



轨道交通1号线一期工程初步设计审查会举行

20个地铁站点已开工16个

隧道设计使用年限100年

根据设计,地铁1号线地下车站主体结构一般采用现浇钢筋混凝土箱形框架结构,纵向柱距一般为8米,其中,郑州火车站站、市体育馆站和紫荆山站3个换乘站为三层箱形框架,其余均为双层箱形框架。

车站的站台长度为114.8米,站台宽度按设计客流量计算确定,但岛式站台宽度不小于8米,侧式站台的站台宽度不小于2.5米,

侧式站台的侧站台宽度不小于3.5米,站台高度为1.05米。

初步设计,地铁1号线拟选用公共交通型重载扶梯,原则上在地下车站站内及物业结合的出入口选用室内型扶梯,地下车站出入口自动扶梯选用半室外型。

隧道的区间结构设计使用年限100年,按7级抗震设防烈度设防。

18小时运营满足市民出行

按照初步设计,地铁1号线的运营系统为独立运行的双线线路,采用右侧行车方式,凯旋路站至体育中心站方向为下行方向,反之为上行方向。

初期全长25.18公里区间,高峰时段每小时计划发车12对车。远期全长37.9公里,高峰时段每小时计划运行15对列车,运营时间为5时~23时,全日运营18小时。初期各站点的停车时间为25秒~45秒不等,单程总停车时间约为615秒。

在乘车时,乘客将可以使用非接触式IC卡设备。这种非接触式卡表面无裸露的芯片,无需担心芯片脱落、静电击穿、弯曲损坏等问题。票种设单程票、储值票、特殊票等。

地铁票价采用计程限时票价制。单程票采用自动售票方式,在车站设有找币机。储值票采用半自动售票方式,乘客进出站检票采用自动检票机,对超程、超时乘客追加收费。

车站建设将使用不燃材料

梁来划分防烟分区,每个防烟分区面积一般不大于750平方米。

根据建设要求,地铁车站选用的装修材料必须是不燃材料。

试运行前地铁“大动作”

截至目前,除二七广场站、紫荆山站、东明路站和民航路站尚未开工外,郑州地铁1号线一期工程其余16个站点都已开工。初步设计显示,到2013年下半年,地铁1号线将实现试运行。具体的建设时序为:

- 2010年上半年,全线车站开工,土建施工图基本完成,车辆段及综合控制中心开工,车辆生产厂家通过招标确定。
- 2010年下半年,完成全线设备招标,主变电站土建工程开工,车站主体土建工程基本完成。
- 2011年上半年,机电施工图全部完成,车辆生产,确定车站设备安装、建筑装饰的施工单位及监理单位,全线土建工程基本完工。
- 2011年下半年,开始建筑装饰、机电设备安装工程,轨道工程开工。
- 2012年上半年,轨道工程完成并开通,供电、接触网、信号和通信系统工程开工。
- 2012年车辆开始到货,单机调试。
- 2013年上半年设备安装、建筑装饰完成,电通、通信通。
- 2013年下半年,大联调、试运行。

全球低价先锋五色养生阁，即将登陆绿城、逐鹿中原！
买保健品请再等三天！

一篇“保健品：老百姓购买到底看什么”的文章，指出保健品良莠不齐、鱼龙混杂、真假难辨，市场非常混乱，营养保健专家提醒老百姓买保健品要学会四看：一看“蓝帽”，小蓝帽、健字号，质量更可靠！二看“含量”，同样产品含量高，效果会更好！三看“店面”，连锁专卖，买得放心、用得安心！四看“价格”，同类产品，只买对的，不买贵的！讲的非常好、也非常实在，向老百姓传授购买保健品的火眼金睛功夫。

买保健品决不能盲目！

保健品直接关系到我们老百姓的生命健康，选择保健品一定要擦亮眼睛，不能过于盲目。不能只看价格，价格再便宜，如果没有效果也是浪费！也不能只看广告，广告再好，不如产品效果和服务好！更不能只看忽悠，多少人被会议营销、电话直销等所忽悠，而上当受骗……请一定要看好后再买！同类产品看蓝帽，同是蓝帽看含量，同样含量看价格，同样价格看店面！高含量、低价格，有蓝帽、有店面、有实力，老百姓购买才更放心！

国际品牌，全球连锁！

Five colors health club，英文简称“FCHC”，中文译名“五色养生阁”，来自以“绿色”著称的新西兰。新西兰以环境优美纯净闻名于世界，号称“世界最后一块净土”。全球运营总部坐落

