

水果丰富 市民“甜蜜”选择多

□文/图 本报记者 张晓甫

“双节”将至，我市的水果市场生意十分火爆：红毛丹、杨桃等“贵族”水果频现水果超市，各类柑橘、苹果等时令水果也大量上市。12月20日，记者在市区湘江路水果批发市场、双河农产品批发市场和部分水果商超看到，近几年随着交通物流业的高速发展，水果品种逐渐丰富了起来，甚至国外的水果也频频亮相，吸引了众多市民购买。

大众水果纷纷打出价格战

“三门峡富士苹果，2.75元一斤，我们上午都投放好几筐了。”当天晚上8点多，市区辽河路丹尼斯一楼超市的售货员正把从冷库里拉出来的两筐苹果往货架上倒。不一会儿，几名顾客就过来开始挑选苹果。记者看到，这些刚从冷库里拉出来的苹果上还带着一些水珠，颜色鲜亮。

“‘双节’快到了，苹果的销售量一直上涨，江西等地的橘子也十分俏销。”在市区新大新泰山路店的地下超市，超市经理李女士告诉记者，光柑橘的种类就有近10个品种。记者看到，在水果签上标明的有川橘、贡橘、柳叶橘、丑橘、贵妃柑、赣南脐橙、皇帝柑等，价格最便宜的有川橘、贡橘，在每公斤3.96元，最贵的是皇帝柑，每公斤的价格是59.6元。

种类多、价格梯度分明让市民有了更多的“甜蜜”选择。记者看到在这个超市里，促销员拿着喇叭正在叫卖，消



市区某商超内水果区，水果品种齐全、价格便宜，市民购买热情高涨。

费者纷纷涌向川橘的柜台，在品尝了促销员手里盘子上的橘瓣后，部分顾客开始挑选起来。有些顾客则在精品水果柜台购买热带水果。

“贵族”水果满足高端需求

在市区辽河路一家精品水果超市，记者见到了正在忙着盘点货物的超市负责人小黄。“这几天要名贵水果送货上门的顾客有很多，这些水果大部分都是从海南和国外运送过来的。”小黄告诉记者，店里从马来西亚进口的红毛丹（又称“毛荔枝”）已经销售出去了10公斤。“红毛丹价格虽然贵，但有些市民是为了尝鲜，购买的量不算很大。”该水果超市负责送货的店员说，店里还有杨桃、山竹等热带名贵水果，也受到部分市民的青睐。

在记者采访的间隙，几名顾客进店

直接问小黄要了一筐红心柚。“一般的柚子口感没有红心柚好，红心柚的水分较多，干燥的冬季还能清火止咳，孩子和老人特别喜欢吃。”小黄说。记者看到，这些红心柚一个个均被塑料袋包装着，价格也随着品牌知名度的不同每公斤从6元多到12元多不等。

市民应适量购买

近段时间，我市天气一直晴好，气温与去年同比明显偏高。“在这种天气条件下，市民不宜购买过多的水果，热带水果一般都是从冷库里拿出来后有4至5天的保鲜期，市民应适量购买。”市菜办相关负责人戴大贤告诉记者，市民在商超里遇到价格低的促销水果不要因价格低而贪多，免得吃不完没法保存而浪费；在价格选择上，可考虑周末到各大商超购买促销水果，或在大型的水果批发市场里“团购”，这样相对比较实惠一些。



出门看天

冬至是数九寒冬的第一天，民谚云：“一九二九不出手。”按说过后天气应该相当寒冷，可是我市今年却一反常态，艳阳高照下一片暖意融融。

本周天气依然高唱“晴歌”，无降水，气温有点小波动，最高气温在13℃左右，最低气温在-4℃左右。

当然，眼下毕竟是“数九寒天”了，冰点气温对于漯河已经不算稀奇，请大家出门注意做好防风保暖，以免感冒。

今明后三天天气

12月25日

晴到多云
-3℃~11℃

12月26日

多云
2℃~10℃

12月27日

多云间晴
-3℃~10℃

感谢武威提供信息

教你一招

浓情冬至 情暖敬老院

□本报记者 朱 红

“今天是冬至，祝大爷大妈们健康长寿……”12月22日上午，漯河情暖沙澧爱心公益联盟团队志愿者们跟随《漯河晚报》“暖冬行动”小组一起，带着速冻水饺、鸡蛋糕、水果等来到郾城区李集镇敬老院慰问老人们，一到院子里，志愿者们就双手作揖给老人们送祝福。

