

今天开抢除夕火车票

这些攻略您不妨看看

信阳消息(首席记者 韩蕾)
“跪求,谁能帮我刷一张北京到信阳的火车票,卧铺、硬座、无座都可以。”“今年过节不收礼,收礼只收火车票。”仿佛离春节还很远,可一打开 12306 网页和朋友圈,就不淡定了,团圆票引起旅客的“大厮杀”,网友们也开始吐槽火车票“一票难抢”。

记者昨日从信阳火车站了解到,腊月廿三到腊月廿九(除夕)的火车票最为紧俏,对应的网络购票日期为 2015 年 12 月 4 日至 12 月 10 日。而今天就能抢除夕的火车票了,小伙伴们准备好了吗?不过,抢票也不能一味地只盯着出发站,要想顺利回家过年,采用迂回的方式抢票概率会大些。

抢票攻略一

扩大买票范围

合理 曲线回家”

今天通过 12306 网站就可以买到除夕当天的票了,不少小伙伴都“守株待兔”,一遍又一遍地刷票,但是热门城市的回程票总是一票难求,原本网站上显示的还有票,可是轮到自己付款的时候,票却卖完了,这可如何是好?

不要着急,如果从出发站买不到火车票,不妨试试从始发站购买火车票,或者多买一站或者两站。例如,如果市民要购买 T145 次北京到信阳的火车票,但是到信阳站的票已经卖完,可是到武昌站或者岳阳站的火车票还有剩余,那么市民便可购买该车次北京到武昌,或者北京到岳阳的车票,然后从信阳站下车即可,虽然这样购买火车票,多花些钱,但是能回到家才是正事。

如果需要乘坐的车次从始发站依然不好买,那么小伙伴可以试试购买中转站的车票,采用中转的方式乘车回家。例如,市民需要购买除夕从北京回信阳的火车票,但是车票紧张,买不到,可以试试先购买从北京到天津的火车票,再从天津转车,或者从郑州转车,这样“曲线回家”

也是一个不错的选择。

不过,信阳火车站工作人员提醒广大市民,如果需要在别的城市中转回家,需要注意前后两段行程的衔接,不要因为时间问题而错过坐车。

抢票攻略二

“捡漏”有妙招

没事多刷刷

虽说“一票难抢”,但是小伙伴们别灰心,掌握几个小妙招,说不定真能“捡漏”。

记者从信阳火车站了解到,全国各站具体放票时间可上 12306 网站查询,有时铁路部门也会在开售车票后其他时段分批放票;一般在每天的整点、半点都会有车票放出。

12306 网站限定,订单支付时间为 30 分钟,如未及时支付,票源会重新回到系统出手。因此,车票开售 30 分钟后,可能会有一批未完成付款的票退回,对于没抢到车票的市民来说,这是个抢票的好时机。晚上是退票返回系统比较多的时间,市民可以上网查询尝试“捡漏”。

不少小伙伴会发现,在 12306 网站的新版售票页面里,有个自动刷新界面的功能,在查询按钮的下方,勾选后网站每隔 5 秒钟自动刷新一次页面。当需要的车票出现时,网站就会弹出购票提醒,再往下的“更多选项”里还可选择乘车人、席位等,抢票的市民一定要记得勾选该选项。

与往年春运有所不同,2016 年春运火车票实行梯次退票规定,并且 12306 购票网站新增“变更到站”功能,变更到达站需在原车票开车前 48 小时以上,乘客可任意选择有余票的列车。信阳火车站工作人员提醒广大市民,“变更到站”只能办理一次,已经办理的车票,不能再办理改签。

此外,成功预订春运火车票的市民需要提前到就近火车票代售点、自动取票机或火车站窗口取票,避免开车前集中到车站排队取票而耽误行程。

雾霾天该坚持晨练吗?

医生:戴上口罩也易伤身



市民在浉河公园晨练

信阳消息(首席记者 周涛)

连日来,我国中东部地区再次出现雾霾天气,信阳也难逃侵袭。昨日,信阳的雾霾呈现出时间长、范围大、浓度大的特点,行走在街道,呼吸着混浊的空气,多数人能感觉到嗓子咽喉明显难受。

上午 8 时许,记者来到浉河公园,发现许多中老年人仍坚持晨练。

“这点雾应该不算啥吧?”家住公园附近的一位晨练老人告诉记者,他已经养成了锻炼的习惯,哪天早上不去公园练上一会儿,就感觉浑身不舒服,“不能因为一两天雾霾就乱了我的运动节奏吧,更何况锻炼

贵在坚持。”

记者随后绕公园走了一圈,发现跳广场舞的、练武术的、唱歌的、打羽毛球的,都一如往日欢快地进行着,还有些绕公园“快走”的人,戴上了口罩。

“我也知道雾霾天气,出来锻炼对身体不好,可是已经和老朋友约定好了,我可不能失约。”在公园西门口处,一位老人摘下口罩告诉记者,“反正我也戴上口罩了,没多大问题,走两圈就回家了。”

雾霾天坚持锻炼可行吗?市区一家医院呼吸内科的王医生不以为然。

“晨练的人还是小看了

雾霾的危害,高估了自己的抵抗能力。”王医生告诉记者,“锻炼的目的是为了强身健体,而在雾霾天进行户外运动显然违背了锻炼的初衷。锻炼身体要讲科学,雾霾天锻炼的后果往往是让人健身不成反伤身。”

王医生介绍,在晨练时,人体吸入体内的空气可以增加数倍,吸入的有害物质也会成倍增加,这会刺激呼吸道引起咳嗽、咽喉肿痛等反应,严重时可能会出现呼吸困难、胸闷、心悸等不良症状。“雾霾天气下进行跑步、打羽毛球、跳舞等高强度运动,对于慢性阻塞性肺疾病患者以及支气管哮喘患者有非常大的健康隐患,甚至可能加重病情危及生命。”

“一般情况下,高级别的医用口罩才能完全防范这些微小颗粒,普通的棉布口罩几乎没有任何作用。”当记者询问戴上口罩是不是就没事了,王医生表示,在进行锻炼的时候,人体内的需氧量会逐渐增加,防霾口罩虽然能够过滤微尘,但是会让人呼吸不畅,影响到肌肉和关节在运动中的正常表现,进一步加大引发运动损伤的概率。