



# 投靠朋友可落户一线大城市?

## 记者调查:部分城市可实现



今年以来,户籍制度改革持续深化,包括广州、深圳、南京、武汉、郑州、西安等多个一二线城市对户籍政策实施进一步调整。户籍政策壁垒加速破除,在部分城市抢跑“零门槛”落户的环境下,关于“投靠朋友落户”也引发热议。

近日,红星新闻致电了多个省会城市或经济、人口大市的相关部门,询问相关户籍管理政策。记者了解到,只要满足一定的条件,在上海、深圳、杭州、海口等城市,可以将户口挂靠朋友户口下;也有城市户籍管理咨询电话接听人员明确表示,非直系亲属关系者不可将户口挂靠。

11月14日,一名网友在“深圳政府在线”互动交流中询问,“我本人和小孩现在户口在南山区派出所辖区内,我想通过市内移居的方式,挂靠到宝安区朋友的家庭户。请问需要准备哪些材料,怎样办理?”

11月16日,深圳市公安局的回复内容中提到,“投靠人属于已挂靠朋友或其他亲属家庭户的,经户主到场同意,其成年子女、配偶、父母可迁入该家庭户。”

记者在调查中了解到如下情况——  
南昌市:若南昌本地一人有房,外地非亲属朋友想要“投靠”南昌本地朋友的话,只需要本地朋友同意落户的书面说明,外地朋友准备好相应的材料,就可以落户。

杭州市:若杭州本地朋友持杭州本地产权

房产证,外地朋友未婚且在杭州无房,外地朋友在满足落户杭州的条件下,经本地朋友所在房屋的房主同意后,可以和朋友落户在一个户口上。

海口市:如果两个人的条件均满足落户海口的条件,且共同在海口购买一套房产,那么两人均可落户在同一个户口上,但只有一人能当户主。

合肥市:如果双方合伙买房可以落在同一个户口上,只能一人是户主,另一个非亲属关系者则为挂户。

沈阳市:如果朋友双方均是沈阳户口,一方朋友想要迁到另一方朋友家,若户主和房主非同一人,需要户主和房主到场,在同意落户声明上签字。市外的人员想要落户本市朋友家,先得满足沈阳的落户条件。

郑州市:若外地人满足户口迁入郑州的条件,需要当地的户主同意并出具说明,则可迁入当地朋友同一户口。

上海市:若两个朋友之间均为上海户口,一个朋友想要申请迁入另一个朋友的户口,需要到在相关管理网站上登记信息,且在朋友家连续登记住满6个月,并提供关系证明等资料,可以办理迁入。若一个朋友是外地户口且满足落户条件,只能按普通程序落户上海,若这个朋友已落户到上海,想要迁入另一个上海朋友家,再办理相关程序。

(据红星新闻)

# 确保师生不带病上班上课

## 呼吸道传染病高发,儿童感染人数增多,多地下发通知作要求

### 北京:不建议患病孩子赶补作业

当前,北京进入呼吸道传染病高发期,儿童感染人数增多。北京市委教育工委、市教委表示,要最大限度保障学生健康安全,做好师生健康监测,确保师生不带病上班上课。做好线上线下教学有序衔接,对因病缺勤的学生,就近期课堂教学重点,学校、班级及时与家长沟通对接。学校对学生患病期间的作业一律不做硬性要求,不建议患病期间赶、补作业,一切以学生身体为重;引导学生科学佩戴口罩,坚持勤洗手、常通风,适度锻炼,增强体质和免疫力。

北京市疾控中心及北京儿童医院专家介绍,本次呼吸道传染病呈现多病原共同流行的趋势,从部分医院门诊就诊情况来看,肺炎支原体的流行强度已下降至儿童呼吸道感染病第四位,目前儿童呼吸道感染病排名前三位的分别为流感、腺病毒、呼吸道合胞病毒。当前流感处于流行期,较往年有所提前,预示着今年的流行高峰也将早于往年到来。

