

我市推出今年首批公共租赁住房

共计763套房源,均在岛内,今日启动申请

本月天宇将上演年度“最小满月”

还有多场“星月童话”值得一观

新华社天津1月31日电 2月“天象剧场”上新,月亮唱主角,“嫦娥”站“C”位。不仅有年度“最小满月”,金星、木星和火星还将依次与月亮上演“星月童话”。

2月5日是正月十五元宵节。癸卯兔年元宵节是“十五的月亮十六圆”,最圆时刻出现在2月6日2时29分。巧合的是,这轮满月还是2023年度13次满月当中最小的一个。

2月,金星、木星和火星这三颗明亮的行星依然是夜空中的主角。其中,以“长庚星”姿态现身的金星会出现在西南方低空,人们能轻易地在傍晚的余晖中找到它。

2月22日,金星合月。“通常情况下,月球和金星的亮度是整个天空中排名第二和第三位的自然天体。当两者近距离相伴时,星光与月光交织在一起,视觉效果非常好。”修立鹏说。

2月23日,木星合月。与前几个月相比,木星的亮度虽然已在下降,但仍有-2.1等左右,依然是夜空中不容忽视的存在。据介绍,本次合月发生在23日6时,我国不可见,不过感兴趣的公众可在22日、23日晚观看木星伴月。由于木星的亮度仅次于金星,这幕“星月童话”非常值得一看,尤其是金星落入地平线以后,木星将成为夜空中最亮的星。

2月28日,火星合月。“在2月,火星虽然没有金星和木星那么明亮,但肉眼看上去,微微泛红,特征很明显。当晚,如果天气晴好,这幕星月近距离相伴的场景值得一观。”修立鹏说。

燃气安全要注意 节后用气勿大意



本报讯(记者 吴海奎 通讯员 林英鸿)正确使用燃气,关乎全家安全。厦门华润燃气近日发出温馨提醒:春节假期已过,节后安全用气切勿大意。

春节返家后发现无法使用管道燃气的情况,可自行做好以下检查工作:1.检查表前阀和表后阀是否打开;2.已安装自闭阀的用户检查自闭阀是否被关闭,拉起按钮即可打开自闭阀;3.无线远传表用户,检查表具是否有电,无电时表具上欠压灯会亮起,更换表内四节5号电池,更换后长按旁边红色按钮3秒,听到一声“滴”后就可。

切记燃气具的设计使用寿命为8年,不要超期服役,要购买合格的燃气具,绝不能使用国家标准淘汰的不带熄火保护装置灶具和直排式燃气热水器,燃气管要使用和燃气具相同寿命安全软管代替普通橡胶软管。管道燃气和瓶装液化石油气不要在同一用气场所使用,避免误操作。

如果发现漏气,请立即关闭表前阀门,轻轻打开窗户通风,注意切勿在现场打电话、开灯、触动电器开关及使用灶具等,快速到户外安全地方,拨打厦门华润燃气热线电话968860。

本报讯(记者 袁舒琪)新春伊始,我市住房保障工作立刻按下“加速键”,推出今年首批市级公共租赁住房。昨日,市住房局公布了相关信息,本批次房源共计763套,地点均在岛内。

谁能申请?

面向2021年度思明区或湖里区“纳税大户”企业的无住房职工

据悉,本批次专门面向2021年度思明区或湖里区“纳税大户”企业(由思明区财政局、湖里区财政局认定)的无住房职工。

其中,申请单位须同时符合营业执照登记住所所在思明区或湖里区、2021年度入库税收地方留存数大于500万元两个条件。

参与单位集体申请的职工则须同时符合以下四个条件:在厦无住房且未享受政府其他住房优惠政策(含新就业大学生“五年内五折租房”租金补贴);申请职工应当与单位签订1年以上(含1年)的劳动合同;申请职工拥有全日制大学本科及以上学历,或经教育部留学服务中心认证的国(境)外本科及以上学历;申请职工年龄在30周岁以下(含)。申请二房型、三房型的职工还需已婚。

申请时间	
2023年2月1日至2023年2月7日	
审核时间	
2023年2月8日至2023年2月12日	
看房时间	
2023年2月10日至2023年2月13日	
摇号选房	
2023年2月14日至2023年2月15日	

下(含)。申请二房型、三房型的职工还需已婚。

需注意的是,本批次房源由职工所在企业集体申请承租,各申请单位应制定本企业公共租赁住房管理实施细则。

房源情况如何?

