

防暑, 要看温度也要关注湿度

气温 35℃、湿度 80%时, 人体感觉温度达 56℃以上

本报讯(记者 张炯强)近日, 全国大部分地区进入大伏天。如果这些天你从上海出发, 到北方一些地区出差, 如山东、河南等地, 就会发现, 同样报 35℃的高温, 光照强度也差不多, 在北方一些相对干燥的地区, 感觉没有像在上海这般热。这是为什么? 专家解释, 这主要和湿度有关。上海属亚热带季风气候, 与北方内陆性气候相比, 湿度要大得多, 而湿度越高, 人会感觉越热。

陆大江副教授是上海体育学院运动科学专业研究气温变化与人体运动极限的专家。他说, 最近, 美国国家气象部门根据气温与湿度计算出“酷热指数”, 根据这个指数, 可以计算出同一温度、不同湿度条件下人体的受热程度。

一般来说, 湿度在 50%, 人体感受的温度与实际气温相差不多; 而湿度一旦达到 80%, 人体的感热程度就会远远超过实际温度。比如, 湿度 50%, 温度 35℃, 人体感觉温度是 42℃; 如果湿度达 80%, 人体感觉温度将达到 56℃以上。(详见右表)

陆大江说, 现在我们预防高温, 很多人只看温度, 其实, 湿度也是一个重要的高温高热指标, 所以, 即便气温有所下降, 但发现湿度仍然很高时, 我们仍要做好防暑准备。

预防中暑的措施包括: 外出时, 穿浅色、宽松、通气的服装, 戴帽子; 保持室内空气流通, 补充水分; 避免喝咖啡和酒类等。

实际温度	感觉温度			
	湿度 50%	湿度 60%	湿度 70%	湿度 80%
29℃	29℃	31℃	32℃	34℃
30℃	31℃	33℃	35℃	38℃
31℃	33℃	35℃	38℃	41℃
32℃	35℃	38℃	41℃	45℃
33℃	37℃	41℃	44℃	49℃
34℃	39℃	43℃	48℃	54℃
35℃	42℃	47℃	52℃	56℃以上

感觉温度级别

54℃以上	非常危险, 有可能严重中暑。
41℃~54℃	危险, 有可能轻微中暑, 抽筋。
32℃~41℃	非常小心, 有可能轻微中暑, 抽筋。
27℃~32℃	小心, 长时间户外活动易疲劳。

新民图表

制表 侯信

家政服务 and 母婴护理 有慈善免费培训

本报讯 (记者 邵宁) 为帮助更多外来务工人员掌握职业技能, 市慈善教育培训中心最近得到香港汇丰银行和“联合国职员 1% 发展基金”的资助, 在好事服务技能培训中心开展家政服务员(初级)和母婴护理两个项目的培训, 培训总人数为 200 名。外来人员可参加免费培训。报名电话: 51005898, 地址: 中山北路 1295 号 8 号楼 201 室。

名家科普讲坛 交流家庭教育

本报讯 (记者 马亚宁) 面对孩子的任性、自负、自私、早恋、网瘾等不良现象, 家长该怎么办? 趁着暑假, 家长和孩子的关系能否更亲密? 后天上午 9 时, 第 86 期名家科普讲坛将邀请上海社会科学院青少年研究所所长、上海市家庭教育研究中心主任杨雄研究员, 讲述“独生子女时代的家庭教育”, 围绕亲子关系答疑解惑。

从即日起, 市民可拨打 53827147、53825422、53822040 - 32100 预约登记。

空调风管清洗服务 进入行业自律阶段

本报讯 日前, 上海空调风管清洗协会成立, 这标志着上海的空调风管清洗服务率先进入行业自律管理的阶段。上海同生中央空调公司是本市大楼中央空调专业清洗行业的著名品牌, 是协会的首批会员单位。入夏以来, 公司服务网站(www.tongshengco.com)和服务热线(65981976)备受企业和市民关注。(高峰)