### 山东:给患病孩子设计差异化教学

11月27日,山东省教育厅印发通知,倡导广大师生牢固树立“健康第一”的教育理念,有效应对当前山东省多种传染病叠加流行风险,

最大限度保障师生健康安全。

通知中提到,做好因病缺课勤师生登记追踪,严格落实健康管理、晨午检和传染病报告等制度;全面落实“双减”要求,注重课堂教学提质增效,建立高质量作业设计机制,全面压减作业总量。根据学生身体状况,制定差异化教学设计,对患病未愈学生的知识学习和家庭作业不做强制性规定。

### 山西、河北:避免孩子带病上课

11月23日,“山西疾控动态”微信公众号发布秋冬季呼吸道传染病防控提示:学生出现身体不适时应立即报告,避免带病上课。孩子出现呼吸道症状后,注意观察病情变化,如果孩子出现持续发热、剧烈咳嗽、病情反复,要及时就医。家人照顾患者、陪同就医时,也要戴好口罩,做好自我防护。孩子确诊后应遵医嘱治疗,居家休息,避免反复就诊。

11月24日,河北省邯郸市疾控中心也发布防控提醒措施,措施中同样明确:教师和学生感染流感、新冠、肺炎支原体后,不得带病上班上学;学生出现身体不适时应立即报告,避免带病上课。

(据北京新闻)

# 就朝鲜核武器和侦察卫星事宜 美国和朝鲜在安理会杠上了

围绕朝鲜首次发射侦察卫星以及美朝紧张关系升级的真正原因,美国和朝鲜常驻联合国代表27日在安理会发生罕见的直接公开交锋。

在缺席近6年后,朝鲜今年7月再次开始派其常驻联合国代表参加关于其核导弹和弹道导弹项目的安理会会议。15个安理会成员国27日就朝鲜21日发射侦察卫星举行会议。

在会议结束时,美国代表琳达·托马斯-格林菲尔德和朝鲜代表金星发表了即席讲话,在会上展开交锋,各自都辩称本国在采取防御性行动。

金星在安理会上说:“交战的一方美国正在用核武器威胁我们。”他说:“对交战的另一方朝鲜民主主义人民共和国来说,研制、测试、制造和拥有与美国已经拥有的同样的武器系统是合法权利。”

托马斯-格林菲尔德说:“我们强烈反对朝鲜民主主义人民共和国的虚伪说法,即它发射导弹仅仅是为了防御和应对我们双边和三边军事演习。”她还说,美国演习是防御性常规演习,是提前公布的。

金星还为朝鲜发射侦察卫星辩护。他说,其他国家在卫星问题上没有受到限制,“世界上没有哪个国家处在跟朝鲜民主主义人民共和国一样严峻的安全环境中。”

他嘲讽美国关于朝鲜卫星技术也有助于磨练其导弹能力的指责,质疑美国是否“用弹射器”把卫星送入轨道。

(据国际新闻)

# 滴滴崩了12小时

## 预计损失超4亿成交额

从11月27日晚上开始,滴滴因系统故障导致App服务异常,不显示定位且无法打车。这次瘫痪事件持续了12个小时,根据滴滴公布的2023年第三季度财报,滴滴出行日均单量达到3130万单,以此次“崩了”的故障时长计算,估计将会让滴滴损失过千万的订单量和超4亿的交易额。

对于这次故障,滴滴方面表示,因系统故障导致的费用支付异常、多扣费等问题。业内人士指出,这次故障与滴滴自身的机房网络问题有关。

据了解,网络行业,我们偶尔会遇到网络传输速度缓慢、网页无法打开,甚至发生瘫痪的现象,造成这种现象的原因一般是网络通道发生了严重的堵塞。另外,因为接触不良等原因导致某些线路通信中断、或者某个节点配置错误,也会出现云服务中断的现象。

(据参考消息)

