



每年的6月1日至9月15日是北京市的汛期。近日,京津冀地区连续出现大雨蓝色警报。雨天是交通事故的高发天气,因为在雨中司机视野清晰度下降,轮胎与地面的摩擦力减小,再加上阴雨天气给人们带来的郁闷情绪,很容易造成交通事故。下面和大家分享一下雨天行车有哪些注意事项。

雨天行车隐患多 市民应对有技巧

学会七招让你不惧强降雨

雨天行车应放慢车速。
雨天驾车时视线容易模糊,因此最好放慢车速。另外,道路因下雨而变滑,导致轮胎的附着力会下降,因此尽量与前车保持一定距离,不要跟车太近,更不要频繁超车。

确保低速,避让行人。
雨天在城市里驾车还需特别留心路上的行人。行人在下雨天打伞、穿雨衣之后,视觉、听觉都会受到一定程度的影响。因此,遇到行人时,应提前减速慢行,多鸣笛,耐心避让。

水位上升时,不要在车内停留。
如果遇暴雨过大,最好能靠边停车,但不要停在树底下以及广告牌等物体下面,防止被雷电击中或压伤。

水位达轮胎三分之二时勿强过。
遇到积水路段时,驾驶员应放慢车速观察前方路况再决定是否前行。车涉水行驶前查看水的深度及进、出水域的宽窄。如果水位达到保险杠或轮胎的三分之二处时,则不宜冒险涉水,应尽量绕行,勿强行通过。

低挡匀速涉水不换挡。
通过积水时,应稳油门低挡匀速通过。稳油门是为了保持排气管中始终有压力气体,防止积水倒灌入排气管造成车辆熄火。低挡匀速是为了保证车辆通过积水时能稳定有力。

阴雨天气打开夜间行车灯。
夜晚行车视野性较差,为了防止后面的车追尾,应该及时开启夜间行车灯;另外,在阴天、雨雾较重、可视性较差的雨天,也应该及时打开夜间行车灯。

水中熄火切勿再启动。
如果车辆在涉水过程中不幸熄火,切忌重新点火启动,因为重新启动会令已经进水的汽缸受到压缩水的冲击,造成发动机严重受损。

所以,车上的怠速启停功能在暴雨天气行车时最好关闭。(这点很重要,因为很多人容易忽略,这种情况下导致发动机受损的话,损失只能自己掏腰包)。

雨天被困车中如何自救?
暴雨被困在车里逃生时,用

逃生锤击打车侧车窗的边角处(挡风玻璃是砸不穿的),易于击碎玻璃,击碎玻璃后记得用逃生锤将碎玻璃周边都刮一圈,以免逃生时被玻璃尖角扎伤。

如果车上未准备逃生锤,也可以把座位头枕拔下来,用那两个尖锐的插头敲打侧面玻璃。还可使用灭火器等坚硬物体砸侧面车窗的四个角。

那么积水到了什么程度时,司机必须弃车逃生?当司机感到发动机运转不均匀,踩下油门后明显加不上油时,证明发动机已经进水了。此时,司机千万不要再试图通过自己的努力将车开出涉水路段,而应立即停车熄火,开门逃生。因为接下来,电器设备肯定会完全进水、短路,车门车窗很可能全部锁死,到时就失去了逃生的机会。

【延伸阅读】

消防部门发布汛期安全措施提醒

6月下旬以来,北京平均降水量较常年同期偏多,主汛期提前,局地降水极端性强。降雨往往伴随着大风、雷电、冰雹,造成高空坠物、树枝折断、雷击等次生灾害。昨天,北京消防发布提醒称,每位市民都要充分认识汛期存在的主要风险,加强防范。北京消防提示,在暴雨来临前,尽快出山或到安全地带躲避,避免进入山区、河道行洪区、蓄滞洪区、采空区及低洼地带等危险区域;如居住在危旧平房、低洼院落、地下室、山前平原区或地质灾害易发地区,可因地制宜采取砌围墙、大门口放置挡水板、配置小型抽水泵、准备沙袋等预防措施,提前做好防范准备。