志愿者们将所带礼物挨个分发到老人手中，有的志愿者在为老人剪指甲，有的在为老人掏耳朵，有的则跟老人聊天。志愿者高华非常会掏耳朵，当她在为84岁的小田庄村田庭辽老人掏耳朵

时，跟老人说着话，让老人放松，掏完耳朵后还拉着老人的手，询问老人的近况。老人一直皱着的眉头终于舒展开来，并对记者说：“这闺女真贴心，知道我孤单，句句都说在了我心里。”

有才艺的志愿者还为老人们表演了节目。开场舞《火火的中国》直接吸引了老人的眼球，随着欢快的节奏，老人们还用手在腿上打着节拍。听着志愿者杨素珍唱的戏曲《老身家在南阳地》，田庭辽老人乐了。田庭辽老人非常喜欢听戏，平时只要听说哪儿有唱戏的，就一定会赶过去听。

“老人们喜欢热闹，就喜欢有人来给

他们表演节目，期盼着你们有时间了还来。”敬老院院长廉老虎告诉记者。



落枕怎么办

- 1.按摩 病人采取端坐位，施术者站在其后按摩。如果属于肌肉痉挛的话，可以沿着该痉挛的肌肉行走的方向，反复3~5次。
- 2.热敷 采用热水袋、电热手炉、热毛巾及红外线灯泡照射均可起到止痛作用，必须注意防止烫伤。
- 3.贴药膏 选用一些外敷的药膏，对于缓解因落枕造成的肌肉疼痛有挺好的疗效。
- 4.涂药油 选用正红花油、甘村山风湿油、云香精等，痛处擦揉，每天2~3次，有一定效果。
- 5.拔罐 如果落枕造成了你颈部肌肉严重的痉挛和疼痛的话，那你可以采取拔罐的方法来进行治疗。

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话：0395-3132295 3117189 13781707655

出租出售 保姆月嫂 家政服务 百业信息

门面房出售

郾城黄河广场附近有一门面房出售，五百多平方米，手续齐全，价格面议。

18839509763

雪绒花母婴关爱中心

服务内容：月嫂育婴 催乳 小儿推拿 满月发汗 保姆护工 常年培训 安排就业

地址：郾城黄河广场A2座24楼21室 13939531652

乐帮家政公司

月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训

5571157 18639995528

洁爽保洁公司

专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆

6188458 13653950591

家天下家政公司

月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训

6666991 15139506611

信德保洁 信汇装饰公司

石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理 旧木地板翻新 抛光 打蜡 外墙清洗

www.lhxdhj.com 电话：15039500115

门面房租售

兰乔圣菲门面房上下两层265m²，豪华精装，临黄河路和社区大门，位置优越，交通便利，可做办公美容保健精品服饰等，租金15万/年，售价366万。

13903955896

创世纪情缘婚介

(漯河店)

CCTV-15套 11:56 CCTV-7套 22:35

全国连锁 品牌婚介 中国婚介行业知名品牌

男，28岁，未婚，1.78米，经商，有房有车。觅年龄相当、貌美温柔、有主见、有气质的女孩。电话：5761314 微信 1426269009

男，45岁，1.80米，有房有车，有门面房，自己做生意，有一女儿自己带。觅40岁左右，温柔善良，勤俭持家的女士。电话：3380177 微信 1426269009

女，30岁，1.60米，未婚，本科，甜美靓丽。觅年龄合适、顾家有上进心的男士。电话：5761314 微信 1426269009

女，50岁，1.63米，离异，经商，形象气质佳，孩子已成家。觅年龄相当、工作稳定、有爱心、有责任心的男士为伴。电话：3380177 微信 1426269009

地址：人民路昌建广场写字楼1701室

电话：18939531265 3380177 5761314

QQ:642739137

WWW.YHC.U TT.CC

世纪缘

白领相亲会所

2003年~2017年

世纪缘全城寻找

诚心找对象的人

地址：市人民路美盛大厦B座十楼

相亲热线：3398505 2121213

●征婚：(31801) 男，27岁，1.77米，未婚，本科学历，事业单位，有上进心。寻懂事温柔的女孩。电话：2121213 微信：13523953597

●征婚：(91721) 男，51岁，1.76米，离异，事业单位，懂得照顾人。觅温柔体贴的女士。电话：13193907179 微信：13193907179

●征婚：(33032) 女，28岁，1.69米，未婚，本科学历，教育系统，文静优雅。觅有责任心、上进心的男孩。电话：18839527539 微信：luohe6179

●征婚：(33012) 女，28岁，1.63米，未婚，大专学历，私企，性格开朗。觅有上进心的男孩。电话：2193193 微信：18339565005

传递最实用的生活资讯