

中招提前批次投档线公布

最高700.5分,最低621.5分

晚报讯 昨天,市教育考试院发布公告,宣布2021年南通市中考提前批次(乡村教师定向培养)投档线。

据此次公布的投档线显示,本次报考南通师范高等专科学校提前批次(乡村教师定向培养)的36

个专业中,分数线最高为小学教育(紫琅一小)和小学教育(启东)两大专业,均为700.5分;分数线最低为体育教育(如东)专业,为621.5分。

据了解,乡村教师定向培养是我市深化教师队伍改革的一项重要举措。之所以创新性开展此项

工作,是因为初中毕业生年龄较小、可塑性强,容易培养热爱教育的职业情意和全面扎实的教学基本功。同时,定向培养也有利于师范学院整体设计课程体系,从容进行专业训练,提高师范生培养的质量和效率。
记者沈樑

南通全力保障“菜篮子”供应

蔬菜日供量达1900吨,品种超150个

晚报讯 随着夏季高温多雨天气来临,本地蔬菜供应进入了传统“夏淡”。昨天,记者从通农物流获悉,为了保供稳价,确保“菜篮子工程”持续稳定,通农物流蔬菜区积极调动商户对接山东、福建、云南、兰州等蔬菜基地资源,使这些产区的蔬菜能够快速调运市场。据统计,目前蔬菜日供量达1900吨,品种达150多个,价格总体稳定。

近期,蔬菜迎来上市期,日进

场量30~40吨,品种包括甘蓝、有机花菜、莴笋以及西蓝花,批发价格分别为1.2元/公斤、3.06元/公斤、2.89元/公斤、5.53元/公斤。其中,甘蓝环比上涨50%,主要原因是本地甘蓝销售期将结束,兰州、张北一带的甘蓝上市,但运输成本相对较高。“6月初开始,我每天进一车兰州货,销量可观,后期还会加入毛芹等多种特色菜品,拓宽蔬菜销路。”通农物流蔬菜区任老板透露。

据通农物流蔬菜区负责人介绍,

梅雨季节给本地蔬菜生长、采收、运输带来诸多不利影响,蔬菜区对此采取了保供、调运等多项措施。目前,市场内兰州、云南等地的客菜形成了有效补充。虽然雨水天气依然不断,但随着入场量增加,蔬菜价格仅有小幅波动,上周蔬菜平均批发价3.17元/公斤,与前一周几乎持平。

夏令水果竞相上市,目前销售品种以水蜜桃、葡萄、西瓜为主。随着天气好转,水果行情不断上涨。
记者严春花 通讯员何岸芷 康倪

健身专家提醒大家: 逆转脂肪肝,运动是良方



王进东(左)和同事交流运动心得。 记者王全立

晚报讯 参加单位组织的体检时就会发现,一些体形较瘦的同事也患有脂肪肝。这完全颠覆了大家心目中“胖子才会得脂肪肝”的传统观念。昨天,南通练家健身中心汇金国际店教练王进东提醒大家,得了脂肪肝并不可怕,关键是学会运动配合饮食调整,坚持一段时间后,脂肪肝就会“不翼而飞”。

王进东解释说,肝细胞内本身就存在少量脂肪,如果因为长期酗酒、肥胖等原因,脂肪在细胞内过度堆积,就容易引起病变。久坐人群运动量比较少,易堆积脂肪。即使看上去脸部、四肢比较瘦,也有患脂肪肝的风险。“大家也不用太过恐慌,只要找出病因,有的放矢地采取措施,脂肪肝是可逆的。”

“有氧运动是治疗脂肪肝的有效方法之一。”王进东介绍说,比如可以选择跑步、踩椭圆机或通过划

船机进行锻炼。在此基础上,还应该提高一下肌肉含量,适当进行一些力量训练,比如进行胸背、腰腹部训练,做卷腹、平板支撑等加强腰部核心力量。

王进东提醒大家,除了运动,控制饮食也很重要。日常饮食应当以低脂饮食为主,避免吃高糖、高脂、高热量的食物,不要喝酒。要多吃蔬菜水果补充维生素,适当补充优质蛋白,像鱼、瘦肉、鸡蛋、牛奶等等。
记者王全立



南通法院首个“支云e站”启用

“家门口”邮政网点立案,15分钟办结

晚报讯 昨天上午,南通开发区小海法律服务所的法律工作者倪信智走进南通开发区中国邮政营业厅内的“支云e站”,为自己代理的一起买卖合同纠纷立案。在现场工作人员的协助下,他通过面前的电脑认证身份信息,随后把诉状等材料扫描成电子文档,上传到南通开发区法院,法院初步审查符合条件后批准立案。仅用15分钟,他便拿到案号,完成了立案。

