全国第十一届残运会暨第八届特奥会

『战火』在龙江点燃

生活报讯（记者**李丹**）9日，全国第十一届残运会首个比赛项目——单板滑雪在大兴安岭加格达奇区映山红滑雪场顺利开赛。此次比赛共有来自甘肃、贵州、辽宁、黑龙江、河北等9个省市区的53名肢体和听力障碍的运动员参赛，将进行坡面回转、障碍追逐、平行大回转、平行回转等16个小项的激烈决逐。开赛当日进行了男子肢体组和女子肢体组SB-LL1、SB-LL2、SB-UL级别的坡面回转比赛，参赛选手分别进行2次滑行，取成绩最好的一次滑行为最终参赛成绩。

残奥单板滑雪是冬残奥会中最年轻的项目，在中国也是发展最快的冬残奥项目之一，是北京2022冬残奥会六个大项之一。此次比赛是全国第十一届残运会暨第八届特奥会的首个比赛，同时，此次比赛邀请世界残疾人单板滑雪比赛技术代表尤里卡·斯坦科维奇担任技术代表，参赛运动员可以获得宝贵的国际参赛积分，弥补了疫情常态下运动员不能出国比赛，造成积分不足无法参加北京2022冬残奥会的风险。

哈市严打
道路客货运输违法违规

存重大隐患 停产整顿

生活报讯（记者**仲亮**）近日，哈市印发《关于开展全市道路客货运输大排查大整治大培训“百日攻坚”行动的通知》，要求各地、各相关部门认真开展安全隐患大排查，建立健全安全生产长效机制，严厉打击道路客货运输违法违规行为。

按通知要求，此次“百日攻坚”行动从4月1开始至7月9日结束，重点做好客货运输安全隐患大排查、突出问题大整治和各类人员大培训三项任务，按照“应检尽检、能检尽检”原则，做到企业自查100%、区县（市）检查100%。要求企业严格按照隐患整改“五落实”要求进行整改，各区县（市）公安、交通运输等部门全面检查，做到企业检查“全覆盖”，问题隐患全整改。紧盯重大隐患和严重非法违法问题，加强明查暗访和突击检查，对发现的隐患和问题，要依法提出处理意见。对存在重大隐患的企业，要依法停产整顿，实施挂牌督办、跟踪督查。对开展行动不力、不履行职责、监管不到位、措施不落实、失职渎职导致事故的单位，要依法依纪严肃追究相关单位责任和人员的责任。

单注最高2299万

大乐透派奖首期 开出7注一等奖

生活报讯（记者**杨镭**）10日，体彩超级大乐透迎来“10亿元大派奖”的首期——第21039期开奖，前区开出号码“04、12、14、21、35”，后区开出号码“02、11”。本期全国销量为3.92亿元，为国家筹集彩票公益金1.41亿元。

本期全国共开出7注一等奖，其中4注为单注奖金2299万元（含800万元追加奖金+499万余元派奖奖金）的追加投注一等奖，出自浙江杭州、山东烟台、广西桂林、四川内江；另外3注为单注奖金1000万元基本投注一等奖，分落山东济南、贵州贵阳、陕西渭南。二等奖开出94注，每注奖金20.01万余元；其中52注采用追加投注，每注多得奖金16.01万余元，另外还有派送奖金14.42万元，追加后二等奖单注总奖金50.45万元。

奖池方面，本期开奖结束后，9.09亿元滚存至4月12日（周一）开奖的第21040期。届时，一等奖派奖2000万元，二等奖派奖750万元，固定奖派奖余额为4.27亿元。

大乐透派奖季 龙江体彩加送好礼

生活报讯（**王明琛** 记者**杨镭**）全国范围内的大乐透10亿元大派奖已经开启，在此基础上，我省体彩也推出全新惠民活动：4月10日、4月17日、4月24日和5月1日连续4个周六，每期产生4500个幸运奖，总共有18000套旅行茶具回馈我省购彩者。

据了解，本次活动期间，凡在黑龙江省内采用追加投注方式购买超级大乐透游戏，且单张彩票投注金额15元以上（含15元）的购彩者均可参加抽奖，由系统随机产生幸运奖中奖者。当彩票正面地址栏出现：“恭喜您获得旅行茶具一个，感恩公益有你，超级大乐透10亿大派奖”字样时，即中得旅行茶具一个。幸运奖可在体彩销售网点，或当地体彩中心领取。

