

【精准扶贫】

日前,习近平总书记... 精准扶贫是一场攻坚战...

【养老金入市】

6月29日,人社部、财政部... 养老金入市的最大意义...

【工资指导价】

近日,北京市人社局... 如果工资指导价有上浮...

中央单位审计查出142亿“问题资金”

近日,审计署公布了46个中央部门、单位2014年度预算执行情况和其他财政收支情况审计结果...

属单位,抽查财政拨款预算2213.49亿元,占其财政拨款预算总额的41%...

额”共计近66亿元;其他财政收支方面不符合财经制度规定的“问题金额”总数超过76亿元...

PM2.5与PM10不降反升地区政府将被约谈

近日,环保部部长陈吉宁向全国人大常委会作《国务院关于研究处理大气污染防治法执法检查报告及审议意见情况的反馈报告》时表示...

74个城市细颗粒物(PM2.5)年均浓度64微克/立方米,同比下降11.1%;京津冀、长三角、珠三角等区域PM2.5年均浓度同比分别下降12.3%、10.4%、10.6%。

车尾气治理,淘汰2005年底前注册营运的黄标车,2016年1月起东部地区11个省份全面供应国五标准车用汽柴油...

男子QQ签名“卖冰,量很大”引来“瘾君子”

27岁的陈某,温州苍南人,年轻时犯过错,在监狱里待过几年。出来后,想着改过自新,跟着姐姐在一家冰块加工厂工作...

王某是个“瘾君子”,她正愁买不到毒品时,恰好也看到了陈某的QQ签名,便一直跟他套近乎。一开始,陈某并不以为然...

某等人,在自己的住处一同吸毒。事实上,陈某购买毒品的行为,早已被当地警方掌握。正当陈某、王某等四人一起吸毒时,被警方一起抓获...

四季养生要诀

四季养生就是和天时气候同步,按照春、夏、秋、冬四季,寒、热、温、凉的变化来养生。

夏季养生

夏季养生重在精神调摄,保持愉快而稳定的情绪,切忌大悲大喜,以免以热助热,火上加油。心静人自凉,可达到养生的目的。

12、夏季花香驱蚊蝇

夏季到来,蚊子和苍蝇越来越多,若家里栽种几盆能驱蚊蝇的花卉,既能赏花之美,又能避蚊蝇骚扰,一举两得。

(1)七里香:四季常绿的小灌木,外形呈伞房状,分枝多,叶小亮泽,花白繁密,开花后还能结红色浆果,为房间增加美感。摸其叶片,会感到浓浓的甜香味,驱蚊效果很好。

(2)食虫草:菊科草本植物,可长到1米来高,花小黄色,一株达数百只花头,各花头的外围有黏液。

只要有小蚊虫落在上面便被黏住,驱蚊效果很好。

(3)逐蝇梅:其枝叶与花朵中挥发出蚊蝇敏感的气味,具有很强的驱逐蚊蝇功效,而对人体无伤害。它不但驱蚊蝇效果好,而且花色艳,有“驱蚊七变花”美誉。

(4)夜来香:花瓣在晚上张开时,能分泌出一种强烈的香味,蚊蝇闻之,往往逃之夭夭。需要注意的是,其花香过浓,容易使人呼吸困难,不宜久放室内,尤其是卧室中。

13、夏季时令 如何养心

夏季是天之阳气与地之阴气交合之时,自然界呈现一派繁荣景象,而中医认为心与夏季相应,夏季养生重在养心。

(1)怡神养心:夏季自然界一派繁荣景象,人们喜爱的景色在户外,应该多到户外活动,享受大自然美景。夏季养神,一忌肝火,尽量避

免生气、焦虑、抑郁;二忌心火,减少心烦、懊恼、躁动不安,宜清静养神,静心宁神,摒除杂念,避免不良精神刺激,保持淡泊宁静的心态。当然,夏天气温高,可以选择早上和晚上到户外散步等方式进行锻炼。

(2)少汗养心:夏天天气炎热,微微出汗能够调节体温,调和营卫,利于气血条畅。经常大汗淋漓,不利于身体健康。中医有“汗血同源”之说。

(3)养阳清心:夏季昼长夜短,顺应自然,应晚睡早起,同时配合午睡,时间以30分钟为宜。饮食应温和,苦而清淡,饮食有节。

(4)药茶宁心:结合夏季气候特点与个人体质情况,可适当选用中药泡服,调整阴阳平衡。

现代优秀驾驶员的摇篮 驾校 省交通行业十佳示范驾校... 一、培训 C1、C2 驾驶员,可选择白天班、夜班二种时段学车。二、从业资格证培训(旅客运输、货物运输、危货运输、押运员、出租车运输) 电话:8255491、8271050 地址:咸宁市温泉交通路9号

科普知识专栏 咸宁市科学技术协会主办