

记者跑市场

单位:元/斤

千禧量贩 毓鑫农贸市场

生菜	1.59	2.50
青菜	2.38	2.50
莪麦菜	2.98	3.00
包菜	1.59	1.20
芹菜	1.99	2.30
大葱	2.58	2.50
土豆	1.39	1.20
洋葱	1.69	1.50
茄子	2.58	2.50
青椒	3.98	2.00
红薯	1.98	2.00
鸡蛋	3.98	4.00
五花肉	29.90	26.00

雨天菜价上涨 深秋柿子热销

一场秋雨一场寒,10月以来,断断续续下了半个多月的雨,让人感受到了秋的寒意。持续的阴雨天气,部分蔬菜价格出现小幅上涨。10月15日,记者走访市区几家菜市场发现,萝卜、白菜、土豆等家常菜的价格和节前基本持平,生菜、青菜等叶菜价格有所上涨,但总体波动幅度较小。“毕竟这两雨都持续快半个月了,有些菜涨价了,但经常买的土豆、萝卜等几样菜价格没啥变动。”当天上午,在毓鑫农贸市场买菜的市民张女士告诉记者,涨价的菜主要是生菜、青菜等叶菜。“没有涨价

的菜多是本地蔬菜,供应相对比较充足,受阴雨天气影响小,而涨价的菜多是外地蔬菜,运输储存成本的增加导致价格上涨。”蔬菜商贩李师傅介绍说。此外,深秋时节也是大批农副产品丰收的季节,市面上新上市的红薯、柿子、小米等时令水果及农产品深受市民喜爱。在市区上村集贸市场,橙色透红的软柿子格外引人注目,每斤1.5元的价格吸引了不少市民围观选购。“柿子不仅外观好看,吃起来味道更是鲜美可口,买点回去尝尝鲜。”一位正在选购的市民说。(本报记者)

秋冬季疫情会不会反弹?

专家给出重要判断



不少人担心秋冬季新冠肺炎疫情反弹。对此,中国疾控中心流行病学首席专家吴尊友日前明确表示:“经过半年多实践,我们有信心控制住疫情,不会再出现像年初武汉那样的严重情景。”吴尊友说,如此肯定是基于两个事实。一是在今年1、2月份,武汉发生疫情时很多人返乡,病例扩散到湖北以外30个省份。但由于各地防控到位,除湖北以外,没有一个省份病例人数突破2000例。二是4、5月份,在东北局部地区出现输入病例,引发当地传播扩散;在6月份,北京又发生以新发地为源头的突发疫情;7月份又出现了大连和新疆乌鲁木齐的突发疫情。这几起聚集性疫情均因发现及时、措施得力,很快得到了控制。这些都说明,我们有能力及时捕获早期疫情,及时扑灭疫情。

当前,新冠肺炎疫情仍呈现增长态势。吴尊友表示,对于我国疫情防控来说,重点要防止病例输入,这主要应从两方面来防控。一是防止感染者把病毒带入国内,造成传播。二是防止病毒通过污染的冷冻食品或外包装带入国内,造成传播和扩散。在没有广泛应用疫苗的情况下,主要仍需依靠公共卫生措施,包

括戴口罩、洗手、通风、隔离、减少聚集等开展防控。此外,控制好疫情还要有一个灵敏的监测系统,一旦疫情发生,很快就能捕获、发现。实践证明,只要能够第一时间发现疫情,就能够控制住疫情。对于秋冬季疫情防范,吴尊友提出3点提示。第一,大家要增强防护意识。第二,要坚持防控措施,比如勤洗

手;到重点场所,特别是通风不好的地方要戴口罩;场所要保持通风。第三,非常重要,公众一旦发热、头疼等,要及时就医,千万不要拖延。这既有利于个人及时诊断治疗,早日康复,也有利于第一时间开展疫情防控。针对秋冬季呼吸道传染病可能增加的风险,国家卫健委已采取多项措施全力