当天,南通法院首个“支云e站”正式启用。作为“支云e站”的首位体验者,倪信智为法院的这项创新举措点赞:“以往在网上立案后还要再把材料送到法院,现在‘家门口’就能立案,为我节约了不少时间。”

近年来,全市法院坚持以人民为中心的发展思想,大力推进一站式多元纠纷解决和诉讼服务体系,不断提升化解纠纷、服务群众的能力水平,努力为人民群众提供方便快捷、智慧精准、低成本、多样化、一站式的诉讼服务,取得了积极成效。而从队伍教育整顿中“开门听民意”收集的意见建议来看,不少群众尤其是偏远地区群众打官司不便问题依然存在。



在邮政公司营业网点设立“支云e站”,是南通中院与中国邮政南通公司继“1+9”集中送达模式改革后的又一次合作,将利用邮政网点遍布城乡的优势,在全市34个基层人民法庭无法覆盖到的区域,帮助有需要的群众实现网上立案、联系法官、流程信息查询、文书查询、网上阅卷、参与网上调解、网上庭审等多种诉讼需求,打通了诉讼服务“最后一公里”,解决了偏远地区群众打官司不便问题。与普通自助立案不同的是,“支云e站”有专人提供服务,“手把手”帮助诉讼当事

人现场立案,为其解决在立案中遇到的疑问。

据介绍,下一步,全市法院将推进建设22个“支云e站”,实现对偏远地区的全面覆盖。全市法院干警和邮政网点将把“支云e站”工作融入基层社会治理格局,融入一站式多元解纷体系,融入群众多元司法需求,为群众提供菜单式诉讼服务,落实“一次办好”“马上办”“及时办”项目清单,切实解决人民群众在“打官司”过程中的急难愁盼和堵点痛点问题。
记者王玮丽

顺和房产 崇川区北园新村3-103 15851390360	买房卖房 顺和帮忙
城中三双学区 52㎡ 1-1湾子头新寓 精装稀缺总价 252万	壹城水清木华 稀缺洋房大平层 238㎡ 随时看房 530万
启秀学区电梯房 82㎡ 2-1 濠韵经典 满五唯一 仅271万可议	北城名邸 98.5㎡北城中小学双校区 精装两房 230万含车位
天润家园104㎡ 精装修2室电梯房 含8.8㎡车库 220万	招商雍华府 118.3㎡ 前排 采光和视野非常好 诚意 238万
天虹花园 156㎡ 4-2 三开间朝南 含15㎡车库 312万	雅居乐花园 99.31㎡ 3-2 含家具家电 满二 诚意 189万
佳期漫洋房 142.97㎡精装5室 南北通透 诚意 330万	性价比超高 皇家花园143㎡ 4-2 含家具家电 满二 285万
骏和棕榈湾 137㎡ 3-2 南北通透 东首户 毛坯3室 308万	中创区 空中别墅 国城璟府 205㎡ 前排稀缺户型 540万
中南世纪花园138.5㎡ 精装修送大家具 有车位 306万	春风南岸 4-2 136㎡ 视野开阔 采光无遮挡 270万
中南世纪花园 131㎡ 精装3房 双阳台 随时看房 312万	一附一中空学位 海港新村 3-1 采光很好 含车库车位 182万

