

最长14天免费“拎包入住”

## 市区首家青年人才驿站启用

晚报讯 今年3月,作为南通市区首家青年人才驿站,创新区青年人才驿站正式揭牌。经过100余天的精心筹备,创新区青年人才驿站于昨日正式启用。

创新区青年人才驿站位于崇川区通富南路与兴通路东南角的紫琅人才公寓内,是聚焦来通回通青年实习就业的过渡期,围绕来通青年生活、求职、交友的主要需求,打造的集短期住宿、信息获取、学习成长、互动交流等功能于一体的综合服务

平台。原则上,来通求职的高校毕业生,每人每年可申请入住不超过2次,每次不超过7天。

驿站内,每个房间都配有冰箱、微波炉、无线网络、空气净化器、独立卫浴等生活设施,青年人才可免费“拎包入住”。驿站公共区域配套建设书吧、共享空间、会议室、多功能厅、休息区等,并不定期举办各类互动交流等活动。此外,创新区还创新青年服务形式,由紫琅科技城园区内企业家、创业业

内人士组建的大咖导师团队,酒店服务人员组成的“金牌小管家”团队,保障青年人才的日常生活,并在就业创业、面试技巧、入职交流等方面提供指导。

据了解,入住青年驿站,需要经过网上申请、后台审核、到店办理入住等流程。青年人才可关注“南通紫琅科技城”微信公众号,点击菜单栏“青年驿站”专区,即可进入创新区青年人才驿站申报界面。

记者吴霄云

关于母乳喂养,以下几点必须牢记  
产科专家支招母乳喂养

晚报讯 每年的8月1日至7日为“世界母乳喂养周”,今年的主题是“母乳喂养促进,健康教育先行”。昨天,通大附院产科专家向记者介绍了母乳喂养需要关注的几点问题。

提倡“三早”,即早接触、早吸吮、早开奶。

早接触指的是新生儿在出生后尽可能早的与妈妈进行皮肤接触,可以增进母子感情,也可以促进母亲泌乳;早吸吮就是说孩子出生30分钟内,就要吸吮妈妈的乳房,可以刺激乳房产奶;早开奶说的是孩子出生30分钟内,通过宝宝勤吸吮,妈妈就可以尽早开奶。

产后感觉不到奶涨就是奶量不足,需要添加配方奶?

很多新手妈妈在哺乳时,都会担心宝宝吃不饱,有的认为感觉不到涨奶就说明奶量不足。实际上,每个人的感觉是不一样的,涨奶一般发生在哺乳尚未稳定时,当乳汁分泌与宝宝进食平衡后,就不会再有涨奶的感觉了。有的新手妈妈觉得自己奶水很少,担心饿着宝宝,就给宝宝添加配方奶粉。其实,乳汁的分泌是根据宝宝的成长不断变化的,最开始,宝宝的胃口还很小,一点点

乳汁就足够了,所以母乳也会相对少一些,随着宝宝慢慢长大,胃容量增加,母乳的分泌也会慢慢增加。

那么应多久喂一次奶?还是只要宝宝哭了就喂?

有些妈妈为了培养宝宝定时进食的习惯,坚持定时给宝宝喂奶,但什么时候要喂奶,发言权在宝宝。新生儿的胃容量是一直在改变的,所以如果宝宝表现出来一些饥饿的信号,一定要及时哺乳。特别是刚出生的前几周,宝宝的胃容量很小,需要频繁哺乳才能满足所需,这时如果宝宝的睡眠时间过长,可以叫醒喂奶。

母乳喂养过程中妈妈的饮食需要注意些什么呢?

饮食应该主食种类多样化,米面混吃,精细并用,营养素搭配,蔬果兼用,少食多餐,产后3天内最好吃些清淡而易消化的食物,之后增加富含蛋白质的饮食,注意补充维生素及矿物质含量丰富的水果蔬菜。总有人认为产妇多喝乳白色浓汤可以帮助乳汁分泌,实际上这些乳白色的浓汤是脂肪被蛋白质包裹后的乳液而已,不但对身材恢复,还容易导致堵奶。

通讯员李婷婷 记者李波

房源发布展示平台上线两月  
挂牌房源数百套,实现人脸识别一键发布

晚报讯 动动手指点开市房产交易中心“通房e办”微信小程序,打开主页面“我要买房”,进入房源信息列表,通过设置价格、面积、房屋类型等条件筛选出合适的房源,再通过页面的联系方式,即可直接与卖房人取得联系。记者昨天从市房产交易中心获悉,自从房源发布展示平台上线两个月以来,已挂牌房源数百套,基本涵盖了主城区(崇川区、开发区、苏锡通园区)的主要楼盘。

自从今年6月房产交易中心“通房e办”微信小程序正式推出了房源发布和展示平台,买房人和租房人通过人脸识别,在线填写价格信息和联系

方式,即可一键完成发布。买卖双方协商一致后,可前往房产交易中心窗口(房产交易大厦二楼大厅、市政政务中心及原港闸便民服务中心窗口)办理后续过户手续。

“平台上线两个月以来,从月度成交数据来看,自行成交比例持续保持在40%以上,平台的社会效益正持续显现。”市住房交易中心负责人介绍说,房源发布平台实现了人脸识别一键发布,大大简化了房源发布流程,能够自动获取不动产登记数据,确保了房源真实可靠;页面同步展示房源核验信息,房屋的抵押、出租、限制权利等状况一目了然;发布时卖