尽量不要在暴雨天出行,如必须出行,及时了解路况信息,提前绕行积水路段和易发生山洪、泥石流路段。当道路有积水时,驾车人员不在桥洞、山口、铁路桥等低洼地带停留,行驶在积水路段的车辆要听从交警指挥疏导,切不可强行盲目通过。

另外,在强降雨频繁的时期,不要做登山等户外活动,以免因山体滑坡等不测情况,使自己受困于山中。 本报记者 周美玉

本周33种生活必需品价格走势

采集日期:2017年6月21日

单位:元/公斤

品名	物美超市甘露店	幸福超市白旗坊店	永辉超市马家堡店	家乐福超市姚家园店	物美大卖场新华百货店	超市发超市美欣店	京客隆超市太阳宫店	永辉超市金城国际店	日均价	环比涨幅
鸡蛋/公斤	10.9★	7.00	7.38	6.12	10.9★	9.98	6.76	7.38	7.44	11.0%
土豆/公斤	1.96	2.36	1.98	3.16	1.96	1.98	3.36	1.98	2.34	-19.2%
白萝卜/公斤	1.98	2.56	1.98	1.78	1.98	1.98	1.26	1.98	1.95	18.0%
胡萝卜/公斤	3.38	2.96	3.38	1.99	3.38	2.18	4.56	3.38	3.15	-2.8%
大白菜/公斤	3.98	2.56		3.76	1.98		2.36		2.93	37.6%
西红柿/公斤	4.56	5.98	5.98	5.78	4.56	4.38	7.36	5.98	5.57	6.4%
黄瓜/公斤	3.16	3.10	2.73	3.96	3.16	2.38	3.58	2.78	3.11	20.4%
葱/公斤	3.98	2.58	3.98	5.36	3.96	5.00	3.57	5.38	4.60	-7.5%
姜/公斤	9.98	9.98	17.98	5.96	9.98	9.98	11.93	11.98	10.48	-2.1%
蒜/公斤	9.16	9.98	9.98	5.18	1.98	9.98	10.36	7.98	8.08	-14.4%
圆白菜/公斤	0.98	1.38	1.78	1.94	1.96	1.38	1.52	1.78	1.59	38.0%
芹菜/公斤	4.56	3.98	4.78	1.76	4.56	3.98	3.16	3.98	3.85	31.4%
菠菜/公斤	3.98	3.76	7.98	3.96	1.99★	5.60	5.99	5.98	6.15	-15.4%
油菜/公斤	2.8★	2.56	2.78	1.76	2.8★	6.80	3.38		3.46	41.8%
富强粉/公斤(古船)	3.96	3.40	3.40	3.16	3.96	4.38	3.96	3.40	3.70	-1.9%
大米/公斤	4.98	4.84	5.18	4.20	4.56	6.70	5.56	5.18	5.15	4.9%
玉米面/公斤	4.98	3.74	4.76	11.60	4.98	5.60	4.78	5.98	5.80	5.2%
绿豆/公斤	13.96	11.40	9.98	9.60		13.80	13.98	9.98	11.81	6.2%
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)	8.56	8.58	8.58	9.68	9.68	12.00	7.86	8.58	9.19	10.9%
香油/升(古币)	57.56	55.11	57.56	57.56	57.56	57.78	49.50	57.56	56.09	4.4%
后臀尖/公斤	19.16	13.88	15.96	25.60	17.96	22.4★	24.95	17.98	20.21	-7.5%
前臀尖/公斤	15.96	17.92	15.96	19.00	15.96	21.5★	23.95	15.98	17.72	-20.9%
五花肉/公斤	27.96	23.52	13.96	19.18	19.96	25.5★	37.95	21.36	24.55	-11.5%
牛腩/公斤		59.60	99.96	79.80	37.96	90.00		67.96	72.56	19.4%
羊肉片/公斤	82.80	59.60	95.96	85.60	49.96	121.50	71.60	97.00	83.00	13.1%
鲤鱼/公斤	15.98	19.80	15.98	39.60	15.98	17.60		13.98	19.85	14.5%
整鸡/公斤	17.98	17.80	17.96	13.16	17.98	21.60		19.96	18.06	-5.0%
鸡翅中/公斤	33.96	35.98	35.96	35.98	33.96	50.00	39.96	35.96	37.72	-0.1%
鸡胸/公斤	11.98	17.80	15.98	11.96	11.98	23.90	17.93	17.98	16.16	-17.3%
三元加钙(袋)243克	2.10	2.20	2.10		2.20	2.10	2.10	2.10	2.13	0.0%
加碘盐(中盐)/(350克)	3.70	3.70	3.70	3.00	3.70	2.80	3.00	3.00	2.98	3.0%
白醋/公斤	15.60	9.96		13.00	7.80	13.20	15.40	13.90	12.69	-3.1%

