

“体验高铁,游学北大”,18日一早,“张刚大篷车”与山东世纪金榜书业有限公司联合举办的暑期特别活动正式启动,在家长关注的目光中,24名学子乘坐高铁踏上了本次北京之行。

爬长城,游北大,观升旗,览故宫,在北京的两天时间内,孩子们第一次感受到了长城的雄伟,北大的渊博,升旗的神圣,故宫的恢弘。因家境贫寒,绝大多数孩子是第一次来到北京,整个活动中,处处可以看到孩子们的兴奋与激动。

“北京之行, 太多的第一次”

本报7月20日讯 7月19日下午,随着高铁驶入济南西站,24名优秀贫困学子走下列车,由本报“张刚大篷车”与世纪金榜书业有限公司联合举办的“体验高铁,游学北大”活动顺利结束。

2010年暑假,上海举办了举世瞩目的世博会,为了能让贫困家庭的学子有机会走进世博,本报“张刚大篷车”与世纪金榜首次合作,举办了“学子世博行”活动,20位优秀贫困学子参加。今年7月1日,京沪高铁开通,为了能让济南的优秀学子有机会体验高铁的飞速行驶,感受北京的魅力,本报“张刚大篷车”与世纪金榜再次联合举办了此次活动。

7月8日,本报刊登关于举办“体验高铁,游学北大”活动的报道,并公布报名热线电话。在不到两天的时间内,本报接到近百个报名电话,本着公平公正的原则,本报按照拨打热线电话的先后顺序,选定了24名优秀贫困学子并将名单进行了公示。

“真是太高兴了,真没想到我能去北京。”小陈高兴地说。小陈的妈妈沈女士表示这是孩子头一回出济南,出发之前孩子兴奋得一夜没睡着。

在北京的两天,天气稍微有些阴沉,但是这丝毫没有影响孩子们的心情,两天的行程安排得较满,但学子们精神头非常足,一点没有疲倦之色。第一次乘坐高铁,第一次到达北京,第一次登上长城……许许多多的第一次让孩子们兴奋不已。

两天的北京行,让24名优秀贫困学生亲历了高铁的飞速和北京的雄伟。在返回济南的高铁列车上,学子们仍然非常兴奋,互相交流着感受,增进着友谊。随着列车到达济南,本次“体验高铁游学北大”活动圆满落幕。



参观北大,感触颇深

爬长城,负重比赛

长城脚下,攀登长城的孩子们开始轻装减负,将随身携带的行李、物品存放在了车上,与其他孩子不一样,张弘毅小朋友却反其道而行之,别人放下背包的同时,他却将一个十多斤重的背包背在了肩上,负重爬长城。

“真是太高兴了,真没想到我能去北京。”小陈高兴地说。小陈的妈妈沈女士表示这是孩子头一回出济南,出发之前孩子兴奋得一夜没睡着。

踏上长城,孩子们撒了欢,两个一伙,三个一帮,以不同的速度奔向一个个共同的目标——远方高峰。

这时的张弘毅别看背着一个十几斤重的背包,可攀登长城的速度比其他小朋友毫不逊色,竟然还与旁边的一个小伙伴展开了比赛,两个孩子如同脱缰的野马,将其他小伙伴远远地甩在了身后。

游北大,出口成章

北京大学,学子们梦想的地方。一进入北大校门,孩子们立刻刻了路上的喧闹,听着导游对北大的讲解,看着校园漫步的学生,孩子们的眼中充满了对北大的渴望。

蔡元培先生塑像前,孩子们全都停下了脚步,不约而同地向塑像鞠起了躬,没有人组织,队伍也不是很齐,可每个孩子的目光中却无不透着敬仰。“一定要考进北大”,孩子们的行动与自信的目光透着对北大的向往,本

次北京之行的孩子,大都是学校中品学兼优的贫困学生,北大一直是他们奋斗的方向。

“理想在此处放飞,有朝一日,我要在此地成功收回。”来到向往已久的北大,站在梦中游览了无数遍的未名湖畔,省实验中学的陈朕更是思潮澎湃,爱好文学喜欢写诗的他未名湖边作了一首诗,虽显稚嫩,却充满了感情,诉说着孩子们共同的心声:北大,我们一定要回来。

爬长城 游北大 观升旗 览故宫

张刚大篷车“体验高铁,游学北大”成功落幕

本版采写/本报记者 董从哲 戚淑军 林媛媛 摄影/本报记者 邱志强



▲登上长城,合影留念。

观升旗,备感骄傲

凌晨3时,孩子们早早起床,等待着升国旗那一神圣时刻,坐在大巴上,孩子们兴奋地讨论着关于升旗的各种问题,国旗班帅气的旗手是女孩子们关注的焦点,“一会升旗的时候帮我拍张照,一定要把升旗手拍进去。”