# 2岁女孩照片被恶意拼接

## 警方:行拘

湖南公安机关网安部门调查到,自媒体博主谢某通过网络平台发布其2岁女儿生活照片和视频后,李某某心生嫉妒,利用PS等技术将谢某女儿照片与动物图像进行恶意拼接,并通过多个网络平台散布传播侮辱性图片和言论,引发网民围观攻击,损害受害人名誉。目前,公安机关已依法对李某某处以行政拘留。

(据新浪新闻)

# 美航母驶入波斯湾 伊朗各种“秀肌肉”

伊朗伊斯兰革命卫队海军司令表示,当地时间11月26日,美国“艾森豪威尔”号航母打击群驶入波斯湾时,伊朗使用无人机飞过美航母打击群上方并警告美军让其直升机降落,美军随后听断了警告。

当地时间11月26日,美国中央司令部表示,“艾森豪威尔”号航母打击群完成了穿越霍尔木兹海峡进入阿拉伯湾水域的任务,该打击群将继续支持美国中央司令部的任务。

当地时间25日,伊朗伊斯兰革命卫队海军司令坦吉西里表示,伊朗研制了两款新型空基导弹,用于拦截无人机和巡航导弹。目前导弹已进入生产阶段并将在未来揭晓。

当地时间26日,伊朗塔斯尼姆通讯社发布了一组伊朗“迪尔曼”号驱逐舰的照片。据悉,“迪尔曼”号是伊朗海军最新型驱逐舰。有分析人士指出,伊朗在美国航母来临之际发布新型先进武器,时机敏感,动机耐人寻味。

(据每日新闻)

# 菜籽油

# 你用对了吗?

“开门七件事,柴米油盐酱醋茶”。食用油是人们日常生活中的必需品,在众多种类的食用油中,菜籽油因其风味浓郁、脂肪酸组成较为均衡,深受广大消费者喜爱。

## 认识菜籽油

据统计,我国菜籽油年消费量约占全球消费总量的30%,约占我国食用油消费总量的20%。

依据菜籽油相关国家标准,按加工程度不同,可分为菜籽原油(毛油)和成品菜籽油,前者不能直接供人食用,需再加工后方可食用;后者可直接供人食用。按油菜籽中油的芥酸含量,可分为普通菜籽油(芥酸含量为3%~60%)和低芥酸菜籽油(芥酸含量不超过3%)。

## 菜籽油的制取工艺

菜籽油是以油菜籽为原料,主要采用压榨法和浸出法两种工艺来制取。

压榨法是指使用压榨设备对油菜籽进行物理性机械挤压出油,又可分为高温热榨工艺和低温压榨工艺。其中,低温压榨工艺避免了高温炒籽和高强度精炼,制取出的菜籽油营养价值更高一些。按照色泽、酸价、过氧化值等指标,压榨菜籽油分为一级和二级两个质量等级。

浸出法是指应用固液萃取的原理,选用某种能够溶解油脂的有机溶剂(如正己烷)对油菜籽或油菜籽饼粕进行浸泡或喷淋,使油料中的油脂被萃取出来。按照色泽、酸价、过氧化值、烟点等指标,浸出菜籽油分为一级、二级和三级共三个质量等级。

需提醒消费者的是,近年来市场上不断涌现标有“古榨”“现榨”和“土榨”等名称的菜籽油,针对上述产品,目前尚缺乏明确的定义和相关标准。

## 科学选购菜籽油ABC

**A 选择正规渠道购买** 建议在商场、超市等正规销售场所或者电商平台购买正规企业生产的预包装菜籽油。

**B 仔细阅读产品标签和标识** 选购预包装菜籽油时,要注意包装完整、标签信息齐全、产品置于标签标明的贮存条件下且处于保质期内。

**C 观察菜籽油颜色** 一级菜籽油精炼程度较高,色泽澄清、透明,低温下不易凝固;其他等级的菜籽油只经过简单的脱胶、脱酸等工艺,色泽较深。

## 合理储存小技巧

市售预包装菜籽油的保质期大多为18个月,开封后受多种因素影响,保质期会相应缩短。建议消费者按照家庭人数合理选购适宜包装规格的菜籽油,尽量做到开封后3个月内用完。

开封后的菜籽油应尽量选用密闭的、深色玻璃瓶盛装,应放在避光、阴凉处,不宜放在灶台边,并避免新、旧油混合存放和食用。此外,开封后的菜籽油可直接放入冰箱冷藏保存,以延缓氧化过程。