力做好防控。国家卫健委疾控局监察专员王斌介绍,近期国家卫健委印发了农贸市场新冠肺炎环境检测技术方案、农贸市场新冠肺炎疫情防控技术方案、高等学校及中小学校和托幼机构秋冬季疫情防控技术方案;还发布了学校传染病症状监测预警技术方案等,科学规范指导农贸市场、学校等重点场所疫情防控工作,进一步强化技术指导;会同发改、财政等部门统筹利用好各种资金渠道,加强核酸检测能力建设。国家卫健委还将进一步开展人员培训,做好人员、设备、床位、物资等秋冬季应对疫情的准备,提升各方面能力;突出抓好监测预警,严格落实“四早”措施,确保及时发现、快速处置、精准管控、及时救治等常态化防控机制有效运转,并加快核酸检测能力建设。各地目前也进一步加强预案演练、物资储备和专业培训,提升应急处置水平和能力,做到有备无患。“要进一步广泛开展社会宣传和健康教育,持续增强公众对新冠肺炎疫情的警惕性和防范意识,倡导一米线、勤洗手、使用公筷这些卫生习惯和良好生活方式。”王斌强调。(据《经济日报》)

代餐食品 真的能“代”餐吗?



代餐粉、代餐饼干、代餐奶昔……如今,一些主打“热量低、饱腹感强”的代餐食品备受年轻人追捧,甚至成为饮食圈的新潮流。然而,有关代餐食品的争议却一直不绝于耳。

代餐食品,顾名思义就是取代部分或全部正餐的食物。包里常备两瓶代餐奶昔的北京市民段惠表示,为了控制体重,她一般午饭和晚饭都选择代餐食品,也尝试过很多种产品,“现在喝的这种奶昔一杯60克,有草莓、石榴、燕麦等七八种口味,直接加水冲泡即可。不过,试过这么多代餐食品后,我也说不清楚哪种产品减肥效果好”。

事实上,面对琳琅满目的代餐食品,很多消费者都和段惠一样,一边困惑于如何选择产品,一边又在不断尝试。在电商平台可以看到,大多数代餐食品都是冲泡式的固体饮料,有的主打高蛋白,声称一杯的营养相当于四杯牛奶;有的则主打少脂少糖少碳水;还有的声称具有某些“黑科技”。

与普通食品相比,代餐食品价格并不便宜。以一杯75克的代餐奶昔为例,一组6瓶售价高达149元,在某电商平台月销量超过2.5万单。天猫食品行业趋势分析报告显示,代餐食品已成为流行趋势,销售体量与消费群体均稳步增长。

代餐食品真的能代替一日三餐吗?业内专家表示,最初代餐粉是医院按照科学比例配比营养后,做成营养粉作为肠内营养液供病人食用。对把代餐食品当作“减肥利器”的年轻人来说,必需性营养素只能保障人体基本生存,是营养摄入的下限,不能满足人体的某些特殊需求。(吉蕾蕾)

“吃饭不仅是为了填饱肚子,更重要的是为了让身体获得充足的营养,使人体机能处于健康状态。”中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅认为,好的代餐食品配方通常是营养系统全面的,但现在市面上很多产品并不符合这个标准,品质良莠不齐;一些代餐食品营养单一,如长期食用很容易导致营养不良。据了解,国内尚未制定有关代餐食品的强制性标准,代餐食品目前仍按普通食品管理。中国营养学会最新颁布的代餐食品团体标准也仅仅作为行业参考标准,亟待规范。“由于利润丰厚,目前越来越多的经销商涉足代餐食品行业,相关广告往往说得天花乱坠,给消费者的选择辨别增加了难度。”朱毅表示,代餐食品无法替代均衡的日常饮食,消费者在选择代餐食品时不要盲目听信商家宣传,一定要认真阅读其营养标签。同时,建议相关部门加大对代餐食品的科普宣传,引导消费者科学认识代餐理念和代餐食品,确保舌尖上的安全。(吉蕾蕾)

假期理财 真的能“代”餐吗?

