

新闻热线
8966110

投稿邮箱
lnsbzbs@126.com

你还可以通过以下渠道
报料或与本报互动——

商报 QQ 群



群号: 88467806

微信公众平台



扫一扫,加关注

新浪微博

@鲁南商报 V
http://weibo.com/sdlnsb

腾讯微博

@鲁南商报
http://t.qq.com/lunannews

天气早知道

| | | |
|-----|----|------------|
| 9日 | 多云 | -8.0~6.0℃ |
| 10日 | 多云 | -4.0~11.0℃ |
| 11日 | 多云 | -3.0~10.0℃ |

生活提示

冬季吃哪种鱼最养生

俗话说“冬鲫夏鲤”,冬季以后,正值鲫鱼产卵期,肉肥籽多,滋味鲜美。

鲫鱼红烧、干烧、清蒸、做汤均可,但尤以炖汤最为普遍。说到炖汤,鲫鱼有3个好搭档,那就是白萝卜、豆腐和冬笋,用它们分别与鲫鱼炖汤,不但味道鲜,而且营养好。白萝卜和鲫鱼炖汤有温中下气、健脾利湿的功效。鲫鱼富含动物蛋白质、维生素D和钙,豆腐含大量植物蛋白质和钙,两者一起炖汤,不但味道好,营养还互补。冬笋体积肥大,美味爽口,低热量、低脂肪、高纤维,用冬笋配肥美的鲫鱼炖汤,汤鲜醇浓,肉嫩笋脆。

最后,需要提醒的是,鲫鱼虽好,但并不适合所有的人,感冒发热期间不宜多食鲫鱼,阳虚体质和有内热症状的人也不能食用。

据生命时报

便民电话

| | |
|-----------|---------------|
| 市民服务热线 | 12345 |
| 匪警 | 110 |
| 火警 | 119 |
| 医疗救护 | 120 |
| 交通事故报警 | 122 |
| 临沂中院诉讼中心 | 8128563 |
| 自来水报修 | 8223192 |
| 环境违法举报 | 12369 |
| 城管执法 | 8156110 |
| 消费者投诉举报 | 12315 |
| 产品质量打假和投诉 | 12365 |
| 火车站咨询电话 | 0 5 3 1-12306 |
| 汽车客运总站订票 | 2809172 |
| 临沂民航订票 | 9600777 |
| 临沂机场服务问询处 | 8082556 |
| 山东高速服务 | 96659 |
| 中裕燃气 | 8151677 |
| 彩虹热线 | 95598 |

天天中奖

| | |
|------------------|--|
| 福 彩 | |
| 3D 游戏第 2015039 期 | |
| 中奖号码: 0 9 4 | |
| 体 彩 | |
| 排列 3 第 15039 期 | |
| 中奖号码: 5 4 8 | |
| 排列 5 第 15039 期 | |
| 中奖号码: 5 4 8 5 8 | |

明日汽柴油零售价或上调
预计每升上调两毛多

本报 2 月 8 日讯 (记者 吴慧)亲们,赶紧把自家的爱车加满油吧,要在 9 日即将开启的调价窗口中,油价上调后又得多花钱。

9 日又到了国内成品油价格调整开启的日子,在享受了持续半年的油价“13 连跌”实惠的市民们还盼望着油价能够再降一降,这次,估计大家的愿望要落空。

临沂市区一加油站负责人称,据预计,每升油要上涨 2 毛

多,自国内成品油 13 连跌之后,受国际原油持续上涨影响,国内成品油价格终将摆脱低迷走势。

近日,受到美国在线石油钻井减少,以及投机商空头回补等因素的影响,国际油价一度呈现出了连续暴涨的走势。国际油价戏剧性快速反弹,一个小时内每桶回升 4 美元,仅两个交易日欧美原油期货就已经累计上涨约 10%。直到 2 月 4 日,国际原油价格终于收住

了上涨幅度,于收盘时大幅下跌将近 9%,而且连续几日来油价迅猛涨势依旧。

专业人士推测,在 2015 年内第三次调价窗口开启时,将迎来“13 连跌”后的首次反弹。来自多家专业监测机构的分析预计,本周一将迎来成品油价首次上调,国内汽柴油零售理论上调幅度在 280 元/吨,测算到零售价格 90 号汽油和 0 号柴油每升分别提高 0.21 元和 0.24 元。

短讯速递

红十字会
百万款物送温暖

本报 2 月 8 日讯 (记者 周广聪 通讯员 张成刚)临沂市红十字会从去年 12 月下旬开始启动了“博爱送温暖”工作,全市各级积极行动,广泛筹集款物,开展人道救助和多种形式的送温暖活动。

截至目前,全市各县区累计投入款物已达 112 万元,走访慰问 5200 余个困难家庭,救助大病患者 300 余名,1.5 万余名群众受益。

一安全教育项目
落户临沂

本报 2 月 8 日讯 (记者 周广聪)8 日,记者从临沂市红十字会获悉,红十字生命安全教育项目已正式落户临沂。

红十字生命安全教育项目主要是采取学生、家长“小手拉大手,安全一起走”,社区、学校“1+1”型,培训教育、示范基地“讲授+体验”式的项目实施方式,在全国的社区、学校因地制宜开展应急安全教育活动,最大限度发挥健康安全救护培训实效。

磊言雷语

本期主持 韩纪功

“本户人丑家穷,请你们高抬‘鬼手’,放过我们!”