菜籽油是一种传统的食用油,适合煎、炒、烹、炸等多种烹饪方式,但要尽量避免同一锅油反复加热。食用菜籽油时也要注意合理控制摄入量,按照《中国居民膳食指南(2022)》推荐,成年人每天烹调油摄入量控制在25~30克为宜。

(据国家市场监督管理总局网站)

# 进食塞牙怎么办?

塞牙在医学上称为食物嵌塞。食物嵌塞是指在咀嚼食物的过程中,食物碎块或纤维受外力作用嵌入或滞留于两牙的邻间隙内,是一种常见的牙齿咬合问题。

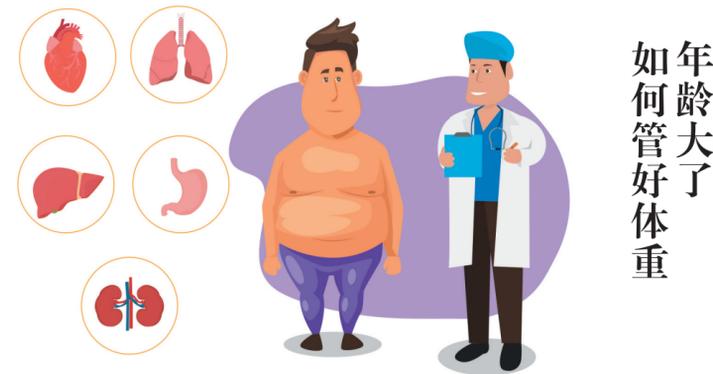
## 导致塞牙的原因

- 1. 龋齿**  
牙齿相邻面因龋坏出现的“大黑洞”,使食物嵌入。
- 2. 牙周问题**  
牙周问题会使牙齿松动、移动,导致牙缝变大,容易塞牙,而反过来,塞牙又会加重牙周问题。
- 3. 智齿**  
大多数人智齿长得都不正,于是它跟前面的牙之间就出现一道楔形的沟,就容易产生塞牙。
- 4. 牙齿磨损**  
牙齿磨耗较重,沟壑变浅,食物溢出时容易“跑偏”进入牙缝。

**相比牙签,牙线在牙缝清洁方面更胜一筹。**使用牙线清洁牙缝,不仅不会伤害牙龈,还能将牙缝里的食物残渣和软垢清理干净,对于“塞牙人”来说非常友好。

**刷牙是防止塞牙最直接的方式之一。**建议饭后先漱口,间隔半小时再去刷牙,能很好地预防食物残渣残留于口腔内,减少塞牙带来的危害。

**3. 及时检查**  
出现牙齿不齐、龋齿、牙缺失等情况,建议早点去医院专科就诊,避免牙齿问题更加严重。  
(据《家庭医生报》)



# 年龄大了 如何管好体重

图片来自包图网

保持健康体重对中老年人来说尤为重要,因为过重会显著增加与肥胖相关的疾病风险,例如动脉硬化、高血压和糖尿病等。以下是一些中老人在体重管理方面应该关注的方面:

- 1. 饮食控制。**保持均衡和营养丰富的饮食是重要的,中老年人每餐应该包含谷类食物、蔬菜和水果以及蛋白质食物。谷类食物选择全粮食和杂粮,可以提供复杂糖分和膳食纤维。
- 2. 规律进食。**保持规律的饮食时间和进食频率有助于维持新陈代谢的稳定性,同时应控制热量摄入,减少高热量低营养食物,如快餐和甜食的摄入,此外,也应适度控制盐和油脂的摄入。
- 3. 控制饮食份量。**注意饮食份量的控制,避免过量摄入。可以通过使用小盘子、慢慢进食和注意饱腹感来帮助控制饮食份量。
- 4. 固定饮食时间,少食多餐。**尽量保持每天固定的饮食时间。少食多餐,增加进食频率可以帮助控制食欲,规律进食有助于维持血糖