近年来,资管市场竞争激烈,银行理财面临较大转型压力,现在的银行专享理财产品与普通产品相比,并没有明显优势。当前,各银行处于净值化转型阶段,新发固收产品难以配置收益较高的非标资产。但随着转型期结束,货币政策回归常态,银行理财产品收益率将处于较为合理水平。

“每逢佳节买专享理财产品”,长期以来,很多投资者有这样的共识——认为与日常发售的普通产品相比,银行在节假日推出的专享理财产品性价比会更高。事实果真如此吗?多位业内人士表示,银行每逢佳节就推出特定时期或特定客群的专享理财产品,本质上也是借势造势,通过推出专享理财产品及各种专项优惠,吸引广大客户前来购买,以赢得更多新老客户。不过,由于近年来资管市场竞争激烈,银行揽储难度持续增加,且银行理财自身也面临较大转型压力,与过去年份相比,现在的银行专享理财产品与普通产品相比,并没有明显优势。

对于投资者来说,资金站岗损失就是其中之一。以最新的中秋国庆专享理财产品为例,根据普益标准统计,9月22日至9月28日,全国共发行了1377款封闭式理财产品,平均募集期为7天。相比之下,中秋国庆专享理财产品的募集时间更长。如某款理财产品,9月27日起售,10月10日起息,募集期为13天;另有几款国庆中秋专享理财产品募集期在13天至16天。由于中秋国庆专享理财产品的募集期大多为3个月至6个月的短期产品,募集期的拉长会降低实际收益率,给投资者带来资金站岗损失。因而,这种情况下购买节假日专属产品的性价比并不高。

那么,究竟应该如何挑选专享理财产品?投资者首先要选择适合自己风险偏好和投资期限的理财产品,切勿被营销噱头、较高收益所影响,盲目购买。其次要充分了解市场与监管,如当前阶段正处于银行转型期,银行理财向净值化转型,投资者应意识到未来净值化产品为大势所趋,理性看待银行理财净值化波动这一现象。“普益标准研究员黄晓旭表示,同时,投资者还应充分了解理财产品,学会通过阅读产品合同,去识别产品的底层资产、估值方法与投资逻辑,并根据自身风险承受能力,选择适合自己的理财产品。对于节日专享理财产品,投资者需特别关注募集期和起息日期问题,尽量避免购买期限过短的理财产品而导致实际收益率被拉低。值得一提的是,分析今年多家银行发行的节日专享理财产品可以看到,大部分产品的收益率并不高,且多为非保本产品。对此又该如何看待?黄晓旭认为,当前,由于各银行处于净值化转型阶段,理财产品结构发生变化,新发固收产品难以配置收益较高的非标资产;加之新冠肺炎疫情冲击,央行实施货币政策来降低实体经济融资成本,促进经济平稳恢复,让利率水平下行,因此银行理财产品收益率在一段时间内可能继续下行。“但随着转型期结束,经济恢复、货币政策回归常态,银行理财产品收益率将不会持续走低,而是处于较为合理的水平。”黄晓旭说。(钱蕾施)

(吉蕾蕾)

假期理财 真的能“代”餐吗?

一周天气

阴雨暂停 阳光现身

近段时间,我市阴云当空,秋雨淅淅沥沥下个不停,一波波冷空气随之而来,尽显浓浓秋意。市民朋友们要注意及时增添保暖,避免受凉感冒。

10月15日,记者从三门峡气象台了解到,我市未来一周以多云天气为主,最高气温15℃~18℃,最低气温6℃~9℃。10月16日(周五)多云转晴,偏北风3级,气温6℃~15℃;10月17日(周六)晴间多云,偏西风2~3级,气温7℃~17℃;10月18日(周日)多云到晴,偏西风2~3级,气温7℃~17℃;10月19日(周一)晴间多云,偏西风2~3级,气温9℃~18℃;10月20

日(周二)多云,偏西风2~3级,气温7℃~15℃;10月21日(周三)晴间多云,偏西风2~3级,气温8℃~17℃;10月22日(周四)晴间多云,偏西风2~3级,气温7℃~18℃。俗话说:“白露身不露,寒露脚不露。”进入寒露节气以后,冷空气活动频繁,我们应该格外注重足部保暖,着装时尽量不要露出脚踝,避免寒气由足部入侵人体。此时,建议大家晚上睡前可以用热水泡脚,根据自身需求加入艾叶、姜粉或中药包,驱散寒气,促进血液循环,充分缓解疲劳。(张茜)

股市股民

后市或震荡攀升 关注消费、科技和非银金融

节后,受外围市场上涨和经济乐观预期影响,A股一扫阴郁气氛,沪深两市大幅反弹,三大股指集体大涨,呈现板块和个股普涨,半导体、医疗设备、软件及服务、汽车及配件领涨。其间,上涨股票超过90%,下跌和平盘股票不足10%。资金流入信息技术和日常消费等。