此次促销活动，符合条件的胆拖、复式、多倍投注等均可参与，但每张彩票只限参与一次活动，多期票和外省票不得参与。这里还有个兑奖时间的重要提醒：自购买彩票之日起10个工作日为幸运奖兑奖期，逾期不再予以兑奖。

体育彩票
黑龙江省体育彩票管理中心协办

近日，牡丹江市体彩中心组织志愿者深入社区，清除越冬痕迹，扮靓小区环境。活动当天，志愿者们主要任务是清理清运户外的垃圾杂物，抢铲残土、清理旧广告布以及小区路面的碎纸、塑料袋，利用一上午的时间，还小区一个清新环境。 杨桂辰

沁园茶庄
沁园茶庄
普洱茶
疫情不挡茶香，春季来临，茶来袭。沁园茶庄疫情期间推出几款特惠古树茶。
普洱生茶：邦葳纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。
普洱熟茶：班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小坨。
联系电话：13204518939
广告勿扰

声明 注销
通知 寻人
业务办理电话
89682777
15504651777

“浓度”涨涨涨 花粉季又来了

避免鼻子“中招”看这里

生活报讯（记者**周琳**）春光无限好，只是“花粉季”又到。10日，记者从哈尔滨市第四医院耳鼻喉科了解到，根据往年花粉监测结果，哈市区树本花粉的高峰期大约在20日左右，过敏高峰期即将到来。

10日，第四医院花粉浓度监测结果为：平均每千平方毫米2198粒。据悉，每年的这一时节，春回大地，万物复苏，各种树本花草竞相开放，但也是过敏性鼻炎患者苦不堪言之时。

为此，医生提醒广大花粉过敏患者做好如下防范：

1.注意鼻腔卫生，避免过度劳累，适当增加体育运动，戒烟酒，少吃辛辣刺激食物；

2.尽量少去树木花草多的地方，少开窗，出行戴口罩；

3.多冲洗鼻腔，提前预防用药；

4.擤鼻涕时要注意，先压住一侧鼻孔，再擤另一侧，交替擤鼻，不要太用力，切勿两侧一起用力擤鼻；

5.得了鼻炎千万不要乱用药，应到正规医院诊治。

七旬女子双手总抖 怀疑得了帕金森

专家：手抖不一定是帕金森

生活报讯（**王甦 杨敬慧** 记者**周琳**）最近，70岁的吴女士总感觉双手有点抖，怀疑得了帕金森病，于是来到哈尔滨市第五医院。经查，吴女士并没有得帕金森病。大家对于帕金森的印象都在于手抖，但事实真的如此吗？11日是世界帕金森日，第五医院神经内科医生结合实际病例进行解读。

吴女士就诊时，向医生表示要开一些治疗帕金森的药物，还咨询医生服用药物的剂量是否可以增加一些。神经内科医生边凤明问吴女士什么时候确诊的帕金森？日常都有什么症状？服用药物的剂量等。可吴女士却表示，并没有到专业医院检查，只是最近一段时间出现了双手抖动的情况。并且一旦情绪激动，抖动的情况还会加剧。边凤明在为吴女士查体时发现，吴女士的头部和手部都会出现抖动的情况，但是肌肉力量并没有减退，且动作也未见迟缓。因此诊断吴女士并不是帕金森病，服用治疗药物并不会有效果。

“在门诊接诊中，会有一部分患者出现抖动的情况时，就会认定自己是帕金森的前兆，因为担心病情发展过于迅速，所以就会自行服药。但是到最后却发现所患的病症并不是帕金森，所服药物不仅没有治疗作用，反而延误了治疗。”边凤明表示，并不是所有的手抖都是帕金森，也不是帕金森都会出现手抖。

据介绍，帕金森是一种尚未确认致病原因的疾病，目前医学界认为可以诱发帕金森的主要原因包括：年龄老龄化、遗传因素等。在年龄过了55岁以后，就属于帕金森的易发年龄。那么有什么方法能通过自检来发现是否患有帕金森呢？边凤明介绍，在日常生活中应该注意：一是看是否有不自觉的震颤包括手抖、脚抖、头抖等情况；二是走路时手脚是否正常摆动、移动；三是睡觉时翻身是否容易。如果有以上症状，应立即就医。