——近日,家住安徽宿州市区的阿霞一觉醒来,发现放在床边的 900 元现金和一部新手机被偷走。更让她郁闷的是,这已经是她家第二次被盗,几年前她家中几万元现金和首饰就被盗走。无奈之下,她在自家大门和窗户上贴了一张纸条,求小偷“放过我们”。

主持人语:阿霞,你的遭遇或许会受到同情,但可恶的小偷估计不会心软。

“数学是死亡之源。”

——近日,家住武汉的董女士从女儿的书包里搜出一首诗:数学是死亡之源,它像入地狱般痛苦。它让孩子想破脑汁,它让家长急得转圈。它让校园死气沉沉,它使生命慢慢离去……在董女士的逼问下,女儿交代,这首诗是和班上另外两个女生一起创作的,她们仨都对数学不感冒,联合创作了此诗,抒发忧伤。

主持人语:孩子,数学固然难学,但很重要,发完牢骚,继续学吧。

“我能泄露什么商业秘密?不就是给记者说了保洁公司的名字吗?”

——近日,62 岁的环卫工郭保民和老伴都被西安洋东新城的一家保洁公司辞退,而辞退的主要理由竟是“泄露商业秘密”。此前,郭保民的一位女同事被撞后,他第一时间给报社打了电话,公司知道后,嫌他多事。公司领导还声明:“让别的保洁公司也不用你”。

主持人语:这位公司领导,你给扣的这个“大帽子”是不是很心虚?



7 日晚,临沂大剧院《梅华香韵》精彩上演。梅派经典剧目《梅华香韵》,由《天女散花》、《黛玉葬花》、《抗金兵》、《霸王别姬》、《贵妃醉酒》5 段折子戏组成。浓郁的梅派唱腔和精彩的表演以及恢弘大气的舞台设计,让临沂京剧爱好者和观众如痴如醉,在家门口享受了一次精彩的梅派艺术盛宴。 记者 梅鲁生 摄

鲜知鲜觉

节前公布白酒、火锅食品等抽检结果
临沂两企业食品抽检不合格

本报 2 月 8 日讯 (记者 周广聪)为进一步保障春节期间的食品安全,省食品药品监督管理局在近期针对部分产品进行了监督抽检,在日前公布的抽检结果中,涉及临沂两家企业生产或销售的产品不合格。

本次监督抽检覆盖全省 17 市食品生产、流通和餐饮环

节,对白酒、熟肉制品、火锅食品(速冻羊肉、牛肉卷)、辣椒制品、调味料及火锅底料等 5 类产品,合计 1175 批次进行了监督抽检,发现 23 批次抽检样品不合格。

在监督抽检不合格产品及其标示生产经营企业名单,莒南县万佳食品有限公司生产的 2014-9-5 批次卤制鸡爪亚硝

酸盐超标,兰陵县宝庆超市有限公司销售的 2014-12-26 批次牛肉卷盐酸克伦特罗(俗称瘦肉精)超标。

据悉,对本公告附件所列监督抽检不合格产品及其生产经营企业,省食品药品监督管理局已要求相关市级食品药品监督管理局依法组织进行查处。

遥您聊天

告别北风,本周气温强势回归
10℃、11℃是新常态

本报 2 月 8 日讯 (记者 刘遥)上周末强势到来的北风,把沂蒙大地吹了个“透心凉”,小伙伴们纷纷疑惑,这冬天要在春节前集中发威了吗?不过预报显示,大家多虑了,本周临沂各地气温将强势回归。

7 日夜里只听大风刮得广告牌猎猎作响,原本想着第二天空气质量一定有所提升,没想到只猜对了一半。8 日早晨

出门前,窗外一片辽阔蓝天,空气能见度那叫一个通透,可一出门,嗖嗖的北风瞬间就把脑门吹冰了。

上周末,东北风、北风、西北风连着刮,终于有了些冬天的样子。8 日,毫无准备就出门的市民朋友着实被冻了一下,而这天虽然万里晴空,但最高温也只有 3℃,阳光只可远观,不可亵玩也。

新春佳节不到 10 天就来了,上周末两天的天气不会继续发威吧?大家很担心。本报记者从临沂市气象台获悉,本周天气马上回归到温暖状态。

预计本周最高气温出现在周末,或将达到 13℃,最低气温也将在本周末后半期回升到冰点附近。本周前半阶段的白天温度会在 10℃上下,风力也不大。