鹏展中介 濠东路99号 85513839 13776917318 东昇花园 4/6 132㎡ 车17㎡ 急售 315万 北濠桥东村 5/6 83㎡ 车7㎡ 急售 179.8万 易家桥底楼 44.2㎡ 急售 90万 城北家园 27/28 133.5㎡ 车11㎡ 急售 239万 望江楼 底楼带五间店铺年租金十万 三区学区房急售 339万 花城三期店铺 77㎡ 可隔二层 急售 268万 濠南路店铺 124㎡ 市口好 急售 500万 王府大厦南景观房 230㎡ 3学区急售 2.7万元/㎡	久和中介 莘园路市级机关第二幼儿园东侧 85113759 15051270211 五山花园 3/车 93㎡ 2-2简装 南车库19㎡ 156.8万 桃坞路服饰城 4/6 117㎡ 3-2 精装 空学位 275万 越江新村 3/车 90㎡ 3-1 精装 南车库21㎡ 156万 龙田花园 1/车 95㎡ 2-2 毛坯 车库13.5㎡ 112万 益兴名流府 1楼127㎡ 3-2 精装有院子 急售 360万 光明南村 1/6 64㎡ 2-1 简装 空学位 153.8万 东升花园 2/车 147㎡ 3-2 精装 车库20㎡ 358万	银河中介 城海澜东小港镇60米北园新村3幢18店面房 13862968413 15950810928 华强城 10/电 4室 2厅 2卫 167㎡ 送入户花园8㎡ 345万净 北濠桥新村 3/6层 2室 1厅 67㎡ 中档精装 132万 百花苑 5/6层 3室 1厅 1卫 98㎡ 精装车库10㎡ 175.8万 易家桥华苑 1/车 2室 1厅 99㎡ 精装车库10㎡ 205万净 保利香槟 17/电 4室 2厅 2卫 153㎡ 楼王位置 312.8万 九里香堤 1/4层 167㎡ 地下室160㎡ 含车位 【花园80㎡】450万净 龙潭福里 4/18层 3室 1厅 1卫 117㎡ 车库11㎡ 159.8万 绿城兰园叠复式楼3-4/6层 215㎡ 开发商精装 688万	天安中介 江景苑菜市场南门外 85595336 13390945336 有土地 厂房 出售 专做 厂房 商铺 办公楼 住宅买卖 代过户 免费登记 面议 紫东南苑 3/18 三室朝南 双阳台 阳光充足 车库30㎡ 毛坯 有钥匙 急售 245万 天安花园 1/5 三室阳光厅 143㎡ 豪装 有院子 空学位 445万 万濠福园 9/11 四室阳光厅 153.5㎡ 车库 17.5㎡ 另房 精装未住 随时看房 365万净 兆丰里 2/6 三室阳光厅 123㎡ 精装 空学位 318万 天安花园 12/15 四室二厅 168㎡ 精装 五期 景观房 499万 苏建花园 7/16 二室二厅 110㎡ 豪装 汽车位1个 自行车库16㎡ 275万	东宝房产 望江楼6号楼 18751300199 18862947639 1912中/电 128㎡ 3/2/2 还含车位 运河景观 325万 王府大厦 90㎡ 3学区 285万 颐和花园 6-7/电 163㎡ 南车库25㎡ 278万 万象东园 4/6 64㎡ 家电全新地铁口 115.8万 黎明花园 4/车 113㎡ 3/2 10㎡ 新装满五 218.8万 九里香堤洋房 200㎡ 5/电 毛坯还含车位 428万 银花苑 66.5㎡ 4/6 275万 五山公寓 135㎡ 4/5 车库21㎡ 简装 195万
天苑中介 文峰路15号文峰桥北首 15862825879 万科星洲连体别墅 建153㎡ 实际面积400㎡ 450万 华强城 中国电梯 建167㎡ 运河景观 户型很好 5室2厅2卫 345万 星光城中层/电梯 建130㎡+储藏室 阳光好 318.8万 天虹花园4车房 建130㎡+14㎡ 车库 毛坯 255万 皇家花园7/电梯 建114㎡+车位 精装很好 235万 三皇墩花园 中上118楼 景观很好 建96㎡+17㎡ 车库 精神很好 南北通透户型很好 220万 天虹花园店面房 建82㎡ 层高4.8米 租金4.2万元/年 140万	家乐中介 物价大楼一楼北侧(钟楼广场东侧) 18912270383 13057019586 时代悦城 9/电 3阳光厅 115㎡ 精装 278万 虹桥南村 5/6 2/1 54.07㎡ 精装 81.8万 龙潭福里 5/电 2/1 86.55㎡+15㎡(车库)全新精装拎包入住 112万 公园南苑 6/电 2/1 98㎡+16㎡(车库) 168万 青青家园连体别墅 1-3层+地下室 350㎡ 毛坯未住人 535万 万科白鹭湾(洋楼) 5/6电3阳光厅 115㎡+车位 精装 180万 怡园新村 2/车 2.5/1 92㎡+9㎡(车库)精装 160万 城市之光 14/18/4/2/2 142㎡ 精装 338万(净)	梦路中介 城南小学对面 15962750368 15950810021 裕丰广场X/电 3-2 156㎡ 南北通透 简装 372万 裕丰广场X/电 1-1 76㎡ 精装 180万 城南二村 4/6 2-1 71㎡ 精装 朝晖一附空学位 146.8万 青年路新村2/4 2-1 57.8㎡ 简装 启秀空学位 160万 滨河东城3/车 2-2 96㎡ 车10㎡ 毛坯 150.8万 段家坝花园3/车 2-1 75㎡ 南车18㎡ 简装 158.8万 怡安花园3/车 4-2-2 194㎡ 车17㎡ 精装 390万 民心花园4/ 车 2-1 70㎡ 车25㎡ 全新装修 145.8万	无忧谷房产 中天福邸3-3号 18862748237 全先生 九里兰亭双拼别墅 328㎡ 486万 爱玛花园双拼别墅 243㎡ 580万 东郊庄园双拼别墅 325㎡ 526万 万科白鹭郡双拼别墅 165㎡ 780万 水清木华联排别墅 231㎡ 900万 文峰怡景园联排别墅 220㎡ 1180万 星光城洋房复式带花园 174㎡ 送地下室 630万 本公司诚招业务员,带您一起共赢	

《江海晚报》
二手房广告
——花钱少,效果好,为您带来无限商机
广告投放热线:68218965