上航 27 日开通上海—釜山航线

本报讯 (记者 金志刚 通讯员 夏本建) 从本月 27 日起, 上航将开通上海至韩国第二大城市釜山的往返定期航线。这条航线 7 月 27 日~8 月 8 日首航期间, 上航还将推出特惠 800 元往返票价。

上航的上海—釜山航线每天 1

班, 由波音 737-800 型客机执行, 每天 14:20 由浦东国际机场起飞, 当地时间 16:50 降落在釜山国际机场; 釜山回程起飞时间为 17:50, 18:20 返抵浦东国际机场。上海与釜山有一个小时时差, 单程飞行时间约 1 小时 30 分钟。

南航 27 日开通上海直飞宿雾航线

本报讯 (记者 金志刚) 本月 27 日, 南航将开通首条上海至菲律宾宿雾的旅游航线。这是目前内地唯一一直飞宿雾的航线。

这条航线采用麦道或空客飞机执行, 每周 2 班来往于两地。去程航班为每周二、五 21 时从浦东机场起

飞, 回程航班为当地时间每周三、六凌晨 1:45 从宿雾起飞。报价基本在 3800 元~4000 元之间。

此外, 菲律宾低成本航空公司宿雾太平洋航空公司计划于 9 月登陆上海。坐该公司的航班从上海直飞马尼拉, 网上销售的往返票价为 1000 元。

上半年沪上近半数药店 药品回收管理不到位

本报讯 (记者 皇甫萍) 市食药监局日前召开座谈会, 通报了药品零售连锁企业专项检查情况。市食药监局今年上半年对全市 31 家药品零售连锁企业的 177 家单位开展了专项检查, 结果如下。

各企业存在主要问题:

- 连锁门店药师配备不到位;
- 擅自变动门店的店长(负责人), 没有及时办理变更手续;
- 近 50% 的药店在不合格药品回收箱的设置和回收处理方面存在问题;
- 门店停止经营(歇业)后没有及时报告和注销。

连锁门店存在的问题:

- 19 家门店购进药品验收不规范, 购进药品没有有效凭证, 无验收记录, 门店代私人诊所进货等;
- 销售不规范, 部分零售门店向医院销售药品;
- GSP 日常管理不规范;
- 17 家门店药品陈列与储存不规范, 冷藏药品放在常温下, 陈列药品拥挤、混乱, 中药饮片出现虫蛀等;
- 检查过程中, 9 家门店执业药师不在岗; 22 家门店处方药销售不规范。

新民网报网互动平台: 请访问 HD.XMNEXT.COM, 在页面搜索框输入文章后编号即可参与互动。博客: 访问记者的博客 详细: 获取更多信息 评论: 发表评论 调查: 参与投票 爆料: 提供新闻线索或与本文相关的信息 征集: 征集新闻线索、征文等

低开高走, 装潢超预算已成了消费者防不胜防的“陷阱”, 一旦与装潢公司签了合同, 消费者便被不断逼着做“加法”。近日有消费者致电 64696141 陈丽娟装潢热线, 如何-----

为装潢价格做减法

天价门槛变形金刚价

华山医院的赵医生年初在浦东购买了一套三室两厅的新居, 跑了一家又一家装潢公司, 选定了一家, 当他拿着设计图纸和预算 9 万元报告, 抱着货比三家的的心情, 将其预算报价表传给了另外两家装潢公司, 没想到两家给出的报价皆比他现在选择的低了很多, 有一家甚至报出了全套 7 万元的价格。赵医生满心欢喜, 最后选择了报价最低的装潢公司, 3 个月, 当赵医生的新居竣工时, 最终高达 11 万元花费总价却让他吃了一惊。

价格怎会差距如此之大? 赵医生查了一下, 心中疑问顿生: 熊猫电线用了 2.8 公里, 怎么会那么多? 但是赵医生没法查, 不懂装潢的他不能一米一米的量。有一个大理石的门槛, 报价近 400 元, 赵医生马上去材料市场查, 反复交涉, 最初价格改成 260 元, 赵医生不同意, 再改为 150 元。赵医生在陈丽娟装潢热线中抱怨: 这天价门槛怎么是变形金刚? 交涉一次变一个价格。自己一项项去“矫正”, 不懂专业的他如何“矫正”?