稳定、控制食欲、减少暴饮暴食的风险,并支持身体的新陈代谢和消化系统的正常功能。

**5. 增加运动。**增加日常的身体活动可以帮助燃烧卡路里、维持代谢率和增强心肺功能,适合中老年人的活动包括散步、游泳、瑜伽、太极拳等。

**6. 减少久坐。**久坐与肥胖和代谢疾病风险增加相关,尽量避免长时间静坐,多起身活动,增加身体运动量,促进身体热量的消耗。

**7. 减缓心理压力。**中老年人的心理压力可能导致情绪性暴饮暴食和体重增加,通过适当的放松技巧、社交支持和心理咨询,减缓心理压力,改善生活质量,有助于更好地控制体重。

**8. 定期体检。**定期进行身体健康检查,包括测量体重、血压、血糖水平等,以及评估整体身体状况。定期体检可以帮助早期发现和处理潜在的健康问题。

(据《燕赵老年报》)

# 株洲市荷塘区新华西路89号市政小区7栋101-1号商铺资产处置项目公告

经批准委托,我公司定于2023年11月29日至2023年12月12日依法对株洲市荷塘区新华西路89号市政小区7栋101-1号商铺资产处置项目公开征集意向受让方。现将有关事项公告如下:

## 一、标的基本情况

详情请咨询株洲市国投恒通资产经营管理有限公司或株洲市产权交易中心有限公司。

## 二、挂牌价格、保证金金额及加价幅度

1. 挂牌价格:170.24万元(大写:壹佰柒拾万贰仟肆佰元整)
2. 保证金金额:34万元(大写:叁拾肆万元整)
3. 加价幅度:1万元(大写:壹万

元整)  
**三、意向受让方报名条件**  
1. 意向竞买人为法人的:须是中国境内合法企业法人。  
2. 意向竞买人为自然人的:应当具有完全民事行为能力。

## 四、时间节点

1. 挂牌时间:从2023年11月29日至2023年12月12日止。
2. 报名:意向受让方应在2023年12月12日17时前(工作日内)持有效证件在株洲市公共资源交易中心网站(<http://www.zzyzyj.cn>)申请办理报名。
3. 资格审核时间:2023年12月13日。
4. 保证金缴纳:2023年12月12

17时前(到账为准),竞买保证金汇入株洲市公共资源交易中心指定账户。  
**5. 竞价时间:**2023年12月14日上午10时开始在株洲市公共资源交易中心网站<http://www.zzyzyj.cn>依照公平、公正、公开的原则进行网络竞价。

**6. 竞价结果公示时间:**2023年12月15日至2023年12月21日,受让方于2023年12月22日到株洲市产权交易中心有限公司领取《株洲市公共资源交易中心入场交易确认书》。

## 五、特别提示

资产以现状进行交付,株洲市国投恒通资产经营管理有限公司与株洲市产权交易中心有限公司不承担瑕疵担保责任。

## 六、信息披露网站

资产具体情况请到株洲市国投恒通资产经营管理有限公司及株洲市产权交易中心有限公司咨询,资产状况请意向受让方自行到现场查看。其他详情请登录株洲市公共资源交易中心网站([www.zzaecc.com.cn](http://www.zzaecc.com.cn))及株洲市产权交易中心有限公司网站([www.zzyzyj.cn](http://www.zzyzyj.cn))查询。

## 七、联系方式

株洲市国投恒通资产经营管理有限公司  
刘女士 13617333337  
株洲市产权交易中心有限公司  
王先生 0731-28685728  
株洲市产权交易中心有限公司  
2023年11月29日