方可自选多种联系方式,在实现买卖双方直接沟通的前提下,有效保障个人隐私;平台不收取或变相收取任何费用;前期推出的房源核验和存量房资金监管等业务,也为自主交易提供了安全保障。

记者从市房产交易中心获悉,发布平台的上线,有效规避了虚假房源和不良中介,对进一步规范存量房交易市场行为起到很好的推动作用。交易中心将在“线上、线下”进一步延伸服务末梢,在“通房e办”推出“线上合同备案”服务,买卖双方无需前往办事窗口,即可在掌上完成二手房交易合同备案。

记者蒋娇娇

始于汉代,兴于唐代,盛于清代  
非遗美食“兴化早茶”落户通城

晚报讯 记者昨天从南通市饭店与餐饮业商会(协会)获悉,为了推动本地餐饮行业和酒店行业的发展,非遗美食“兴化早茶”正式落户南通,首场纯手工美食品鉴会于1日在南通绿洲国际假日酒店举行。

据了解,兴化早茶属淮扬风味,始于汉代,兴于唐代,盛于清代,素有“东南第一佳味,天下之至”之美誉。此次,非遗美食兴化早茶将首个南通门店

设在南通绿洲国际假日酒店,为南通本地美食文化又增添了一个新内容。

为了将正宗的“兴化早茶”带到南通,“兴化早茶”的非遗传承人朱耿祥先生被聘请到门店担任总厨。他14岁时就与“兴化早茶”结缘,如今72岁的他仍然奔波在“兴化早茶”技艺传承的路上。记者注意到,品鉴会上备受大家推崇的包子、蒸饺、油条、鸡汁小馄饨

都烙上了“兴化早茶”独特的文化气息。

“兴化的包子面发得都比较泡,个头儿大,轻咬一口,面香四溢,犹入温柔乡。”朱耿祥先生介绍说。

“我特别喜欢吃这个灌汤蒸饺,一口咬下,汤汁灌入口中,鲜甜可口,肉香满满,吃后让人回味无穷。”一名来参加品鉴活动的市民杨先生表示。

记者李波

## 更俗剧院

最新演出信息

动画《小马宝莉:新世代》  
沈腾、马丽、常远主演《独行月球》  
洪天明、吴镇宇主演《七人乐队》  
桑德拉·布洛克主演《迷失之城》

9月16日19:30——绍兴小百花越剧团《何文秀》  
9月17日19:30——绍兴小百花越剧团《狸猫换太子》  
9月24日19:30——爱乐之城一金文彬钢琴独奏音乐会

扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。  
更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>  
售票热线:85512832 服务监督:85528668

## 体彩情报站

南通体彩热线电话:83512819、81027380

## 福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

## 体彩大乐透买指定复式不中也有奖

刚刚结束的大乐透10亿大派奖活动令广大彩友意犹未尽,为回馈我省众多大乐透购彩者,江苏体彩将在这个火热的夏季继续开展派送活动,为江苏彩友独家打造大乐透“买指定复式 不中也有奖”活动。

本次活动自体彩大乐透22071期(2022年6月25日晚开奖)开始至22088期(2022年8月3日晚开奖)结束,预计18期。活动期间,凡在省内体彩实体店购买大乐透指定复式票且未中奖的(多倍票按倍数计算,多期票不参加),购彩者可凭彩票至省内任一体彩门店兑付赠票。具体投注方式及对应赠票金额如下:

投注方式	基本投注赠送彩票(元)	追加投注赠送彩票(元)
6+3复式	4	6
7+3复式	12	18
8+3复式	42	63
9+3复式	120	180
10+3复式	336	504

活动期间,购彩者符合条件的未中奖票至体彩实体店兑付赠票,实体店将未中奖票通过终端机扫描验证自行手工出票。赠票兑付截止日期为活动结束后第10个自然日,逾期未兑者视为放弃。

公益体彩 乐善人生

## 申办福彩投注站的朋友们看过来!

想在南通市区开一家福彩投注站该如何申请?只要您符合以下条件就可以啦。

首先,申请人必须是南通市常住户口,年龄在18周岁以上60周岁以下,中专以上文化程度。申请人本人必须直接参与彩票销售工作,连续销售时间不少于4小时/天。可根据自身条件开设国标专营店、普通专营店、双彩店或兼

营店。申请的店面与其他福彩站点步行距离不少于200米,但同一区域(如同一小区、同一区位)内,为保护老站点利益和可持续发展,不再新增投注站。

申请人须提交本人身份证、户口本、学历证明、结婚证、联系电话等原件、复印件,材料不全不予登记。详情请咨询南通市福利彩票发行中心市场部。

福彩双色球 2元可中1000万