租金按7折计算,房源均在岛内

市住房局指出,市级公共租赁住房实行租金优惠制度,租金优惠款为按照市场租金标准计取的租金金额的30%,即按7折计算。推出的763套房源均位于岛内,项目为

天气明媚 花儿可人

冷空气明抵厦 气温小幅下降

本报讯(记者 朱道衡)昨日,鹭岛天气明媚可人,一整天晴空如洗,整座城市沐浴在冬日暖阳中,气温攀升,非常适合踏青郊游。气象部门预测,今天开始,我市云层会明显增多,晴朗天气结束,岛外局部或有阵雨。明天新一股冷空气将抵厦,气温小幅下降,市民注意防范。

昨日清晨城区最低气温5℃至7℃,但在阳光的烘烤下,昨日白天气温上升迅速,午间变得暖意融融,市气象台本站最高气温攀升到21.2℃,比前天高了4.4℃,全市有91个站点最高气温突破20℃,其中,海沧大坑内水库和湖里松柏山最高气温达到24.2℃,温暖如春。

今天白天,我市天气多云到阴天,依旧暖意十足,城区最高气温可达21℃,夜晨最低气温也回升到13℃左右。昼夜温差仍偏大,早出晚归的市民还是要多穿点衣服。偏南暖湿气流送来水汽,空气湿度升高,最大可达85%左右,岛外局部地区或有阵雨,沿海地区夜晨还将出现轻雾。

眼看气温节节攀高,明天新一股较弱冷空气将赶来“泼冷水”,我市气温略有下跌。明天白天城区最高气温16℃至18℃。

预计2月4日开始,冷空气将进一步“交锋”,我市将迎来阴雨天气,多阵性降水。有出行计划的市民请提前做好应对。



近日,翔安区内厝镇妙高山茶园里,1000多株樱花陆续开花,淡粉色的花瓣随风摇曳,吸引不少市民和游客前来观光。此次花期或持续到2月中下旬。本报记者 曾嫣艳 通讯员 李毓琳 林木阳 摄影报道



厦门天气

今日最低温

13°C



今天

多云到阴天
岛外局部阵雨
夜晨有轻雾
13°C~21°C



明天

多云到阴天
13°C~18°C



后天

多云到阴天
11°C~18°C

(数据来源:厦门气象微信公众号)

海洋预报

厦门海洋环境预报台发布
0.5米至1.0米轻浪
厦门岛南部海域浪高:
低潮时:02时30分至16:00
高潮时:09时55分和21时02分

儿童疫苗未及时接种 应如何补种?

本报记者 陈苑 通讯员 谭东 杨小荣 池益强 受多种因素影响,有些宝宝原本的疫苗接种计划没能按时进行,很多家长担心孩子的疫苗没按时接种,是否对宝宝的健康产生影响?推迟接种的疫苗又该如何补种?

市疾控中心免疫科专家表示,推迟接种疫苗只是推迟了接种疫苗产生保护效果的时间,而不会影响疫苗整体的、长久的保护效果(抗体水平和持久性)。只不过晚一天接种,就晚一天产生免疫保护,宝宝感染疾病的风险就增加了,所以建议家长及时带孩子前往居住地社区卫生服务中心(卫生院)预防接种门诊进行接种补种。

需要注意的是,新生儿首剂乙肝疫苗和卡介苗需要在出生后尽快接种,尤其是母亲乙肝表面抗原(HBsAg)阳性的新生儿,首剂乙肝疫苗应在产科接种单位及时接种,并进行乙肝免疫球蛋白阻断;3月龄以下儿童的卡介苗无接种禁忌症者也要及时接种。而狂犬病的致死率是100%,所以一旦被猫狗等动物咬伤,应尽快前往医院处理伤口并接种疫苗。

专家提醒补种时应掌握以下原则:

- 1 应尽早进行补种,尽快完成全程接种。
- 2 只需补种未完成的剂次,无须重新开始全程接种。
- 3 未接种国家免疫规划疫苗者,应根据年龄、疫苗的免疫程序,以及疫苗补种原则进行接种。
- 4 当遇到无法使用同一厂家同种疫苗完成接种程序时,可使用不同厂家的同种疫苗完成后续接种。

专家还提醒幼儿家长,虽然免疫规划疫苗需要优先补种,推迟接种的非免疫规划疫苗,遵循知情、自愿、自费的原则,建议及时补种,免疫规划疫苗和非免疫规划疫苗可同时接种。

此外,专家表示,根据目前的政策,满3周岁的儿童可以接种新冠病毒灭活疫苗,一共2剂,接种间隔建议大于3周。如果孩子还没感染新冠病毒,可以尽快接种;但如果已经感染新冠病毒,那么在“阳康”后需要间隔6个月,才能接种。新冠病毒疫苗原则上不与其他疫苗同时接种,接种完新冠病毒疫苗之后,至少要间隔14天才能接种其他疫苗。

“阳康”后如何养身体 营养搭配有讲究

“阳康”之后,在营养搭配方面需注意什么?有必要坐一个“小月子”吗?如何科学补充营养?北京协和医院临床营养科主任于康介绍,“阳康”之后,应继续实施营养管理,目的有三:一是改善营养状况,加速康复;二是降低复发(再感染)风险;三是改善生活质量。对可正常进食者,“阳康”后应遵循《中国居民膳食指南(2022)》的基本要求,做到以下几点:

