

本周33种生活必需品价格走势

采集日期：2014年12月24日

单位：元/公斤

品名	崇文门菜市场	白纸坊店 美廉美超市	府右街店 顺天府超市	双井店 家乐福超市	新华百货店 物美大卖场	公益西桥店 乐天玛特超市	太阳宫店 京客隆超市	太平桥店 永辉超市	日均价	周环比涨幅
鸡蛋/公斤	10.78	9.78	10.56	* 9.98	9.98	10.90	11.78	11.98	10.72	1.7%
土豆/公斤	1.76	3.18	3.76	2.78	3.18	3.16	4.36	4.76	3.37	-21.2%
白萝卜/公斤	2.76	1.76	2.96	1.96	1.76	2.56	2.16	2.38	2.29	5.4%
胡萝卜/公斤	2.76	/	1.76	1.98	3.18	2.36	2.96	1.98	2.43	3.3%
大白菜/公斤	1.36	/	1.36	0.90	0.78	1.30	1.16	1.18	1.15	5.8%
西红柿/公斤	7.16	5.98	5.96	7.98	5.78	7.36	5.32	5.98	6.44	2.0%
黄瓜/公斤	7.16	7.76	7.96	12.98	7.98	5.96	7.96	6.76	8.07	-17.6%
葱/公斤	3.76	3.98	3.16	3.98	3.98	3.98	5.12	3.98	3.99	-2.6%
姜/公斤	19.96	13.96	13.98	9.76	11.98	21.00	9.76	11.98	14.05	-1.7%
蒜/公斤	5.98	7.96	6.76	7.18	7.18	5.36	7.16	7.98	6.95	-1.1%
圆白菜/公斤	3.36	2.78	1.96	1.70	2.38	2.20	1.58	2.78	2.34	9.8%
芹菜/公斤	2.76	2.76	1.76	* 2.58	1.98	2.76	1.98	1.98	2.32	-3.1%
菠菜/公斤	5.98	7.98	8.56	/	5.98	6.98	5.16	7.98	6.95	14.2%
油菜/公斤	5.36	5.98	5.56	2.38	5.18	6.36	5.12	7.98	5.49	13.9%
富强粉/公斤(古船)	3.97	/	3.90	/	/	3.98	4.30	4.96	4.22	1.9%
大米/公斤	4.76	4.76	5.12	* 3.7	4.90	4.60	5.56	4.98	4.80	1.6%
玉米面/公斤	4.76	4.76	3.96	11.60	4.76	3.76	3.90	4.76	5.28	-2.3%
绿豆/公斤	13.98	11.96	14.80	25.60	13.98	19.36	12.40	13.98	15.76	-1.6%
花生油/升(鲁花一级)	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	0.0%
大豆油/升(金龙鱼)	7.98	9.68	8.76	7.98	9.68	8.70	8.58	8.58	8.74	1.5%
香油/升(古币)	57.56	57.11	52.22	* 49.56	57.11	52.88	57.11	50.89	54.31	-2.3%
后臀尖/公斤	35.80	21.96	29.60	* 14.8	21.98	21.80	24.60	19.98	23.82	-6.1%
前臀尖/公斤	35.80	21.96	29.00	13.10	25.98	23.96	23.80	17.98	23.95	3.7%
五花肉/公斤	43.60	17.96	25.80	15.60	17.96	19.60	43.20	17.98	25.21	-11.9%
牛腩/公斤	83.60	51.96	43.60	49.80	51.96	87.60	47.20	51.98	58.46	-8.5%
羊肉片/公斤	87.60	65.60	87.60	73.60	65.60	59.60	56.80	59.60	69.50	-6.5%
鲤鱼/公斤	19.60	11.96	21.60	19.80	11.96	19.80	/	11.98	16.67	-10.4%
整鸡/公斤	21.60	/	25.60	15.92	17.98	18.56	19.96	17.98	19.66	2.8%
鸡翅中/公斤	53.00	39.96	35.60	45.80	39.96	33.80	51.80	41.96	42.74	-2.3%
鸡胸/公斤	25.20	17.96	27.60	21.80	17.96	17.60	/	17.98	20.87	6.1%
三元加钙(袋)243克	2.05	2.10	2.10	/	2.20	2.10	2.10	2.10	2.11	0.0%
加碘低钠盐(限价)(400克)	2.80	2.60	2.55	2.80	2.60	2.80	2.80	2.80	2.72	0.0%
白糖/公斤	12.60	11.60	12.40	/	12.00	/	13.00	10.80	12.07	3.5%

说明:表中各商品价格为该市场最低价。*为会员价

你的保单是否在保险公司睡觉

□本报记者 周伟

很多职工客户投保后，因为工作繁忙，导致保单出现“睡眠”状态，保险合同中止，给不少客户带来了不小的损失，遇到这种情况，如何处理，下面这段文字或许能给你一个答案。

失效保单非常及时的办理复效手续，仍可以继续还原保障功能。所谓的失效保单是指保险合同失效后，投保职工未按规定及时缴纳分期保费，且超过了宽限期，导致保险合同的效力暂时中止，这时将进入“沉睡”状态。

出现这种情况的原因，是由于职工客户更换了手机号码、住宅地址，没能收到保险公司提醒，致使保单没有按约定交纳费用而失效，最终会对理赔造成影响。

对于失效的保险合同，保障的功能并没有完全丧失，如果能把握好时机进行复效，客户将继续享有保障功能。职工客户应该注意，人身险合同中的宽限条款、失效条款、复效条款。最值得注意的是，宽限期条款通常规定，人身险合同中分期交纳保费的，投保人在约定交费日没有及时交费，自约定交费日次日零时