关注世界帕金森日

延伸

我国帕金森病人或超300万

帕金森病是以运动和非运动症状为特征的中老年神经系统退行性疾病，其主要症状表现为运动迟缓、静止性震颤、肌肉僵直及姿势平衡障碍等，严重影响患者生活质量。

有公开数据显示，中国65岁以上的老年人帕金森患病率为1.7%，据此推算，中国的帕金森病人数量或超300万，被称为“不死的癌症”的疾病。

怎样预防帕金森病？

帕金森病发病是多因素的，目前认为是遗传和环境共同作用的结果。

携带某些基因会导致帕金森病发病的高风险，有些环境因素(例如重金属、杀虫剂等职业暴露)会让本病更容易发生，还有些患者的发病与年龄的老化不无关系。已知的环境致病因素提醒公众在职业和环境接触中，要尽可能避免或减少有害因素的暴露。

此外，近年来的研究也发现了一些具有保护性的因素，例如体育锻炼、咖啡因等。太极、瑜伽、探戈等活动也被证实可以延缓帕金森病患者的病情进展。

因此，健康的生活方式和体育锻炼看来仍然是普适的健康法则，对于帕金森病也不例外。

据中国新闻网

统一标准、统一材料、统一颜色

灯杆电杆“换新装”

生活报讯（记者**李丹**文/摄）记者获悉，哈市道外区辖区内的各类杆体经过长时间风吹日晒，造成了不同程度的老化、脱皮、锈迹斑斑等现象，不仅影响美观，也对城区整体环境造成影响。道外区城管局优化街区视觉环境，连日来组织专人，对辖区内的电线杆、路灯杆进行了统一的油饰粉刷工作，使得街区秩序环境提档升级。

据悉，为确保此次粉刷工作取得实效，提升路灯杆、电线杆的整洁度和美观度。道外区城管局通过拉网式排查，将粉刷工作进行科学部署和区域划分。在油饰粉刷前作业人员使用扁铲、砂纸进行小广告擦拭及细致除尘作业，使杆体表面平滑清洁，而后按照统一标准、统一材料、统一颜色，在距地面2米处，利用长滚刷、小毛刷等工具，使用油漆、乳胶涂料，逐根进行油饰粉刷，特别是对锈蚀严重、小广告较多的个别路段进行重点粉刷，粉刷后的灯杆电杆焕然一新，靓丽整洁。

截至目前，道外区城管局共出动作业人员400余人次，累计粉刷油饰辖区内电线杆、路灯杆1100余处。

冰城垃圾分类进行时

捣碎处理 加入适量配料 7天发酵 变成营养土

我省首个社区厨余垃圾处理站 好环保！

生活报讯（记者**李丹**文/摄）厨余垃圾桶被机械自动抬升到半空，厨余垃圾倾倒进绿色的大箱里，而后是一系列处理……大约7天之后，这些厨余垃圾就会变成营养土，成为社区、家庭绿化的花土，也是农业种植的有机肥。

日前，我省第一个分布式厨余垃圾资源化处理站，在哈市道里区安信街31号正式投用。据悉，该设备系统利用小区空闲场地及垃圾转运间，采用有氧发酵工艺，让居民小区内厨余垃圾就地变成营养土。

现场，技术人员展示了该设备系统变废为宝的流程。该设备的主体是一个类似集装箱的大绿箱，厨余垃圾桶里的垃圾可以通过机械设备自动被倾倒处理系统。厨余垃圾被倒入大绿箱后，机器首先要对厨余垃圾进行捣碎处理，然后自动加入适量配料，促进其发酵，经过7天发酵，厨余垃圾就变成了营养土。

该设备系统体积并不大，在居民小区空闲场地或社区的垃圾转运间就能安置。设备采用旋转式工作原理，可实现均匀发酵，一般日处理能力在5吨左右。

同时，该设备系统不受外部温度影响，即使在气温很低的冬季仍可进行发酵处理。

该设备具有运行成本低、能耗小的特点，可有效解决目前厨余垃圾集中处理面临的难度大、工艺复杂、成本高、转运路程远、易造成二次污染等问题，实现社区厨余垃圾处理就地化。