经过严格安检,孩子们进入了天安门广场,广场上已经挤满了观看升旗的游客,站在人群后面,孩子们跟升旗手合影的希望算是落了空,“没想到广场这么大,也没想到看升国旗的人这么多。”13岁的婷婷感叹道。

尽管如此,几个男孩子还是不甘心,从人缝中穿梭,希望能站到离旗杆近一些。大家站定之后,等待升旗的时间里,使劲垫脚朝四周观看,天安门广场,人民大会堂,人民英雄纪念碑,毛主席纪念馆,国家博物馆……

接近5时,国旗班行列走出天安门那一刻,整个广场瞬间安静了下来,5时零1分,在庄严的国歌声中,国旗冉冉升起,孩子们脸上的表情也都变得严肃起来,三遍国歌之后,国旗飘扬在杆顶。“经常在电视上看到升旗仪式,亲身站在这里看感觉就是不一样。”婷婷说,听着国歌,看着国旗升起,自己真的感到了一种骄傲与自豪。

伙伴满是崇拜的目光。“要是能进去就好了,只从外面看不过瘾。”挤过重重的游客,几个同学一边看一边遗憾地说道。

男同学对太和殿充满了兴趣,女同学则对漱芳斋兴奋异常,“小燕子就住在这里。”一看到漱芳斋,几名女同学马上想起了电视剧《还珠格格》中的小燕子,开始叽叽喳喳地说个不停,“电视上小燕子住的就是漱芳斋。”

▼观看升旗,感受神圣。



▲游览故宫,增长知识。

览故宫,兼职导游

故宫,一个凝聚历史的殿堂,在这片宏伟的历史建筑群前,孩子们无异于上了一堂有着现实参照物的历史课,游览过程中,对历史有着浓厚兴趣的辛名扬同学更是兼职当起了其他小朋友的导游。

“这是太和殿,又叫金銮殿,是古代皇帝办公的地方。”太和殿前,辛名扬向旁边几个小朋友介绍道。说起这些历史,辛名扬信手拈来,引得旁边的小



◎活动花絮◎

“总经理”老师一路游一路教

“大家有需要买的书,都可以在来找我。”世纪金榜总经理袁立新全程参加了此次活动,他表示,孩子如果有需要,他和世纪金榜一定会尽全力来帮助孩子们。

19日凌晨,孩子们在天安门广场等待的时候,袁立新依然不忘和孩子交流,趁此机会,他拿出一张白纸,“我来教给你们怎么用1-10阿拉伯数字画一张画吧。”他拿出笔,从1到10,逐步将这些数字连接起来,戴着帽子,叼着烟斗,烟斗上的雪茄还在冒烟的一个西洋人头像跃然纸上。他还用英语给孩子们讲解这张图的画法,原来,直到现在袁立新还在兼任世纪金榜英语教材辅导书的编写指导工作。

在北京大学,袁立新也一直在给孩子们鼓励,“希望你们都能考入北大,在这里上学。”在回程的火车上,他也让同一个车厢的旅客一起接受教育:“这次北京之行,同学们在长城领略了前人的智慧和力量,在北大见识了最高学府的严肃和认真,在天安门培养了爱国主义精神,在故宫感受到了历史的庄严。我相信你们都会感到不虚此行,我祝愿你们在今后的学习中能更进一步,都有一个美好的未来。”

“我们还会再见的”

虽然此次北京之行只有两天的时间,但是孩子们在两天的吃穿住行中培养了很深的友情。

18日集合的时候,24个孩子还都互不相识,但在到达北京之前,孩子们就已经成了朋友。学校生活是孩子们谈论的焦点,“你晚上作业多不多?”“你们老师严不严?”这些共同的话题很快就使孩子们熟悉起来。在省实验中学上高二的陈朕遇到学姐马文秀,更是积极请教起了学习方法。

在回程的列车上,很多孩子拿出笔记本,让伙伴们留下联系方式,并相约假期再一起活动,还有一些家住得近的孩子相约结伴回家。“再见,我们还会再见的!”这成了孩子们最乐意说的一句告别语。



糖尿病人 警惕甜蜜背后的连锁反应

今日关注: 糖尿病现状不容乐观

随着我国社会经济的快速增长和人民生活水平的提高,以及社会老龄化的形成,糖尿病成为危害人们健康的大敌,不仅发病率高,而且还会诱发身体一系列的连锁病变——血压血脂高了,心脏不好了,失眠、便秘、腹泻、皮肤痒、胃肠受损,肝肾功能也开始不正常……人特别没精神,时常全身酸痛的,走路都觉得费劲儿,给病人及家庭带来了极大的痛苦。

更严重的是:据卫生部统计,患病5年以上的人糖尿病人,因患并发症而截肢或失明的人数以万计,因此,减轻糖尿病的危害,已刻不容缓。

为什么得了糖尿病,会跟着来一连串的疾病呢?为什么很多糖尿病人血糖很平,可还是免不了多病之灾呢?