起60天都属于宽限期内。宽限期内发生的保险事故，保险公司承担保险责任。

如果发生遗忘交费的情况，造成保单失效，需要仔细查看复效条款，保单效力中止的，职工补交保费后，保单效力恢复。保单失效之日起满两年，职工客户还没有补交保费，保险公司有权解除合同。

办理失效保险合同的复效业务，并不复杂，只要在保险公司官网下载或营业部柜台，领取保单复效申请书，带身份证、保单，就可以在有关保险公司的营业部办理。

深圳华康保险代理北京分公司理财规划师申艳锋提醒职工投保客户，购买保险后，不应该将保单放任不管，应该记住交费日期，保持与保险公司的联络，联系方式变更后，及时告知保险公司，大部分保险公司都会通过短信、电话、书信等方式提供交费提醒服务，最后如果职工已发现保险合同失效，应及时去办理复效业务。

申艳锋忠告职工，若拖延超过两年，将会造成保单永久失效。

聚餐前最好吃个橘子

□王宗

临近年末，多数聚餐都会喝点小酒助庆。专家介绍，适当喝酒可以起到活血化瘀、暖身御寒等作用，但过量就可能适得其反，喝下肚的酒精由肝脏来代谢，过量饮酒对肝脏的伤害最大。

很多人都一个不好的习惯，在应酬时喜欢喝上一轮酒然后再上菜，空腹喝酒对人体伤害比较大，空腹喝酒比饱腹时的吸收率高很多，在空腹的情况下，5分钟内酒精就可以出现在血液中，30到60分钟内，血液中的酒精浓度就达到最高点。

专家支招说，喝酒前半个小时内要补充维生素C、维生素B，比如吃上几个橘子，就可预防酒精中毒；在喝酒前先喝些牛奶，吃些主食，能在胃壁上形

成保护膜，减慢酒精的吸收；在餐中，多喝水或者汤，稀释酒精之余，还可以起一定的解酒作用。

不少人醉酒后会用抠喉咙、喝浓茶或醋等来解决，从医学上看两种方法都不科学，虽然催吐能有醒酒作用，但醉酒比较严重的人往往意识不清，很容易吸入呕吐物而引起窒息。而浓茶或醋对胃黏膜均具有刺激性，再加上酒精对胃黏膜的刺激，会诱发胃酸分泌，因此，喝浓茶、醋对酒精损伤胃黏膜起着“推波助澜”的作用。

专家表示，醉酒后，可适当服用蜂蜜水、葡萄糖水，或西红柿汁、葡萄汁、西瓜汁、橙子、橘子等富含维生素的食物，以加速乙醇在体内的氧化代谢。

乐天玛特促销信息

单位:元

限日促销				限日促销			
促销日期	商品名称	单位	促销价格	促销日期	商品名称	单位	促销价格
12月24日	青圆椒	500克	2.78	12月28日	红蛋糕	500克	4.98
	阿克苏糖心苹果	500克	4.98		面条	500克	1.76
限日促销				限日促销			
促销日期	商品名称	单位	促销价格	促销日期	商品名称	单位	促销价格
12月25日	球生菜	500克	2.58	12月29日	琵琶腿	500克	6.98
	金桔	500克	4.98		活草鱼	500克	5.98
限日促销				限日促销			
促销日期	商品名称	单位	促销价格	促销日期	商品名称	单位	促销价格
12月26日	地瓜	500克	1.38	12月30日	带肉颈骨	500克	8.8
	蜜柚	500克	1.79		冰鲜黄花鱼300/400	500克	18.8
限日促销				限日促销			
促销日期	商品名称	单位	促销价格	促销日期	商品名称	单位	促销价格
12月27日	冬瓜	500克	0.98				
	新疆核桃	500克	29.9				

(以上信息由北京市职工物价监督总站提供)

一卡游遍全国 尽览锦绣江山 百元年票可游览806家景区

2015锦绣江山全国联合旅游年票一卡通在京发售

仅需150元，任您畅游16省800多家5A、4A旅游景区、文化遗址，超强阵容涵盖130个城市，减免门票价值达3万元且不限使用次数，既非常实惠，又特别便利，2015年锦绣江山全国联合旅游年票一卡通今起在京发售。

年票共包含806家著名景区，其中北京天津123家，含八达岭水关长城、十三陵、北京植物园等。还有河北93家，山东140家，河南75家，山西73家，辽宁黑龙江70家，宁夏青海甘肃52家，湖北湖南四川等24家，安徽64家，江苏浙江上海100家，以及部分陕西景

区。详细名单请登陆中国通票网www.tongpiao.cn查询。

年卡购买手续简单，没有户籍年龄身份限制，每张150元。购票后自己贴上本人的一寸照片，覆盖随卡自带的蓝色防伪膜，即可全年不限次使用。有效期至2015年12月30日。随卡配送图文并茂的使用手册一本，每个景区的介绍、地址、开放时间、电话等信息一目了然。年票内门票超过50元的免票知名景点有200家，它汇聚了5A景区和国家级名胜、4A世界遗产和全国重点文物保护单位、3A森林公园和游乐园、温泉等，将助

您实现一卡走遍中国的旅游梦。

广大市民今起可通过紫竹院公园、颐和园、天坛、中山公园、玉渊潭公园、陶然亭公园、北京植物园、景山公园、北京大观园、双秀公园、国际雕塑公园等20多家市区公园及保利剧院、北展剧场、天桥剧场、梅兰芳大剧院、青年宫影院和北京地铁各站报刊亭购买(四号线除外)。24小时订票热线：400-700-8448团购热线：010-62968232，62968202、82001231。

电话订购免费送票，票到付款。