读”让您尽晓天下事。现在到邮局订报刊还有更多惊喜等着您!

邮政订报刊方式:

1、读者可自行到邮政支局订阅。2、报刊收订人员上门收订。3、读者拨打“11185”电话订阅。4、邮政进社区设摊收订。5、网上订阅。(http://bk.183.com.cn)

32个报刊品种、万种报刊,相信总有您喜爱阅读的现在订阅还有iphone4等众多精美礼品等您拿!(详情请咨询“11185”或当地邮局)

——松江区各邮政支局地址及服务电话——

邮局网点	地址	电话
人民路邮政支局	人民南路65号	57813655
车墩邮政支局	北松公路4660号	57602099
方松邮政支局	龙源路202号	67820382
叶榭邮政支局	叶榭镇济众路26号	57801357
洞泾邮政支局	洞泾镇长兴路529号	57675107
泖港邮政支局	泖港镇中南路101号	57861013
陈坊桥邮政支局	余山镇桃光源178号	57651742
新桥邮政支局	新桥镇新北街309号	57644595
石湖荡邮政支局	石湖荡镇石湖新路5号	57752069
东开邮政支局	荣乐东路2069号	57743042
小昆山邮政支局	小昆山镇青云路58-60号	57761291
九亭邮政支局	九亭镇九亭大街531号	57631602

松江区邮政局
2012年11月

甜杏仁

滋养缓和性止咳药,主治咽干、干咳。核桃仁有顺气补血、止咳化痰、润肺补肾、防治头发过早变白和脱落等功能。

花生仁

历来有“长生果”的美称,含有丰富的脂肪、卵磷脂、维生素A、维生素B、维生素E以及钙、磷、铁等元素。经常食用花生仁能起到滋补益寿的作用。

松子仁

松子仁也具有很高的营养和药

秋季润燥养生多吃“五仁”

用价值,它含有人体必需的多种营养。经常适量吃松子仁,可防止胆固醇过高而引起心血管疾病。松子仁中所含的磷脂对脑和神经系统也大有裨益。秋季润燥要因人、因症、因时、因地而给予不同的膳食。仁类干果不可多吃,以避免摄入大量的油脂。此外,需要特别注意的是,苦杏仁含苦杏仁甙,有毒,不可生食。

芝麻仁

分类广告
67812055

要搬场 找自力

本公司曾被评为松江区搬场系统《先进集体》称号。

电话:57812251 13341663370
地址:松江区人民南路2号(火车站东侧)

松江厂房招租
现有标准厂房9800m²,
共5层,9成新,
地址:松江工业开发区
东宝路
招租热线:
18888622130

生态养殖·科学营养

上海太平洋禽蛋专业合作社是本市规模最大的养殖企业,致力于生态养殖,注重科学营养,在本市行业中有较高知名度。

为你提供:散养草鸡、草鸡蛋、绿壳蛋、特色珍禽等,同时还提供时令水果、蔬菜、大米等绿色天然无公害农产品。

- 欢迎单位和个人批发团购
- 合作社年卡火热销售中

订购/咨询电话:4001071818 57832215
联系地址:松江区环城路663号(方塔路口)

遗失

◆ 本人杨传桂不慎遗失内燃式叉车证,证号为:TS6GSH5156,声明作废。

买松江土特产 打乡香坊电话

上海乡香坊实业有限公司

松江最大土特产专卖 30余个品种任你选

订购电话:57838895

零售:庙前街好好食品店 电话:57817231

批量送货上门

地址:新城区北翠路206-208号

“环卫,让松江更和谐”

——松江区环卫建设发展60周年成果展

展期:2012年10月26—11月26日

地点:方松街道社区文化活动中心三楼

欢迎市民前往参观

补肺助脾,润肠通便,益肌肤。瓜子仁含有丰富的矿物质、维生素和饱和脂肪酸,能促使细胞再生,防止动脉硬化及冠心病。

核桃仁

富含的蛋白质为优质蛋白质,是维持生命活动最基本的营养素。其所含磷脂成分能增加细胞的活性,对保持脑神经功能、皮肤细腻、促进毛发生长等起重要作用。所含的多种不饱和脂肪酸(内有亚油酸)可降低胆固醇,对预防动脉硬化、高血压、冠心病等非常有益。(摘自健康网)