节后三日,沪指上涨157.41点,涨幅4.92%;深成指上涨891.58点,涨幅6.91%;创业板指上涨209.96点,涨幅达8.15%。两市累计成交金额从节前的5400亿元增加到周一最大成交金额9714亿元,量能增幅约80%。除休闲服务下跌外,其他申万一级行业指数全部上涨,电气设备、国防军工、汽车、计算机、农林牧渔涨幅领先,光伏、光刻胶、半导体、军民融合等概念被热炒。

北向资金连续两日大幅流入,9日和12日分别净流入112.67亿元和135.1亿元,贵州茅台、五粮液、恒瑞医药、隆基股份等白马股再次被外资增持。国内基金平均持仓66.73%,仓位基本未变。节后两日两市融资余额增

长227亿元,市场风险偏好有所提高。9月中国制造业采购经理指数(PMI)为51.5%,比上月上升0.5个百分点;非制造业商务活动指数为55.9%,比上月上升0.7个百分点,双节消费数据验证强劲的复苏趋势。离岸人民币兑美元升破6.7关口,创去年4月以来新高。外围不确定性逐渐落地,市场压力迅速缓解;国内经济复苏,上市公司业绩预期提升和人民币中期升值趋势驱动国内外增量资金入场,近日北向资金连续扫货对内资入市起推动作用,A股中期上涨。经过连续两日上涨,消耗较大动能,后市震荡盘升。

投资者应把握大盘和板块上涨节奏,在板块轮动中关注三个方面:一是中国经济增长要求消费增长,消费板块涨幅偏落后,估值仍不高的汽车及零部件、家用电器等;二是充分调整的科技股,电子、计算机、通信等,尤其是半导体芯片和新能源、光伏等概念股;三是低估值的券商及保险等非银金融龙头。(刘文静)

飞行模式能提升手机充电速度?



如今,不少人的生活已离不开手机。当屏幕上提示“电池电量低”时,很多人甚至会产生“电量焦虑”。怎么能迅速把手机电充满?网上盛传一种方法,开启手机的飞行模式,可大幅提升充电速度,甚至可提升一倍。那么,这种方法是否真的有效?

实际上,充电时间的长短,取决于充电速度和用电速度差值的大小。在充电速度一定的前提下,开启飞行模式会降低手机使用功耗,确实能在一定程度上提升充电速度,但不可能做到“大幅提升”。

手机的飞行模式,又被称为航空模式,用户通常在乘坐飞机时,开启此模式,切断通信信号,以免手机信号的发射和接收对飞机飞行造成影响。飞行模式通过关闭手机的射频部件功能,从而降低了手机的使用功耗。

在2013年,有人曾做过实验,为两部不同模式的手机进行充电。1号手机开启飞行模

式,其剩余电量为27%,15时3分开始充电,到16时9分电量为67%,耗时1小时6分钟,存储了40%的电量。2号手机未开启飞行模式,在同样的充电时间内,它存储了30%的电量。

通过该实验,我们可以发现,在飞行模式下给手机充电,充电速度会比不开启此功能时快。不过,网传的“大幅度提升充电速度”或“将充电速度提升一倍”,这些说法并未被证实。比较上述1号和2号手机存储的电量,1号手机比2号手机多存了10%的电,速度比2号快了约33%,并没有达到传言中的二倍。

从充电角度来看,很大程度上,手机的充电速度,取决于充电器的输出功率,还有电源管理芯片的协议以及电池的特性。如今,快充技术已成为手机的“标配”,大部分手机的充电速度已得到显著提升。

而从用电角度来看,无论是搜索基站信号,还是WiFi、GPS(全球定位系统)、蓝牙,这些无线模块所需要的功耗都非常小,加起来可能还不到1瓦。所以即使开启飞行模式,将手机的WiFi、GPS、蓝牙等模块都关闭,能够节省的充电时间也非常有限。

因此,在目前的充电技术条件下,打开飞行模式,对缩短手机的充电时间,作用非常有限。可以说,与其开启飞行模式,不如关机可能效果更好。为了提升充电速度,用户不如在手机充电的时候,少用或者不用手机,因为各类手机应用软件、长时间“工作”的屏幕才是耗电大户。(据《科技日报》)