- 1 食物多样化(每日12种以上食物,每周25种以上),保持良好的饮食习惯,安排每日三餐或少量多餐,定时定量规律进食。
- 2 食物应细软,易于咀嚼、吞咽和消化,必要时可用搅拌机制备匀浆膳。避免油炸、油腻、甜食及辛辣刺激等食物和调味品。
- 3 给予适宜的能量,保持适量的身体活动;避免体重出现过快和过大的波动。
- 4 保证充足的优质蛋白质摄入。优选富含蛋白质而且脂肪相对低的动物性食物,如清蒸鱼虾、去皮的鸡肉鸭肉、里脊肉、脱脂奶类、豆腐等。必要时,可辅助服用蛋白质补充剂。尽量避免肥肉、烟熏和腌制等加工肉、动物油等摄入。
- 5 多吃新鲜蔬菜和水果。争取做到每餐有蔬菜,每日有水果。蔬菜多选择深色蔬菜;水果避免用果汁饮料代替鲜果或鲜榨果汁。
- 6 保证足量饮水。每日饮水量为1500ml至2000ml,少量、多次、规律性饮水。白开水、矿泉水、淡茶水等均可。

所谓“阳康”后坐“小月子”的说法,如果指的是“阳康”后大量进补的话,其实不够科学,也不够全面。

应特别指出的是,“阳康”过后,在营养补充上不能操之过急,更不能暴饮暴食,大吃大喝。“阳康”过后,胃肠道功能恢复尚需一定时间(具体因人而异),过多过量的补充,不仅难以实现营养补充的目标,相反会导致胃肠不耐受的风险增加。一定要本着循序渐进的原则,即由少到多地稳步推进,并注意观察进食不同食物后的胃肠道反应。

本报记者 陈苑 整理 来源/健康中国 厦门疾控

分类广告

副省级媒体 友情提醒:本栏提供的信息仅供参考,敬请查明对方相关资料,若因此产生的一切法律纠纷与本报无关。(入市有风险,投资需谨慎。) 登报热线:5581501 5550633 手机微信同号:18030270336 19906032813



- 吕岭路122号报业大厦10楼1009室(电话:5550633)
- 湖里区枋湖南路29号湖里行政中心二楼1号窗口(电话:5383530)
- 海沧区政务服务中心二楼24窗口(电话:5511763)
- 厦门市政务服务中心3楼A厅27窗口(电话:5509533)

公告启事

撤销对江潮曦全部授权的声明

本人侯居刚(居民身份证号码320323197406250673,系高林三里30号1207室的产权人),现就郑重声明:

侯居刚于2016年10月24日向江潮曦(居民身份证号码350628197011****)出具的《委托书》,以及厦门市公证处为此出具的(2016)厦证内字第31542号《公证书》,自2023年

1月31日起作废。自本声明发布之日起,以上《委托书》以及《公证书》均无效,原受托人江潮曦无任何权限再行代理高林三里30号1207室房屋有关的任何事宜。自即日起,原受托人江潮曦持上述《委托书》及《公证书》所进行的任何活动,侯居刚均不予认可,其行为概与侯居刚无关,侯居刚不承担任何法律责任。特此声明! 声明人:侯居刚 二〇二三年一月三十一日

遗失声明

厦门厦晖橡胶金属工业有限公司属东方(厦门)高尔夫乡村俱乐部综合旅游有限公司标准会员,卡号为:P0133、P0133-1,其中P0133使用人吴金鹿(英文名:WU, CHIN-LU)会员卡遗失,特此声明。

遗失声明

林春花遗失警官证,警号:200513,声明作废。

遗失:黄盛开不慎遗失向厦门欣翼置业有限公司所购的位于“厦航翔安生活基地(2014XP04)-A地块A-5号楼3层302室”的厦门增值税普通发票,发票代码:3502174320,发票号码:01450589,金额:350701.00元。本人就该发票遗失引起的法律纠纷和损失由本人负责,与厦门欣翼置业有限公司无关。

沙发翻新

沙发翻新定做内保十年5989997

出租出售 资产公开招租

福建兆翔临港置业有限公司是厦门翔业集团有限公司成员企业。根据国有企业资产出租管理的相关制度,现我公司写字楼物业对外进行公开招租,本次招商面积约1万㎡。具体信息详见厦门市人民政府国有资产监督管理委员会网站(http://gzx.xm.gov.cn)、厦门翔业集团有限公司网站(http://www.iport.com.cn)及福建兆翔临港置业有限公司

网站(http://www.panport-developer.com)。招商咨询电话:0592-5706688,意向登记联系电话:0592-5735896。

资产公开招租

福建兆翔临港置业有限公司是厦门翔业集团有限公司(原厦门国际航空港集团有限公司)成员企业。根据国有企业资产出租管理的相关制度,我公司(及其子公司)龙岩岩华中新岸126049平方米,对外进行

公开招商,总面积约162738平方米。具体信息详见厦门市人民政府国有资产监督管理委员会网站(http://www.xmgzw.gov.cn/pages/home/Index.aspx)、厦门翔业集团有限公司网站(http://www.iport.com.cn)及福建兆翔临港置业有限公司网站(http://www.panport-developer.com)。联系电话:0592-5706055 福建兆翔临港置业有限公司

友情提醒:驾驶证、身份证和户口簿等,不强制要求登报。