于风景优美的奥克兰，为健康品全球连锁国际品牌，是健康品连锁行业的开创者和领导者。主要经营“纯天然、更健康”的新西兰泥娃娃、美国泥娃娃、阿拉斯加白兰恩等国际品牌的保健食品、营养食品和健康食品等。

近20年来，凭借着新西兰领先的科技研发能力和纯天然的原料，FCHC五色养生阁已经成为全球健康品连锁知名品牌，依靠“高品质、低价格”，迅速在全球开设连锁专卖店近1000余家，其产品畅销新西兰、澳大利亚、美国、加拿大、日本、韩国等发达国家和地区，被称为“全球健康品低价先锋”。

进军绿城，逐鹿中原！

2009年FCHC五色养生阁全面进军中国市场，在北京设立中国区管理总部，下设北京泥娃娃生物科技有限公司，作为新西兰泥娃娃、美国泥娃娃品牌产品中国区总代理。五色养生阁大中华区CEO深知在中国“得中原者得天下”，在中原腹地——郑州，组建郑州养生阁保健品有限公司，作为五色养生阁中国区运营总部，开始在中国全面布局，逐鹿中原！

据悉，近期五色养生阁即将在中原郑州开设9家连锁店，在济南开设5家连锁店，逐渐由中原开花向全国辐射。这标示着五色养生阁在中国已走出扩张之路，全面进军中国保健品连锁行业。

(宏秋)

抽烟抽烂了肺,喝酒喝坏了胃,应酬别人伤害自己

成功背后的反思

烟酒不分家,伤肝又伤肺

有人总喜欢饮酒时不停地抽烟，其实，这是一种比单独喝酒或吸烟更有害健康的习惯。

第一,烟长酒量。香烟中的尼古丁可降低血液中酒精浓度，可惜并没有给健康带来保护。因为酒民们追求的是饮酒后那种飘飘欲仙的“中毒”感觉,所以他们会饮更多的酒。然而,更糟糕的是,尼古丁虽能降低酒精浓度,但却不能减少酒精分解时产生的乙醛,致使乙醛对大脑以及肝脏、心脏产生更多的毒害。

第二,诱发食管癌。吸烟,已公认是导致肺

癌的最重要因素之一。饮酒,又会增加罹患食管癌的危险。因为酒精是一种有机溶剂,会溶解香烟中的致癌物,并一起吞下,造成对食管壁的强烈刺激,很容易导致食管癌的发生。两癌威胁,险上加险。

第三,对心血管和肝脏损害加倍。烟酒双管齐下产生协同效应,两害相加不仅使致癌风险增加,而且还会使烟酒中各种“毒素”易于通过黏膜层扩散到血液中,给健康造成诸多危害,特别是对肝脏和心血管的伤害更为严重。

烟酒戒不掉,可以排排毒

近日,由国际著名科学家发明,台湾授权生产的“世邦三通高能服”,采用后整理技术,每一根天然彩棉中都含有远红外、负离子、抗菌除臭三合一健康功能,同时,在人体督脉、膀胱经相对应的背部,嵌入了有机锗,四种高能材料,相辅相承,具有三大特点九大功能。

1解三毒,解烟毒、解酒毒、解药毒;

2疏三通,通二脉、通经络、通气血;

3除三邪,除风邪、除寒邪、除湿邪。

世邦三通高能服,只需穿衣,就能缓解吸烟、饮酒、服药(药物残渣;环境污染;水果、蔬菜中的农药残留)留在人体中的毒素。

世邦三通高能服,只需穿衣,就能打通任、督二脉,通经活络,行气活血,具有净化血液、降低血液黏稠、改善循环的作用,能够辅助降血压、降血糖、降血脂,缓解风湿骨病引发的颈肩腰腿疼痛,肢体酸麻肿胀僵硬等。

世邦三通高能服,只需穿衣,就能强力除臭、高效杀菌、恒温保暖,科学解决大量出汗、真菌感染、寒气透骨等风、寒、湿邪。

世邦三通高能服,根据人体生理特点,结

合病理学、经络学、功能基因学、磁性理疗学、远红外理疗学、人体工程学、纺织学,由多位资深专家历时多年精心研制,一举通过:

中科院纺织品质质量监督检验和功能测试;

食品工艺发展研究所试验;

中国国家红外及工业电热产品检验;

国家负离子浓度检测;

韩国KOTITI抗菌检验。

在品质和功能上远远超越任何一款保健、保暖内衣。无论是亚健康体质,还是慢性病人,穿世邦三通高能服都能有意外收获。

据悉,台湾世邦三通高能服即将在我省上市,读者可拨打台驻郑办400-659 7570了解。