陈丽娟说: 装潢是非常专业的行业, 让消费者一项项去核对, “矫正”那是不可能的。遭遇家装变更几乎是每一个装潢消费者都会碰到的问题, 即使是再周密的设计, 消费者的想法也会随着工程的推进而有所修改, 小到卫生间的水龙头改换位置, 大到更换某些设施, 这些都叫家装变更。这时候消费者最担心的是, 家装公司会不会借着装潢变更大“斩”一把? 陈丽娟呼吁, 装潢价格不能因为变更做加法, 这需要整个行业的自律, 好的装潢是在性能质量上做加法, 在价格上要尽量为消费者做减法。

做减法。

64696141 陈丽娟装潢热线: “装潢有问题, 找陈丽娟装潢热线”, 已经成了中城消费者在装潢时互相转告的话。自从 2001 年 11 月, 陈丽娟, 这位上海市“三八”红旗手、徐汇区人大代表以自己的名字推出的免费咨询装潢热线以来, 64696141 这条装潢热线越来越被上海人关注。热线开通至今, 已接听电话 9 万余个, 被老百姓称为是解忧热线。

2006 年度她感动中国十大人物之一的林秀秀同获中国经济女性年度人物公益奖。陈丽娟同时也是沪上十大装潢企业中唯一的一位女企业家。

陈丽娟: 教你如何为装潢做减法

到底什么样的价格才是更合理的? 作为知情权极为有限的消费者, 无论是在买原料时, 还是在动工装修时, 心里总是没底, 这样设计是不是合理? 用料是不是安全? 价格是不是更优? 工程质量能否保证? 怎样防止在装潢中价格不断做加法。

陈丽娟说, 装潢预算尽量在方案确认时一次性敲定, 减少装潢变更, 也就防止在变更中防不胜防的装潢价格加法。当然这取决于装潢公司是否正规, 对于一个正规操作的装潢公司来说, 装潢变更并不意味着都是加法, 看陈丽娟家装档案中的变更单

这是陈丽娟旗下刚德装潢的一份家装变更单:

- 减玻璃装饰柱, 549 元;
- 减原槽钢, 3280 元, 增加现槽钢, 600 元;
- 减原楼梯框架, 2900 元; 增加现楼梯框架



装潢热线主持人: 陈丽娟

厨房, 更会增加出水电工程的费用, 而且排水管线的移位只要施工稍不注意, 在未来最易造成如漏水等问题。

相关资料:

陈丽娟请消费者监督二大承诺

随着陈丽娟装潢热线的知名度的提升, 陈丽娟装潢热线对消费者的二大承诺也闻名于消费者。一、质量承诺确保优质物美。陈丽娟旗下的刚德装潢连续二届获全国家居装饰优秀企业。她给消费者的不仅是质量上的保证, 同时她向消费者的承诺是, 提供真正的高质量的服务。所有步骤透明化, 包括一个简单的项目变更都必须经过层层签字, 责任到人。

二、所有材料价格不高于大型建材超市。为确保装潢材料价格的“瘦身”, 刚德装潢与德国原装洁水水管、立丰地板、乐家卫浴、诺贝尔磁砖等一类品牌建材供应商建立了长期的合作伙伴关系。陈丽娟说, 我能保证, 消费者在进入刚德装潢时, 他所享有的家装材料不但货真价实并且价格绝不高于建材超市, 这是我们规模化经营的成本优势, 也是刚德装潢的品牌优势。