说明:表中各商品价格为该市场最低价。★为会员价

(以上信息由北京市职工物价监督总站提供)



路边银杏叶泡水你敢喝吗?

□本报记者 唐诗

很多人都知道银杏叶对于心脑血管疾病具有防治作用,中成药里也有为数不少的银杏叶制剂,包括口服的银杏叶片、银杏叶胶囊等,以及静脉注射用的银杏叶提取物。于是,有一些人就会以为,银杏叶泡水喝就可以降压降脂,路边上那么多银杏树,摘点叶子泡泡喝岂不经济实惠?问题可没那么简单。

“我们的确知道很多中药尤其是药食两用中药是可以泡水喝

的,比如菊花、枸杞、荷叶、玉米须、胖大海、麦冬等,甚至很多患者就医后的治疗方案中就有代茶饮的药。但是,并不是所有的中药都可以代茶饮,一般都是质地轻浮、气味清新的花叶果实类中药,这样不仅能够有比较好的口感,更重要的是可以通过‘取其气味’从而发挥一定的治疗作用。黄连和熟地黄就一般不会泡水喝,前者太苦,后者属于根类中药质密味重,别说泡水喝

了,如果入药时煎煮时间短了都不行。”北京世纪坛医院药剂科医师金锐介绍。

那么,路边的银杏叶泡水究竟行不行呢?“答案是否定的。银杏叶虽然属于叶类中药,但是不属于常见能够代茶饮的范围。同时,如果想利用银杏叶里面的活血化腐有效成分,需要粉碎再加热回流提取、合并提取液、回收乙醇、喷雾干燥等一系列步骤,与开水冲泡是完全不同的。”金锐表示。

另外,还有一点需要注意的是,就像路边的荠菜、香椿等野菜一样,路边的银杏叶上也沾染和覆盖了汽车尾气、城市绿化喷洒剂等残留物,如果泡这样的银杏叶的话,是无法保证绿色和健康的。

“采摘路边的银杏叶泡水喝的保健行为,不仅达不到预期的保健功效,而且很可能摄入由绿化喷洒和汽车尾气带来的农药和重金属残留。所以,摘路边的银杏叶泡水无法起到对心脑血管疾病的防治作用。”金锐说。

丰台工商分局明确三家市场疏解计划

近日,丰台工商分局与大红门疏解办、南苑乡、大红门街道及城管执法局、国税局、地税局参加专题会研究大红门地区京都世纪轻纺城、京铁鸿都国际轻纺城、北方世贸轻纺城等三家市场的疏解工作。

会上明确了这三家市场都将于指定日期摘除市场招牌并搭建围挡,仅留下必要的2个出入通道,同时要求京铁鸿都国际轻纺城要尽快确定市场疏解方案,并

且配合执法部门进行相关检查,市场方与商户做好沟通,做好商户疏解工作的后勤,保障疏解工作平稳快速推进。

同时,丰台工商分局督促北方世贸轻纺城的经营方要尽快与产权方进行洽谈,将最新的疏解政策和要求与产权方进行沟通,与此同时要配合执法部门进行违法建设的拆除工作,加快疏解工作进度。

马兰



公告
我单位暨北京科技创业企业文化协会拟进行社团法人注销,特此公告。请与我单位有未结清的债权、债务关系的单位和个人自本公告发布之日起45日内进行申报,若超过规定申报期限,则视为放弃法律权利,为避免遗漏,请在规定期限内及时前往我单位进行申报。联系人:刘慧英 联系电话:63780806 联系地址:北京丰台科兴路9号216室 北京科技创业企业文化协会