

互动

COMMUNICATION

要新眼保健操光盘的读者看过来啦
有QQ、MSN的,我们上网传

新眼保健操,掀起了保护眼睛的热潮。关于新眼保健操的报道出来后的第三周,还有读者打电话来问:现在还能不能领?

答案是:还能领!

不过,领的方式有点变动。

要光盘的人实在是太多了,发明者黄维克说,他们实在是忙不过来了,本来打算给每个读者寄过去的计划也暂时无法实现。他还问杭州的读者,是不是方便去他们那边领,过去了还可以帮大家做个视力检查。

黄维克最后提供了20张光盘给我们《城市假日》的读者,这么一来,就意味着有50多位读者拿不到光盘。因为有部分索要光盘的读者是想给小孙子和小孙女的,我们是不是应该先把机会让给尊敬的爷爷奶奶们呢?

那是不是很多读者都拿不到这个视频啦?

当然不是,我们都是新新人类嘛,都有上网的习惯哦。这个视频小记已经拷到电脑上去了,要光盘的读者,可以加我们的QQ或者MSN,我们通过“现代化”的方式传给你们,是不是更方便呢?

如果不方便上网的,可以拿U盘到我们报社来拷,这个视频不大,大概是55.3M。

好了,现在的情况是这样:无论你报名了没报名,都可以加我们的QQ、MSN索要视频,拿U盘来我们报社拷也可以。但是光盘,征求部分读者意见后,我们还是先留给那些之前报过名的、没有电脑、不方便上网的读者吧。

我们的QQ:774768326,

MSN:csjr2005@gmail.com

地址:体育场路178号,浙江日报社,2617室

褚睿雅

健康

HEALTH

肺癌肝癌胃癌发病率与死亡数均居前三位
杭州确定恶性肿瘤最新排序

4月14日是全国肿瘤防治宣传周的第一天,杭州市疾控中心公布了最新恶性肿瘤排位情况:全市2007年新发现2万多人罹患各种癌症,有1万多人在这一年里因癌症而亡,肺癌、胃癌和肝癌仍牢牢占住前三位。

专家在分析主要癌症发病原因后,提出具体防控建议。

1、肺癌:对成年人吸烟,要加强限制。如不能在客厅、卧室、书房内吸烟,以保护家庭成员特别是青少年免受二手烟,同时使烟民时时、处处感到吸烟的社会、家庭压力,促使他们迟早戒烟。对“初级烟民”,采取针对性教育,将吸烟苗头扼杀在萌芽之中。

2、肝癌:大家应积极接种乙肝疫苗,以减少乙肝的患病率,从而减少原发性肝癌的发生;对有黄曲霉污染的食物,如花生等,要学会仔细辨认并减少误食率;改善饮水条件,减少污染;尽量少饮酒,饭局上提倡“随意”,不拼酒,不“强行”劝酒以杜绝过量、超过量和酗酒现象发生等。

3、胃癌与直肠癌:尽量避免进食粗糙食物(损伤胃黏膜),杂粮玉米、高粱米要用高压锅煮烂再吃;少吃或不吃高盐(会损伤胃黏膜)和熏制食品(含致癌物亚硝基胺、多环芳香烃);少吃油炸和烧烤食品(产生解热剂中含有致癌物质);饮食要有规律,定时定量进餐,特别要克服常吃夜宵习惯(胃肠黏膜得不到修复时间);多吃新鲜蔬菜与水果,多饮牛奶;定期体检,有便血等可疑症状,要及早检查、治疗。

此外,为了配合全国肿瘤防治周的健康宣传,浙江省中医院下沙院区(省东方医院)将在4月18日下午1:30举行大型肿瘤义诊、讲座活动。省中医肿瘤专家沈敏鹤、舒琦等主任医师坐诊、咨询,进行肿瘤防治健康宣教。

施水泉 于伟

“让我们一起改变糖尿病”