其实,这些看似毫不相干的疾病之间,都存在千丝万缕的关系,而他们产生的根源,就是糖尿病会引发身体四大系统障碍(血管堵塞、神经系统受损、代谢系统紊乱、免疫系统趋于瓦解)所产生的。一旦患上糖尿病,身体健康就像一副被摧残的多米诺骨牌一样,随时都可能崩塌!

筑牢三道防线 糖尿病人也能享受健康生活

糖尿病虽然不能彻底治愈,但是得了糖尿病,也不必悲观,只要及时、合理、牢固的构筑三道防线,糖尿病的发展是可防、可控的——

第一道防线:采取合理的生活方式,平稳血糖。

糖尿病治疗中最关键也是最受重视的,就是生活方式,饮食上,糖尿病人应均衡摄取——低糖、低盐、低脂、高纤维、高维生素,合理控制进食量;另外,要制定适合自己的运动计划,让运动成为生活中一个重要组成部分;此外,还要戒烟限酒,饮食起居形成规律,杜绝不良生活习惯,如果您能长期坚持上述几点,再加上合理用药,您会发现,在不知不觉中,血糖平稳了很多。

第二道防线:清除血液垃圾,保护血管,修复受损脏脏。

清除血液垃圾,保护血管,修复受损脏脏,综合调理并发症。

仅仅做到血糖表面上平稳,是远远不够的,因为任何人都无法保证一年365天血糖时时平稳;血糖波动就会对血管及脏器造成损坏,并发生必然形成第二道防线的必备武器——糖尿病并发症!

临床医学验证:知蜂堂不仅可平衡血糖,而且对各种并发症治疗效果最佳,知蜂堂蜂胶含300多种有效成分,可清理血管、平衡血糖、营养修复神经、调节免疫,促进代谢,全面调节四大系统,被《中华本草》、《药典》誉为“治疗糖尿病必不可少的物质”!

知蜂堂2年的实践证明,糖尿病人服用知蜂堂蜂胶,30天可激活胰岛细胞,使血糖逐渐平稳;7-15天调整代谢,增强免

疫,乏力、易感冒改善;30-60天全面修复眼底病变,使视力恢复;40-60天全面修复神经,皮肤瘙痒、手脚麻木、腹泻便秘等症状明显改善,各类胃肠道疾病恢复正常;60天后使居高不下的血压、血脂平衡下降,肝功改善,偏瘦、消瘦开始恢复。

第三道防线:最佳组方,强强联手,全面提高生活品质。

很多病友血糖平衡了,并发症改善了,但身体比没患病的人还是差些,在获得健康的同时,最大限度的减少治疗费用,提高生活品质,这就需要知蜂堂为您构筑健康的第三道防线。

继蜂胶推出后,知蜂堂37位专家经多年苦心研究,再获糖尿病最佳组方——知蜂堂蜂胶+茶素,知蜂堂蜂胶+蜂王浆,茶素能快速疏通血管,全面改善糖尿病人的血,气供应;

加上蜂胶对糖尿病人四大系统的全面综合作用,受损的系统及组织细胞会得到快速修复,使康复时间大大缩短;若用蜂胶治疗需6-9个月,配合茶素只需3-4个月,蜂王浆具有强大的营养和修复神经细胞的作用,配合蜂胶的综合作用可快速标失眠、便秘、眩晕等神经类并发症,强强联合形成一个强大的防治体系,使受损的系统及组织细胞快速修复,真正把“为糖尿病人省钱、省时、少受罪”的理想变为现实!

知蜂堂携手济南电视台《冬吃萝卜夏吃姜》走进百个社区健康行本周走进清河社区(历下广场),具体时间为7月22日(周五)18点。

北京知蜂堂咨询电话:0531-89990622
请到济南知蜂堂专卖店购买,谨防假冒,市内免费送货

齐鲁晚报生活日报

广告中心服务电话

广告中心客户部: 0531-82963188
广告中心业务一部: 0531-85198552
广告中心业务二部: 0531-85198552
设计部: 0531-82963177
编辑: 0531-82963177
印刷: 0531-82963177
发行: 0531-82963177
配送: 0531-82963177
零售: 0531-82963177
订户: 0531-82963177
地址: 济南市经二路151号22号
邮编: 250014

韩美(国际)整形美容医院
责任塑造美丽

“丰”情女人“胸”涌澎湃

丰胸特惠
自体脂肪3.5折特惠
指定假体7.5折特价
消费满3万元送ipad

济南市市中区经二路251号(经二路东方大厦东邻)
QQ: 400 001 6667 HTTP: //www.jnhmzx.com