本周六,一场名为“让我们一起改变糖尿病——2008诺和诺德健康大巴环球之旅”活动,将在浙江省中医院举行,这是该活动来杭的首站。

当天上午,在省中医院中医文化广场,会有医护专家除免费为糖尿病患者血糖检测、“并发症”体验、为公众提供糖尿病预防、控制、治疗咨询外,还将举办各种有趣的游园活动。

本周日上午9:00~11:00,邵逸夫医院也将在江干区人民政府礼堂(庆春广场对面)举办全国医学名家“糖尿病自我监测知识讲座”。

届时,著名糖尿病学专家、邵逸夫医院内分泌科李红教授将围绕糖尿病的预防、治疗、保健和自我监测等主题,向公众宣讲最实用的糖尿病的知识。

据悉,此次活动将是今年杭州市糖尿病患者教育活动中规模较大、层次较高的一次,也是“2008医学名家糖尿病教育全国巡讲”的其中一站。

于伟 王宝华

活动

ACTIVITY

喜欢收藏的,“淘宝”去啦

岳王城第四届收藏艺术节将于4月18日~4月27日举行,期间活动丰富多彩。其中4月18日~4月20日为全国收藏品交流会,将有来自全国各地的数百古玩商参展,对喜欢到地淘淘宝的市民来说是个不容错过的“淘宝”机会。

4月26日为杭州第二届“斗玉”大赛,届时,国家文物鉴定委员会有关专家将担任评委,有兴趣的朋友可免费到现场参赛、观摩。

光芒四射“钻石”洗衣机

——三星旗舰新品 VENUS 震撼问世



日前,三星电子08年倾力打造的旗舰洗衣机新品 VENUS 震撼问世,其先进的静音减震技术、钻石内筒设计及华贵时尚

外观,给用户打造出一个前所未有的安静、舒适洗衣体验。VENUS采用的VRT,即静音减震技术,其隔音、消音的双重效果,让用户远离噪音污染。独特的钻石内筒设计,是VENUS另一大亮点。形状如钻石般的菱形和比传统设计小的内筒孔洞,使洗净衣物与呵护衣物获得最佳平衡。当然,给使用者带来高档舒适体验的,还有三星独具东方特色的东方神韵花纹。



银联卡充值业务

客户:我听说现在可以不用买卡直接在网充值,有这么回事吗?

10086:您好!目前我们推出了银联卡充值业务,只要您拥有一张银联卡,即可登陆浙江移动网站(www.zj.chinamobile.com)进入“网上充值”,为您或您朋友的手机进行充值。

客户:可以给我省外的朋友充吗?

10086:您好,此项服务要求充值双方均为浙江省内移动客户才可以。

客户:这样啊,那么对银联卡有什么要求吗?

10086:您好!只要您持有以下银行的银联卡(包括外省开卡的),同时开通网上支付功能即可使用:

中国工商银行、中国农业银行、中国建设银行、中国交通银行、中国民生银行、中国邮政、上海浦东发展银行、广东发展银行、深圳发展银行、温州市商业银行、招商银行、兴业银行、华夏银行。

客户:充值额度有什么规定没有?

10086:您好!单次充值金额要求为10~500元之间的整数金额,我公司对日/月充值总额无上限规定,如您的银联卡有设置网上支付限额,请在限额内使用。充值成功即时到账,并会对被充值号码(状态正常)进行短信提醒。

客户:除了充值金额外,我是否还需要额外支付其它费用?

10086:您好!使用该业务充值无需额外支付任何费用。

金融

FINANCE

宁波银行推出稳健型理财新品
预期年化收益率 5.6%—5.8%

近日,宁波银行杭州分行推出保本型理财产品——2008年信托贷款计划三号,投资期限一年,本金保障,预期年化收益率5.6%—5.8%,申购起点金额5万元人民币,以1万元人民币的整数倍递增,募集期2008年4月11日—4月24日。

该产品有以下几个特点:

1、预期收益较高——本期理财产品预期年化收益率达到5.6%—5.8%;

2、投资方向明确——理财资金由宁波银行委托宁波金港信托投资股份有限公司以受托人的名义,向慈溪市土地储备中心发放信托贷款;

3、风险较低,本金保障——本次信托贷款将由慈溪市国力土地资源投资开发有限公司,提供总面积为776000平方米、评估价值约为2.9亿元的土地使用权为抵押担保,宁波银行将担任资金的保管人,监管资金的流向,本金安全保障较大,风险可控。

要求本金安全,同时希望获得较高投资收益的个人投资者,可以尝试一下。

余洋